

EN COMMÉMORATION DE LA NOMINATION
DE DANIEL BRUNNER AU TITRE DE BIRANKAI SHIHAN
La fête eut lieu à Wroclaw, en Pologne, en fin du stage d'été du Birankai de
Pologne en août 2007. Les élèves de Daniel Brunner lui ont offert une
marionnette en son image, ici montrée habilement manipulée par Chiba
Sensei...
FÉLICITATIONS DANIEL !



DANS CE NUMERO

Chiba Sensei	2
Daniel Brunner	3
Anne Ducouret	4
Amnon Tzechovoy	6
Christophe Peytier	7
Ursula Schaffner	9
Christophe Brunner	12
Stephan Corsten	14
Ulf Paritschke	15

IMPRESSIONS DE MA PREMIÈRE VISITE AU CAMP D'ÉTÉ DU BIRANKAI DE POLOGNE

CHIBA SENSEI

Ma première visite en Pologne durant l'été 2007 m'a laissé des sentiments inoubliables de plaisir et de bonheur. J'attribue ces sentiments non seulement aux souvenirs de l'accueil chaleureux et au souci d'hospitalité qui nous ont été réservés, à mon épouse et à moi-même durant tout notre séjour, mais aussi et essentiellement à ce que j'ai observé et éprouvé pendant les entraînements sur le tatami.

Ma première intention, en acceptant l'invitation au camp d'été en Pologne était de voir et de témoigner à Daniel Brunner Shihan la reconnaissance formelle pour sa contribution à l'aïkido tout au long des vingt-trois dernières années, et pour célébrer sa promotion au rang de Shihan du Birankai, avec lui et ses élèves.

Pour être honnête, à l'exception de la fréquentation par le passé de quelques élèves avancés venus de Pologne, je ne savais sincèrement qu'attendre de l'aïkido polonais, et j'ai été très agréablement surpris. La plus forte impression que j'ai éprouvée lors des entraînements était la qualité préservée de leur pratique mentale et physique. J'attribue cette qualité à leur isolement pluri-décennal de la pratique dominante de l'aïkido en Europe, ce qui, je crois, les a aidés à rester purs et affamés, tout en restant à l'abri d'un excès d'informations peu substantielles, phénomène que je perçois comme une tendance délétère qui me pousse à me demander dans quelle direction va l'aïkido.

A côté de tout ça, je ressens que cette qualité particulière incarnée par les étudiants polonais est largement due à la confiance et à la loyauté qu'ils vouent à leur enseignant, Daniel Brunner Sensei, et à leur engagement dans une forte relation entre maître et élève. Bien que l'aïkido polonais se soit ouvert au monde extérieur au cours de ces vingt dernières années, ils semblent avoir fait avec discernement leurs choix au sujet des influences qu'ils veulent assimiler. Par ce moyen, ils ont gardé leur forte identité d'élèves de Daniel Brunner. Je ne sais pas si cette circonstance est le résultat d'un effort conscient de leur part, ou une conséquence naturelle, mais je félicite et l'enseignant et les pratiquants - spécialement les seniors et les dirigeants - pour le résultat de leur travail assidu.

Je n'ai jamais eu pour habitude de m'offrir le luxe d'activités touristiques au cours de mes voyages d'enseignant ; cependant, sur l'invitation des membres du Birankai polonais, je me suis accordé une demi-journée de visite de la ville. J'ai pu visiter un panorama en trois dimensions recréant le site d'une bataille entre les Polonais et les Russes en 1794, qui laisse une impression à couper le souffle ; j'ai visité aussi un monument à la mémoire de quelques milliers de malheureux soldats et d'officiers de police tombés aux mains de l'armée d'invasion lors de la dernière guerre et qui y laissèrent leur vie. Ce spectacle m'a empli d'un sentiment très fort, comme une bruine qui commence à tomber d'un ciel matutinal. Comme j'étais témoin des cicatrices laissées sur la ville de Wroclaw par les bombes de la dernière guerre, j'ai senti la force et la résilience du peuple polonais qui ont été mises à l'épreuve, forgées et tempérées par leur expérience historique de nation écrasée entre les deux puissances allemande et russe.

Dans l'ensemble, j'ai profondément apprécié mon séjour en Pologne et l'intégration des membres polonais. Je vous remercie tous de votre chaleureuse hospitalité et de l'attention que vous nous avez prodiguées, à Mitsuko et moi. Je tiens à remercier particulièrement le président du Birankai polonais, Andrzej, de qui le regard-dans-les-dix-directions m'a fait me sentir si bien durant notre séjour. En vérité, mon expérience des membres du Birankai polonais m'a fortement rappelé le Japon que j'ai connu jadis, et je me suis sincèrement senti à la maison avec eux.

Mes meilleurs vœux à tous.

T.K. Chiba

Le 3 novembre 2007

P.S. J'ai aussi beaucoup apprécié la fraîche bière polonaise que nous avons bue ensemble au bar près du gymnase, après l'entraînement. Transmettez je vous prie mes remerciements personnels au patron du bar qui nous a offert une salade marinée avec des concombres polonais. Dites-lui s'il vous plaît que j'ai bien reçu son amical cadeau avant de quitter Wroclaw.

♦

AIKIDO : PASSE, PRESENT ET FUTUR.

DANIEL BRUNNER



AI fait référence à la capacité d'une personne à s'adapter très vite à toute circonstance à laquelle elle est confrontée.

KI est l'énergie qui fait vivre toute chose, végétale ou animale, micro cosmique et macro cosmique.

DO est le chemin que l'on suit lorsqu'on a un but.

Ces trois notions existent depuis toujours, du moins depuis que l'homme a une conscience de son territoire, de son clan, de ses biens, et qu'il est nécessaire d'être en adéquation avec toute chose pour survivre. Très tôt, l'humain a réalisé qu'il y avait une énergie qui ordonnait son environnement. La prise de conscience de son humanité a mené l'homme sur le chemin de sa réalisation.

Au Japon, ces éléments ont été développés plus que partout ailleurs. Nulle part plus qu'au Japon, les arts martiaux n'ont intégré ces notions pour arriver à les élever au niveau de la philosophie. Elles sont omniprésentes dans la société japonaise dès les débuts de l'histoire, et n'ont jamais cessé d'être développées.

Les écoles d'arts martiaux sont apparues très tôt, les plus anciennes déjà au XIIe siècle. On y

étudiait alors principalement la manière la plus efficace de tuer un ennemi.

C'est à partir de la période Edo, soit depuis 1596, que la notion **DO** est devenue importante. Une période de paix, toute relative, a forcément apporté une forme de pensée différente, l'étude des arts martiaux a pris une tournure plus spirituelle; il devenait important de cultiver la classe des guerriers, de l'éduquer, car elle n'était plus destinée qu'à tuer, mais à préserver la paix et à soutenir le gouvernement.

Au XVIIe siècle, le moine zen Takuan a eu une influence importante sur le développement spirituel des hommes de guerre. A côté de l'étude des techniques de combat, au sabre, à la lance ou à mains nues, les samouraïs étudiaient la peinture, la calligraphie, la poésie, mais aussi l'administration et le développement de l'agriculture, et s'adonnaient intensivement à la méditation.

C'est à cette époque qu'émergent de nombreuses écoles d'arts martiaux, ou le côté spirituel et le développement intellectuel sont aussi importants que l'aspect technique et physique. De plus, il est naturel qu'une école donne naissance à d'autres, qui à leur tour verront émerger de nouvelles façons d'interpréter les techniques de combat. Dans le passé, seules les plus efficaces subsistaient, l'épreuve du champ de bataille étant décisive.

C'est dans ce contexte historique que Morihei Ueshiba a grandi, étudié différentes écoles, pour finalement développer sa propre vision des techniques de combat, qui fût appelée, dans son stade ultime de développement, AIKIDO.

Il est donc juste de parler d'art traditionnel à propos de l'aïkido, ses sources remontant à l'époque historique.

De nos jours, l'aspect martial n'a plus de justification, puisqu'il n'est plus d'usage de se battre au sabre, que le sens de l'honneur développé au cours des siècles est devenu obsolète et que les hommes de sabre ne sont plus utilisés dans les armées modernes.

C'est la raison de l'émergence de nombreuses interprétations de l'aïkido qui privilégient les aspects spirituels plutôt que de les intégrer, ou qui dénaturent les fondements de l'art martial en parlant d'harmonie, terme partiellement impropre

pour traduire **AI**. La difficulté est de concilier l'aspect historique et le monde contemporain, de trouver un sens à notre étude d'un art martial qui ne sert, il faut bien le dire, plus à rien en matière d'efficacité guerrière.

Reste cependant le développement personnel, qui était déjà présent dans le passé, et qui passe par les épreuves physiques que l'on s'impose lors de la pratique, par l'attention portée à nos partenaires ou adversaires, par la maîtrise de nos gestes et la connaissance de notre corps. Surmonter notre paresse est également un défi intéressant.

Il manque pourtant, à mon avis, une composante importante des arts martiaux. À part ceux qui ont accompli leur devoir militaire pour un pays en guerre, nous ne connaissons pas le danger, confortablement installés dans nos dojos, à l'abri des risques du champ de bataille. Qui peut dire, actuellement, qu'il a été confronté au fil d'un sabre? C'est un des défis que nous avons à relever; maintenir un haut degré d'efficacité sans jamais avoir la possibilité de l'éprouver.

Un autre aspect, qui est généralement négligé, est la connaissance du contexte historique et culturel, ou son occultation. Ce n'est évidemment pas indispensable d'être instruit pour exécuter shiho nage, mais si l'on considère l'aïkido comme un art martial traditionnel, il faut avoir une vision globale, étudier d'autres techniques de combat, pratiquer la méditation sous une forme ou une autre, et cultiver son esprit autant que son corps, afin de maintenir un équilibre entre ces deux pôles.

Le manque de connaissances historiques n'est pas un phénomène uniquement occidental et contemporain. De tout temps, toute chose a évolué, et notre présent fut à un certain moment le futur de nos ancêtres, qui estimaient certainement que leurs contemporains ne

respectaient pas le passé et qui désespéraient de l'avenir.

De nos jours, l'aïkido se développe considérablement. Il y a une profusion d'écoles, qui toutes détiennent évidemment la vérité. Quelle vérité? En l'absence de compétition, qui peut prétendre être le meilleur? Et pour une part des pratiquants, occidentaux, il y a une grande difficulté à approcher une culture qui n'est pas la nôtre, de tenter de la comprendre sans renier notre identité.

Tout cela est notre présent, l'immense richesse que nous offre l'aïkido, l'infinie étendue du champ de recherche des arts martiaux traditionnels et le trésor que nous abordons en étudiant l'aïkido.

Les nouvelles générations reçoivent l'aïkido en héritage. Leur évolution dépendra de la force du message que nous leur laissons, de la sincérité que nous apportons à notre pratique et à la transmission du savoir que nous avons appris de nos Maîtres.

La seule chose dont nous pouvons être sûrs, c'est que les choses continueront à évoluer. De quelle manière, nul ne peut le dire. Il y aura encore des interprétations différentes du même message, certains ne voyant que l'aspect spirituel, d'autres se complaisant dans la confrontation, beaucoup, comme actuellement, n'y verront qu'une sorte de gymnastique exotique. Plus le temps passera, plus le message de O-Sensei sera dénaturé. De plus, nos attitudes, nos luttes pour le pouvoir, nos compromissions et nos faiblesses font partie de cet héritage.

C'est pourquoi nous devons être intransigeants avec nous-mêmes, honnêtes, et ne jamais abandonner.

Dans l'espoir de comprendre l'aïkido à l'heure de notre dernier souffle.

Daniel Brunner

Le 11 décembre 2007

ANN JYOU KAN

Le nom japonais de notre dojo
ANNE DUCOURET

Chiba Sensei dans une lettre du 09/02/07 a donné le nom « ANN JYOU KAN » à notre dojo. Il traduit cela en anglais par « a house of peace and prosperity », soit en français « une maison de paix et de prospérité ». Ce nom fait suite à ma demande écrite du 02 février 2006. Nous étions

encore en pleine procédure administrative pour créer ce dojo dont les portes se sont finalement ouvertes en avril 2006 pour fonctionner à partir de septembre. J'ai pu formuler plus précisément ce souhait lors d'un entretien que Chiba sensei m'a accordé en août 2006.

Un dojo débutant ou l'esprit du débutant « sho shin1 » appliqué à un espace dédié

Notre dojo avec ce nouveau nom débute et avance dans son engagement envers Chiba senseï et son école le Birankai. C'est-à-dire qu'à travers notre pratique commune au sein de ce dojo nous avons à découvrir, à approfondir et à « vivre » les valeurs et la richesse de l'enseignement de Chiba senseï. Et je le remercie pour ce très beau cadeau. Je suis profondément touchée par ce symbole de l'affinité qui me lie en tant que pratiquante, pratiquante-enseignante et pratiquante-responsable de ce dojo à la lignée de Chiba senseï. De même, je remercie les enseignants du Birankai pour leur collaboration dans cette démarche. Je remercie notre président d'association Reynald Deroche pour sa disponibilité et je remercie aussi tous les participants à la vie de ce dojo car cela ne prend de sens qu'avec eux.

Je ne sais pas bien sûr ce qui éventuellement au-delà de ma demande peut motiver Chiba senseï dans sa réponse, je peux seulement vous dire ce que cela m'évoque aujourd'hui. Ce nom à la fois souhaité, espéré et inattendu, je le comprends d'abord comme une perspective que nous avons à explorer.

Les temps du nom

L'arrivée de ce nom se situe dans l'alternance des « oui » et des « non2 » qui ponctuent ce chemin entre détermination et renoncement.

Pour donner quelques repères : un 1^{er} stage en présence de Norberto Chiesa shihan, Patrick Barthélémy senseï et Didier Hatton senseï a inauguré le début de la pratique dans ce lieu en octobre 2003. Le stage d'octobre 2006 dirigé par Norberto Chiesa shihan et Gabriel Vallibouze shihan a marqué le fait que notre organisation en devenant responsable de son espace de pratique peut s'engager plus justement avec les moyens qui lui sont propres dans cette pratique au sein du Birankai. Et aujourd'hui, ce stage de printemps avec Patrick Barthélémy senseï et Didier Hatton

senseï nous donne l'occasion de nous retrouver autour de ce nom.

Mais, c'est aussi les « non » qui affirment et confirment la voie que nous traçons avec ce dojo. Car ils mettent à l'épreuve, il s'agit de consentir au renoncement. En quelque sorte « un non et non » car le non ne vient jamais seul, il se répète, il se redouble, se différencie, indomptable, impatient refusant d'être identifié à l'insuffisance ou au déficit, à la fois origine et avenir, remettre les écarts en mouvement. « Penser c'est dire non, une fois pour rien, l'autre fois pour toutes »

Ainsi les « oui » et les « non » constituent l'originalité de notre mémoire et structurent notre devenir.

« ANN JYOU KAN » le nom japonais de notre dojo

Cette référence à l'origine culturelle de notre pratique peut se comprendre aussi comme la reconnaissance de notre part, de l'écart, de la différence d'angle qui nous est nécessaire dans cette étude des valeurs universelles véhiculées par l'aïkido et plus globalement par les

budos.

ANN peut se prononcer phonétiquement comme mon prénom « anne » et d'autre part il signifie la paix en japonais. C'est-à-dire que dans notre langage en tant que prénom il symbolise l'énergie qui est propre à l'individu, alors que le nom renvoie à la notion de filiation à une famille. Dans ce cadre, je l'entends comme l'élan singulier à l'initiative de ce dojo, alors que ce qui fait son identité émerge au fur et à mesure du partage quotidien.

La paix aujourd'hui dans notre monde semble une utopie, un état inaccessible pour nos sociétés et dans nos rapports aux autres. Cette recherche de la paix ne rejoint-elle pas l'intention de O'Senseï lorsqu'il nous a transmis cette pratique qu'il appela aïkido ?

A notre échelle, n'est-ce pas l'apaisement nécessaire pour qu'un équilibre dynamique puisse se créer, se développer et prospérer, « le JYOU ».

La maison « KAN », un espace où l'on peut expérimenter les « oui » et « non » qui structurent nos existences ; travailler nos conflits, les apaiser pour approfondir notre richesse intérieure et participer aux échanges.



1 Référence à un article de Chiba senseï paru en 1989 dans « Sansho »

2 Cette approche du temps à travers les « oui » et « non » vient de ce qu'en français « Nom » et « non » ont la même prononciation.

Anne Ducouret, allocution au Dojo

DE L'HARMONIE, DES EFFORTS VERS "L'ÊTRE SANS EFFORTS", ET LA REMÉMORATION;
Notes sur la notion de Conscience Martiale de Chiba Sensei par **Amnon Tzechovoy**

Pendant des années, une question n'a cessé de me hanter, une question que je voudrais partager avec mes lecteurs: Si l'art de l'Aikido est si intrinsèquement naturel et d'un flot harmonieux, pourquoi doit-on s'exercer si longtemps, et s'engager intensément dans une pratique sans fin pour pouvoir obtenir ce mouvement fluide et sans effort, le fameux mouvement naturel spontané?

L'essai de Chiba Sensei "The Study and Refinement of Martial Awareness" fournit, je pense, de précieuses clés pour répondre aux questions telles que celle posée ci-dessus, concernant les efforts nécessaires pour atteindre le mouvement sans effort. Pour commencer, Chiba diagnostique les infirmités de notre civilisation occidentale, infirmités obstruant l'accès à la nature innée de l'Homme et de la Femme. En effet, Chiba voit dans le surdéveloppement de l'activité mentale et du comportement conscient une limitation majeure de notre culture Occidentale, qui interfère, selon lui, avec la profonde logique fondamentale de la nature. Cette logique (manifestée dans le comportement des animaux) devient pratiquement inaccessible à l'Homme et à la Femme. L'union avec la nature est l'accomplissement le plus élevé et l'horizon ouvert pour l'humanité. Cela demande, entre autres, une bonne capacité d'oubli à l'encontre de nombreuses couches d'activité mentale consciente ; on doit renoncer à de nombreux bénéfices offerts en Occident par une incessante verbalisation rationnelle sur-cogitée. À mon avis, Chiba insiste sur le retour nécessaire à un mode de vie instinctif, libre de tous filtres culturels qui empêchent l'Homme et la Femme d'être Un avec la nature. Cette unité avec la nature est équivalente à la notion de Chiba d'une conscience martiale complète et ouverte. Comme il le dit:

« Je considère le terme *Conscience martiale* comme étant largement associé avec un type de réaction instinctive, une sensibilité spontanée, qui donnent lieu à des actions globalement *naturelles*. »

L'idéal d'union avec la nature de Chiba est, tel que je l'entends, une ré-union avec notre héritage perdu et notre potentiel d'auto identification avec la nature. Comme il est suggéré ci-dessus, c'est extrêmement difficile, et donc demande un entraînement répétitif et souvent exténuant à l'Aikido, à cause de l'état des choses actuel de notre civilisation Occidentale.

Je souhaiterais à présent contribuer une hypothèse concernant la dynamique du retour à la nature de

l'Aikido telle que je l'entends. Car la question demeure: Comment comprendre le processus de transformation de l'Aikido comme un moyen d'atteindre, dans la terminologie de Chiba, une vraie conscience



martiale? Dans la mesure où, dans la pensée de Chiba, la discipline de l'Aikido est étroitement liée à la conscience, nous devons penser en termes de transformation de conscience afin de nous comprendre en tant que pratiquants en quête d'un objectif (la conscience martiale). Nous avons bien sûr un long chemin en face de nous (je parle de la transformation de conscience par l'Aikido)

Quels concepts pouvons-nous utiliser dans notre réflexion sur le développement de l'Aikido? Je suggère dans le présent article que le souvenir ou la réminiscence de mémoires profondes sont utiles dans une tentative préliminaire de connexion entre la pensée de Chiba et la psychologie de la conscience de l'Aikido.

J'emprunte le concept de mémoire profonde au grand Platon. Dans son dialogue intitulé Meno, il dit:

Socrate: Si la vérité de toutes choses existe dans notre âme, alors l'âme est immortelle. Donc sois optimiste, et tente de te remémorer ce que tu ne sais pas, ou plutôt ce dont tu ne te souviens pas.

Dans ce dialogue magnifique, Socrate amène un garçon à prendre conscience qu'il connaît une certaine vérité mathématique (le théorème de Pythagore) par réminiscence progressive. Le garçon est un simple serviteur, il n'a jamais appris les mathématiques. Mais voilà, il ressort une mémoire profondément enfouie de vérité mathématique sophistiquée. Il retrouve avec succès une partie de savoir presque inaccessible. Donc, la connaissance, selon Platon, est véritablement une profonde réminiscence d'être et de savoir disponibles sous notre comportement présent et notre conscience. C'est le type de réminiscence et de conscience universelles et profondément cachées impliquées dans la conception de conscience martiale de Chiba.

Il y a bien évidemment de grandes différences entre les types de conscience possibles pour un

homme ou une femme selon Platon et le type de conscience martiale mentionnée par Chiba. J'utilise la théorie de la connaissance (ou conscience) en tant que mémoire, de Platon, afin de commencer à penser à la pratique de l'Aikido. Ce qui me paraît important est la présence de couches rendues accessibles par vertu de notre nature déjà existante. Nous ne créons pas la conscience martiale à partir de rien. Chiba recommande un mouvement fluide, élégant, spontané

et instinctif. Tel que je le comprends, il veut dire que nous, pratiquants d'Aikido, devons-nous approcher de cette conscience martiale libre d'efforts par un effort vers un certain type de réminiscence. Donc, par notre rigoureuse discipline d'Aikido, nous nous remémorons et redevenons qui nous sommes vraiment, et peut-être qui nous avons toujours été.

Amnon Tzechovoy

WHAT CAN WE CHANGE ?

Christophe Peytier

Être dans la position extrêmement privilégiée de traducteur du Birankai Continental Europe me permet (ou devrais-je dire "me force") à digérer et à méditer les textes qui me sont donnés à traduire, afin de mûrir les mots que j'utiliserai dans la traduction. J'essaie de rester fidèle au sens de l'auteur, tout en gardant une fluidité pour que le résultat n'apparaisse pas pesant. Je le prends comme une forme de Ukemi, accepter quelque chose tout en limitant les interférences, et rechercher le centre.

A ce titre, j'ai été amené à passer un temps conséquent, bien sûr, sur le texte de Chiba Sensei "The study and refinement of Martial awareness" ainsi que sur certains textes de mon ami le Docteur Amnon Tzechovoy, qui donne une perspective complémentaire sur le sujet de la Conscience Martiale.

En particulier, le thème de la transformation (que ce soit de la conscience ou du corps) m'est d'un intérêt tout particulier. Principalement à cause de mes difficultés à appréhender ce thème, même après plusieurs décennies de pratique. Je voudrais exposer mon inconfort sur cette notion de la transformation à travers la pratique. Dans ce but, il me semble nécessaire de s'intéresser un peu à certains comportements fondamentaux de l'être humain.

J'utiliserai, bien qu'elle soit extrêmement sommaire eu égard à la complexité du cerveau, l'approche qui considère qu'il comporte trois couches :

- Le cerveau reptilien, exclusivement impliqué dans la survie et la perpétuation de l'espèce, avec donc une notion d'espace immédiat (la distance de survie)
- Le cerveau mammalien, également appelé système limbique, principalement intéressé par les émotions, la notion du agréable/désagréable, et la gestion de l'espace en tant que territoire
- Le neo-cortex, vraiment en charge des matières non vitales comme le langage, les données abstraites telles que l'art, etc.

Il n'est pas surprenant, alors, qu'en cas de grande frayeur on puisse perdre instantanément l'usage de la

parole ou même du cri, étant notés par le cerveau comme non-vitaux et donc court-circuités en cas d'urgence. Je suis également frappé par la manière dont les animaux d'une même espèce se battent pour le territoire (afin d'accroître leurs chances de trouver de bonnes femelles capables de leur donner une descendance de qualité). Cette sorte de combat rituel est toujours fait de manière à infliger une douleur mais pas de dommages permanents, dans la mesure où il serait contre-productif pour l'espèce de voir de jeunes mâles s'infliger mutuellement de trop sévères blessures. Par exemple, de jeunes cerfs se battent pendant des heures en se cognant la tête ou s'entremêlant les cornes, d'une manière linéaire et dans un mouvement frontal, jusqu'à l'abandon de l'un d'eux. Ils sont poussés par leur cerveau mammalien. L'issue de ce type de combat sera un gagnant et un perdant. Néanmoins, le même animal, mis dans une situation de survie, par exemple assailli par une horde de loups, sera conduit par son cerveau reptilien et agira de manière complètement différente, utilisant ses cornes non pas pour cogner de face mais pour éventrer ou égorger les loups aussi vite que possible, dans un mouvement circulaire flanquant, essayant de les tuer pour sa propre survie. L'issue de ce combat sera un vivant et un mort. Chez les êtres humains, il est très facile de différencier, en situation de conflit, si l'on est en "mode mammalien" ou en "mode reptilien". Dans le premier cas, on va essayer de se faire aussi grand que possible, les épaules soulevées, les poings serrés, la face rouge congestionnée par le sang, souvent vociférant dans une tentative d'intimidation de l'adversaire. L'objectif est de faire mal, mais pas de créer de lésions permanentes à l'adversaire, comme une main ouverte pourrait le faire avec les doigts dans les yeux ou la gorge (d'où les poings serrés). Le second cas, au contraire (lorsque le cerveau reptilien domine) – entraînera une posture très basse, tout le sang concentré au centre du corps afin de ne pas perdre l'équilibre, et donc le visage très pâle, pas de cris (souvent la personne ne peut émettre un seul son, comme nous l'avons vu plus haut), les mains sont ouvertes, prêtes à arracher tout organe sensible passant à portée. Dans les cas extrêmes, des fluides corporels peuvent être relâchés sous l'effet d'un

changement brutal d'acidité. Cette réaction naturelle permet de réduire le poids et donc d'augmenter la vitesse de déplacement. Les gens de la campagne savent que le cochon ne doit pas être effrayé avant d'être tué, sans quoi l'acidité du sang rendra la viande exécration.

A mon sens, c'est la raison primordiale pour laquelle O Sensei était opposé à la pratique de compétition en Aïkido: La compétition entraîne une notion de gagnant et de perdant, donc oblige à un rituel (les règles, en général ayant pour vocation de limiter les dégâts par interdiction des armes les plus redoutables du corps humain). En revanche, en Aïkido tel qu'il doit être pratiqué en tant qu'art martial, il faut pouvoir garder à l'esprit la notion de combat mortel, et non pas simplement de gagnant-perdant. Je m'efforce, durant la pratique (et aussi bien en tant que Nage qu'en tant que Uke) de rechercher la moindre ouverture chez mon partenaire, en me disant « ici je pourrais lui mordre l'oreille, là je pourrais lui mettre les doigts dans les yeux ». Notez que je mets l'emphase sur les dents et les griffes, qui sont, comme chez tous les animaux, les armes les plus efficaces. Je trouve ironique que dans les « sports Martiaux » (je ne veux pas les appeler « Arts Martiaux »), tels que les compétitions de Judo, Karaté ou même le « Vale Tudo » (Ju-jitsu Brésilien qui signifie littéralement « tout est permis ») il est toujours interdit de mordre et de piquer les yeux. C'est un peu comme si on organisait un tournoi de tennis en disant « tous les coups sont permis, mais vous n'avez pas droit à la raquette »!

Ayant établi les bases du comportement humain fondamental, posons-nous à présent la question centrale de cet essai : la transformation de conscience, obtenue par une pratique adéquate, est-elle à même d'altérer les comportements fondamentaux exposés ci-dessus ? Dans le processus de révélation de la Conscience Martiale, je suis enclin à penser que l'on nous demande d'atteindre nos couches profondes de survie, ce que j'appelais le cerveau reptilien. En effet, je me souviens d'un stage à San Diego au début des années 90, où Chiba Sensei nous avait dit : “ Lorsque vous m'attaquez vous devez penser que vous pouvez mourir”. Ceci a été un moment déterminant dans ma compréhension de l'Aïkido. C'est extrêmement effrayant. Car admettons-le : depuis six millions d'années, l'esprit humain n'a pas évolué pour ce qui est des deux premières couches. Seul le neo-cortex a évolué. Et heureusement d'ailleurs, car je reste à penser que si notre cerveau reptilien était capable de modifications à l'instar d'un ordinateur dont on modifie le programme, l'espèce humaine aurait à présent disparu !

Donc, si on ne peut modifier le cerveau reptilien malgré les dizaines d'années de pratique, comment sommes-nous affectés par le processus de transformation mentionné par le Docteur Tzechovoy?

Dit sans ambages, ma question est : si j'étais mis dans les circonstances de survie appropriées, par exemple face à un opposant de taille égale, armé d'un couteau et avec l'intention manifeste de me tuer, voudrais-je juste le tuer le plus rapidement possible, ou bien tenterais-je d'éviter son attaque, de le contrôler et le désarmer avec compassion afin de contribuer à résoudre le conflit élégamment et sauver une vie, ainsi que j'adorerais pouvoir le faire ?

Bien sûr, puisque cette question me trouble depuis très longtemps, j'ai tenté d'y trouver des réponses. A présent, je discerne deux candidates possibles au rôle de réponse décente.

La première consiste à penser que, bien que nous ne puissions reprogrammer les couches basses de notre cerveau, nous pouvons *ajouter* au programme existant. Cela signifie que lorsque nous avons nettoyé les impuretés accumulées (tel que décrit dans l'article de Chiba Sensei) et recouvré la conscience de notre capacité à tuer, nous pouvons alors en profiter, comme quelqu'un montant dans un bus pour faire un bout de route, mais qui pourra sauter juste au bon moment, pour suivre son propre chemin le moment venu. Cela implique toutefois deux éléments importants

1- Nous devons prendre conscience de notre capacité à tuer avant de pouvoir épargner. Ceci est compris, en Japonais, comme Satsujin Ken (le sabre qui tue) devenant Katsujin Ken (le sabre qui donne la vie).

2- Nous devons pratiquer constamment d'une manière qui ne contredit pas le comportement de nos couches profondes. Si non, au mieux nous pratiquerons pour rien, et au pire nous apprendrons des mouvements contre-productifs en cas de survie, qui viendront interférer et réduire considérablement nos chances de vie.

L'espoir, dans ce cas, est que, mis dans les circonstances adéquates, nous serons capables d'agir (comme le dit Chiba Sensei) de *manière naturelle*, tout en bénéficiant de notre entraînement en Aïkido qui nous aura conditionné à un comportement de plus haute valeur éthique au-dessus de notre instinct de survie.

La seconde candidate au poste de réponse est de dire que, en regagnant conscience de notre “animalité”, on comprendra mieux les facteurs déclenchants, donc nous serons mieux à même, à travers une perception affinée, de sentir lorsque nous nous apprêtons à basculer dans le mode mammalien ou reptilien. Ceci signifie que l'on devient capable d'anticiper la montée d'une certaine émotion ou d'un comportement. Je pense qu'il est raisonnablement crédible de dire que l'on peut éviter de tomber dans la situation de “bagarre de bar”, simplement avec la volonté de réduire la tension grâce au simple langage

corporel (comme ouvrir les mains devant un adversaire potentiel pour signifier “je ne te veux pas de mal”). En effet, dans cette situation typique (souvent déclenchée par une intrusion dans l'espace de l'autre) il existe des signes progressifs d'escalade du conflit, donc une bonne prévisibilité.

Néanmoins je reste dubitatif, à la suite d'expériences personnelles, sur la capacité à contrôler les émotions dans une situation mettant en jeu les couches plus basses. J'ai été mis, à quelques reprises, dans des situations où “quelqu'un d'autre en moi” prenait les commandes de mon comportement. Une de ces occasions, bien que ne mettant pas ma vie en danger de manière immédiate, était néanmoins extrêmement menaçante, avec quatre personnes nous guettant, ma jeune épouse et moi-même, dans un couloir de métro parisien à minuit. Je sentis immédiatement que quelque chose n'allait pas lorsque je vis ces quatre personnes en blouson de cuir, immobiles à quelques mètres de part et d'autre du tourniquet d'entrée de métro. Après avoir conduit ma femme à passer devant moi afin de franchir le tourniquet et la porte, juste au moment où je prenais mon portefeuille dans mon sac en bandoulière, resté légèrement dans mon dos, l'un des hommes se rua sur moi par derrière et saisit mon portefeuille dans mon sac. Alors qu'il retirait rapidement sa main et l'enfouissait dans sa propre poche de blouson afin d'y cacher ce qu'il m'avait volé, je me revois clairement coller ma main à la sienne, lui re-arrachant mon portefeuille avant qu'il n'ait pu réagir, sans même le regarder (il était derrière moi). Ma femme se retourna et me dit “À qui as-tu dit merci ?”. Je lui répondis : “Ce type vient de me piquer mon portefeuille, pointant du doigt l'homme, resté immobile, ses trois acolytes également gelés dans une totale immobilité. Ils semblaient prêts à aider leur comparse en cas de

bagarre, mais il n'y avait pas eu de bagarre ; la situation ne faisait à l'évidence pas partie de leur routine. Bien sûr, toute la scène avait duré moins de deux secondes. À ce jour, je ne sais toujours pas qui, en moi, avait été capable de a) voir un homme derrière moi saisir mon portefeuille en un éclair, b) guider ma main à l'intérieur de son propre blouson pour reprendre mon portefeuille, et c) lui dire “Merci”. Étaient-ce les “yeux des dix directions” dont parle Chiba Sensei? Ou le “vous devez voir avec la peau” que les traditions martiales enseignent aussi loin que le Kalaripayat, l'art martial ancestral du Kerala en Inde?

Une chose est claire : “Quelqu'un” a pris le contrôle de la situation, j'ai agi sans conscience d'agir, et je n'ai certainement aucune idée de pourquoi j'ai remercié mon agresseur. J'étais 1er Kyu à l'époque et je suis incapable de déterminer si ce comportement avait été influencé par l'Aïkido ou pas.

Ce fut une expérience humiliante et rassurante à la fois. Rassurante car je sentis que, si besoin était, je serais capable de faire “la chose juste”. Humiliante car je suis resté avec le sentiment que, en tant que personne, je pouvais perdre le contrôle si les circonstances s'y prêtaient.

Je ne sais toujours pas si la pratique de l'Aïkido a altéré ou altèrera le comportement potentiellement mortel qui réside en moi et en chacun d'entre nous comme la puissance nucléaire réside dans un grain d'uranium, et si cette pratique nous rendra capable du plus haut degré d'éthique pour lequel nous nous entraînons constamment, ou bien s'il nous laissera nous comporter comme tant de nos ancêtres l'ont fait jusqu'à ce jour : tuer pour ne pas être tué.

Christophe Peytier

BOUGER NATURELLEMENT

Quelques réflexions à l'occasion de l'examen de 4e Dan, printemps 2007

Ursula Schaffner

Pendant les premières années de mon cheminement d'Aïkidoka, j'ai apprécié de pouvoir découvrir et essayer des nouvelles techniques. J'ai beaucoup voyagé, je me suis entraînée sous la direction de différents maîtres dans des différents pays. Aujourd'hui, mon sac à dos est plein de techniques et je suis sûre que, au moment où je me trouverais en face de quelqu'un, la technique adéquate à la situation en sortirait toute seule. Maintenant, je suis donc plutôt intéressée à explorer les diverses couches d'un mouvement en contact avec un partenaire et à découvrir et vivre le mouvement « naturel » au-delà de la forme.

Vivre en campagne

O Sensei a dit que notre chemin devrait s'appuyer sur trois piliers: la pratique quotidienne de l'Aïkido, le jardinage et le chemin spirituel. Malheureusement, je n'ai presque rien entendu sur la signification du jardinage dans ma pratique de l'Aïkido. Je n'ai pas non plus trouvé de texte écrit ou de tradition orale sur le sujet.

Dans cet essai, j'aimerais approfondir un peu cet aspect. D'autant que je vis depuis quelques années à la campagne, dans une petite maison avec un grand potager et avec beaucoup de fleurs et d'arbres. Le jardinage fait partie intégrante de ma vie et ma vie me semble être plus naturelle et

complète comparée à celle d'avant en ville. En travaillant dans mon jardin, je médite souvent sur les aspects communs de l'Aïkido et du jardinage et sur leur enrichissement réciproque.

O Sensei préférait la vie à la campagne à celle en ville. Nous connaissons sa tentative de créer une communauté agricole autarcique sur l'île de Hokkaido quand il était jeune. L'expérience a échoué pour diverses raisons. Dès 1935, Morihei a commencé à acheter du terrain à Iwama et espérait y ouvrir un Dojo. Bien qu'au début, sa vie et celle de sa famille ait été très modeste, il était très content puisqu'il vivait en rapport avec la nature, mère qui fait don de la vie. Un potager et des rizières faisaient partie du terrain à Iwama. O Sensei les cultivait ; il savait quand il fallait semer les plantes, les éclaircir et les récolter. Il aimait aussi admirer leur beauté.

Plus tard, quand des élèves vécurent comme *uchideshi* à Iwama, le jardinage faisait partie intégrante de leur vie quotidienne, à côté de l'entraînement régulier.

Il existe une très belle photo de O Sensei, prise dans le jardin de l'écrin d'Iwama. Dans une main, il tient un arrosoir avec lequel il irrigue les fleurs. Son attitude est détendue, l'expression de son visage est presque celle d'un enfant. Il semble faire un avec la terre et les environs. Je dirais qu'il se meut complètement naturellement.

Laisser les formes derrière soi

Beaucoup de maîtres, du légendaire maître de sabre Yagyu Munenori (1571-1666), à Morihei Ueshiba jusqu'à T.K. Chiba Sensei, pour en nommer quelques-uns, nous demandent de laisser les formes derrière nous et de bouger naturellement.

Mais, qu'est-ce que ça veut dire, bouger naturellement ? Cela semble évident et pourtant c'est une notion très difficile à saisir. Kisshomaru Ueshiba s'exprime de la manière suivante sur le sujet : « (...) je crois, que cela veut dire, comprendre précisément et directement en soi-même l'action de la nature, qui transperce l'univers et qui influence notre corps et notre vie. » (Kisshomaru Ueshiba, traduction de la

version allemande „Der Geist des Aïkido“, 1993, p. 106). À un autre endroit il dit : « Si nous sommes complètement conscients de la manière dont les phénomènes naturels et leurs transformations influencent l'homme, nous savons aussi qu'ils sont liés d'une certaine manière à notre propre conception du sens de la vie » (p. 107).

C'est un fait manifeste que nous faisons partie de la nature. Pourtant les mots de Kisshomaru démontrent que cette vérité ne nous est ni naturelle ni consciente dans son sens profond. Plutôt, nous devons nous engager, dans un processus continu, à faire des efforts dans cette direction.

Hors-sol

Quand, dans ce texte, je parle de « nous », je pense en particulier aux habitants des pays riches et industrialisés. Beaucoup vivent aujourd'hui dans des villes ou des agglomérations. Peu nombreux sont ceux qui ont encore un rapport avec la production de la nourriture ou avec les cycles de la nature. Nous trouvons en permanence dans les magasins des fruits et des légumes produits sur d'autres continents, dans d'autres zones climatiques et durant d'autres saisons que les nôtres. On nous propose en janvier des asperges du Pérou, en février les premières pommes de terre d'Israël, pendant tout l'hiver des poires d'Afrique du Sud. Nous considérons le temps et les saisons tout au plus comme un facteur (dérangeant) dans la planification de nos loisirs. Parallèlement, nous « créons » nos propres saisons en fuyant à Noël aux Caraïbes ou en réalisant le rêve d'un éternel été en achetant une maison au Sud. Avec les tomates, en janvier, nous essayons de pratiquer la magie en mettant l'été dans nos assiettes, même si ces pommes du paradis, comme on les appelle aussi, n'ont aucun goût, puisqu'elles n'étaient ni enracinées dans le sol ni mûries sous le soleil. Elles sont cultivées hors-sol sous une lumière artificielle.

La vie moderne est littéralement détachée de la terre et des conditions naturelles. Il nous manque les racines réelles et donc les liens sensuels avec les lieux où nous vivons. Nous



vivons de plus en plus dans un monde dit civilisé et cultivé – ce qui veut dire un monde dominé et modelé par l’homme – et loin d’une vie naturelle.

Le jardin – clé vers la nature

Dans mon jardin, je vis avec les cycles de la nature. Tous mes sens, mes sentiments et mes émotions sont sollicités. Les yeux et les oreilles, le nez et la bouche, et bien sûr aussi le sens du toucher. Ce que je vois, entends, respire, goûte et ressens change au cours de la journée, de la nuit, des semaines et des mois. À travers les saisons, mes états d’âme se transforment aussi.

En printemps, avec la lumière croissante, je me sens tirée vers l’extérieur. Chaque année, la date du début des travaux peut changer. Parfois, au début mars, la terre est assez tiède et sèche pour préparer les planches en vue des premières semences. Parfois, il faut attendre avril pour que je ne m’enfonce plus dans la terre humide. Il faut observer et être prête au bon moment pour réaliser l’action nécessaire, le prochain pas. Je ne peux pas contraindre la nature. Ma déception et mon impatience en mars ne sèchent ni ne réchauffent la terre, même si j’ai planifié une semaine de vacance pour le jardinage six mois à l’avance. Même si je ne veux pas l’admettre, la terre ne fera pas pousser la salade ou le fenouil, les grains ne germeront tout simplement pas, les plants dépériront.

Cela vaut tout au cours de l’année: il faut encore et toujours observer l’état des choses, examiner l’humidité, le vent, la chaleur. À travers de mes expériences des années précédentes et de celles de mes voisines plus âgées et plus expérimentées, j’apprends quelles plantes vont bien ensemble ; quels outils sont les mieux adaptés ; de combien d’espace une plante a besoin pour prospérer ; quand est venu le moment d’éclaircir, d’engraisser, d’arroser, de récolter. Finalement, il faut tailler les vieilles branches pour faire de la place aux nouvelles pousses et préparer le terrain pour le repos de l’hiver.

Comprendre les lois de la nature, les vivres et les transcender

Avec le travail quotidien dans le jardin, j’apprends les lois de la nature, je leur fais confiance, je les vis, je me sens une partie de la nature – je vis naturellement. Me lever quand le soleil se lève, me coucher quand il fait nuit, vivre avec les cycles de la nature. Plus je fais l’expérience de la nature en vivant directement avec elle, plus elle me fascine avec ces

incroyables merveilles qu’elle développe dans l’interaction complexe des éléments.

Le matin, les odeurs sont différentes de celles du soir ; les parfums changent selon que le temps est sec ou humide. Au printemps, pendant la saison des fleurs, les odeurs sont subtiles et charmantes. Le goût des premières herbes est frais, âcre et stimulant. Les haricots et les tomates, en été, sont pleins de soleil et rafraîchissent le corps. En automne avec le céleri, les betteraves, les carottes, les légumes au goût plutôt terreux dominant, légumes qui peuvent se conserver en cave et qui nous nourrissent et nous réchauffent pendant la période où la terre et la végétation sont au repos.

Par le jardinage, j’apprends donc les lois de la nature avec tous mes sens, je l’incorpore par la nourriture et finalement je les transcende.

Devenir et mourir

Mon respect envers la nature qui fait naître chaque année à nouveau le miracle du devenir, après une période de calme, de mort apparente, ce respect augmente au fur et à mesure que je me familiarise avec mon jardin. Je fais l’expérience concrète des périodes de calme, des périodes d’activité, des périodes d’attente. J’apprends à observer de mieux en mieux et je constate à quel point le temps et l’espace sont des conditions nécessaires pour que la vie puisse se développer. Seul ce qui est enraciné peut se développer. Ce qui me semblait être évident pénètre – par le travail de la terre – dans mon corps, ma conscience et mon esprit. Je sens le *Ki* de la nature, le devenir et la mort perpétuel.

Le long de mon chemin de l’Aïki, j’ai toujours entendu dire que la signification de Aï était harmonie et amour. Aujourd’hui, je me rends compte que j’ai intégré ces deux termes avec « la vie ». Je me suis longtemps frotté à la soi-disant contradiction selon laquelle on pouvait parler d’amour et de vie alors que les arts martiaux, y inclus l’Aïkido, sont liés à la mort. Par le jardinage, j’apprends concrètement que la vie et la mort ne sont pas en contradiction, mais qu’elles correspondent aux cycles de la nature : sans vie pas de mort et sans mort pas de vie. De plus en plus la vie et la mort, le devenir et la disparition deviennent pour moi naturels.

Récemment j’ai appris par Daniel Brunner Sensei que le sens original de « Aï » était de s’adapter de manière optimale aux circonstances données pour assurer la survie. Dans notre monde civilisé et plein de sécurité, cette faculté n’est

peut-être plus aussi indispensable qu'autrefois. Néanmoins, m'adapter au mieux aux circonstances, c'est ce que j'essaie de faire dans mon jardin comme sur les tatamis.

Dans l'Aïkido, nous essayons de prendre la place de l'autre, ou de ne pas le laisser envahir notre espace. Quand je travaille dans le jardin en envahissant la nature, quand je lui donne forme, je prends aussi ma place. Dans ce processus, il faut que je respecte les lois de la nature, que je m'y adapte le mieux possible. Sans mes interventions, la nature reprendrait sa place, mon jardin deviendrait sauvage et quelques plantes prendraient rapidement le dessus. Un jardin, c'est une lutte et une recherche permanentes de l'équilibre entre la nature et la culture.

Remarques finales

Que signifie donc « bouger naturellement » en partant des réflexions sur mon jardin ?

Bouger naturellement suppose que je vis naturellement, en accord avec la nature. Je connais l'endroit où je vis. Avec le jardinage, je m'unis en permanence, sensiblement, physiquement, concrètement avec la nature, durant toute l'année. Chaque moment est nouveau et unique. En permanence, je suis attentive, j'essaie, j'utilise mes expériences,

celles de mes vieilles voisines et celles des générations précédentes. Le savoir et les compétences physiques sont indispensables pour commencer, et, en même temps, doivent laisser en permanence de la place à la remise en cause et à de nouvelles possibilités. Pour tout cela, il faut du temps, car les compétences et les capacités ne se développent pas du jour au lendemain ; de plus, elles ne sont pas acquises pour toujours. C'est un processus permanent, il faut apprendre encore et encore. Chaque étape du jardinage vient en son temps. Être prête pour le moment juste devient une expérience profonde, devient la vie elle-même, devient la vie naturelle.

Bouger naturellement est le résultat d'une transformation du travail physique en plein air et au contact des éléments, en une attitude intérieure. Bouger naturellement signifie alors bouger en s'adaptant aux conditions données, avec les sens en alerte, comprendre les lois du devenir et de la mort «précisément et directement en soi-même», comme s'exprimait Kisshomaru.

Ursula Schaffner

Texte original en langue Allemande

Relecture de la version Française: Jacques Pictet

PRODUCTION ÉCRITE POUR L'EXAMEN DE FUKUSHIDOIN – Uzès 2007

Christophe Brunner

L'enseignement est mon métier depuis si longtemps que je ne sais trouver une synthèse académique de ce que représentent 20 ans de pratique, et à plus forte raison en ce qui concerne l'enseignement de l'aïkido.

La forme de cette rédaction me paraît mieux refléter les relations complexes des notions que je transmets – une par une – au travers des cours qui me sont confiés, et leurs interpénétrations.

Cela ne signifie pas que je maîtrise pour autant ces notions qui me sont chères, que j'aime étudier et transmettre. Rédiger leurs définitions m'a poussé à y penser, à en tirer une synthèse, à comprendre leur état actuel et combien ces elles sont évolutives, changent et s'altèrent pour – idéalement – devenir plus simples, plus claires et peut-être un jour, simplement être.

Quant aux noms et titres, ils figurent surtout à titre d'indices.

En vous souhaitant autant de plaisir à ces lignes que j'en ai pris à les créer,

Cordialement,

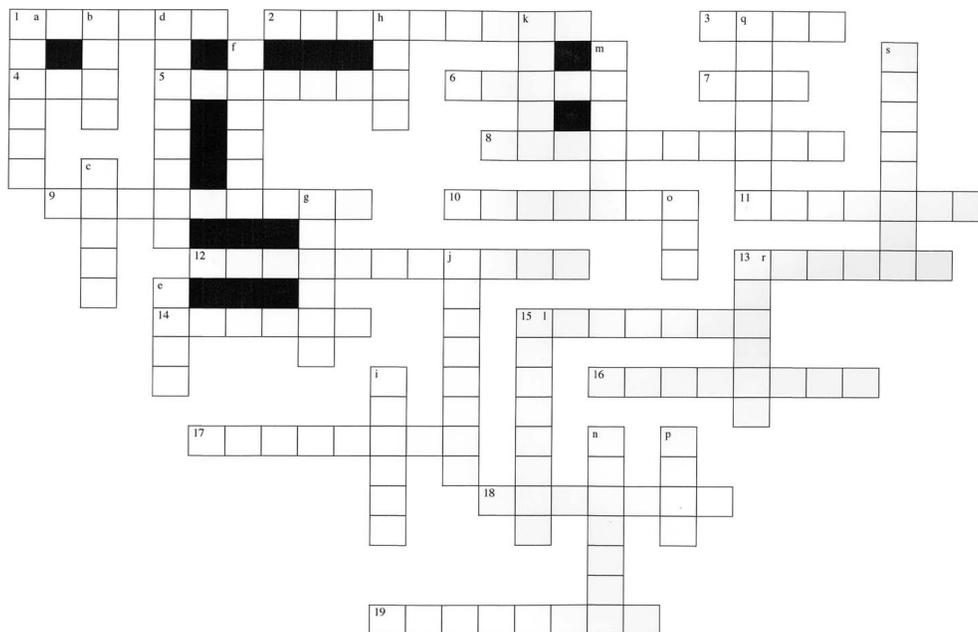
HORIZONTAL

1. enseignant-e d'enseignant-e-s
2. transmettre l'interprétation, le résultat de l'étude – sans laquelle ce processus ne saurait pleinement exister ; proposer une base d'étude, une direction, susciter l'envie d'apprendre ou la stimuler. C'est une création de chaque instant basée sur la relation humaine, un moment unique et

éphémère, l'occasion d'apprendre tout en s'adaptant et en se renouvelant

3. le plus grand « incapacitateur » ; parfois panique, irrationnelle, elle peut résulter de l'incompréhension
4. maladie mortelle sexuellement transmissible
5. transition entre deux états ; inhérent à tout être, à toute chose, à tout lieu et de tous temps

6. lorsqu'on le prend, c'est l'occasion d'apprendre à absorber mais surtout à se relever
7. sans quoi « non » n'existe pas
8. « antidote suprême à la distraction », selon Sogyal Rinpoché. Pratique du lâcher-prise qui aide à préparer la mort. Il en existe de nombreuses variétés (zazen, dzogchen, vipassana) l'important étant moins le chemin choisi que d'y avancer. On peut la pratiquer en groupe ou en solitaire, pendant une heure ou un instant
9. connexion, union de deux choses, personnes ou notions ; inhérente à la fusion de être et faire ; force unificatrice qui permet de former un tout ; enchaînement logique des parties composant l'enseignement
10. titre d'enseignant-e
11. action de dire non, franchement déconseillée
12. titre d'assistant-e enseignant-e
13. a commencé l'étude avant le *kohai*
14. troisième niveau de batto ho
15. l'étude du sabre – non seulement des mouvements mais aussi de son histoire; fait partie intégrante du cursus au sein de Birankai
16. il en faut pour enseigner, mais aussi pour étudier. La perdre nous énerve mais c'est l'occasion de mieux la retrouver
17. résultat de l'adaptation à toute situation quelle qu'elle soit, violente ou pacifique, intense ou diluée, réfléchie ou spontanée. Les mains jointes indiquent son lien entre le corps et l'esprit
18. l'attention ; la tension
19. indispensable pour oublier les préjugés, pour étudier comme pour enseigner ; s'en prévaloir montre son absence



VERTICAL

- a. ce qu'il convient d'oublier pour apprendre
- b. la première est peut-être la bonne, peut-être pas, mais il faut la réaliser pour s'en assurer
- c. a débuté l'étude après le *sempai*
- d. action de dire oui, fortement recommandée pour *tori* comme pour *uke* et qui peut mener à l'harmonie
- e. ce vers quoi tend la vie ; la méditation nous y prépare, la vie aussi
- f. celui, ou celle, qui initie l'élève. N'est pas forcément enseignant, pas plus qu'un enseignant ne le devient forcément. Sa relation avec l'élève est un élément primordial de Birankai
- g. second niveau de batto ho
- h. ... ou ne pas être, telle est la question
- i. notre maison ; lorsqu'on l'habite, on peut rayonner sans se disperser ; au besoin,

-
- | | |
|---|---|
| <p>réponses et solutions s’y trouvent ; le <i>hara</i> y réside</p> <p>j. la pratique de méditation qui me convient, plus proche du bouddhisme que du shintoïsme. Selon Sogyal Rinpoché, c’est un état, l’état primordial, fondamental</p> <p>k. celui (ou celle) que le maître initie, puis qui étudie et dont la relation avec ce dernier est un élément primordial de Birankai. Peut (éventuellement) dépasser le maître, sans toutefois devenir son <i>sempai</i></p> <p>l. fondé par T.K.Chiba sensei</p> <p>m. art martial qui, selon son fondateur, ne s’explique pas mais se pratique</p> | <p>n. ce que nous devrions porter à tout être, à toute chose, à chaque endroit ... et d’abord à soi-même</p> <p>o. sans cela, pas de oui</p> <p>p. si tu la veux, prépare la guerre ... car « <i>si vis pacem para bellum</i> »</p> <p>q. indispensable pour enseigner, chaque aspect de vie pouvant en être le sujet</p> <p>r. premier niveau de batto ho</p> <p>s. a décidé d’étudier et peut porter une ceinture noire</p> |
|---|---|
- Christophe Brunner
Lausanne, le 3 juillet 2007
-

APPRENDRE À TRANSMETTRE ET TRANSMETTRE L’APPRENTISSAGE

(ou la nature de la transmission)

Essai accompagnant le passage de grade de Fukushima à Uzès, juillet 2007. **Stephan Corsten**

L’apprentissage de la Voie en même temps que la transmission aux autres ne sont pas des procédés séparés, mais sont fondamentalement un et le même puisque, sans étude, il n’y a pas de transmission de savoir ; et il n’y a pas d’apprentissage sans transmission.

(Extrait des Notes se rapportant à la déclaration Shidoï/Fukushidoï, par T.K. Chiba Sensei : 5. Compréhension de l’importance de la transmission de la voie et votre relation avec vos propres étudiants).

Pendant quelques années, j’ai essayé de copier les techniques démontrées par l’enseignant. Et comme nous le faisons tous (du moins dans la culture occidentale), lorsque l’on ne sait pas, on demande à une personne qui sait. Ainsi, logiquement, si l’on veut apprendre, on s’entraîne aussi souvent que possible avec des étudiants avancés. Et cela fonctionne, mais seulement jusqu’à un certain point. Intervient ensuite le système Sempai-Kohai, qui demande aux aînés de prendre soin des étudiants moins avancés et de les instruire. Dans notre vie quotidienne, nous avons tous pu vérifier que l’on comprend seulement ce que l’on est capable d’expliquer. Je ne veux pas m’engager sur le sujet de la faculté d’expliquer, mais simplement sur la compréhension du sujet.

Jusqu’ici cependant, je ne parle que de la compréhension des éléments technique, physique et intellectuel de l’art.

Notre école est basée sur la relation entre le maître et l’élève. Cette relation amène chacun au point de découvrir un contenu plus profond dans la pratique de l’aïkido que la forme et la connaissance.

L’article que je citais plus haut continue avec ces lignes : *la relation d’un étudiant avec son maître devrait s’appliquer aussi à ses propres élèves. Ceci est un besoin essentiel pour l’apprentissage de la Voie et pour sa transmission et sa préservation.*

En outre, l’esprit de sacrifice, la compassion, l’amour et l’altruisme sont les premières et les plus insignes qualités dont un enseignant doit faire preuve, ainsi que la disposition à aider ses étudiants avec une ouverture d’esprit qui découle d’une compréhension de la diversité de la condition humaine.

J’ai été heureux d’expérimenter cette sorte de relation avec mon maître pendant de longues années. Mais je dois admettre que ce fut grâce à son exemple. Et je me rends bien compte qu’il y a quelque chose comme une « alchimie » positive entre les deux. (Il doit s’agir d’une expression allemande qui signifie autant que possible : mes molécules ont envahi les espaces pour autant que mes molécules contraires s’adaptent).

Il y a environ deux ans, j’ai commencé mon propre cours à l’Aïkikai Dojo de Zürich. Le

vendredi soir, à peu près à l'heure précise où tous les autres sortent pour aller boire des bières et s'amuser. Mon but principal était d'étudier les formes exactes de l'école de Chiba Sensei, puisque l'Aïkikai de Zürich suit officiellement Tamura Sensei. J'avais désespérément besoin d'une plateforme où je pourrais répéter et pratiquer ce que nous voyons pendant les séminaires du Birankai. Les maîtres avancés vont pouvoir lire dans cette phrase que je n'étais pas prêt du tout. Mais j'étais heureux. Presque personne du petit groupe Birankai de la région de Zürich, excepté mon ami Matteo, ne prenait régulièrement le chemin de ce cours du vendredi soir ; il n'y avait quasiment que des débutants sans aucune expérience Birankai. Ainsi ai-je dû commencer par le tout début, en essayant de découvrir les principaux besoins de ce groupe. Nous avons démarré par les bases de base, ou avec ce que je pensais être les bases. J'ai découvert bientôt qu'ils ne venaient pas pour étudier le chemin précis de la technique de Chiba Sensei. Ils étaient excités par le contenu de ces techniques, les principales. S'entraîner le vendredi soir les stimulait, non pas parce que c'était le seul moment où ils pouvaient venir (à Zürich nous avons au moins deux entraînements chaque jour), mais parce qu'ils reconnaissaient une différence dans la façon de pratiquer. (Naturellement, le travail conséquent aux armes a eu son importance, puisqu'il y a très peu d'autres classes d'armes).

Je leur suis reconnaissant de leur confiance et de leur engagement dans le cours du vendredi soir, parce que cela m'a donné la possibilité de comprendre ce que signifie l'étude de l'Aïkido. Ils fonctionnent comme un miroir pour moi, où je trouve les éléments que mon maître a semés. Je les vois croître dans les étudiants du cours du vendredi soir. Aujourd'hui, nous continuons à pratiquer les bases. Mais parallèlement à leur perfectionnement, nous utilisons les techniques comme un outil pour travailler notre chemin vers les sujets comme les cinq piliers que Chiba

Sensei nous répète encore et toujours (centrage, connexité, intégrité, vivacité, sincérité etc.). Je sais que nous sommes bien loin de maîtriser ces éléments, mais je vois une grande passion, de l'engagement et de la patience dans le travail du cours du vendredi soir, et j'espère que cela représente un reflet glissant dans le miroir que je mentionnais plus avant. Dans cet espoir, je souhaite satisfaire à *l'exigence insigne pour un enseignant d'aïkido : l'esprit de sacrifice, la compassion, l'amour et l'altruisme.*

En commençant à transmettre, j'ai commencé à comprendre ce que j'apprenais. Je suis convaincu qu'apprendre à transmettre va m'enseigner à comprendre notre environnement, la nature humaine et ce que nous appelons unicité. Je suis convaincu que la constante interaction entre l'étudiant et le maître nous guide vers l'Aïki.

Remarques de compréhension :

1. Je parle des étudiants du cours du vendredi soir dans le but d'attirer l'attention sur le fait qu'ils sont les miens pour ce cours en particulier, mais ne sont pas mes élèves personnels. Parce que je ne crois pas être encore en position d'en avoir.

2. Je comprends apprendre et transmettre comme le devoir d'un Fukushidoin, puisque pour moi la traduction d'assistant du maître est liée à la culture occidentale où les gens intensément entraînés doivent apprendre comment utiliser correctement leur savoir, comme par exemple les médecins, les juristes, les architectes, etc.

Cette fois, mes remerciements pour cette compréhension ne vont pas seulement au fondateur O'Sensei, à T.K. Chiba Sensei, Daniel Brunner Sensei et tous les autres grands *Sensei* du Birankai, mais aussi aux tout débutants et spécialement aux étudiants du cours du vendredi soir.

Stephan Corsten
Zurich, le 13 Juillet 2007

« ZEN » SIGNIFIE « MORDRE LA BALLE »

Ulf Paritschke

Le troisième stage international de Birankai, Aïkido d'Allemagne, a eu lieu cette année à Landau/Pfalz, les 10 et 11 février 2007, avec Gabriel Valibouze 6e Dan, Shihan, Aïkikai de Strasbourg et Chris Mooney 6e Dan, Shihan, Birmingham, UK.

L'Aïkikai de Landau, dojo d'Aïkido « Gen Ei Kan » accueillait l'événement. Comme on s'attendait, il y avait des invités de Grande-Bretagne, de France et de Suisse aussi bien que Munich, Münster, Sigmaringen, Maxdorf, Karlsruhe et la crevasse du Rhin. La salle de

gymnastique dans l'école primaire de Landau Thomas-Nast a été utilisée comme dojo à cette fin.

Le fait même d'avoir ZAZEN à l'ordre du jour était le point culminant de ce stage de week-end. ZAZEN est la pure conscience de soi en restant immobile, en écoutant sa voix intérieure et en permettant à l'univers d'agir sur vous-même; une tentative de supporter le plafond avec votre tête – simplement assis sur place, juste en laissant apparaître ce que se présente. Ce genre de méditation est pratiqué en posture assise sur les talons. Ceux qui l'ont essayé pour la première fois ont eu sans doute mal aux jambes et aux pieds. Mais ceci n'était pas le seul aspect. En fait, c'était la première fois pour moi et j'ai été très étonné de l'effet de cette pratique. Cette expérience spirituelle était une grande expérience pour moi et en effet m'a stimulé pour le jour suivant.

La « voie », ou la façon dont l'Aikido est réalisée, a été également discutée. L'Aikido est non seulement un art de auto-defence mais également une « voie » que chacun doit trouver et suivre. Certes dans l'Aikido nous considérons notre partenaire comme un adversaire (Uke), cependant, en réalité nous nous exerçons avec nous-mêmes.

En dépit des regards attentifs de Shihan Gabriel Valibouze et Shihan Chris Mooney, et sous la direction du Fukushima Alexander Broll, 4^e Dan, Aikido Dojo Gen Ei Kan, Landau Aikikai, et du Fukushima Sadek Ketthab, 4e Dan, Cronenbourg Aikikai 3 Münsteraner, 4 personnes de Landau ont complété le 5e et 4e examen de Kyu. Avec l'approbation de Shihan Gabriel Valibouze et de Shihan Chris Mooney,

tous les candidats ont réussi leur examen et reçu aussi un commentaire concernant leur travail. Il va de soi que Shihan Gabriel Valibouze et Shihan Chris Mooney ont apporté au stage une touche personnelle. Ils ont enseigné les connaissances de base aux débutants tout comme aux avancés et nous voudrions exprimer ici notre chaleureuse reconnaissance.

Un stage comme ceci est non seulement le moment d'une pratique poussée et des examens, mais c'est également l'occasion de rencontrer les autres et de tisser des amitiés. Les relations se construisant non seulement pendant les sessions d'entraînement mais également pendant les soirées de repos dans une ambiance de détente.

Pour conclure, une mention est due à ceux qui ont durement travaillé pour l'organisation de ce stage. La réalisation des cours est le résultat des efforts de chaque personne. Un grand merci pour les organisateurs et tous ceux qui ont participé au succès de ce stage.



Ulf Paritschke, 4e kyu,
Aikido Dojo Gen Ei Kan,
Landau Aikikai (D)

