

LE MOT DU PRÉSIDENT

Une nouvelle année d'aikido commence et une nouvelle étape s'annonce sur le chemin du Birankai en Europe.

Avant d'aller plus loin, voici quelques dates en forme de repères :

- Cinq ans se sont écoulés depuis la création en avril 2003 du Birankai Continental Europe afin de promouvoir en Europe continentale, sous l'impulsion et la direction de Chiba Sensei, la pratique, l'enseignement et l'esprit de l'Aikido de O Sensei Morihei Ueshiba.
- En juin 2008, le Birankai International célébrait les cinquante années d'aikido de Chiba Sensei, au cours de son neuvième stage d'été annuel à San Diego (Californie), en présence de Moriteru Ueshiba Doshu de la Fondation Aikikai de Tokyo, invité d'honneur, et d'autres invités prestigieux parmi lesquels les shihans Yamada (USAF), Miyamoto (Hombu), Shiohira (PAF) et Fujimaki (Hombu).
- En novembre prochain, le Birankai présentera officiellement à la Fondation Aikikai de Tokyo les demandes d'adhésion de sept groupes nationaux formant le Birankai Continental Europe : Allemagne, Autriche, France, Grèce, Pologne, Portugal et Suisse.

CONTENTS

Amnon Tzechovoy	2
Anne Ducouret	5
Suzanne Brunner	8
Anne Ducouret	11
Christian Frick	13
Norberto Chiesa	16

TRADUCTIONS

Christophe Peytier
Suzanne Brunner

Et aussi, en forme d'analogie :

- « Un organisme vivant est dans un état thermodynamique de non-équilibre, conservant un environnement interne homéostatique, et un apport continu d'énergie est nécessaire pour maintenir cet état » (cf. encyclopédie Wikipedia ; organisme vivant)

Autant dire que le travail ne va pas manquer dans les mois à venir pour l'ensemble des membres et des professeurs du Birankai Continental Europe :

- Organiser le fonctionnement du Birankai au niveau national, afin de prendre racine au plus profond de la pratique quotidienne de l'aikido et auprès de membres et des dojos qui forment la véritable base de notre école,

- En relation avec le Birankai Continental Europe, qui demeure notre maison commune,
- Une maison commune qui se restructure pour mieux se consacrer à sa nouvelle mission : garantir l'unité, la continuité et la cohérence de l'enseignement de l'aikido selon Chiba Sensei au niveau européen.

Et bien sûr, le véritable travail, celui pour lequel nous sommes réunis autour de Chiba Sensei sous le symbole de Biran, c'est sur le tatami qu'il nous attend. Au cours des stages qu'il a dirigés cet été en Autriche, en France, en Angleterre et en Pologne, Sensei nous a d'ailleurs donné une fois de plus de quoi nous occuper un bon moment !

- À bientôt donc... sur le tatami !

Joël Bertrand

UN ART MARTIAL NON-VIOLENT EST-IL POSSIBLE?

Une note sur la dialectique de l'Aikido par Amnon Tzechovoy

Traduction par Christophe Peytier

La conscience martiale est une notion centrale dans la vision de Chiba Sensei de la vie et de l'Aikido. C'est une expérience subtile, complexe et profonde, difficile à exprimer par des mots. Nous avons précédemment fait référence à l'état mental relatif à l'Aikido, dans la vision de maître Chiba, en employant le terme «conscience martiale». Mais qu'est-ce? Comment peut-on l'exprimer avec des mots?

Afin de pouvoir comprendre la pensée de maître Chiba et la vision, unique, qui sous-tend notre école d'Aikido, je souhaite avoir recours, dans cette ultime exploration, à la philosophie d'Emmanuel Levinas, un philosophe Français de confession Juive, qui a capturé en mots certaines dimensions de l'expérience unique de Chiba Sensei et de sa vision de l'essence de l'art martial, de la conscience martiale.

J'essaierai, dans ce qui suit, d'utiliser la conception de la violence telle qu'exprimée par Levinas, pour expliquer la notion profonde et complexe de Chiba Sensei d'un art martial non-violent.

Dans mes deux premiers articles, j'avais soulevé des questions sur l'essence et le sens de

la pratique de l'Aikido et de son expérience. La question récurrente et fondamentale était: Comment réconcilier l'Aikido de maître Chiba avec la notion d'art martial non-violent?

Nous comprenons, bien sûr, que la notion d'art martial non-violent est paradoxale, nous savons que l'Aikido de maître Chiba est immensément puissant, plein de dangers pour nous et pour les autres. Et pourtant, il est intrinsèquement non-violent. Comment cela est-il possible?

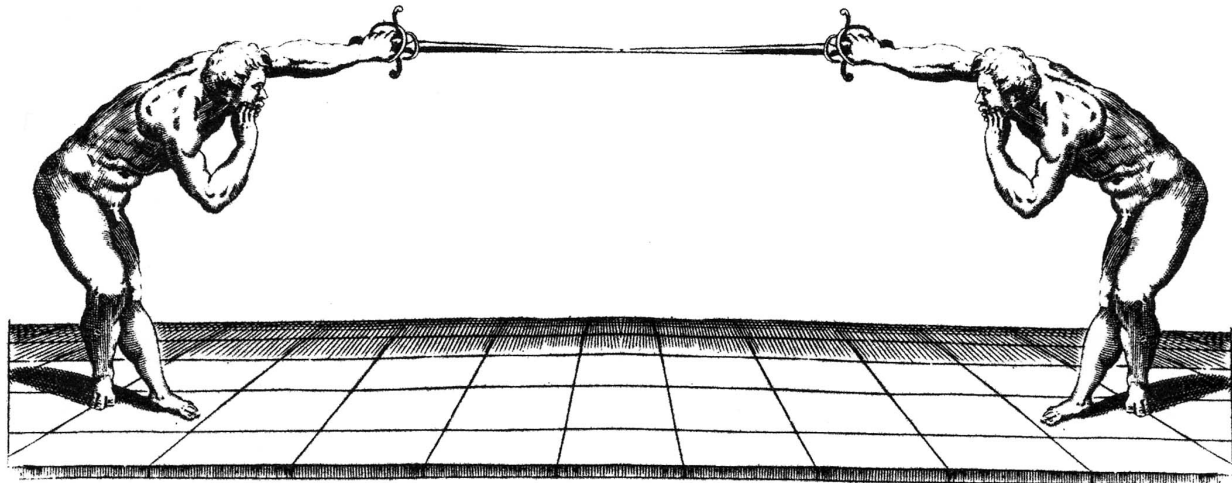
Dans «Difficile Liberté» (1990), E. Levinas écrit:

«La violence se trouve dans toute action où l'un agit comme s'il était seul à agir, comme si le reste de l'univers n'était là que pour recevoir son action; la violence est par conséquent toute action que l'on endure sans à aucun moment y collaborer»

La conception de la violence exprimée par Levinas, c'est-à-dire associée à une négation inhérente de l'existence de l'Autre, est dans un esprit très proche de la notion de maître Chiba d'une conscience martiale incluse dans un effort pour éviter de se blesser et de blesser les autres!

De mon point de vue, à partir d'une perspective psychologique, la violence se produit par vertu de la passivité (de la part du receveur) et du narcissisme (de la part de l'acteur violent). Si l'on adopte la définition de Levinas, on est libre de participer à cette supposée agression ou de la nier.

Si l'on participe à l'action qui nous fait mal, on rend cette action violente! C'est en effet une conception vraiment paradoxale de la violence et pourtant, à mes yeux, très proche de la conception de Chiba Sensei d'un art martial non-violent.



Donc, être extrêmement conscient de l'intention d'un adversaire est une précondition indispensable pour transformer une violence présumée en une activité inoffensive. C'est ainsi que la conscience devient transformative, c'est-à-dire transforme une attaque en une action non-violente. De plus, maître Chiba insiste sur la nécessité d'être réceptif, vivant et actif, de sorte que l'Aikidoka n'est jamais une victime, et ainsi la situation devient intrinsèquement dialogique. Ceci représente, à mon avis, l'essence de la notion de conscience martiale, et c'est ainsi que l'école de maître Chiba parvient à enseigner un art martial non-violent.

Mais cette insistance à être à l'affût des intentions de son adversaire n'est-elle pas une prédisposition commune à tous les arts martiaux? Peut-être. Mais l'expérience et l'entraînement selon l'Aikido de Chiba Sensei possèdent également autre chose: Le pratiquant est requis de considérer l'adversaire comme nécessairement existant, ne pouvant jamais être oublié, ne pouvant se voir dénier un Être. En termes de conscience et de développement au cours de la pratique de l'Aikido, le but n'est rien

de moins que la reconnaissance de l'Être chez son adversaire

La nécessité de créer une reconnaissance mutuelle de son Être et de l'Être de son adversaire est, bien sûr, très difficile à accomplir. Une personne attaquée devient souvent paralysée, comme incapable de répondre. L'aikido de maître Chiba porte sur le développement de cette ouverture qui transforme un dialogue potentiellement violent en dialogue non-blessant.

Comment cela se produit-il? Comment est-ce possible? IL paraît approprié de se référer brièvement aux cinq Piliers de la Pratique de maître Chiba:

- 1) Centré.
- 2) Connecté
- 3) Entier
- 4) Vivant
- 5) Ouvert

La pratique de l'Aikido en accord avec ces principes signifie que deux personnes se connectent à travers leurs centres respectifs afin d'être pleinement réactifs, corps et âme, l'un envers l'autre ainsi qu'à leur environnement d'une façon générale. IL s'agit d'une implication totale, envers l'autre et envers le monde. Dans ce sens, insiste maître Chiba, l'Aikido produit les qualités de la conscience martiale. Donc, la pratique de l'Aikido transcende la simple maîtrise du mouvement ou la compétence technique. C'est un entraînement total, de toute la personne.

Mais avons-nous de véritables preuves de vrais moments de conscience et d'efficacité de la pratique de l'Aikido à ces égards? Je dis que oui, nous sommes témoins de la puissance de l'Aikido de maître Chiba comme moyen d'améliorer ouverture et conscience. Lors de sa

visite en Israël, Chris Mooney Sensei a eu une conversation dans un café avec un de mes élèves. Au tout début de la conversation, Chris demanda: «Avez-vous noté la présence de tous les autres dans ce café?» Mes élèves ne purent répondre. Mais Chris, les yeux fixés sur mon élève, décrivit l'un après l'autre les autres personnes présentes. Ceci est l'ouverture, la conscience, rendues possibles par des années sur les *Tatami*.

L'unité du corps et de l'âme est le but sous-jacent de maître Chiba, et la définition du succès d'un pratiquant d'Aikido. Une telle unité est rendue difficile à atteindre, une condition à l'opposé des approches conventionnelles de l'Ouest. En contraste avec la séparation essentielle du corps et du Soi inhérente à la culture Occidentale, la pratique de l'Aikido, dans la pensée et l'expérience de maître Chiba, représente un mouvement vers l'unité du corps, de l'esprit et du Soi. La question à poser est la suivante: Comment notre école d'Aikido conduit-elle à l'identité et l'unité Corps/Esprit. Nous avons fait référence, ci-dessus, à la présence du danger inhérent à la pratique de notre Aikido. Nous avons mis l'emphasis sur la conscience martiale en tant que dimension nécessaire à notre pratique. Nous avons également expliqué brièvement le mode d'ouverture de l'Aikido envers le champ unifié pratiquant/adversaire. Comment tout cela est-il connecté avec l'unité du corps et de l'esprit? L'utilisation des mots échoue à cette tentative d'articuler les aspects les plus intimes et subtils de notre expérience d'Aikidokas. Je me tourne à nouveau vers Levinas(1934) pour une référence brillante et succincte à la signification de ces moments de danger et de conscience si caractéristiques de notre univers de l'Aikido

Dans un sport dangereux ou un exercice risqué, dans lequel les gestes atteignent une perfection presque parfaite face à la mort, tout dualisme entre le Soi et le corps doit disparaître ...

Levinas n'était bien sûr pas un pratiquant d'Aikido. Néanmoins, dans sa réflexion sur le danger, la conscience, l'âme, le corps et la douleur, il a superbement capturé le sens de notre expérience de la pratique dans l'école de maître Chiba. Chacun d'entre nous reconnaîtra la vérité de sa brillante association entre la douleur physique (un aspect inhérent à notre pratique de l'Aikido) et l'unité du Soi et du corps.

La douleur physique peut révéler une position absolue. Le corps n'est pas seulement un accident heureux ou malheureux qui nous relie au monde implacable de la matière. Son adhérence au Soi possède une valeur intrinsèque. C'est une adhérence à laquelle nul n'échappe et qu'aucune métaphore ne peut faire confondre avec la présence d'un objet externe; c'est une union qui n'altère aucunement le caractère tragique de la finalité.

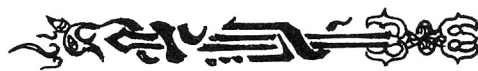
De fait, nous reconnaissons un aspect inhérent à notre pratique de l'Aikido à travers les mots d'un philosophe Juif Français. Mais l'emploi de mots, bien sûr, ne relève pas le défi de l'articulation d'une telle expérience d'unité corps/esprit rendue possible par la pratique de l'Aikido. La conscience Martiale est ancrée dans un mode de remémoration plus profond que la conscience conventionnelle. C'est une couche de mémoire quasi-animale résurrectée par les pratiquants d'Aikido. En la matière, une véritable pratique de l'Aikido amenant une reconnaissance et une transformation de la conscience est indispensable.

Amnon Tzechovoy

Bibliographie

Levinas E., (1934), Quelques réflexions sur la Philosophie de l'Hitlérisme, in Critical Inquiry, (1990), Vol. 17, No. 1, pp: 63-71.

Levinas E., (1963), Esprit et Violence, in Difficiles Libertés, (1990), The John Hopkins University Press - Baltimore. pp: 6-7



DE L'OSTÉOPATHIE À L'AÏKIDO, LA DOUBLE PRATIQUE SUR LES FULCRUMS

Conférence présentée au Dojo École de l'Est parisien par Anne Ducouret

Ces deux pratiques, l'ostéopathie et l'aïkido, s'adressent au corps humain, mais elles s'exercent dans deux champs d'activités différents : la santé et l'étude d'une voie. Dans cette conférence, il s'agit d'éclairer pourquoi cet écart n'est qu'apparent.

Nous verrons que dans leurs techniques spécifiques réside la proximité ostéopathie/aïkido. En effet, pour pratiquer l'une et l'autre, il est indispensable de s'appuyer, consciemment ou inconsciemment, sur deux concepts essentiels : celui de **l'énergie vitale**, d'une part, que l'on nomme aussi "principe de vie" ou "souffle de vie", et celui de **fulcrum**, d'autre part, le *fulcrum* se mettant au service de l'énergie vitale. Il est important de souligner que, dans notre corps, **aucun élément organique identifiable ne correspond au fulcrum**. Il s'agit d'une construction et d'une représentation. Cette notion de *fulcrum* s'inscrit dans l'histoire de l'ostéopathie, qui, pour résumer, est une médecine douce fondée au XIX^e siècle aux États-Unis par Andrew T. Still (1828-1919). Elle vise à restaurer la santé du corps par une thérapie manuelle prenant en compte la structure corporelle, c'est-à-dire tout ce qui soutient le corps et en fait la forme.

L'ostéopathie traite la souffrance qui peut avoir trois origines : elle peut provenir soit de traumatismes, soit d'un stress trop important ou encore de toxémie. Fatigue et douleurs, qui résultent de déséquilibres et de tensions corporelles, affaiblissent le patient et révèlent un déséquilibre que le corps peut le plus souvent rétablir lui-même. Mais lorsque le corps ne parvient pas à restaurer son équilibre, il convient de s'adresser à un ostéopathe. Pour soulager le patient, l'ostéopathe peut recourir, selon sa formation, à l'ostéopathie structurelle ou à l'ostéopathie crânienne. Ces deux approches différentes sont complémentaires.

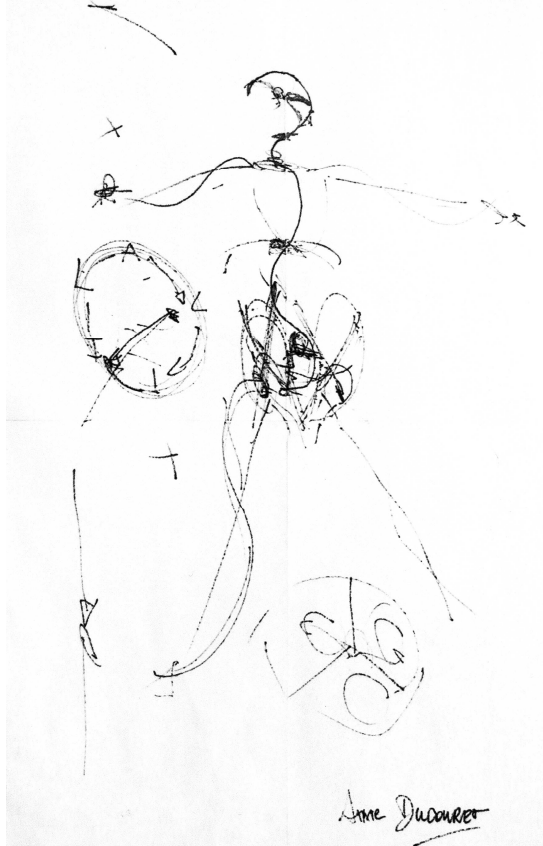
L'ostéopathie structurelle est une approche biomécanique, qui ne place pas l'énergie vitale au centre du traitement. **L'ostéopathie crânienne** découverte en 1948 par William Garner Sutherland (1873-1954) propose une approche plus globale du corps humain. En hommage à son travail, la zone du crâne localisée

à la jonction de la faux du cerveau et de la tente du cervelet où l'énergie vitale se manifeste de façon systématique sera dénommée le *fulcrum* de Sutherland par les ostéopathes.

Cet Américain, ayant observé que les os crâniens de l'homme étaient articulés et biseaués comme les ouïes des poissons, en a conclu que c'était pour permettre un mécanisme respiratoire. Après avoir mis en évidence l'existence d'une mobilité dans le crâne, comme dans l'ensemble de l'organisme, il énonce le principe suivant : **la mobilité crânienne repose sur des fulcrums osseux, membraneux, et la zone du fulcrum de Sutherland fonctionne comme un "point d'appui suspendu automatique et mouvant"**. Ce terme latin "*fulcrum*" signifie "point d'appui" ou encore "support ou tuteur pour un levier". Selon lui, "un *fulcrum* est un mécanisme immobile, le levier bouge sur lui et en tire sa puissance. En cours d'utilisation, la position du *fulcrum* sur le levier peut se trouver modifiée, mais il demeure un mécanisme d'équilibre immobile à partir duquel le levier opère et obtient sa puissance." Pour résumer, l'ostéopathie crânienne se présente comme une science du mouvement inhérent à la physiologie, mais aussi comme un art de l'écoute tissulaire. Elle considère que l'origine des dysfonctionnements n'est pas structurelle mais d'ordre énergétique. L'ostéopathe, dans ce cas, a une approche non plus biomécanique mais biodynamique. Il utilise les *fulcrums* comme outil de diagnostic et de traitement pour relancer l'énergie vitale perturbée du patient et restaurer les fonctions lésées.

Bien sûr, seules des mains entraînées peuvent percevoir l'énergie vitale, qui se manifeste comme un flux au sein de l'organisme vivant. Par cette palpation proprioceptive, c'est-à-dire profonde, l'ostéopathe spécialisé dans la pratique crânienne perçoit cette action au niveau tissulaire comme un mouvement spiralé. Dans la forme spiralée, les éléments s'opposent pour emmagasiner de l'énergie et la restituer en utilisant un minimum d'espace pour un allongement maximal. Cette forme en spirale est très présente dans le corps humain : on la trouve notamment dans l'ADN, les protéines et la configuration

osseuse. La pratique palpatoire permet à l'ostéopathe de reconnaître les formes, d'apprécier les tensions, les pressions et, bien sûr, les déséquilibres des milieux interne et externe. La difficulté de la perception ostéopathique vient de ce qu'on ne peut suivre en tant que tels les flux d'énergie, mais que l'on participe au champ énergétique de l'ensemble du corps. Le placement de l'ostéopathe par rapport au patient joue alors un rôle primordial dans cette écoute corporelle.



L'aïkido se réfère aussi à l'énergie vitale. Cette notion, fort ancienne, est inscrite dans les traditions orientales. C'est le "prana" chez les hindous, le "ch'i" chez les chinois et le "ki" chez les Japonais. En français, on pourrait le traduire par "esprit". La syllabe "ki", au centre d'"aïkido", révèle combien le rôle de l'énergie vitale est essentiel dans cet art martial japonais, que l'on peut définir comme le chemin de l'union des énergies. Ainsi, comme l'ostéopathie, l'aïkido utilise l'énergie vitale. Dans cette pratique, il convient non pas de la restaurer mais de la faire émerger. Ainsi, ces deux pratiques, aux techniques pourtant très différentes, s'appuient de la même façon sur la notion de *fulcrum*. Toutes les deux font intervenir un point d'appui, un pivot, pour réaliser des mouvements de qualité susceptibles de générer

de l'énergie vitale. Dans le cadre de l'ostéopathie, on parle de micromouvements ; en aïkido, on parle de "déplacements", car il s'agit de passer d'un placement à un autre placement, plus avantageux par rapport à l'adversaire. Sur un tatami, le déplacement est immédiatement perceptible par le partenaire et repérable par le spectateur.

Dans l'aïkido, le *fulcrum* de Sutherland a son équivalent bien que situé ailleurs appelé **Seika Tanden**. C'est le centre énergétique physique de l'ensemble du corps, où le Ki atmosphérique se transforme en souffle vital, selon la tradition japonaise. Le Seika Tanden se situe à l'intersection de la verticale passant par le sommet du crâne et d'un plan horizontal située environ trois doigts en dessous du nombril. Dans l'aïkido pour faire émerger l'énergie vitale, on utilise une respiration profonde, dite abdominale, qui concerne toute la ceinture pelvienne. L'aïkido est un art martial privilégié pour expliquer et percevoir la notion de *fulcrum*. Cette connaissance bien sûr n'est pas indispensable à sa pratique. Mais pour un enseignant, elle est un atout, car elle permet d'analyser les figures, de synthétiser les pratiques de l'aïkido et de mieux transmettre ses connaissances et son expérience à ses élèves.

En ostéopathie, il existe quatre types de *fulcrums* (osseux, membraneux, liquidiens, énergétiques) qui correspondent en aïkido aux quatre niveaux de pratique (Ko Tai, Ju Tai, Eki Tai, Ki Tai). Et, par exemple, pour ce quatrième niveau de pratique, le corps et l'esprit entrent en cohérence, l'énergie de chaque partenaire s'ouvrant au champ de l'énergie de l'autre. C'est alors qu'une transformation est possible pour qu'advienne la puissance. Cette étape correspond, en ostéopathie, à la restauration de la fonction lésée, disons à l'auto-guérison. Maintenant, concernant l'aïkido, l'approche par les *fulcrums* permet de distinguer les notions de rapidité et de fluidité. En effet, la rapidité correspond à la vitesse d'un protagoniste par rapport à l'autre et, en ostéopathie, au mouvement **de** la matière, alors que la fluidité concerne le mouvement **dans** la matière.

Anne Ducouret,
Ostéopathe et enseignante d'aïkido BE1, 4^e dan

Aikido dans la vie de tous les jours



Chris et Iona

Piotr et Kashia



Michal et Agneta



Félicitations!

SEMPAI-KÔHAI



Calligraphie

Le "Hai" de ces deux mots est formé de deux Kanji "HI" en haut, qui peut être une négation et "Kuruma" qui est la voiture, la roue, le char. Dans le dictionnaire étymologique, la partie supérieure serait les ailes qui font avancer le char. Comme toute interprétation étymologique des Kanji, il faut y mettre beaucoup de précautions car les scribes de l'époque, restons-en conscients, n'avaient pas encore de système d'écriture pour nous expliquer par quel chemin ils étaient passés pour arriver à telle ou telle graphie. La traduction actuelle du Kanji est "compagnon, copain, ligne, groupe".

Le Sen de Sempai (le n devient m à cause du "p") veut dire avant, antérieur, précédent, aîné.

Le Kô de Kôhai veut dire "après, derrière".

La calligraphie et son explication sont de Pascal Krieger

Du côté de la galerie

SEMPAI-KÔHAI

Lorsqu'on adopte une philosophie, qu'on étudie un art martial venu d'ailleurs, qu'on apprend les termes qui lui sont propres, l'assimilation ne devrait pas se limiter aux gestes, aux mots et à leur stricte signification. Choisir et « entrer » dans un art martial japonais implique de faire siens également les principes qui le régissent et en sont l'essence. L'aïkido ne saurait se résumer à des techniques.

Débuter dans l'aïkido, comme d'ailleurs dans n'importe quelle discipline, c'est accepter que tout ce qu'on apprend nous vienne non seu-

lement des enseignants, mais aussi des « anciens ».

En japonais, les « anciens » s'appellent *sempai*, et les nouveaux arrivés *kôhai*. Quant à deux élèves de même ancienneté, ils sont mutuellement des *dohai*.

L'image du groupe *sempai-kôhai* est peut-être celle d'un convoi, d'une caravane qui va vers un but commun à tous ceux qui sont admis en son sein. Donc, les participants sont liés par cela. Il y a ceux qui sont anciens (*sen*) et ceux qui sont venus après (*kô*).

On pourrait aussi bien comparer ce groupe aux « cellules pont », « ces cellules puissantes qui, pour qu'un arbre continue à pousser et à fleurir, se rassemblent sur chaque branche et protègent le site où se rencontrent le vieux bois vigoureux et le nouveau bois vulnérable. Les cellules pont jouent un rôle essentiel de lien entre ce qui est et ce qui sera. »

Au Japon, cette notion de relation *sempai-kôhai* est très importante, dans la vie et non seulement dans les arts martiaux ou dans les écoles. Elle régit les rapports entre parents et enfants, employeurs et employés, et bien sûr maîtres et élèves. C'est une reconnaissance de la somme impressionnante d'expériences, de savoirs, de culture acquis au fil des ans, qui commande le respect que l'on doit aux gens plus âgés, à ceux qui ont plus de vécu.

Dans toute forme d'apprentissage, le *sempai* « adopte » un *kôhai*, et va jouer auprès de lui le rôle d'un protecteur, d'un formateur, d'un frère aîné ou encore d'un tuteur. Dans les arts martiaux, il a un rôle de relais de l'enseignement du professeur, le *sensei*, guide le *kôhai* dans l'apprentissage et explique ce qu'il n'aurait pas perçu.

Le *sempai* se doit aussi d'être un modèle dans la vie courante. Dans son comportement et sa façon de vivre, dans son attitude, il doit être digne de la vénération et du respect que son élève (celui qui suit), lui doit. Cela ne s'arrête pas aux bords des tatamis, ni à la durée de la relation ou de la leçon.

Afin de permettre au *sempai* de jouer son rôle, le *kôhai* en retour doit être d'une fidélité sans défaut, d'une obéissance inconditionnelle et d'un respect absolu. Dans l'idéal, il devrait être comme une éponge, prêt à absorber la matière enseignée, ses nuances et ses subtilités que l'aîné est à même de lui transmettre.

Il arrive bien sûr que cette notion soit pervertie, que le *sempai* méprise et tarabuste le *kôhai* qui lui est confié, le traite comme un esclave. Dans l'autre sens, le *kôhai* peut se montrer indiscipliné, impoli, dédaigneux et peu réceptif à l'expérience et au désir d'aider de son *sempai*.

Ce qui est évident au Japon et dans la plupart des pays du globe s'est peu à peu délité sous nos latitudes. L'éducation fondée principalement sur des règles strictes a laissé la place à la justification de chaque ordre, à la négociation, à la séduction. Éduquer, c'est donner à l'enfant, à l'étudiant, un certain nombre de règles de vie, afin que l'apprenant puisse vivre en harmonie avec la société qui l'entoure. L'enseignement et l'apprentissage sont difficiles, dans la mesure où l'aîné n'aime pas être considéré comme intransigeant ou tyrannique, et où l'élève ne veut pas être bridé dans sa propension naturelle au plaisir et à la transgression des interdits.

Afin que l'autorité puisse s'exercer de façon naturelle et simple, les règles doivent être énoncées par l'enseignant de façon ferme et déterminée, et relayée de même par le *sempai*, qui doit donner l'exemple. Il ne s'agit pas d'exiger servilité ou obséquiosité de la part du *kôhai*. Mais il est indispensable que l'élève soit bien conscient qu'il n'est pas sur un plan horizontal avec ses aînés. Il faut lui rappeler la verticalité de la relation, même si cela peut paraître absurde, tant c'est évident.

Il faut aussi aller à l'encontre du courant qui essaie de faire croire que seule la jeunesse est belle, que tout lui est permis et que rien n'est valable ou digne d'intérêt qui vient d'avant lui. Un enfant a dit récemment à son professeur quinquagénaire : « Madame, vous êtes (sic) pas bientôt à la retraite? Tout le monde sait bien qu'un cerveau de vieux, ça ne fonctionne pas aussi bien qu'un de jeune!" Cela se passe, hélas, de commentaire.

Or un *sempai* même très vieux, perclus de rhumatismes et d'arthrose, dont la mémoire parfois défaille, indique toujours le chemin. Sur le plan physique, nier les vicissitudes de l'âge, vouloir camoufler les peines et les injures de la sénescence, simuler la pérennité de la jeunesse revient à travestir la vérité, à faire croire que vieillir est honteux. Les blessures mal cicatrisées, les articulations douloureuses témoignent des heures passées à s'entraîner, comme les rides

et les cheveux blancs racontent les peines et les joies. Il suffit d'en reconnaître la beauté.

Si le *sempai* est honnête, évite les pièges de la satisfaction de soi, l'inflation de l'ego et le mépris des autres, le *kôhai* doit pouvoir en tirer tout l'enseignement possible, avec déférence et humilité. Le respect, la curiosité et l'ouverture pour l'expérience des aînés lui permettront de progresser en évitant les errements qui l'empêcheraient de se respecter lui-même.

Suzanne Brunner

Merci à Chiba Sensei pour ses explications, to Pascal Krieger pour la calligraphie et sa signification. Merci à Lucienne Suter, Frances Newman et Norberto Chiesa pour leur aide à la traduction

Sources : Tamura Sensei; Kenishi Yoshimura, et Clarissa Pinkola Estés pour les "cellules pont".

TAMESHIGIRI



Pendant le cours de Batto-Ho organise par Ryu Seki Kai à Lausanne.
Dirigé par Daniel Brunner, Shiha.

LE DOJO-ECOLE DE L'EST PARISIEN

Une école de vie pour les enfants



Au travers de partenariats avec les intervenants locaux de la politique de la ville, le Dojo-Ecole de l'Est Parisien participe aux activités du quartier allant ans le sens de la mixité sociale et culturelle. En proposant aux enfants la découverte et la pratique des arts martiaux, cette école traditionnelle offre par son fonctionnement même un espace commun pour grandir ensemble.

Avec l'apprentissage des techniques, des postures, ou encore des exercices respiratoires, l'enfant apprend la maîtrise de son corps, se coordonne en relation avec l'autre, intègre un engagement corporel qui respecte son intégrité et celui de son partenaire.

À partir de quatre ans, un éveil corporel...

Les enfants à partir de sept ans viennent pratiquer selon leur choix : l'aïkido (chemin de l'union des énergies, art martial de défense à mains nues comprenant aussi l'étude des armes), le junomichi (judo originel, voie de la souplesse), karaté do shotokai (voie de la main), le kendo (escrime japonaise) mais aussi du yoga, qi gong. Les plus grands (à partir de douze ans) ont à la fois leur cours spécifique où ils se retrouvent et peuvent avoir accès, après accord de l'enseignant aux cours et activités des adultes. Pour les plus petits (quatre à sept ans),

la pratique est orientée vers l'éveil corporel, c'est la découverte du mouvement dans l'espace protégé du dojo.

Chaque discipline comporte en soi une valeur éducative primordiale pour l'enfant. À travers notamment leur passage de degré ou de grade, les arts martiaux restituent des rites de passage fondamentaux pour se construire, donner du sens à la vie, devenir un adulte équilibré. Pour cette raison, notre école est ouverte à la collectivité. En effet, nous accueillons des groupes de collégiens dans le cadre de dispositif de socialisation et d'apprentissage ; des enfants en collaboration avec d'autres associations qui œuvrent dans le quartier.

Le terme « Dojo » désigne le lieu d'entraînement des arts martiaux japonais dans le sens de « **le lieu de l'éveil** » ou « le lieu où l'on cherche la Voie », dans les deux sens il s'agit de faire devenir : une école de vie pour un développement corporel, spirituel et social.

Anne Ducouret

Directrice du DOJO-ECOLE de l'Est Parisien.

22/11/07.

LE STAGE D'AÏKIDO DES JEUNES EUROPÉENS

DU BIRANKAÏ À PARIS

Le dojo Ann Jyou Kan de Paris a accueilli les 10-11-12 mai 2008, le premier stage des jeunes Européens du Birankaï.

Cette idée de stage impulsée par Didier Hatton senseï est devenue réalité grâce au souhait d'Alexander Broll senseï de combiner la visite de Paris et la pratique de l'aïkido avec les jeunes Parisiens et parisiennes. Le relais a été pris par chaque enseignant et intervenant pour soutenir ce projet : Daniel Wiedmann, Irène Cambeis, Arno Berger.



Ce stage a rassemblé plus de 40 jeunes de 8 à 17 ans des dojos de Landau, Strasbourg, Colmar et Paris ; six enseignants ont encadré les cours ; une douzaine d'adultes de Paris mais aussi des visiteurs ont assuré « l'intendance » de ce séminaire. Les trente-trois

visiteurs ont dormi dans un centre d'hébergement situé à quinze minutes à pied dans le vingtième arrondissement.

Un programme de dix heures de pratique sur 2 jours effectifs

Pour la pratique, nous avons alterné et coordonné des cours pour tous et des cours par tranche d'âge. Pour cela nous disposions des deux salles du dojo et de deux espaces municipaux proches. D'ailleurs, les passants du 20e arrondissement ont eu la surprise de croiser des jeunes en kimono dans la rue. Dès le début, malgré la fatigue du voyage les jeunes pratiquants se sont engagés avec enthousiasme. Au fur et à mesure, cet engagement s'est encore approfondi. Le dimanche matin, le cours de jo a été suivi par tous avec beaucoup d'application. Lors du dernier cours, l'attention était palpable car réactive, à la fois intense et joyeuse.

Une visite de Paris avec le soleil par les bus de ville

Trente-huit personnes ont réussi à traverser Paris en bus (c'est le compostage qui est un long) pour admirer Paris ensoleillé du haut du 2e étage de La Tour Eiffel. Nous avons attendu son illumination nocturne en mangeant des barbes à papa au pied du Trocadéro. Le lendemain, toujours en bus de ville, nous avons pris la direction du Jardin des Plantes pour pique-niquer. Puis, chacun a pu prendre son temps dans les trois étages de la Grande Galerie de l'Évolution.

La rencontre des jeunes pratiquants d'aïkido : l'aïkido comme langage commun

Les plus grands ont fait connaissance et sympathisé rapidement pendant ce week-end.

Malgré la différence de langage la communication



s'est établie. Les différentes tranches d'âge ont partagé ; les plus petits ont sollicité les plus grands qui ont joué le jeu. Ils se sont entraînés lors

des pratiques et des visites. Le repas japonais du dimanche soir a été l'occasion pour tous de se retrouver et de partager détente, jeux dans le dojo et projection de films sur O'Senseï. Les jeunes l'ont très bien compris : l'aïkido est un langage commun.

Lors de la clôture séminaire, les jeunes ont demandé : quand a lieu le prochain stage ? Ils ont émis les souhaits de pratiquer plus, plus longtemps et de faire plus d'armes : tanto, jo, bokken.

Le bilan des enseignants

Dans le déroulement du stage, nous avons remarqué que nous nous sommes accordés presque tacitement les uns avec les autres, notre coordination a fonctionné sur l'intuition et la générosité. C'est-à-dire que nous étions à la fois moteur et nous laissions traverser par l'évène-

ment. Aux questions : « comment articuler les éléments d'un cours de façon fluide ? » « comment faire vivre l'attention dans un cours ? » il ressort que plutôt qu'un flux avec des hauts et des bas dans un cours, l'enseignement est une tension qui doit être tenue, voir tendue comme « un arc ». Rétrospectivement d'ailleurs, ce stage illustre cette période sans « temps mort ».

Un projet collectif : la clé de ce succès

Une clé du succès de cet événement auprès des jeunes pratiquants, c'est que nous partageons le même désir de vivre ensemble cette pratique de l'aïkido. Les enseignants, les adultes se sont

mis au service de cette rencontre et les jeunes ont pu exprimer leur implication. Nous avons pu ainsi échanger et apprécier la spécificité de chacun. En retour, les jeunes ont déployé une telle vitalité que nous nous sommes quitté le cœur gonflé à bloc d'énergie.

Anne Ducouret

Paris le 23/05/08



RAPPORT DU 10^E ANNIVERSAIRE

Dojo Gen Ei Kan de Landau, en Allemagne, par Christian Frick

Introduction :

Lorsque, un soir après un entraînement, mon maître d'aïkido m'a demandé si je voulais écrire un rapport à l'occasion de ce stage anniversaire, j'ai été surpris. Comment pourrais-je, en tant que débutant d'aïkido (5^e kyu) écrire un rapport censé intéresser à la fois les enseignants de haut rang et les étudiants?

Mon étonnement reflétait aussi ce que j'attendais de ce stage ; il avait cependant déjà reçu un éclaircissement par les mots d'introduction des enseignants : « sentez-vous libres ici et maintenant ! ».

Rapport :

Pendant trois jours, une halle des sports de Landau était réservée à l'aïkido. C'est l'endroit où l'Aikido Dojo Gen Ei Kan de Landau organisait les réjouissances pour célébrer son 10^e anniversaire. Des enseignants de haut rang venant de divers pays d'Europe étaient présents. Gabriel Valibouze Shihan (6^e dan) de France, Chris Mooney Shihan (6^e dan) de Grande-Bretagne, Didier Hatton Shidoïn (4^e dan) de France et Alexander Broll Fukushima (4^e dan) qui dirige l'Aikido Dojo de Landau. Michael D. Nakajima, un enseignant originaire du Japon mais vivant en Allemagne était un invité spé-

cial. Il n'est pas seulement 6^e *dan* d'aïkido, mais aussi 8^e *dan* de Daitoryu Aiki Jujutsu.

Le vendredi soir, les premiers entraînements commencèrent et se focalisèrent sur différentes techniques de *suwari waza*. Gabriel Valibouze Shihan exposa dans son introduction la quintessence de l'aïkido : ce n'est pas la technique qui est primordiale dans l'aïkido, mais la relation, la connexion qui se développe entre l'*uke* et le *nage*. Avec ces mots, il invita les participants à



se libérer eux-mêmes et à ne pas trop se concentrer sur le fait de se protéger durant les exercices, étant donné que c'est ainsi que les blessures surviennent le plus souvent.

Ce soir-là, j'ai été particulièrement impressionné par

M.D. Nakajima Sensei. Le charisme de cet homme et la clarté de ses paroles demeureront en moi pour longtemps. Il nous parla lui aussi du lien entre l'*uke* et le *nage*, déjà mentionné par Valibouze Shihan, complétant le propos par la relation entre les humains et la terre. L'une des plus grandes réussites pour lui, cependant, est le lien « cosmique ». Il insista sur le fait que T.K. Chiba Shihan, fondateur du Birankai international et élève direct de Morihei Ueshiba (O'Sensei) « vit » la pensée Budo et par conséquent enseigne ainsi l'essence de l'Aïkido. Il exprima sa haute estime pour Chiba Shihan et expliqua ses considérations concernant le temps et le jour que nous vivons en disant que la pensée Budo risque souvent de se perdre. Ce qui est important est que l'aïkido ne soit jamais réduit qu'à un art martial et des techniques.

Le samedi matin, les entraînements dirigés par Chris Mooney Shihan et Didier Hatton Sensei se poursuivirent. Le fait que par moments le dojo était divisé en deux m'a énormément plu, parce que cette séparation laissait la possibilité aux étudiants de choisir l'enseignant et le sujet

de leur cours (avec ou sans armes). Les deux groupes étaient partagés entre les élèves avancés et les débutants. Les enfants et les adolescents s'essayaient également à apprivoiser les difficultés techniques, ce qui me frappait beaucoup. Jeunes et vieux, débutants et avancés... chacun pratiquait avec chacun et respectait l'autre selon son rang et son expérience.

Il était impressionnant de s'entraîner avec des gens venant de pays comme la France, la Grande-Bretagne, la Pologne et le nord de l'Allemagne, et même le Kazakhstan. J'ai pu constater ainsi que la barrière de la langue n'a jamais été un problème tant le lien et la communication sur le tatami amenaient chacun à considérer l'aïkido comme langage commun. À cause du grand nombre de participants, la surface dévolue à chacun était limitée, et je me demandais constamment: combien d'espace faut-il pour pratiquer l'aïkido ? Comment peut-on se sentir libre intérieurement pendant les entraînements sans avoir peur de blesser son voisin en lui rou-



lant dessus ? Cette interrogation m'a accompagné pendant tout le stage.

En sa qualité d'hôte spécial, Nakajima Sensei a saisi

l'occasion d'expliquer, dans l'un de ses cours, les différences existant entre l'aïkido et l'aïki Jujutsu : habituellement, l'aïkido insiste plutôt sur les mouvements fluides, alors que l'aïki Jujutsu se construit davantage sur de courts mouvements, par lesquels le Ki va toujours être concentré vers le sol. Le *nage* est censé rester passif vers l'extérieur et laisser l'*uke* l'attaquer (l'inviter) et le contrôler de l'« intérieur ». Les entraînements pour enfants sont également très populaires auprès des plus jeunes élèves d'aïkido. Samedi après-midi, Didier Hatton Sensei a dirigé un cours avec un grand sens de l'humour et traitant comme un jeu les enseignements et les techniques, afin de familiariser les plus jeunes avec l'idée de l'aïkido.

En même temps que les nombreux entraînements se célébrait le jubilé, qui était le point central du stage ; il n'y avait pas que les gens de Landau à y participer, mais aussi des représentants importants des milieux sportif et politique. Le maire de la ville de Landau, des représentants du monde du sport et des politiciens (membres du Parlement) mirent en valeur dans leurs discours l'infatigable dévouement de l'Aïkido Dojo sous la direction d'Alexander Broll, et garantirent leur disponibilité dans les occasions où leur soutien serait nécessaire. Tout cela était concrétisé par des donations qui permettraient au Dojo d'acheter davantage de tatamis pour le dojo. Ensuite, les membres de l'Aïkido Dojo firent une démonstration pour les visiteurs où les enfants et les adolescents montrèrent leurs talents, démonstration complétée par les étudiants avancés.

Le spectacle se termina avec les enseignants d'aïkido invités qui démontrèrent de façon impressionnante le développement de cet art martial au moyen de différentes armes comme le bâton (*jo*) et le sabre de bois (*bokken*). À côté des démonstrations d'aïkido, le public visitant le stage eut la chance de pouvoir suivre l'historique du dojo sur de nombreux panneaux et à travers une projection audiovisuelle. Ils pouvaient aussi acheter des maillots du jubilé et jouir de l'atmosphère agréable pendant les pauses, devant des rafraîchissements, des glaces et des gâteaux.

Le soir venu, la fête se poursuivit dans un restaurant de Landau où tous eurent l'occasion de faire connaissance les uns avec les autres, et d'échanger leurs expériences. Tard dans la soirée, les participants japonais, français, anglais ou allemands commencèrent à chanter dans leur langue respective ; ils créèrent une telle ambiance dans le restaurant que même les serveurs les regardaient avec curiosité.

La séance de zazen du dimanche matin amorça le dernier jour d'entraînement et même après trois jours de travail, chacun était concentré. J'ai aussi participé à chaque session malgré mes rotules douloureuses. En ce dimanche, le stage touchait à sa fin. Gabriel Valibouze Shihan, directeur du Birankai Europe à Strasbourg,

était profondément ému par les résultats obtenus



par le Dojo depuis sa création en 1998 ; il a qualifié Alexander Broll d'enseignant « ayant du cœur ».

Le stage a révélé trois classifications *dan*, ce qui m'a rendu très heureux. Deux d'entre eux ont été attribuées à Arno et Georg, membres de l'Aïkido Dojo de Landau.

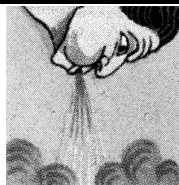
Conclusion :

Le stage anniversaire a été un cadeau très fort pour tous ceux qui sont impliqués dans l'aïkido. J'ai eu la chance de rencontrer beaucoup de gens intéressants venant de toute l'Europe, et malgré la barrière de la langue – l'aïkido nous liait. En ce qui me concerne, le point principal de tout le stage tenait au modelage de connexions positives.

Le lien entre les pratiquants est le centre de l'aïkido ; c'est pourquoi la particularité de ce lien, soit « garder un regard aigu » les uns sur les autres et « respecter » son prochain, est plus importante que les techniques pures de cet art martial.



Christian Frick



EDITORIAL

Chers Amis,

Au printemps 2002, un modeste bulletin fit son apparition au cœur de notre Aïkido; nous venions d'éditer le premier numéro du "Nuage Pourpre".

D'aimables mots d'encouragement furent envoyés par Chiba Sensei, qui consacra la publication sous le titre de "Shiun", ainsi nommé à cause du "nuage pourpre" souvent observé à l'horizon de l'ouest, après que le ciel ait été complètement lavé par un orage, et promettant le beau temps pour les jours suivants.

Il nous rappela que Biran, ce vent subtil, peut souffler dans une tempête et provoquer une modification dans l'ordre de l'univers.

Je ne sais pas comment la sagesse de l'orient prévoit ces ésotériques bouleversements météorologiques, mais de mon point de vue de Latino-américain occidental, j'en suis arrivé à croire que ce vent malicieux ne s'arrête jamais réellement. Qu'il souffle suavement ou âprement, Biran est toujours là à animer la danse perpétuelle de l'impermanence.

Je sens que nous sommes sur le chemin du changement et du renouveau. J'espère sincèrement que notre famille saura rester attentive et sensible à ce que le vent nous dit.

Ceci m'amène à vous annoncer mon retrait de la publication de Shiun. Je tiens à vous dire que je le fais joyeusement, en me réjouissant de ce beau temps pour les jours à venir. Plus égoïstement, je me réjouis de n'avoir plus à m'engager dans des combats sans merci contre mon ordinateur.

Quatre-vingt-dix pour cent d'exactitude ne vaut pas le silence. J'avais placé cette citation d'un maître zen chinois dans mon premier éditorial. J'exprimais ainsi mon inquiétude au sujet des limites de la langue et, pour être franc, j'essayais aussi de cacher mon appréhension à mettre la main à la pâte.

Mais les mots sont incontestablement la chair et les os de Shiun, et je suis aujourd'hui très reconnaissant à tous ceux d'entre vous qui y ont contribué avec leurs écrits. J'ai eu le privilège d'en découvrir la substance avant tout le monde. J'ai eu la fascinante obligation de respecter les subtilités de l'anglais et du français; comme vous le savez, aucune de ces langues n'est la mienne. Je me suis divertì à trouver des images qui illustreraient les textes au plus juste.

Le plus important, enfin : j'ai senti à maintes reprises vos mots portaient l'amour que nous partageons pour notre discipline.

Je n'ai certes pas été seul pour réaliser cette tâche. J'aimerais saluer et rendre publique ma sincère gratitude pour ceux qui m'ont si généreusement offert leur appui : Ghislaine Soulet qui est montée à bord dès les premiers jours, Christophe Peytier et sa troublante facilité pour les langues, Suzanne Brunner et Christophe Brunner qui ont volontiers traduit les textes et relu les épreuves, et tous ceux d'entre vous qui ont contribué à la tâche difficile de la traduction.

J'ai demandé à Suzanne Brunner, avec la plaine approbation de Chiba Sensei, d'assumer l'intérim pour la publication des prochains numéros, jusqu'à ce que le futur Conseil des Enseignants nomme le nouveau editeur-trice de Shiun. J'ai le plaisir d'annoncer que Suzanne a accepté de se charger de cette tâche.

Longue vie au "Nuage Pourpre".

NORBERTO CHIESA

