

# Le nettoyage du dojo

Extrait du livre de Nobuyoshi TAMURA: "AIKIDO, Etiquette et Transmission"  
édition du soleil levant

Savoir déplacer ce qui gêne le nettoyage et savoir le remettre en place est un acte simple qui éduque l'attention. Décider de ce qu'il faut jeter ou de ce qu'il faut conserver éduque l'esprit de décision. Passer la serpillière sur le plancher constitue un excellent exercice des jambes et des hanches. Même si un endroit paraît propre, il suffit d'y passer un chiffon humide pour se convaincre du contraire.



En renouvelant l'eau, en lavant les chiffons du nettoyage et en nettoyant le sol, on éprouve le sentiment de rafraîchir son propre esprit. Mais pour tremper les mains dans l'eau glacée les matins d'hiver, il faut du courage: vaincre l'esprit de laisser-aller est une partie intégrante de la pratique.

Quand les bokuto, jo, sandales, etc... sont en place, l'aspect des choses est plaisant à l'œil et elles sont faciles à utiliser. Il ne s'agit pas seulement de satisfaire à la conscience esthétique, c'est aussi une éducation naturelle qui mène à reconnaître l'importance de la préparation. Le temps consacré à l'entraînement est limité. Les courts instants qui le précèdent et qui le suivent sont brefs. Il faut donc en déterminer la meilleure utilisation possible pour faire le ménage, ce qui constitue un bon entraînement à la prévoyance et à l'organisation. Décider de commencer ici pour continuer là et terminer là-bas exerce le jugement et l'esprit de décision.

Le nettoyage ne vise pas seulement à purifier l'extérieur. La purification de son propre être en est la conséquence. Ce qui explique qu'il soit nécessaire de nettoyer encore et sans cesse les lieux qui semblent propres. L'enseignant, fort de sa connaissance, ne doit pas se contenter de faire faire le ménage par ses élèves, il est souhaitable que par son exemple, il soit un encouragement à le pratiquer. J'aimerais que vous méditez cette pensée de O Senseï: "***L'Aïkido est le nettoyage du corps. Il faut éliminer les poussières et les impuretés du corps et de l'âme***".

Si vous entrez dans un dojo bien nettoyé, propre et astiqué, le cœur se trouve immédiatement conforté. Je crois bon que la pratique quotidienne du corps et de l'esprit se manifeste ainsi. Pour bien faire, chacun devrait, avant et après l'exercice, nettoyer complètement le dojo, de sa propre volonté.

Le nettoyage permet de mettre les choses en place, de les classer et de les ranger. De plus, le nettoyage est une aussi bonne pratique sur le plan mental que sur le plan physique. Quand j'étais uchi-deshi (Nobuyoshi Tamura), nous nous joignons aux autres pratiquants pour nettoyer ensemble non seulement le dojo mais encore l'entrée, les couloirs, les toilettes, les vestiaires, le dortoir des uchi-deshi et la rue devant le dojo.

Le nettoyage enseigne beaucoup. Pour prendre la seule utilisation du balai, il faut tenir le manche avec légèreté et faire passer le ki jusqu'aux poils de la brosse, l'utiliser avec agilité, légèreté et force. Le principe est le même que pour le sabre ou le bâton. C'est un exercice qui permet, en balayant tous les recoins, d'apprendre à voir jusqu'aux aspects cachés des choses.