

Apprendre l'Aïkido selon O Sensei

Qu'est-ce qu'une « méthode » pour Ueshiba Morihei ?

La question doit se poser d'autant que, selon lui, l'aïki doit conduire au « non-faire », à l'esprit « vide ». La méthode n'apparaît donc pas comme une instruction technique mais plutôt comme une éducation pour laquelle la technique est un simple moyen qui doit être dépassé. Au final, la technique semble disparaître pour que l'Aïkido devienne un art de la respiration [kokyu] et du verbe [kotonoma]. Les chapitres du troisième volume de *Takemusu Aiki* ⁽¹⁾ dans lesquels Maître Ueshiba présente sa méthode d'entraînement sont assez déroutants : ils ne prennent pas seulement en compte la mécanique du corps mais aussi toute une « mécanique » plus subtile qui englobe la respiration et le corps énergétique [Kitai]. La méthode de Me. Ueshiba, par delà la force corporelle, accorde une place prééminente à la vibration [hibiki] et à la vertu considérée comme puissance [miizu].

Elle implique donc la totalité de l'individu, tant dans ses dimensions corporelles que spirituelles. Si une telle méthode nous semble étrange, voire incompréhensible, n'est-ce pas à cause de la partition que nous faisons – héritage de Descartes notamment – de la complexion humaine entre une machine corporelle d'une part et un esprit d'autre part ?

La question de la méthode d'entraînement intéressera tous les pratiquants d'Aïkido mais devrait sans doute être la préoccupation essentielle des enseignants.

Note 1 : aux Editions du Cénacle