LES ARTS MARTIAUX INTERIORISES

ou

L'AIKIDO DE LA SAGESSE

Ouvrages à paraître :

— Le Jeu des Energies Respiratoires, Gestuelles et Sonores dans la pratique de l'Aïkido.
— Haragei, Voie du Juste Milieu.

ISBN 2-85707-150-7

La loi du 11 mars 1957 interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droits, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code pénal.

© Éditions de la Maisnie, 1984

Tous droits de traduction, reproduction et adaptation réservés pour tous pays

J.D. CAUHEPE et A. KUANG

LES ARTS MARTIAUX INTERIORISES

ou

L'AIKIDO DE LA SAGESSE

Préface de M. le Dr Pierre Warcollier
Fondateur de la Fédération Française d'Aïkido

Guy TRÉDANIEL
ÉDITEUR
76, rue Claude-Bernard
75005 Paris

« Celui qui mentalement complète l'incomplet réalise l'Aïkido ».

A. KUANG.

Remerciements

Nous désirons exprimer notre gratitude :

Au Sage Morihei Uyeshiba dont nous essayons de retrouver les traces et l'esprit,

à M. le Dr Pierre Warcollier qui nous a orienté et soutenu par sa démarche intellectuelle et spirituelle,

aux Maîtres Minoru Mochizuki, Tadashi Abe et Kenshiro Abe qui nous ont initié,

à Maître André Nocquet qui nous a introduit sur le Chemin,

à Maître Aritomo Murashige dont la présence fut un jalon sur la Voie de l'intériorité,

à Maître Koichi Tohei dont la gestuelle nous a confirmé dans la recherche de la coordination psychosomatique,

à Frantz Priking qui nous a aidé par sa rigueur et son talent,

à Jean Greslé, élève de Uyeshiba O Sensei, dont les conseils nous ont été précieux,

à notre frère Yves et à nos partenaires,

Préface

Voici, avec cet ouvrage de J.D. Cauhépé et de A. Kuang, un livre authentiquement « oriental » sur l'Aïkido. Et nous entendons l'adjectif « oriental » au sens, repris par H. Corbin, que lui donnent tant de Maîtres de l'Orient : l'orient géographique y est symbolique de l'Orient « mystique ».

Après tant d'écrits sur l' « Aïkido — art de self-défense », qui ont faussé et minimisé, en l'occidentalisant, tout cet Art corporel religieux (n'hésitons pas à le qualifier ainsi), nous assistons ici à une remise en place de valeurs et vérités que les occidentaux n'ont pas vues, ou n'ont pas voulu voir. Et cela ne signifie pas que l'Aïkido, parce que « religieux », n'est pas un art de défense, bien au contraire. Comme les livres décrivant les pratiques efficaces de cet Art ne sont plus à faire, nos auteurs se sont attachés au problème fondamental, quoique jamais étudié jusqu'ici : celui de la raison pour laquelle l'Aïkido est efficace contre un attaquant, et aussi pour l'attaqué qui utilise ce « Yoga ». Car la pratique de l'Aïkido est, comme celle des métiers « opératifs » du Moyen Age européen, opérante sur l'objet, qui devient œuvre d'art, et sur l'âme de l'opérateur lui-même. Notre comparaison est exacte car ce livre prouve que la formule « orare et opérare », « prier et travailler », toute latine qu'elle soit, et hermétique, est celle qui définit l'œuvre entière de M. Uyeshiba.

Pour arriver à faire comprendre cela à des occidentaux il fallait l'érudition et la culture de nos deux auteurs. Et ils s'en sont servis abondamment, multipliant les images évocatrices tirées des arts antiques, des sciences les plus actuelles, et des concepts métaphysiques tant de l'Inde que de la Chine taoïste.

Ainsi la profusion des comparaisons du dynamisme de l'Aïkido avec des notions scientifiques concernant la physique, l'astronomie, l'acoustique, est là pour faire comprendre par des images, à nous

occidentaux, ce qu'est une mentalité orientale religieuse universaliste et traditionnelle, et ce quelque soient nos spécialités et notre genre de culture, scientifique, technicienne, artistique ou philosophique. L'Aïkido d'aspect cosmique du Maître Morihei Uyeshiba se voit là exprimé par des images aussi bien tirées des sciences physiques, pour les unes, que du Yi-King, pour les autres. Ainsi ce livre est un livre d'images qu'il faut prendre comme des symboles, mais si ce livre d'images se résout en un livre de symboles, la question rebondit : ces symboles sont les symboles de quoi ? Que représentent-ils ?

Eh bien ! les auteurs n'hésitent pas à l'écrire parce que c'est la « Vérité » du Maître M. Uyeshiba : il s'agit de symboles ésotériques de la Voie et Vérité cachée qui meut et transforme tous les êtres, et dont l'Aïkido est une expression sociale et culturelle. C'est l'expérience spirituelle, mystique si l'on veut, d'une Miséricorde active qui a transformé un maître d'armes, maître en arts guerriers de destruction, en un Homme plein de charité et d'Amour de Dieu au point de lui faire découvrir comment aider les hommes ordinaires, quand ils sont attaqués dans la rue, à se conduire avec amour et charité envers l'attaquant, tout en le maîtrisant, ou en s'en défaisant.

Puisque l'expérience spirituelle a mené M. Uyeshiba à ce résultat, une étude approfondie de l'Aïkido, tenant compte de cette origine, s'imposait. Jamais faite jusqu'ici, la voici, dans ce premier ouvrage, que les auteurs consacrent, et limitent, à être une présentation située entre la réalisation ésotérique et l'aspect cosmique et scientifique de l'Aïkido. Mais n'oublions pas le mot « aspect » dans cette description, car l'Aïkido pour M. Uyeshiba, et pour nous, est et reste bien une réalisation sur-naturelle.

Dr Pierre WARCOLLIER.

3e Dan, ancien Vice-Président de l'Union Européenne d'Aïkido, et Fondateur de la Fédération Française d'Aïkido.

LIVRE I

UNE VOIE

CHAPITRE I
L'AIKIDO : UNE VOIE

1. Enfance et éducation de Morihei Uyeshiba, fondateur de l'Aïkido.
2. Naissance de l'Aïkido.
   La Grande Intuition.
   De l'Aïki-jitsu à l'Aïki-Budo puis l'Aïkido.
3. Mais peut-on parler de « Bushido » ?
4. Le « Budo d'Aïki ».
5. La Voie des Kami.

CHAPITRE II
LA VIOLENCE ET LA VOIE DE L'ACTION

- La violence.
- Comportement de l'homme prêt à l'agression.
- Influence du soleil et de la lune sur notre comportement.
- Les rythmes circadiens.
- La morale, le droit et la défense.
- La Voie de l'Action.

LIVRE III

LE T'AI-K'I FONDEMENT DE L'AIKIDO

CHAPITRE I
LES CYCLES OU L'EVOLUTION DE L'UNIVERS A TRAVERS LE TEMPS

- La loi des cycles.
- Les temps d'un cycle : Le Nycthémère.
- Les cycles et la Tradition.

CHAPITRE II
LES SPIRALES OU UNE VISION SPATIALE DE L'UNIVERS

- Rythmes vitaux et spirales.
- La spirale.
- Les galaxies spirales.
- Les spirales et la théorie des systèmes oscillants non linéaires.
- La clothoïde.
- Le problème de poursuite et les déplacements spiralés.
- Le « Point-germe » de la spirale.
- Le principe de la loi universelle, ou le retour à l'unité des contraires.

CHAPITRE III
LE JEU COSMIQUE OU LE RAPPORT DU TEMPS ET DE L'ESPACE

- Rapports entre les figures géométriques et les nombres.
- Le Jeu Créateur.
- L'Univers, Miroir des symboles.

LIVRE II

LE GESTE — UNIVERS

CHAPITRE I
ETUDE SUR LE T'AI-K'I

- L'union des contraires ou la loi des trois.
- Le T'aï-k'i.
- La situation de l'Homme entre le Yin et le Yang.
- Pensée circulaire et plus exactement hélicoïdale.
- Le T'aï-k'i et les mouvements de l'Aïkido.
- Rapports entre le T'aï-k'i, l'Aïkido et le corps humain.

CHAPITRE II
COMPORTEMENT DU PRATIQUANT D'AIKIDO EN TANT QUE T'AI-KI

- L'analogie et le comportement exploratoire.
- De la sincérité dans l'acte pour que celui-ci devienne créateur.
- Conception du mental propre au Bu-justu puis au Budo, à l'Aïki-Budo et à l'Aïkido.
- Le Dōjō.
- Niveaux de connaissance et graduation.

CHAPITRE III
L'AIKIDO PROCEDE DE LONGUE VIE

1. La colonne vertébrale axe du T'aï-k'i humain.
   - La notion d'efficacité dans la pratique de l'Interne.
   - La responsabilité du pratiquant vis-à-vis de ses partenaires et de lui-même.
   - La colonne vertébrale : Axe du T'aï-k'i humain.
   - Structure vertébrale et gestuelle.
2. Le phénomène douleur.
   - Douleur et angoisse.
   - Subluxations vertébrales et lésions articulaires.
3. L'Aïkido procédé de longue vie.
   - L'art de la chute ou la découverte du lâcher-prise et du vide.
   - Les Arts martiaux : Méthodes psychothérapeutiques.

LIVRE IV

PRISE DE CONSCIENCE GLOBALE DU COMPORTEMENT HARAGEI PAR LA SYNTHESE DES PROCEDES PSYCHO-PHYSIOLOGIQUES

CHAPITRE I
LA GEOMETRIE ET LE CORPS HUMAIN

- L'Homme carré.
- Relation entre le Sayu undo, l'Homme inscrit dans le Pentagramme et la conduite du Souffle.

CHAPITRE II
PRISE DE CONSCIENCE GLOBALE DU COMPORTEMENT HARAGEI

1. Etude de l'évolution individuelle.
   - La spirale de l'évolution individuelle.
   - Les différentes étapes de l'évolution individuelle.
   - L'axe unificateur.
2. Le Centrum.
   - Le Centrum : Prise de conscience du centre de gravité et Point de convergence de tous les composants psycho-physiologiques.
   - L'offrande du centre.
3. Le Hara.
   - La structure anatomo-physiologique dont découle le comportement Haragéi.
   - Hara : Comportement global tant physique que psychique de la sphère humaine.

LIVRE V

L'AIKIDO : ART TOTAL

INTRODUCTION

- Art — Créativité — Vie et Mort.
- L'Intuition : Condition essentielle à la vie artistique.
- La Pensée de la Forme.

CHAPITRE I
L'AIKIDO : ART MUSICAL, ART D'ADAPTATION ET DE SPONTANEITE

- L'Harmonie universelle.
- L'Aïkido : Art musical.
- La Danse source vive des Arts.

CHAPITRE II
L'AIKIDO : EXPRESSION DE LA DYNAMIQUE COSMIQUE

1. L'Aïkido : Expression rythmée et formelle de la dynamique cosmique.
2. L'espace, lieu de Transformation et de Métamorphose.
   - La Matéria Prima.
   - Les Aspects cruciformes.
   - Les Degrés du Grand Œuvre.
   - Le Faire ou l'Art de réaliser le Grand Œuvre.
   - Réflexions sur la Forme.
3. L'Expression rythmique de l'Aïkido :
   - L'Homme inscrit dans une sphère — Aïkido, Art de l'action tangentielle.
   - Prise de conscience de la fonction et de la responsabilité cosmique de l'Homme.
   - Ikkyo ou le premier principe d'Aïkido permettant la mise en harmonie.
   - Irimi — Kokyu.
   - La pratique du Taninzu-dori tourbillonnant.

4. La « Danse » des Eléments.
   - Pour celui qui possède la vacuité, ses partenaires comme lui-même deviennent des plasma psychiques.
   - L'Hélice spirale à Axe spiral infini.

CHAPITRE III
L'ART DU BATON ET DE L'EPEE

LIVRE VI

L'AIKIDO : UNE ASCESE

CHAPITRE I
LES MOYENS DE L'ASCESE

- L'Ascèse, la Volonté et la Souffrance.

CHAPITRE II
LE JEU DE LA VIE ET DE LA MORT

- Le Jeu de la Vie et de la Mort.
- Le Vide ou Moment interstitiel.
- La Compassion.
- Le Silence.

LIVRE I

UNE VOIE

CHAPITRE I

L'AIKIDO : UNE VOIE

Les routes blanches de poussière ou luisantes de pluie, porteuses d'espérances mais aussi creusées de larmes, sillonnent notre monde, notre esprit, notre cœur.

Elles naissent à chaque instant avec le petit garçon qui les découvre et s'évanouissent dans l'horizon infini de notre imagination. Elles sont notre histoire mais aussi l'abolition du temps et de l'espace. Uniques et multiples, elles symbolisent les hommes, elles sont l'homme.

Comme les artères battues par le sang, les routes sont balayées par les vents qui emportent les voix et les vies des morts à la recherche de cœurs pour y abandonner un écho et retrouver un visage.

Il y a bien longtemps, à une croisée de chemin, j'ai entendu la résonnance d'une voix, celle d'un vieil homme venu d'autre part et d'une autre époque. Il parlait d'Harmonie et de Compassion...

Depuis ces jours lointains, j'ai accompli bien des recherches pour rencontrer ce regard et comprendre ce qu'il disait.

Son nom ? Morihei Uyeshiba.

La Voie qu'il enseignait ? L'Aïkido.

Au seuil de cet ouvrage, ne pouvons-nous cerner, en quelques mots, cette discipline ?

Définie d'après ses origines et son histoire, c'est une méthode d'auto-défense. Observée dans sa pratique, c'est une interprétation de la Nature. Considéré dans sa finalité, l'Aïkido est une manifestation de l'Harmonie et de l'Unité.

Ne pouvons-nous pas dire que cet Art est : « Efficacité grâce à l'imitation des mouvements de la Nature, dans le but d'atteindre à la réconciliation avec soi-même, les autres et l'Univers » ?

Une Voie n'acquiert sa puissance particulière que par son incarnation, ses racines dans une terre et une place dans une tradition.

Elle est la rencontre d'une époque et d'une personnalité avec des valeurs éternelles.

L'étincelle qui fit jaillir l'Art de Morihei Uyeshiba exerce son attrait sur nous comme sur tant d'autres parce qu'elle exprime la quintessence d'une culture, dépouillée de toute médiocrité et dotée d'un regard, d'un visage, d'une voix :

« Pour affronter le ciel il me faut un visage
qui ne ressemble au mien que par le vif des yeux. »
(J. Supervielle.)

La Voie est en nous la naissance de l'Homme intérieur. Dès le premier instant elle apparaît comme un choix sans cesse renouvelé du renoncement aux apparences. La vraie vie devient celle de l'essence et de la totalité dans l'abandon du contingent et du relatif. Vécue dans la sincérité, cette découverte implique la compréhension immédiate d'autres valeurs et se traduit en pratique par une rupture dans la vie de l'individu. Cette prise de conscience est un commencement et une fin. Elle inaugure un nouveau plan d'existence avec de nouvelles normes et une autre justice.

Blessés dans notre temps et dans notre espace, et par conséquent dans notre nature, la Voie, pour avoir un sens, se doit d'être une victoire, sur le temps et l'espace.

Quelle victoire pouvons-nous remporter sur le temps ?

Notre esprit logique divise le temps en trois catégories : passé-présent-futur. Le passé repose sur notre mémoire, et le futur joue avec notre imagination. Seul le présent est indéfinissable et nous échappe comme le point géométrique. Sur le canevas du passé et du futur dansent les peurs et les désirs de l'homme empirique. La victoire sur le temps s'avère donc être une conquête du présent incompréhensible. Elle implique le renoncement au temps historique car elle s'évade des catégories spatio-temporelles ordinaires. Elle est plongée dans l'intemporel avec l'abandon de tout espoir et de toute domination matérielle. L'esprit adore en esprit et en vérité et non plus en lieu et en image. La Voie est comprendre que le présent est « la nature originelle de l'homme ».

Tout disparaît dans « l'Ici maintenant » qui est acquisition d'une nouvelle mémoire. L'ancienne mémoire meurt avec le « vieil homme ». Le présent engloutit toutes les pensées depuis notre conception à ce jour, liées à notre manque d'être qui secrétait l'angoisse et le désir. Il permet d'échapper à la banalisation du temps, chaque instant reconquiert sa dimension d'éternité.

Même si cette recherche s'inscrit dans le temps historique, elle en

est l'abolition dans la conscience. C'est essentiellement une expérience directe et immédiate. Elle se rattache à l'histoire dans la mesure où cette connaissance se transmet à travers divers symbolismes liés à des époques et des cultures différentes mais en essence elle les transcende.

Quelle victoire pouvons-nous remporter sur l'espace en dehors de celle de la technique ?

Par le même processus que par rapport au temps, la Voie implique de dépasser la notion d'espace extérieur afin de vivre la liberté de l'esprit par rapport au monde : « Je lève la tête et je touche la Grande Ourse. Je me retourne et me voici en compagnie de l'Etoile Polaire. La tête dressée je regarde par delà les Cieux. » (Lu Hsiang Chan)

Cette quête doit continuer jusqu'à l'identification au Principe qui permet de dire : « L'Univers est mon esprit et mon esprit est l'Univers », jusqu'au jour de l'extinction du moi dans l'intériorité :

> « Il est un pays où ni le doute, ni la tristesse n'ont d'empire, où la terreur et la mort n'existent plus. Là, l'abeille du Cœur plonge profondément dans la fleur et ne désire plus d'autres joies » (Kabir)

La Voie est le chemin de la réunification des contraires et des paradoxes. En conséquence elle se doit d'être une réintégration de la communauté. Cette nécessité est représentée par le terme Tao qui signifie Voie. La calligraphie chinoise ancienne  qui a donné l'idéogramme  était composée de trois éléments : Une route, une tête d'homme et un pied. Le dessin des cheveux de la tête indique qu'il s'agit d'un maître et le pied représente le disciple. Ce caractère prend une signification très humaine. Concrètement la route est la distance parcourue et construite par l'homme pour rejoindre d'autres hommes. Symboliquement elle est aussi le chemin qui relie la terre au ciel. Intériorisée, elle devient l'homme lui-même.

Il est le médiateur entre la terre et le ciel, donc le point de rencontre non seulement dans son esprit mais aussi dans son corps. L'image du maître et du disciple introduit la notion de filiation, de communauté, d'héritage et de tradition. Ces images exhalent un parfum confucéen. Cependant la graphie peut être analysée différemment. Le premier élément représente le Ciel, il est vu comme une hutte dont le symbolisme s'apparente au dôme soutenu par des poteaux rappelant l'Axe du Monde. Le second, une tête d'homme initié puisque les cheveux ressemblent aux rayons du soleil, caractérise le Sage ou Homme véritable. Le troisième, une empreinte de pied, rappelle la

Terre. Ceci nous donne la triade : Ciel-Terre-Homme qui évoque la conception cosmique de la Voie appartenant au Taoisme.

L'orientation de notre démarche personnelle ne se trouve-t-elle pas éclairée par la compréhension de ce mot ?

I. Enfance et éducation de Morihei Uyeshiba, fondateur de l'Aïkido

Il faut se situer à Tanabe, petit village du siècle dernier, sur les rives de la Mer intérieure du Japon. Cette bourgade féodale était défendue par le château des Daïmyo de la famille Kii, successeurs du Shogun Tokugawa, dans l'administration de la préfecture de Wakayama.

C'est dans cette province chaude, très campagnarde, où vivent les pêcheurs, et poussent des agrumes, qu'habitait un samouraï expert de la méthode martiale propre à son Clan, l'Aïoi ryu (Puissances associées). Il portait le nom de Kichiemon Uyeshiba. Son fils Yoroku qui anima la coopérative cantonale, fut éduqué selon les principes en vigueur, et devint à son tour détenteur des techniques et secrets, à l'époque où « l'ottomeryu » (interdiction de transmettre autrement qu'oralement), était de rigueur. Il eut quatre enfants, dont le dernier, seul fils, né le 14 décembre 1883, fut prénommé Morihei, ce qui peut se traduire par « Grande Moisson de Paix ». De fragile constitution, mais doué d'une remarquable mémoire et d'un sens aigu de l'observation, le jeune garçon assimila la méthode de combat propre à sa famille, tout en poursuivant ses études à l'Ecole bouddhiste d'obédience Shingon du Jizo-Ji, avec le moine Fujimoto.

A dix-huit ans (1901), son père le confia au Pr T. Tojawa, qui enseignait la méthode « Kito », à Tokyo (voir appendice). Instruit par Iso, premier assistant, le nouvel élève grâce à son assiduité et sa parfaite faculté d'assimilation, progressa rapidement. Morihei Uyeshiba suivit à partir de cette période la formation classique des jeunes gens de sa caste ayant le goût des armes. Ainsi fréquenta-t-il différentes Ecoles et assimila les méthodes de corps à corps propres aux « Sekiguchi, Kyushin, Kito, Yagyu-Shingan et Daito ryu », les styles d'escrime et de maniement de lance des « Hozo-in et Shinkage ryu », et subit l'influence des Ecoles « Yoshin, Tenjin-Shinyo, Shin-no-Shindo » et tendances diverses.

Estimant le jeune Uyeshiba, Tojawa, professeur de la Kito ryu, le recommanda en 1903 à Masakatsu Nakai qui enseignait en la ville d'Osaka, le Yagyu-Shingan (méthode de corps à corps), et le Shingake (escrime et maniement de la lance). Les nombreux faits

d'armes de ce grand expert, sa technique et sa maîtrise, avaient contribué à sa renommée. Son excellente pédagogie, sa force de caractère, alliées à une rigueur morale s'avéraient efficientes.

Cette Ecole se rattache à Yagyu Munenori. Au cours de la période d'Edo (1600-1887), l'escrime primait sur les autres formes de Bujutsu. L'étude du « ken » comprenait un entraînement rigoureux, une technique élaborée, une stratégie subtile, l'acquisition d'une parfaite stabilité mentale et la découverte du sixième sens qui permet de pénétrer les intentions de l'adversaire, la finalité demeurant la victoire.

Instruit par son père Yagyu Munetoshi, celui que l'on appela « le Maître de Shingake ryu » fut fortement influencé par la pensée du Sage Takuan (1573-1645). Ce moine zen étudia les bases de la doctrine de la « Terre Pure » au temple Tokaïdo Shinagawa à Edo (Tokyo), et après avoir appartenu à la secte Zyodo, adhéra au Rinzaï. Il dirigea les temples Daitoku (Kyoto), et Nanshu (Sakai) puis donna son enseignement à l'Empereur Gomizunoo. Exilé à 57 ans pour s'être opposé au dictat des Tokugawa, il fut à la fin de cette peine, invité à prendre la direction du Tokai-ji (1632) construit à Edo par le troisième Shogun Tokugawa Iemitsu. C'est à cette époque que Yagyu Munetoshi qui instruisait le Clan shogunal aux maniements des armes, lui fut présenté.

Takuan enseignait la méditation qui libère le mental de toute attache, et attirait l'attention sur le fait que chaque phase du développement spirituel constitue une stagnation et une fixation (le bouddhisme comporte 52 degrés dans le développement mental de ceux qui le pratiquent).

La philosophie de Takuan fut consignée dans l'œuvre « Fudôchin-Shinnyô-Roku-Mumyô-Bonnô », dont Yagyu serait le transcripteur. « Fudôchin », signifie être sans réaction à la sollicitation de l'Externe, « Shinnyô » : se situer au-dessus du charnel, au niveau du divin, « Roku » étant l'ouvrage et la méthode, « Mumyô » = troublé, non-éveillé, ne percevant pas la nature des choses, « Juchi » = demeurer immobile, stable, « Bonnô » = le désir... soit « le mystère de la Sagesse-Immobile ».

Voici ce que Takuan enseigna à Munénori :

« ... L'arrêt signifie que l'on s'attache à quelque chose. Aussi je dis à propos de votre Art : lorsque vous regardez le sabre de votre adversaire, votre esprit se fixe sur lui et vous interdit de continuer l'action. Regardez le sabre mais n'y fixez pas votre attention. Fixez l'arme que vous abattez, mais ne pensez jamais que vous l'abattez.

Libre de tout sentiment votre esprit ne se fixera pas sur le sabre que brandit votre adversaire. Vous pourrez sans contrainte aller vers lui et le désarmer, l'arme qui vous aurait blessé se retournera contre lui ! »

« ... Si vous fixez votre esprit il sera absorbé par celui de l'adversaire, tout comme le sien. Certes, le débutant doit s'efforcer à la concentration mais si vous attachez votre attention à votre conscience, votre mental sera absorbé par le sabre. Si vous attachez votre attention à vous-même, votre esprit se figera. Cet arrêt interdit la liberté, la disponibilité. Ce comportement s'appelle pour les bouddhistes fixation ou illusion. »

« ...la conscience immobile des Bouddha (Shiobutsu Fudôchin) est immuable. Etre immobile ne signifie pas être comme la pierre ou l'arbre. C'est entretenir en soi un état de vacuité. L'esprit qui agit en tous sens, ne doit jamais se fixer. Celui qui adhère à cet état ne s'émeut pas. Lorsque l'on se bat contre dix adversaires, si l'attention se fixe sur l'un d'eux, l'esprit est capté, paralysé. Ceci est également vrai pour le Bouddha de Miséricore aux mille bras. S'il concentre son attention sur le bras qui tient l'arc, les neuf cents quatre vingt dix neuf autres deviennent inutiles. Par contre pour qui est imprégné de Fudôchin les mille bras agissent. »

« Si l'on fixe une seule feuille d'un arbre, on ne voit qu'elle. Mais lorsqu'on regarde l'arbre sans attacher l'attention, on le voit tout entier. Qui se fixe sur une chose ne voit pas les autres. Aussi faut-il s'exercer à partir du premier état, et dès l'apparition du Fudôchin y revenir. »

« La distance entre ceci et cela n'existe pas. Lorsque l'on claque des mains, le bruit éclate au même instant. Si vous fixez votre attention sur le sabre de l'adversaire, il se creuse une distance entre vous deux... vous perdez votre énergie. Par contre, si entre lui et vous il n'existe pas « l'épaisseur d'un cheveu », vous capterez et utiliserez son énergie. »

L'enseignement de Takuan met encore l'accent sur l'opposition existant entre la fixation de la pensée et l'état de vacuité (mushin) : « Si l'on fait effort pour n'avoir rien dans l'esprit ce n'est plus « mushin », car on attache l'esprit à la volonté de chasser toute chose de son esprit. De la même manière vous ne devez pas fixer votre attention sur vos mains qui tiennent le ken. Vous devez oublier votre technique et agir au « juste-instant ».

Ce cheminement apparaît encore dans un conte également légué à Yagyu. Le texte intitulé « Art magnifique du chat » relate les comportements de différents félins face à la sagacité des rats.

Assemblés devant un vieux chat, le premier d'entre-eux vante sa fougue et la rapidité de ses actions. Le second fait état de sa puissance psychique qui abat l'ennemi, quant au troisième il prétend agir en harmonie avec les attaques de son adversaire. A la suite de ces exposés, « l'ancien » dans une critique sans ambage met l'accent sur leur immaturité, notant que le premier ne possède qu'un aspect très fragmentaire du comportement global, soit la technique, et demeure prisonnier de l'externe, un simple épiement le troublant. Quant au deuxième trop sûr de lui, il ignore que l'adversaire qui passe à la contre-offensive animé par la volonté de survivre, ne peut être abattu même par le « Kiaï silencieux ». L'attitude du dernier bien que plus évoluée, manque encore de spontanéité et demeure emprunte de réflexion.

En précisant que les actes suprêmes ne peuvent naître en l'absence de sentiment, et que chaque étape n'est nullement essentielle bien que constituant différents aspects du cheminement, le vieux chat conclut que la seule présence du moi engendre l'ennemi, et sa disparition la libération.

Plus tard, Yagyu consigna ses réflexions dans le document « Hei-ho-kaiden-sho ». Il reprend la notion de non-fixation qui apparaît lorsque la théorie « Ri » et la pratique « Koto » s'harmonisent. Tel est le sens de sa pensée lorsqu'il affirmait que le maniement d'arme est inutile pour le Maître, car le secret de la loi réside dans l'instantanéité de l'acte, l'instantanéité étant la Sagesse même du Bouddha.

La qualité de l'enseignement du Yagyu ryu attirait les plus brillants sujets. Ce fut notamment le cas de Yokoyama Chubei, expert de Naginata, et de Handa issu du Daito ryu. Malgré une interruption due au conflit Russo-Japonais (1904-1905), Morihei Uyeshiba quelque temps après son retour obtint le « Menkyo », c'est-à-dire le droit d'enseigner la méthode et de décerner des diplômes (1922).

Au printemps 1909, Uyeshiba gagna l'île d'Hokkaïdo comme responsable frontalier, ayant pour mission d'animer quelques trois cents paysans et leurs familles devant mettre en valeur la région. Le climat excessivement rude, l'entraînement aux disciplines martiales, alliés à une vie campagnarde austère, permirent à l'expert d'acquérir une bonne santé.

En 1910, lors d'un bref voyage à Enkalu, petit village de l'île, il rencontra le sensei Takeda Sôgaku, âgé d'une soixantaine d'années. Celui qui avait été si célèbre au Japon en y enseignant le Daito ryu (voir appendice), n'acceptait plus de disciple, et son rigorisme était

tel, que pour suivre son enseignement, les élèves devaient effectuer un séjour dans sa famille, comme valet. Ce test permettait au Maître de déceler la sincérité et la pureté des intentions du novice. Morihei Uyeshiba âgé de 28 ans, eut l'honneur d'être accepté en 1911 par ce singulier professeur, et se chargea de toutes les besognes inhérentes à la fonction, tout en assumant ses charges agricoles. Il fut certifié du Daito Aïki-jujitsu ryu en mai 1916.

Au printemps 1918, se rendant au chevet de son père malade, il rencontra le propagandiste d'une secte shintô. Le décès qui survint peu de temps après le laissa désemparé et le fit se tourner vers le guide de l'Omoto-kyô. Cette orientation décisive le conduisit à s'installer à Ayabe (centre du culte de la secte) de 1919 à 1926, afin d'approfondir sa recherche spirituelle.

L'Omoto-kyô : « L'enseignement de la Grande Source » fut fondé par M^me^ Nao Deguchi (1836-1918), qui initialement adhérait au Konkô-Kyo et en était une prédicatrice. Sa vie spirituelle fut marquée par un rêve qu'elle fit le jour de l'an 1892. C'est vraisemblablement vers cette époque qu'elle planta un rhodea japonica, en japonais, omoto. Or, dans cette langue les deux mots presque homophones, ômoto, signifient respectivement « cause première », et « grande fondation ».

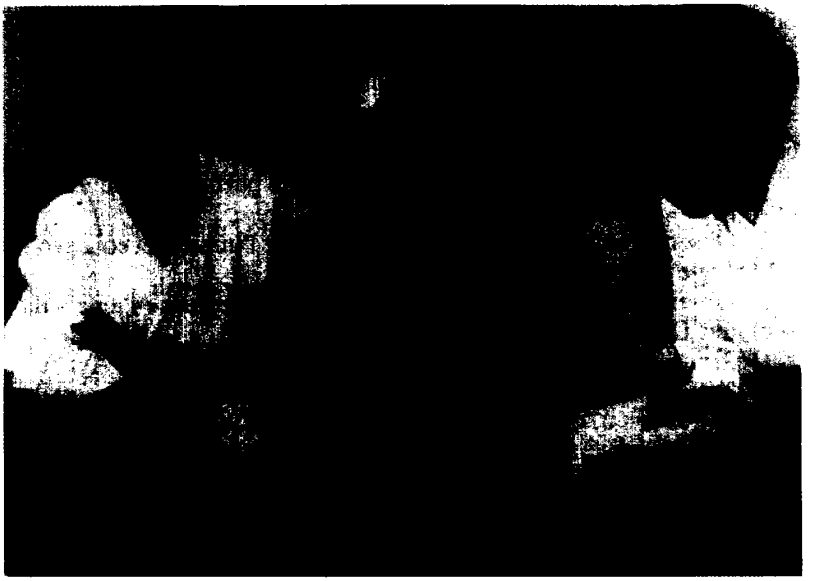
En 1898, elle rencontra Kitasaburô Uëda (1871-1948), qui venait de vivre une expérience mystique, complétée par une retraite ascétique dans un temple d'Inari. En épousant Sumiko, une fille de Nao, Kitasaburô prit le nom d'Onisaburo Deguchi (les premiers caractères de son nouveau prénom n'avaient été utilisés que par des membres de la famille impériale, ce qui contribua à le rendre suspect aux autorités). C'est à cette époque qu'ils fondèrent la secte Kinmeï-reïgaku-kaï. Contraint de quitter la communauté à cause de rivalités internes, O. Deguchi se rendit à Kyôtô et étudia au Kenkunjinja. L'Omoto-kyo prit son essor en 1907, sous le nom de Kôdô-ômoto (Omoto impérial) en signe habile de dévotion à l'Empereur.

En vue d'une expansion mondiale, Deguchi composa en 1923 un dictionnaire espéranto-japonais, s'allia aux sectes chinoises Tao Yuan, et coréenne Putien-chiao. Bien qu'assigné à résidence à Ayabe, il partit en 1924 accompagné de quelques compagnons, dont Masumi Matsumura et Morihei Uyeshiba (ce qui prouve la profondeur de l'engagement de ce dernier), pour un « utopique » périple en Mongolie. Deguchi désirait mettre fin aux affrontements des armées sino-japonaises, et grâce à une alliance, fonder un « Royaume de Paix », signe en Asie de l'Avènement du Royaume de Dieu. Avec

l'appui de Tchang Tse-lin, maître de Moukden, il leva « l'Armée indépendante du Nord-Est », dont le Général Lu Chan-kui prit le commandement.

Avec son « Armée » Onisaburô parcourut les plaines mongoles, en distribuant sel et riz, guérissant les malades et annonçant l'Avènement du Royaume. Il connut l'échec et fut emprisonné avec ses disciples durant cinq mois avant d'être remis au Consul du Japon à Chengkiatum.

De retour dans son pays, il laissa le centre du culte à Ayabe, et installa à Kameoka « Pays de la bénédiction céleste », celui de ses activités missionnaires. En 1925, il précisa dans son Michi-no-shiori (Guide pour la Voie), la métaphysique de la secte. Ayant fondé la même année le « Jinruï-aïzen-kaï » (Association pour l'amour et la fraternité universels), il fit ouvrir un centre à Paris, dépêcha des missionnaires en Europe, et établit notamment des contacts avec l'organisation allemande du Drapeau blanc, l'Association pan-russe pour le nouvel esprit, la Ligue blanche de Bulgarie, les Bahaï, et en Asie avec le Shinshih Shenchia Wushen She chinois, l'Association



O Sensei Uyeshiba commentant un passage du « Michi-no-shiori » (Guide pour la Voie), à MM. J. Greslé.

rationaliste Mandchoue, Tsaili hui, des groupes lamaïstes mongols, etc...

Deguchi fut par ailleurs, le fondateur d'Associations diverses, dont la « Daï-nippon-budo-senyo-kaï » (Société du Grand Japon pour la diffusion des arts militaires) dont Morihei Uyeshiba fut le Président, ainsi qu'une Fédération mondiale des Religions à Pékin. La secte pris en 1946 le nom de « Aïzen-en » (Jardin de l'amour et de la bonté), jusqu'en 1949 où elle recouvra ses activités et créa différentes fondations dont « l'Aïzen-mizuko-kaï », pour l'agriculture, « l'Omo-to-rakuten-sha », pour les arts et « l'Omoto-fukushi-jigyo » pour les œuvres sociales.

Préciser la pensée de la secte Omoto-Kyô est d'une importance primordiale. Voyons ses points de vue sur Dieu, l'univers et l'homme.

— Premièrement elle s'affirme syncrétiste et polythéiste :

« Le Dieu qui a créé le monde est un. Il s'appelle Ame-no-minaka-nushi-no-mikoto. Le « Sauveur du monde » est Susano-wo, le frère cadet d'Amaterasu-ô-mi-kami ; Il est l'Omoto-no-kami, « l'amour même », « tout amour », « Il ne hait ni ne punit jamais » ; « Il n'y a pas de lieu au monde où il ne soit pas ».

— Deuxièmement : « L'univers est la manifestation de la vitalité divine, ce qui est une réminiscence de la théorie hindoue de la Shakti.

— Troisièmement : « Tous les hommes sont les enfants bien-aimés de Dieu ils sont tous frères. » (Michi-no-shiori. 1925)

En conséquence, les fidèles doivent suivre trois préceptes qui consistent à :

1. Observer les phénomènes de la nature et à partir de là, envisager le « corps » (substance) du seul vrai Dieu.
2. Observer le fonctionnement impeccable de l'univers et concevoir « l'énergie » du seul vrai Dieu.
3. Observer la mentalité des êtres vivants et concevoir « l'âme » du seul vrai Dieu.

On trouve le témoignage de cette foi sur une stèle dressée à Ayabe : si « Dieu est l'Esprit qui imprègne tout l'univers, l'homme est le ministre (de Dieu) qui gouverne tout le Ciel et toute la Terre. Lorsque l'homme a réalisé son unité avec Dieu, il dispose d'un pouvoir et d'une autorité illimitables ».

Nous noterons que l'Omoto-kyô est fortement influencé par la culture biblique, et que l'échec du périple mongol aura sur M. Uyeshiba un profond retentissement.

Durant son séjour à Ayabe, il continua d'étudier et de synthétiser les techniques d'Hosan-ryu (maniement de la lance), de Kyu-Shin-ryu

Taï-jitsu, et Chokushin-ryu, puis en 1922 fut certifié de la Shinkage-ryu (que nous évoquons par ailleurs). Son acharnement exceptionnel faisait dire à Deguchi qu'il avait au sein de sa communauté « un enfer de grand guerrier ! ».

2. La naissance de l'Aïkido

« O Ignorants que vous êtes, la Route n'est ni ceci, ni cela. »

OMAR KHAYYAM.

LA GRANDE INTUITION

Après 7 ans de réflexion, étant devenu extrêmement compétent dans les pratiques martiales, l'Expert après une confrontation, perçut la vanité des techniques guerrières engendrées par l'orgueil et la force brutale...

« Combattre ! Vaincre ! Dominer, à quoi cela sert-il ?
Gagner aujourd'hui, signifie perdre demain !
Quelles valeurs peuvent donc avoir les Arts martiaux ?
La puissance physique qui fait de vous un champion du moment n'est qu'éphémère et bientôt un autre vous surpassera !
Toutes les victoires sont relatives !
Aux yeux de la Nature, être victorieux ou vaincu dans le monde des humains demeure sans valeur, à l'image du flux et du reflux de l'océan...
Quelle signification peut avoir la domination des autres si nous ne sommes pas capables de nous dominer nous-mêmes ?
Mais qu'y-a-t-il au-delà ? Quelle peut être la véritable signification de l'Art martial ?...

A propos de ces instants décisifs, longtemps après Morihei Uyeshiba confia : « Si je me souviens bien lorsque je marchais dans le jardin, je sentis subitement que l'univers tremblait et qu'un esprit doré sortit du sol, enveloppait mon corps et le changeait et un autre fait d'or. Au même moment mon esprit et mon corps devinrent légers, j'étais capable de comprendre le murmure des oiseaux et j'étais clairement conscient de l'esprit de Dieu, le Créateur de cet Univers. A cet instant, je fus éclairé, la source du Budo est l'amour de Dieu, l'esprit de protection aimante pour tous les êtres. Des larmes de joie coulaient

sans interruption sur mes joues. Depuis ce temps, j'ai été amené à sentir que la terre entière est ma maison et que le soleil, la lune et les étoiles sont toutes des choses qui me sont propres. Je suis devenu libre de tout désir, non seulement du point de vue position, réputation et richesse, mais aussi de la force. « Je compris » le Budo n'est pas renverser un adversaire par la force, ni un outil pour mener le monde à la destruction par les armes. Le vrai Budo est d'accepter l'esprit de l'univers, de garder la paix du monde, de produire, protéger et cultiver correctement tous les êtres de la Nature. »

Le principe fondamental de l'Art, c'est l'élévation éthique de l'idée au niveau du Cosmos ou de l'Espace.

Le véritable Budo n'a rien de commun avec la puissance et la recherche morbide de pouvoirs, qui asservissent ou détruisent. Bien au contraire il doit contribuer à la canalisation et à la régulation du Ki, qui imprègne chaque individu, et permettre la transmutation de la violence en soi-même et en son prochain. L'idéal du vrai Budo réside dans la préservation de la Vie... »

A la suite de cette révélation par quel moyen et par quel véhicule fallait-il exprimer et transmettre le message ?... car la Voie d'Union est sinueuse, et implique une démarche mentale d'introspection et d'expression. Comment analyser son propre comportement devant l'agression et comment se mentaliser de façon à réaliser concrètement, face à un ou plusieurs attaquants la même harmonie que celle du vent, ou de la vague ?

Il fallait créer un nouveau mode d'expression, sous l'aspect d'un Art capable de manifester la Puissance de la Cause.

Ainsi évoluèrent les différentes techniques qu'enseignait M. Uyeshiba devenu Maître. L'Aïkido serait la synthèse de ses connaissances transcendées dans un but de réconciliation avec soi-même et la Nature. Le « Do » mis à la place de « Jutsu », puis de « Budo » marquerait par son esprit de conciliation et de paix intérieure la transmutation de la violence du Taï-jutsu. La Sagesse habitait dès lors Morihei Uyeshiba qui, par le « Do », transformait une méthode de combat en une Discipline de comportement. Cette synthèse eut comme catalyseur l'enstase* de 1925, dans laquelle il trouva la maturité.

Cette évolution peut être symbolisée par le terme Aï.

En effet, ce mot qui s'écrit en caractère chinois 合 veut dire : « associé », terme usité à l'époque où l'Aïki était un jutsu, les

techniques faisaient appel à : « L'association des énergies », et avaient pour but de défaire un adversaire en utilisant judicieusement sa propre puissance. Lorsque la conception du Maître Uyeshiba s'élargit, il comprit le terme Aï dans une sens plus élevé, d'après son homonyme : Aï 和 qui signifie « harmonie ». Il avait perçu l'unité de l'homme et de l'Univers.

Enfin devenu vieil homme, ayant à travers les valeurs de sa culture atteint l'universel, il put substituer le troisième homonyme Aï : 愛 . Cet idéogramme recouvre de multiples sens, ce peut être la Soif (sk. Trsnâ), l'Attraction (sk. Râga), le Désir (sk. Kâma) ou la Ferveur (sk. Priayatâ).

Tous ces sens ont été assimilés par le Bouddhisme du Grand Véhicule qui prétend sublimer les passions et les mettre au service de l'œuvre de salut. Le Maître Uyeshiba a usé de ce terme dans le sens « d'Affection-Amour » ou plus exactement de « Ferveur sans passions ». Ceci exprime un Art de vivre, un idéal de discipline, de dépouillement, d'adhésion au présent issu des conceptions shintoïstes et bouddhiques.

DE L'AÏKI-BUDO À L'AÏKIDO :

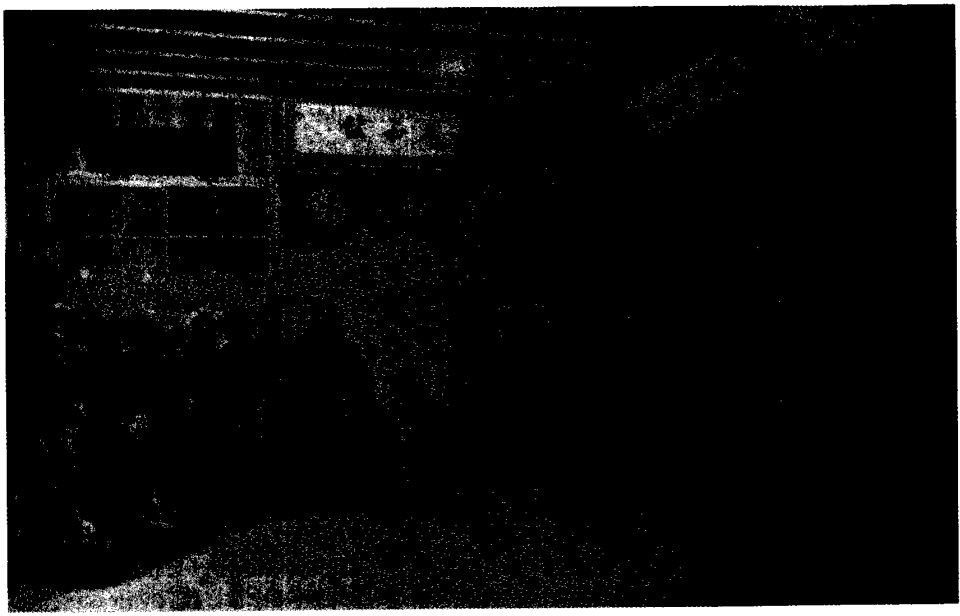
Le régime communautaire étant obligatoire pour qui désirait se consacrer à l'étude du nouvel art, le Maître put développer son Ecole. En 1927, introduit auprès de l'Amiral Takeshita par l'Amiral Asano (dont le frère était membre de l'Omoto-kyô), celui-ci l'invita à s'installer à Tokyo. Trois ans plus tard, il présentait le fruit de ses recherches aux dignitaires de la Cour impériale dont des officiers généraux et des personnalités du monde des affaires, mais aussi des professeurs et des étudiants de l'Académie navale, sans oublier des acteurs et des danseurs de renom.

C'est à cette époque qu'il reçut la visite de Jigoro Kano. Ce dernier perçut instantanément la subtilité des mouvements d'Aïki. Il voyait ce qui lui-même recherchait. L'entente entre les deux hommes fut immédiate. Le promoteur du Judo moderne confia à son assistant Nagaoka : « Voici le véritable Budo ! Lors de la création de notre Institut, ma conception était identique à celle de notre hôte. Si nous avions la possibilité d'unir ces deux arts, ce qui en serait issu serait la plus belle réalisation souhaitable pour le Budo à venir ! »

Uyeshiba fut cérémonieusement invité à prendre rang de Shi-Han au Kodokan pour y enseigner, mais l'Aïki-Budo, estimé par le Ministère de la Guerre, comme non-divulgable, ne put pénétrer dans le Temple du Judo. D'autre part, il s'avérait difficilement envisa-

geable qu'un créateur de techniques martiales quitte son propre Dôjô pour enseigner dans d'autres lieux, sans crainte d'altérer son prestige.

Des activités absorbantes et son âge ne permirent malheureusement pas à Jigoro Kano de pouvoir s'exercer lui-même, malgré son profond désir. Aussi dépêcha-t-il Nagaoka auprès de Uyeshiba, qui l'accueillit en tant que Shi-Han de Judo. Par la suite, Kano incita plusieurs de ses meilleurs élèves dont : Aritomo Murashige, Kenji Tomiki, et Minoru Mochizuki, à pratiquer l'Aïki-Budo, qui enthousiasmait déjà, car il exprimait sous un aspect nouveau ce que recherchaient inconsciemment les pratiquants d'autres disciplines.



(Photo, in « Méthode d'Aïkido Jiu-Jitsu ». M. Mochizuki).

LE YOSEIKAN EN 1927

En partant du Kamiza vers la gauche : le Maître M. Uyeshiba, le Général Miura, le Commandant Sato. A droite l'Amiral Takahashi, le Maître M. Mochizuki, le Général Takata, le Vicomte Enomoto (Kendo), le Professeur Tanaka (Judo) et le Professeur Konichi (Karaté).

Ce document illustre l'atmosphère des célèbres dôjô de l'époque et dans quel contexte socio-culturel de l'ère Showa furent rénovés les grandes Ecoles actuelles.

LE BUTOKUKAI :

Deux ans après la guerre Russo-japonaise, le Gouvernement avait décidé de regrouper les principales Ecoles martiales dans un organisme le « Butokukaï » au sein duquel les disciplines pourraient sauvegarder leurs traditions, s'épanouir et maintenir leur esprit.

Les Sections, animées par des enseignants de haut niveau, connurent un grand prestige. La plus importante par le nombre de ses adeptes, celle du sabre, se trouvait placée sous la direction des Prs Takano, Ogawa, Nakayama et Saimura. Les techniques de la hallebarde étaient enseignées par le spécialiste Sonobe et son épouse. Le Juken-jitsu (fusil avec baïonnette) était dirigé par le Colonel Eguchi de l'Armée de Terre, assisté de l'expert Takayama. Le Judo, placé sous l'autorité morale de son créateur, était dispensé par des instructeurs tels Isogai, Nagaoka, Saimura, Tabata et Kurihara. Le Karaté, enseigné par les experts Funakoshi et Mabuni, connaissait un certain engouement. L'art du bâton était animé par l'excellent Suetsugu, successeur du très renommé Muso et qui se faisait remplacer par Nakayama et Shimizu. Comme Suetsugu, Morihei Uyeshiba se récusa, ne voulant pas quitter son Ecole, au profit d'un organisme certes prestigieux, mais risquant d'être soumis à des influences politiques. Aussi délégua-t-il son assistant Konoshi. Le Tir à l'Arc, l'Equitation, la Natation, entre autres étaient honorablement représentés. Un « Comité Supérieur des Arts Martiaux » fut créé en 1937. Y siègeait trois conseillers, Takano, qui veillait aux destinées du Ken ; Nagaoka pour le Judo, son créateur venant de disparaître (1935) et M. Uyeshiba pour l'Aïkido, et autres Disciplines martiales dont le Jo-jitsu.

Au cours de l'année 1938, Uyeshiba démissionna pour raisons personnelles de son poste à la Cour, et reprit ses activités rurales au village d'Iwama, entouré de quelques disciples. Les règles de l'Ecole étaient identiques à celles du temps où les Ryu gardaient leurs secrets à la différence toutefois, que les postulants pouvaient y accéder par parrainage. Fort nombreux furent les adeptes. Parmi eux se trouvèrent les Amiraux Takahashi et Yamamoto, les Généraux Takata et Miura, et d'autres dignitaires. Certains élèves créèrent leurs propres Dôjô, tels que l'Ecole Korindo de Hiraï, la Section du Kodokan du Pr Tomiki, et le Yoseikan de Minoru Mochizuki. Toutefois l'esprit et les techniques différaient de ceux d'aujourd'hui, le temps seul pouvant permettre d'exprimer et affiner l'Intuition initiale. Les élèves percevaient difficilement la signification profonde

de l'Art, et admiraient vraisemblablement avant tout, une personnalité exceptionnelle.

Le 30 avril 1940, Maître Uyeshiba fonda le « Kobukaï ». La deuxième guerre mondiale éclatant, il quitta la capitale pour s'installer à Iwama. C'est à cette époque que le Pr Koichi Tohei et Kisaburo Osawa furent admis à vivre près de leur professeur et recevoir la Discipline mentale de l'Aïkido.

Durant les hostilités, seuls des Officiers et Cadres des trois Armes ainsi que les stagiaires des Services de propagande, et de l'Institut de Recherche Economique, fondé par l'Okawa Shumei (Renseignements), pratiquèrent. Quelques Dôjô fonctionnaient au sein des Ecoles d'Etat-Major et diverses Associations d'Anciens Combattants. L'Aïki-Budo trouvait encore des adeptes parmi les fonctionnaires du Bureau Impérial, et des personnalités, comme le Premier Ministre K. Fumimaro, dont les sentiments furent très nuancés lors de la déclaration de guerre.

Lorsque les hostilités cessèrent, le pays se trouvait dans un complet désarroi. Percevant l'ébranlement des valeurs morales chez les jeunes gens et qu'à l'ultra-nationalisme succèdait le doute et le désespoir, le Sage décida de prodiguer son Art à ses contemporains désorientés. De retour au pays, Gozo Shioda se rendit auprès de son professeur, puis le quitta pour fonder le « Yoshinkaï », où il enseigne l'Aïki-Budo. Il en fut de même pour Minoru Mochizuki et quelques autres experts.

De son côté Morihei Uyeshiba regagna Tokyo. D'anciens élèves le rejoignirent, et il commença à divulguer au grand public l'Aïkido. Le 9 février 1948, son Ecole prit le nom d' « Aïkikaï », se fixa pour but le développement du corps et de l'esprit par la pratique de l'Aïki, et la diffusion de cette Discipline dans le sens d'une éducation physique.

Le 3 novembre 1960, Morihei Uyeshiba se voyait décerner l'Ordre du Shiju-Hoso pour sa création et pour l'œuvre accomplie.

Quelques Américains et Européens passèrent au Dôjô, d'autres y vécurent. Le Maître André Nocquet, l'un des premiers français à s'être initié au Judo, découvrit la nouvelle Voie grâce aux démonstrations de Minoru Mochizuki, puis en reçut les rudiments de Tadashi Abe. Ayant décidé de se rendre à la source même, il séjourna au Japon du 11 juin 1955 au 20 décembre 1957. Vivant dans le Dôjô, couchant sur les tatami en compagnie notamment des jeunes élèves MM. Noro et Tamura, il bénéficia durant son séjour des enseignements du Fondateur et de Koichi Tohei.

Afin de mieux réaliser quel a pu être le cheminement de la discipline, les Auteurs de cette étude peuvent dire qu'ils ont

personnellement ressenti cette évolution à travers différentes personnalités.

En 1951, J.D. Cauhépé découvrait avec le P[r] Minoru Mochizuki, l'Aïki-Budo aux techniques « carrées », ju-jitsu élaboré sans esprit de compassion.

En 1953, M[e] Tadashi Abe apportait l'Aïki-Do naissant au sein de la Fédération Française d'Aïki-Budo. Ses techniques « triangulaires » restaient empreintes comme il se plaisait à le préciser de la mentalité « Budo » propre à la psychologie nippone d'avant-guerre.

En 1958, Me André Nocquet revenait du Japon avec l'Aïkido devenu rond spiralé, sphérique et surtout inspiré par la sauvegarde non seulement de soi-même mais également du prochain.

En 1961, M[e] Aritomo Murashige témoignait à travers une gestuelle synthétisée et une immobilité qui embrassait tout ce qui était autour de lui, de la puissance de l'intériorité et du silence, moteurs de la technique.

Venu tardivement en Europe, mais précédé par ses ouvrages et ses films, M[e] Koichi Tohei enseignait l'homme devenu balle rebondissante, rythme et alternance dans une coordination totale du corps et de l'esprit.

Ceci donne une première idée de la diversité de l'Aïkido d'aujourd'hui, puisque d'une part l'enseignement du Maître évolua comme toute création vivante, et que d'autre part la compréhension différait selon l'ouverture et la profondeur du champs de conscience des élèves.

Quelques témoignages cerneront davantage la personnalité de ce grand créateur.

Nyoiti Sakurazawa dans son « Livre du Judo-Aïki » relate une anecdote quant au comportement de O Sensei : « Lorsque M. Mochizuki inaugura son Ecole Yoseikan à Shizuoka, le fameux pays du thé, le Maître ainsi qu'une dizaine de ses disciples de hauts grades, furent invités. Après la cérémonie, plusieurs jeunes adeptes se proposèrent pour accompagner Uyeshiba dans une promenade sur le plateau Nippon-Daira, d'où la vue panoramique est remarquable. Le sentier permettant l'ascension cheminait durant huit kilomètres à travers les plantations de thé. En tenue de cérémonie, le Maître distança rapidement ses élèves qui, pour tenter de le rejoindre, coupèrent à travers champs. Mais bientôt, les propriétaires et travailleurs se précipitèrent, criant et menaçant de bâtons les intrus. Se croyant obligés de « s'essayer » les jeunes gens se préparèrent à recevoir les paysans. Mais subitement, alors que les esprits s'échauffaient, apparut

eur professeur redescendu pour s'agenouiller et s'excuser très cérémonieusement. « Pardon Messieurs, dit-il, je vous demande mille fois pardon, car ce sont mes enfants. Comme je montais trop vite, ils avaient perdu le chemin. » Les paysans francs et honnêtes furent stupéfiés de voir accroupi devant eux un monsieur âgé. Ils s'excusèrent à leur tour de leur vivacité. Au sommet, les disciples s'attendaient à être sermonés. Mais Uyeshiba, gardant sa bonne humeur, leur expliqua que : « Les travaux champêtres sont fatigants, et les travailleurs agricoles peu rémunérés ! Alors que les maîtres et adeptes de « Do » demeurent paresseux ! »

Lorsqu'il s'exprimait ainsi : « Son visage donnait avant tout une impression de bonté et de tolérance. Il souriait beaucoup (dans sa barbe) et son sourire était souvent malicieux, surtout lorsqu'il venait de surprendre ses élèves par un mouvement inattendu ou trop rapide pour être compris.

« Il était de petite taille, mais quand il se trouvait dans une pièce il la remplissait toute... », et ajoute J. Greslé : « J'ai eu l'impression toute personnelle que son enveloppe charnelle ne représentait qu'une toute petite partie de son être. Du samouraï, il n'avait ni l'agressivité, ni la sévérité, ni l'air de concentration intense ; il donnait l'impression d'avoir laissé ces choses loin derrière lui. Sa douceur et sa simplicité d'une part, sa maîtrise absolue sur ses adversaires et son efficacité d'autre part, formaient non pas un contraste, mais paradoxalement un tout harmonieux. Je pourrais, je le crains remplir des pages d'impressions subjectives au sujet du vieux Maître, comme le pourraient tous ceux qui l'ont approché, mais n'en déplaise aux amateurs d'annectotes, il n'est pas plus indispensable d'avoir connu le Maître pour pratiquer l'Aïkido que d'avoir fréquenté le Prince Gautama pour être Bouddhiste. »

De son côté, le Dr Pierre Warcollier le décrit de la manière suivante :

« A six heures trente du matin, quand il n'a pas brusquement décidé d'une tournée hors de Tokyo, Maître Uyeshiba entre dans le Dôjô. C'est vraiment un « Grand Maître », car justement il ne joue pas au Maître et ne pontifie pas. Dans l'escalier je l'avais déjà rencontré, montant gentiment les marches à petits pas, et en chaussettes. Il s'était arrêté pour parler à un élève japonais. Il était très souriant, le visage ouvert, les yeux clairs. Il semblait très amusé. C'est une attitude courante chez lui. Il regarde les uns et les autres avec un air jovial et bien sympatique. Il parle beaucoup. Dans le Dôjô, il parle tout le temps.

J'ai dit : « C'est un vrai Grand Maître », c'est pourquoi il me plaît de marquer la différence avec tous ces « Maîtres », vus ou entrevus, en l'appelant, avec toute la déférence dont je suis capable, « Ce cher vieux Monsieur très ouvert et profondément gai ». Pourquoi me conformerais-je à l'appeler continuellement, obséquieusement, d'un titre qui bien-sûr lui revient, mais qui est une platitude ? J'aime mieux exprimer l'affection profonde que je ressens en disant tantôt de lui « Le Cher Vieux Monsieur très éveillé », tantôt « Le très cher Vieux Monsieur gentiment moqueur ». Mais le lendemain, c'était plutôt « Le très cher Vieux Monsieur plein de sympathie rieuse ».

Il entre donc sur le tapis sans ostentation ni dignité extraordinaire. Ce matin, je dirai de lui qu'il est plutôt « Le très cher Vieux Monsieur assez malicieux ». Il se place au centre du tapis et après les saluts, face aux idéogrammes « AI-KI-DO » peints sur une bande de tissu, il fait ses invocations journalières, dans un complet détachement de son public. Il est plein des rythmes et des rites de son Shintoïsme originel et exécute ceux-ci sans emphase. Puis il fait face aux élèves, et tout simplement s'asseoit par terre, retire ses chaussettes et commence à mobiliser les chevilles, à se tapoter les pieds, à établir une bonne circulation dans ses membres. Il s'assouplit les orteils, parce qu'il juge que cela lui est utile, regarde tout le monde en souriant et parle tout le temps.

Chacun fait les mêmes gestes que lui, le plus simplement du monde. Puis, debout, le « très vieil homme si cher à nous tous », exécute les mouvements du « rameur » que nous croyons bien connaître. Mais, je le tiens d'un vieil élève, ses gestes sont tout différents de ce que nous faisons, de ce que nous croyons faire. Je peux affirmer, car cela m'a été exposé parfaitement, qu'il ne s'agit pas pour lui d'un « échauffement » imitant un mouvement de rame, mais de tout autre chose, sans aucun rapport avec cela. D'ailleurs les directions obliques et le rythme très spécial de ces mouvements m'ont prouvé que le « Très vieil homme très puissant et très rapide », ne pense pas du tout aux mêmes choses que nous pendant ses exercices...

Mais, passons, comme lui, à la suite.

Tout ce que nous faisons comme « échauffements » est fait par lui, mais pas comme tel, et pas forcément tous les jours, ni systématiquement. Et quand le « Très imposant et très sérieux vieux Monsieur », debout, fait des sortes de « mouvements de brasse », il s'agit encore de tout autre chose que d'une mise en train physique.

« Après ce que j'appellerai la « Mise en ordre d'un état », sans vouloir ici préciser, parce que je veux rester objectif et visuel, le

« Très simple vieil homme » se fait attaquer par ses anciens et jeunes fidèles qui courent sur lui, menaçants ou cherchant à le saisir. Debout, le Maître ajoute à ses mouvements du tronc le déplacement des jambes et des bras. Le fait de saisir est réservé uniquement à une immobilisation terminale sur un seul partenaire. Contre plusieurs, attaquant ensemble, cette technique de projeter sans saisir laisse toute liberté de manœuvre. Les mains toujours libres continuent leur mouvement après la chute du partenaire, gestes qui étonnent par leur inutilité apparente.

« Maître Uyeshiba enveloppe l'air, arrondit encore un volume d'espace ; ainsi, il est toujours mobile pour aller au-devant de l'attaque suivante, l'accueillir et la balayer autrement que la précédente, sans jamais laisser intervenir le temps mort d'une attitude statique.

« Au-delà du procédé, au-delà du « manuel », l'Art du Maître Ueshiba est simple. Sa défense parfaitement contrôlée et mesurée à la puissance et à la science de son partenaire semble « gentille ».

« Son visage reste calme et souriant alors que ses évolutions sont tournoyantes comme un cyclone. Car c'est l'image du cyclone qui définit le mieux l'Aïkido, tant dans l'accumulation des forces naturelles, que dans le déferlement tourbillonnant du « Souffle ».

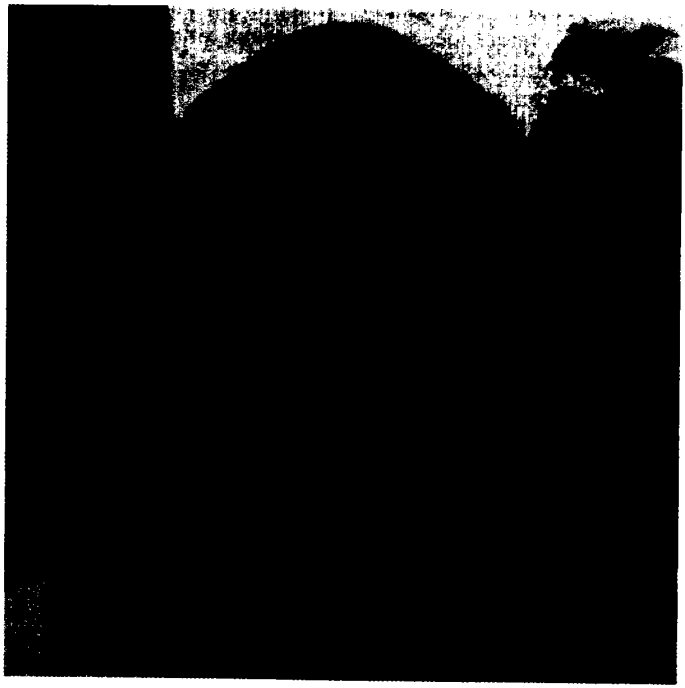
« Que fait alors le Vieux Maître ? Il donne à tous, y compris aux plus grands experts le témoignage qu'il ne se soucie absolument pas de leur excellent Aïkido, celui qu'il leur a appris. Il n'en est plus là, le « Vieux Monsieur très habile », et le leur prouve. Ce qu'il montre par des déplacements à petits pas très rapides et par des gestes en éclair, ce sont des formes vivantes : la foudre, la feuille prise dans le tourbillon, l'envol d'une main-oiseau qui vous arrive dans la figure, la branche qui est à côté de votre jambe, la dévie et vous jette par terre, ou celle qui pointe vers votre gorge et vous oblige à vous déséquilibrer, quand vous voulez foncer à travers la nature. Celle-ci vous abat par une de vos inadaptations au réel.

« Si, à ce moment de la leçon, tout le monde sur le tapis cherche à imiter le Vieux Maître, qui rit en lui-même, doucement et affectueusement, personne n'y arrive. Il n'y a pas un Maître qui puisse, sincèrement, « être » comme le Maître. On s'efforce « d'imiter », et c'est tout dire, alors qu'il faudrait que chacun puisse et sache recréer à sa façon l'évocation inspirant le « Grand vieil Artiste », qui, avec ses membres, dépeint la Nature amusée de nos efforts contre elle.

« Et quand il a suffisamment joué son thème, vingt minutes ou trois quarts d'heure après son entrée sur les tatami, le « toujours jeune

Artiste » vous fait comprendre qu'il vous salue bien et vous souhaite bonne chance... Salué très bas, le « Vieux Monsieur amusé pour qui rien n'est dramatique », remet ses chaussettes à gros orteil séparé des autres doigts et sort du Dôjô.

« Et voilà le plus paradoxal : « Celui qui caracole, en riant de votre chute sur le tapis », est accompagné et presque soutenu dans l'escalier par un ou deux vieux élèves qui veulent croire à leur utilité... et « Il est tout à fait de cet avis. »



Pour celui qui embrasse avec sincérité l'Aïkido, il s'établit progressivement un dialogue permanent entre lui-même et la Grande Nature, du fait que dépassant la compréhension relative, il saisit l'originalité première et absolue par-delà le relatif et la dualité. En abandonnant son égo, le véritable pratiquant d'Aïkido adhère à l'infini, à l'illimité.

« L'Aïkido de « défense » procède de l'idée d'utiliser ce qui paraît être dangereux ou nuisible, afin de désarmer un attaquant ou de le mettre à notre merci. Cela, c'est l'Aïkido de tous les experts, depuis qu'a été créé par Maître Ueshiba cet Art de Paix qui pacifie l'attaquant parce qu'il a pacifié l'attaqué ».

« Mais ce qui inspirait le travail de M. Ueshiba était plus grand encore. On peut le résumer ainsi : Imiter la Nature qui se joue des perturbateurs, et en particulier de ceux qui foncent, qui vont trop vite vers leur but. »

« Pour développer et illustrer cette thèse le Maître exerçait particulièrement ses talents sur des attaques lancées à fond. A ce niveau, ses « cours » se situaient beaucoup plus haut que l'Aïkido de « défense ». C'étaient des exposés moraux et une très malicieuse critique de notre mode de vie fondé sur l'accélération au service du vouloir saisir, atteindre et frapper .

« A chaque fois qu'il se faisait attaquer, c'était donc une nouvelle fable d'Esope ou de La Fontaine qui était transformée par lui en geste sur le thème. Mais comme à la lecture de ces poètes moralistes, on était bien plus pris par les variations étonnantes et par le sujet immédiat, que par la leçon profonde. Aussi est-ce le sens des variations à l'infini qu'il faut dégager ; le voici pour moi : « La Nature vous fera trébucher par votre petit côté, celui auquel vous ne pensez pas, parce qu'il vous est nécessaire dans votre précipitation, pour saisir vite ou frapper fort. Ces leçons de morale humaine, le Maître nous les donnait d'une façon souriante et même franchement rieuse. Rappelons-nous cela : en tant qu'éthique, et en tant qu'art de défense, l'Aïkido n'est pas dramatique. N'oublions jamais ce critère. L'œuvre de Maître Ueshiba est paisible et gaie, et jusque dans ses gestes le vieux Sage exprimait que la vérité profonde, celle qui se situe au delà de l'éphémère, est heureuse et bienfaisante. » (Dr P. Warcollier *in* Revue Aïki-Do — Les Cahiers du Budo. 1965.)

O Sensei Uyeshiba est décédé le 26 avril 1969 dans sa quatre-vingt-huitième année, laissant à tous ses « enfants », la mission de perpétuer son œuvre. Jamais le Sage ne fit de propagande pour son Ecole, dédaignant d'ailleurs produire son Art en spectacle.

Son langage hermétique était incompréhensible pour la plupart de ses élèves. Mais ceux qui eurent le privilège de vivre dans son proche entourage, peuvent exprimer l'atmosphère de vivacité, de bonté, mais encore de simplicité et parfois de malice, qui émanait de ce généreux personnage.

3. Mais peut-on parler de « Bushido » ?

Il semble nécessaire de donner un aperçu historique sur le comportement du guerrier nippon imprégné de concept confucéen, si nous voulons mieux comprendre le problème posé par le terme de « Bushido ».

Pour cela, il nous faut remonter dès 238 et 247 après J.-C., sous la dynastie des Han postérieurs. A cette époque, plusieurs missions diplomatiques nippones se rendirent auprès du vice-roi chinois de Corée, gouverneur du royaume de Paechke déjà sinisé. Ces missions avaient pour objectif commun la découverte de la culture et de la technique chinoise. Déjà curieux de tout, les Japonais rapportèrent de ces contacts : manuscrits, objets d'art et utilitaires.

En 525 après J.-C., pénétré de la civilisation chinoise, l'empereur Keitai usa des termes empruntés de toute évidence à Sun Tze lors de l'investiture du prince Arakabi : « Le grand général tient entre ses mains la vie du peuple et l'existence de l'Etat. » Ces paroles révèlent l'influence exercée sur la classe dirigeante nippone par le premier traité de « l'Art de la Guerre » de Sun Tze, composé en Chine à l'époque des « Royaumes Combattants » (453-221 avant J.-C.). Selon la tradition japonaise les « Treize chapitres » de ce document auraient été introduits par Kibi-No-Makibi, qui séjourna en Chine de 716 à 735 puis de 752 à 754 après J.-C. Il en fit le classique des stratèges de tous les clans.

Le « Shoku Nihongi », compilation datant vraisemblablement de 747 après J.-C., contient des citations de documents historiques et politiques chinois, parmi lesquels on relève plusieurs extraits de « l'Art de la Guerre ». Néanmoins, il semble que les classiques militaires chinois étaient déjà connus de quelques Japonais depuis plusieurs siècles.

En 891 après J.-C., apparut le « Nihon Genzaisho Mokoroku » (Catalogue des livres existant au Japon), dans lequel Fujiwara-No-Sukeyo relève six éditions différentes de ce Traité.

Un siècle et demi plus tard, l'application de ces préceptes permirent à Minamoto-No-Yoshi'ie (1041-1103) d'établir son emprise.

Au XII[e] siècle, la stratégie et la tactique chinoises furent étudiées par les clans Taira et Minamoto. On a pu dire : « De même que l'épée a évincé la plume », « l'Art de la Guerre » prit la place des ouvrages traditionnels comme bréviaire de la classe dirigeante ». Et quand les Nippons s'éloignèrent de l'éthique de leurs maîtres Chinois, et élaborèrent une ligne de conduite personnelle, ce fut sous des

pressions militaristes. En effet, vers la deuxième moitié du XII[e] siècle, entre les périodes Héian et Kamakura Bakufu, les Bandô Bushi, guerriers de la région de Tôkaido, à l'est d'Osaka, firent leur entrée sur la scène politique. Ces samouraï ayant compris que leur vie indépendante ne possédait aucune similitude avec celle des nobles de cour résidant dans la capitale de Kyoto, conçurent « Les façons de ceux qui combattent par les armes ».

Il ne faut pas oublier que dès cette époque quelques samouraï s'évertuèrent à observer des préceptes fondés sur la bravoure et la « faculté de choisir une certaine ligne de conduite selon un critère et, sans un seul instant d'hésitation, combattre lorsque cela doit être, ou mourir ». Les chroniques guerrières et les écrits didactiques datant de la période Kamakura s'inspiraient de cette éthique et l'on trouve des expressions telles que : « Code de l'arc et des flèches », « Façons de ceux qui manient les arcs et les flèches. »

L'épopée de Hôgen à la fin du XII[e] siècle, fait l'objet de descriptions qui relatent en particulier l'attachement qui lie le seigneur à ses vassaux et mettent en valeur l'action des samouraï. Dans ces chroniques, la mort du bushi au champ d'honneur, symbolise parfaitement l'expression du dévouement et de l'abnégation totale qu'il voue à son suzerain. A cette époque, les rapports de maître à vassal étaient fondés sur un contrat économique. En échange de la terre qui lui avait été accordée et qui lui assurait sa subsistance, le guerrier se consacrait corps et âme à son suzerain « en retour des bontés infinies de mon seigneur, je placerai ma vie entre ses mains » (Konjaku Monogatari).

Certes, il serait regrettable de ne voir dans de telles conceptions qu'un côté strictement utilitaire, et l'on peut supposer que si le samouraï faisait si peu cas de sa vie, ce n'était pas uniquement pour la placer aux pieds de son maître, mais parce qu'il estimait que la lâcheté et l'attachement à la vie l'avilissaient. Sans doute, une telle attitude d'abnégation se trouvait-elle renforcée par les conceptions bouddhiques de la période Kamakura, ce qui permettait aux guerriers de s'élever au-delà du souci de la vie et de la mort.

Les narrations épiques récitées ou chantées ne furent consignées par écrit qu'à la fin du XIV[e] siècle. L'une d'elles « Taiheiki » (Chronique de la pacification du royaume) relate les faits d'armes d'illustres généraux chinois de l'Antiquité, et démontre que les samouraï étaient toujours instruits des préceptes de la stratégie et de l'éthique chinoises. Les classiques chinois étaient enseignés par

quelques érudits qui conservaient leurs documents tels des secrets, et seuls des privilégiés avaient accès au savoir qui assurait la victoire.

Si les affrontements sanguinaires décrits avec une certaine délectation demeuraient indécis, c'est que chaque clan connaissait « la stratégie des mille charges » de Sun Tze ainsi que « la tactique des huit positions » de Wu Tze, ces deux arts ayant en réalité été conçus et commentés par Chu Ko-Liang. Ces exemples illustrent encore l'influence exercée à cette époque par les Ecoles chinoises sur la caste militaire nippone.

A la période Muromachi (1336-1573) sous le Shogunat Ashikaga, les vertus de l'impartialité gouvernée par la raison furent exaltées. Ceci était d'autant plus compréhensible que le Shogunat était fondé sur un équilibre des forces entre les différents groupes de bushi. Mais avec l'avènement du « Senguku Jidai » (Age des Guerres), l'esprit de décision devint pour ceux qui exposaient leur vie, une nécessité impérative pour la survie. Les guerres civiles morcelaient alors le pays en de multiples zones d'influences qui se gagnaient au sabre...

Tokugawa Yeyasu, maître incontesté du Grand Yamoto, convaincu que le chemin du développement provenait des livres, fit éditer les classiques chinois, y compris ceux traitant des Arts de la Guerre. Ce Shogun décrit tel un homme dont « le militarisme était d'ordre diplomatique et la diplomatie d'ordre militariste », avait appris par l'expérience que les Arts de la Guerre et ceux de la Paix sont les deux faces de la médaille politique.

Takeda Arunobu (1521-1573) « Grand Maître Shingen » féroce ennemi du Shogun Yeyasu, n'hésitait pas à recourir à l'assassinat et l'ébouillantage pour arriver à ses fins. Il faisait broder sur ses étendards de combat les citations de Sun Tze telles que « dévastateur comme le feu », « rapide comme le vent », « inébranlable comme les montagnes ». Uyesugi Kenshin, l'un de ses adversaires, paraphrasait lui aussi Maître Sun en lançant : « Ceux qui s'accrochent à la vie meurent et ceux qui défient la mort vivent... Ceux qui hésitent à sacrifier leur vie et à se rendre au-devant de la mort ne sont pas de vrais guerriers. »

Vers 1626, l'érudit néo-confucianiste Hayashi Razan, appelé « Monju-No-Kishin » (Incarnation du dieu de la Sagesse), commenta les « Treize Chapitres » dans son « Sonshi Genkai » (Explications des maximes de Maître Sun). Il insistait sur l'importance essentielle d'atteindre à la double maîtrise, et prenant à cœur l'introduction du Traité de Sun Tze, affirmait : « Posséder les Arts de la Paix, mais non ceux de la Guerre, c'est un manque de courage. Posséder les Arts de

la Guerre, mais non ceux de la Paix, c'est un manque de sagesse ! »

C'est à cette époque que parut le « Kôyô Gun Kan », document qui invitait le guerrier à rester fidèle à lui-même. Comprenant une vingtaine de volumes, dans lesquels se trouvent cinquante neuf chapitres, ce recueil détaille avec minutie les actions et attitudes devant illustrer le comportement de tout samouraï résidant dans la région de Kôshu et plus particulièrement les sujets de Takeda Shingen. Cet ouvrage publié comme étant de Kôsaka Nobumasa, vassal blanchi sous le harnois et serviteur de Shingen, demeure généralement attribué à Obate Kagenori, maître de Yamaga Soko (1622-1685) fort célèbre stratège et érudit confucéen de la période Edo, qui éleva de véhémentes critiques contre l'idéologie gouvernementale d'alors, au nom d'une éthique mieux adaptée à la vie du guerrier. Outre les descriptions sur les quatre types de généraux, stupides, trop malins, poltrons ou trop forts, qui font l'objet du volume intitulé « Myôgo » (Protection), inspiré des « Neuf Variables » de Sun Tze, se dégage de l'ensemble, un Code fondé sur l'esprit d'honnêteté envers soi-même, la recherche de perfectionnement et le refus d'auto-justification.

La critique que le Kôyô Gunkan élève contre le précepte du « Kenka Ryô-Seiba », « dans une querelle, les deux parties sont à blâmer » retient l'attention, car elle renseigne fort bien sur la nature de l'esprit du Budo. En dépit de ce principe, le véritable samouraï ne pouvait prétendre à ce titre s'il acceptait une insulte. Désirant à tout prix conserver son rang, le guerrier devait instantanément contre-attaquer son provocateur. Ainsi l'état de préparation psychique qu'il avait soigneusement entretenu, se concrétisait par une action spontanée, qui devait faire cesser l'intolérable situation. L'essence du « Dandô Kikkake », ou « plan de conduite virile à appliquer au moment propice » réside dans l'attitude de riposte immédiate, au mépris de la vie, et s'applique parfaitement à l'Art du Iaï.

Le samouraï ayant accédé à cet état de préparation permanente à la mort, faisait preuve de modestie et de déférence car il sentait en lui des qualités d'âme lui faisant supposer que les autres se trouvaient également animés de mêmes dispositions. Ceci l'incitait à observer une certaine réserve dans ses gestes et paroles.

Cette retenue indiquait parfaitement l'attitude d'acceptation devant le mort et faisait la force de tout véritable guerrier ; voici pourquoi il ne pouvait être humiliant pour un homme éduqué de la sorte de se prosterner, lorsqu'il se présentait devant son supérieur.

A l'orée de la période Edo, tous Arts y compris les Arts martiaux,

intégrèrent la morale confucéenne. Ainsi « Shi » terme usuellement employé dans les annales confucéennes pour désigner l'homme de guerre, était très différent de « Shi » titre honorifique donné à des hommes remarquables tel Confucius, ou de « Shi » selon un autre graphisme qui signifie, maître ou professeur.

En admettant que l'auteur du « Kôyô Gunkan » soit réellement Obata Kagenori, il faut faire remonter la rédaction de cette somme à la restauration de la paix sous le Shogunat des Tokugawa (1603-1868), époque durant laquelle le gouvernement encouragea le Confucianisme, ce qui explique que le code du guerrier « Shido » devint la notion clef du comportement de « ceux qui combattaient avec les armes ».

Au cours de cette période de calme relatif, les samouraï non rônin (rônin : sans suzerain) devinrent davantage des fonctionnaires et se tournèrent vers les codes confucéens qui régissaient la vie des administrateurs du gouvernement.

Yamaga Soko qui fut également élève de Hayashi Razan, outre ses essais de « Code de conduite » se consacra à l'étude de la stratégie, de la tactique et des armes, ainsi qu'à l'élaboration des techniques de renseignement. Son « Sonshi Genji » (Principes des maximes de Sun Tze) est considéré par les Japonais comme une remarquable étude et une référence.

Après Arai Hakuseki, qui fut conseiller confucéen auprès du Shogun (1709) et écrivit le « Sonshi Heiho Shaku » (Interprétation de l'Art de la Guerre de Sun Tze), Ogyu Sorai composa le « Sonshi Kokujikai » (Exposé de Sun Tze).

Yoshida Torajiro (1830-1859) connu sous le nom de Shoin, fut un disciple de Y. Soko. Il enseignait dans son Ecole militaire privée, outre les principes de la science militaire, ses vues sur le « Code du Bushi ». Il exprimait sa conception en des termes qui rappellent ceux de Sun Tze : « Si un général et ses hommes craignent la mort et redoutent une éventuelle défaite, ils subiront inéluctablement la défaite et la mort. Mais si, du général au fantassin, tous décident de ne pas penser à vivre, mais seulement à rester debout inébranlablement et affronter la mort ensemble, alors, même s'ils n'ont d'autre pensée que d'aller au-devant de la mort, ils se maintiendront en vie et remporteront la victoire. »

En 1716 parut sous le titre de « Hagakure », un ouvrage qui exaltait dans l'acceptation le plus extrémiste du terme, la mentalité du parfait guerrier. Le « Hagakure » fut dicté par le moine Tsunetomo Yamamoto, et il est permis de se demander quelles sont les raisons qui

en ont fait un code incontesté à l'époque où le Confucianisme venait à point pour justifier le Gouvernement des Tokugawa défenseur d'un nouvel ordre. N'était-il pas dangereux de raviver le goût des batailles, chez ceux qui désormais étaient de simples intendants ?

L'auteur, ancien serviteur de Nabeshima Mitsuhige, second de la lignée des Saga dominant l'île Kyûshû, éprouva le désir de rassembler ses idées dans un manuscrit. Il désirait perpétuer l'idéal du samouraï. A la mort de son maître, T. Yamamoto qui était âgé de cinquante deux ans, décida d'entrer dans les Ordres, puisque la coutume qui consistait à suivre son seigneur dans la mort avait été abolie. Ainsi, quitta-t-il le monde profane, et, dix ans après, dicta le « Hagakure ». Seules des onze volumes originaux subsistent des copies. Les deux premiers tomes, sont intitulés « Leçons », tandis que les suivants sont consacrés aux principaux chefs du clan Saga, et aux actions de leurs samouraï.

Si ce document demeure l'héritier incontestable de la traditionnelle éthique de dévotion en cours depuis la période Kamakura, il révèle chez son auteur une lucide préparation à la mort. Nous pouvons y lire notamment : « Lorsqu'on est contraint de choisir entre la vie et la mort, ce qui importe c'est de savoir choisir sans hésitation, sans peser le pour et le contre par d'infinies cogitations. Il faut savoir se décider et ...agir », ce qui est très proche de la démarche des Kshatriya définie par la Bhagavad Gîta (le Chant du Bienheureux). L'idée selon laquelle il est absurde de mourir sans avoir atteint les objectifs que l'on se propose, est méprisable, frivole et caractéristique des gens de Kyoto et d'Osaka. Que nous préférions tous la vie à la mort est un fait indéniable. C'est pourquoi il se trouve tant de gens pour prétendre que c'est ce que nous préférons le plus qui est juste. En fait, celui qui ne peut vivre en assistant à l'échec de ses ambitions est un pleutre... »

« Si le samouraï pratique l'introspection et l'auto-critique à tout instant, s'il est en outre disposé à laisser sa vie où et quand il le faut, il sera parfait dans tous les Budo et mènera une vie pure comme le diamant. »

Remarquons que si le Shido se fonde sur une foi en l'homme, le « Hagakure » soutient par contre que c'est le choix du moment où l'on a décidé de mettre fin à sa vie qui justifie l'homme. L'idée qui préside à la préparation à la mort est totalement imprégnée du concept bouddhique de « Mujo », c'est-à-dire de la nature transitoire de la vie. Dans ce remarquable document apparaît la force des liens sentimentaux unissant le vassal à son suzerain.

T. Yamamoto ajoute que le guerrier demeure solidaire des fautes de son maître et doit par conséquent, même si ce dernier refuse de modifier sa conduite, le soutenir jusqu'au bout. Aussi faut-il considérer cette attitude comme une manière de s'engager dans le monde, la détermination en faisant une des valeurs majeures.

Comme ses prédécesseurs Shoin conclut qu'un guerrier accompli doit être également instruit dans la littérature classique. Il écrivit : « Il est indispensable, pour ceux qui étudient la science de la guerre de connaître à fond les principes du Confucianisme. En effet, les armes sont des instruments dangereux et représentent une puissance qui ne concourt pas nécessairement au bien. A qui pourraient-elles être confiées en toute sécurité, sinon à celui qui, instruit des préceptes classiques, est capable de s'en servir pour faire régner l'humanité et la justice. Par contre, prendre les armes pour une lutte égoïste en vue de conquérir des terres, des biens, des gens et du matériel de guerre, n'est-ce pas le pire de tous les maux, le plus odieux de tous les crimes.

Bien plus, si l'étude de la guerre offensive et défensive, ainsi que les moyens infaillibles qui mènent à la victoire dans tout choc armé ne sont pas fondés sur les principes mêmes qui doivent en régler l'usage, qui saurait assurer qu'une telle entreprise n'aboutira pas à une égale calamité ? C'est pourquoi je déclare que ceux qui étudient la science de la guerre doivent à tout prix avoir une connaissance parfaite de tous les classiques. »

Yoshida Torajiro, néo-confucianiste, xénophobe, ultra-nationaliste, se voua à la destruction du Shogunat, à la restauration du pouvoir impérial, et à l'expansionisme par l'acquisition des techniques occidentales.

C'est cette philosophie qui conduisit les militaires nippons de tous grades à se sacrifier, lors des derniers conflits. Toutefois et bien que Shoin n'ait cessé d'inculquer les concepts du « Bukyo » et du « Shido » énoncés par Yamaga Soko, il serait erroné d'imputer à ces lettrés la responsabilité de toutes les déviations qui s'ensuivirent, et inspirèrent la conduite des « Kamikaze ».

Cet aperçu relatant l'histoire du guerrier nippon, dément le sens communément attribué au mot « Bushido », et afin de rétablir

totalement les faits dans leur exactitude, voici comment ce terme fut élaboré et imposé dans un but de pan-nationalisme :

En 1868, le système féodal du Shogunat ayant disparu, un « kéraï » (vassal) des Tokukawa, Tetsaturo Yamaoka, commença à engager une véritable action psychologique. Il exhorta les samouraï sans activité, à se relever. La révolution avait privé ces militaires de leurs moyens d'existence, de leurs privilèges, y compris celui du droit au port du sabre.

Yamaoka qui adhérait à la discipline Zen, avait élaboré dans ce but une « Voie vertueuse » qu'il entendait voir adopter par les samouraï. Par un désintéressement individuel allant jusqu'à la propre mort de soi-même, pour une cause jusqu'alors féodale, il entendait ainsi instaurer une « pseudo-chevalerie nipponne ». C'est là qu'il importe de préciser que le Japon n'a jamais connu que des troupes pédestres emmenées par des dignitaires n'ayant absolument rien de commun avec la Chevalerie.

En parlant de « Bushido » (voie guerrière incluant des techniques et stratégie), Yamaoka chercha à établir sous un terme prêtant à confusion un pseudo-code, basé sur des valeurs militaires et morales de son époque, qu'il prétendait traditionnelles. Par là, sa démarche tendait à faire croire à l'ancienneté de la chose et à offrir une assise morale et religieuse à la caste militaire dépossédée de ses droits et coutumes, et devenue de ce fait incontrôlable et contestataire.

Or, comme nous le savons, les samouraï se targuaient d'être disciples de Confucius (donc du Confucianisme chinois) et non du Zen japonais. A leur entendement, leurs pratiques martiales relevaient d'un ensemble de préceptes et doctrines d'origine Confucéenne, dites « Judo », qu'il importe de ne pas confondre avec son homologue « Judo » (Voie de la Souplesse), les prononciations et sens de ces deux termes étant très différents, et sans équivoque possible.

Cette tentative psychologique de reprise en main sur une base très fortement teintée de Zen, étonna et choqua les samouraï et maîtres de Ryu, qui accusèrent son promoteur de s'être laissé circonvenir par les bonzes, très enclins à revendiquer pour leur bouddhisme Zen tout ce que le Japon avait de bien, et lui précisèrent que les Arts martiaux étaient et demeuraient empreints d'esprit confucéen, ses dires ne reposant sur aucun code traditionnel, ni oral ni écrit, et que par un biais, il tentait d'inaugurer une « Voie du Bushi » jusque-là

totalement ignorée. Par la suite, les multiples conférences données par Yamaoka furent consignées dans un recueil écrit par Matsato Abe en 1901.

Un an auparavant, le Pr Inazo Nitobe de Kyoto, publia un opuscule intitulé « Bushido », ce terme demeurant toutefois inconnu et n'apparaissant nullement dans le nouveau dictionnaire Japonais-Français de T. Matsui et S. Ueda de 1907, qui mentionne seulement : « Bushi = guerrier, soldat, et Bushi-ni nigon wa naï = le guerrier ne doit avoir qu'une seule parole. » En 1905, sa thèse fut éditée chez G.P. Putnam's Sons, à New York, sous le titre de « Bushido-The Soul of Japan », et en 1927 en langue française, chez Payot.

Dans cet ouvrage, l'auteur expose ce que serait selon lui, la mentalité des militaires nippons, et par là crée de toute pièce un code moral, reconnaissant implicitement et présentement que ce code n'a jamais existé, pas même sous l'aspect de conseils d'un père à son fils. Pour Nitobe, « le Bushido » aurait pris germe naturellement au cours des temps », et se serait développé puis épanoui dans l'inconscient des militaires « comme une fleur », qui vient de surgir, et de déclarer : « Qu'il a l'honneur de cueillir cette fleur et de l'exposer à sa femme qui est américaine. » C'est alors qu'un juriste belge, M. de Laveley, lui fit remarquer que le Japon ne possédait que des principes moraux laïcs non établis sur des préceptes religieux, ce qui permit à l'inventeur d'affirmer tout bonnement que le « Bushido inconscient » était une entité qui avait « soufflé ses principes moraux dans le nez des Japonais en général et dans le sien en particulier ».

Nitobe donne la traduction suivante du mot « Bushido » : « Bu : l'Art militaire, Shi : le Seigneur ou Chevalier, Do : la Voie, soit : la Voie chevaleresque des Arts martiaux » !...

Il nous faut remarquer à présent que si Yamaoka attribue une origine morale à l'esprit « chevaleresque », Nitobe pour sa part expose que les merveilles culturelles du Japon n'ont pour but exclusif que de donner naissance au Bushido. Faisant appel à une grande érudition unifiant d'innombrables citations philosophiques de tous pays, d'auteurs tant orientaux qu'occidentaux, il entreprend à propos de son « Bushido » de démontrer que l'âme japonaise connaissait et possédait avant la lettre toutes les lois et grandeurs morales des pays de ce monde.

Avec d'innombrables citations aussi pédantes que superflues, il tente d'étayer sa thèse en expliquant que l'origine de sa pseudo-voie

réside dans la résignation à l'inévitable, dans le mépris de la vie et dans la sympathie pour la mort, ces concepts se rattachant d'après lui à la piété filiale héritée du Shintoïsme, alors que celle-ci relève exclusivement des doctrines confucéennes éminemment sociales. A ce sujet il faut mentionner que les textes shintoïstes « Kojiki » et « Nihongi » ne donnent aucun précepte moral, et que ce ne fut qu'au XVIII[e] siècle que des commentateurs tirèrent des légendes mythiques shintoïstes, des interprétations doctrinales telles que : « Le Japon n'a pas besoin de morale privée. Il est parfait. L'Empereur est parfait. On n'a qu'à lui obéir... »

Or, le plus étonnant, et c'est tout à leur honneur, il s'avère certain que les Empereurs eux-mêmes n'avaient nullement décelé dans le Shintoïsme une telle interprétation, et qu'ils avaient abandonné cette religion et sa mythologie pour adhérer au Bouddhisme.

Ainsi et malgré Nitobe, la loyauté envers le Souverain ne dépendait donc pas du fait Shinto, le texte Nihongi précisant que : « L'Empereur Kotoku (645-654) honorait la loi du Bouddha et rejetait le Shintoïsme », cette religion ayant progressivement décliné jusqu'au XVIII[e] siècle, époque à laquelle un parti politique entreprit de rétablir le pouvoir impérial en s'appuyant sur des commentaires de textes shintoïstes. Alors que ce pouvoir avait été méprisé puis aboli durant 600 ans par les Shogun et leurs samouraï...

C'est ce pouvoir impérial qui, en 1867, soumettra totalement les guerriers, et inventera pour eux, désarmés et sans occupation, la belle et pseudo-histoire du « Bushido », et leur appartenance à ce Shintoïsme rénové d'Etat.

Malgré ces tentatives psychologiques, les samouraï et maîtres de Ryu n'acceptèrent ni leur situation ni la thèse des fonctionnaires gouvernementaux, sachant fort bien qu'il n'y avait jamais eu au Japon de Chevalerie, ni de Voie chevaleresque. De plus, la théorie de Nitobe faisait état de faits stupéfiants en ce qui concerne l'éducation des jeunes gens. Par exemple, les adolescents, après avoir été chassés du toit familial, étaient orientés vers les cimetières pour y rechercher leur nourriture dans le seul but de leur forger un mental hors du commun. Nous comprendrons aisément que cette thèse ne séduisit nullement les instances gouvernementales de l'époque qui savaient fort bien à quoi s'en tenir, et qui lui préférèrent celle de Yamaoka, officialisée sous l'appellation de « Bushido ».

Nous rappellerons de façon à bien situer les choses que la Chevalerie Occidentale est caractérisée par :

— l'existence d'Ordres, les uns militaires, les autres religieux ;

— une notion de noblesse héréditaire ou acquise ;
— la présence d'un symbolisme religieux ;
— l'exaltation de la femme, de la pureté, de l'honneur moral ;
— la Courtoisie ;
— des institutions mystiques et galantes ;
— la transmission de la qualité de Chevalier par une cérémonie particulière.

Dès les Xe et XIIe siècles, la Chevalerie était en Occident une institution supra-nationale, supérieure à toute idée de patrie et à tout gouvernement, et de ce fait totalement indépendante. Au XIVe siècle, commença la décadence lorsque sous la pression des rois, la Chevalerie devint une institution nationale. Les différents Ordres dégénérèrent au XVe siècle en mouvements mondains et même de mondanités ouverts à tous les gens de « bonne société ».

Rien de tout cela n'a existé au Japon, aussi bien dans le bon que dans le mauvais.

En rejetant comme fondement de la morale pseudo-chevaleresque le Bouddhisme et le Christianisme, influents tous les deux dans les hautes sphères depuis le VIe siècle pour le premier, et le XVIe pour le second (ces deux doctrines étant d'origines étrangères), les promoteurs du « Bushido » inculquèrent puis imposèrent une croyance purement nippone, qui reposant sur des bases volontairement erronées, put supplanter et imposer comme idéal, le loyalisme impérial à la fidélité seigneuriale.

4. Le Budo d'Aïki

« Si cependant le mal vient, nous devons être assez fort pour le balayer au loin et protéger la Justice. »

Morihei UYESHIBA.

Sans doute, comprendrons-nous mieux dès lors l'attitude de Morihei Uyeshiba quant à la pseudo-voie. Ce n'est pas sans raison que le Sage s'est séparé très nettement de tout esprit militaire ou militariste, donc d'activités motivées par la combativité, pour ne parler que de l'esprit de « son Budo » essentiellement axé sur le respect d'autrui, la sauvegarde du prochain, la protection mutuelle, la sympathie et l'affection.

C'est grâce à ce sens très bouddhique (allusion à Maitreya en

japonais Miroku) et très chrétien et chevaleresque au sens européen, que Uyeshiba s'écarta radicalement du shintoïsme nationaliste, et des conceptions du penseur Inouyé Nissho (1855-1944), qui déclarait que l'esprit du samouraï dans les temps modernes devait s'intégrer et se fondre avec le nationalisme dans un amour commun de la patrie. Ce zélateur, expert de ken, devenu moine bouddhiste, exposait avec fougue la nécessité de l'expansion nippone, et décida les membres de la « Ligue de la Fraternité du sang » à procéder de leurs mains, à ce qu'il considérait comme une grande œuvre de purification nationale... Nul n'ignore à ce sujet où aboutissent tant en Occident qu'en Extrême-Orient de telles idées.

Ce sont vraisemblablement ces raisons qui incitèrent O Sensei à se présenter comme « éclairé » par Maitreya (le Bouddha sous sa forme future, donnant une initiation spontanée sans transmission par filiation temporelle) et de cette manière, en se référant à ce Bouddhisme mythique à dénier tout rattachement à l'aspect et aux formes Zen du prétendu « Bushido ».

Par sa démarche et son attitude, le Sage Uyeshiba récusa encore tout lien avec le Confucianime du fait qu'il n'adhérait pas comme les samouraï, à cette doctrine.

Tous ses écrits et paroles sont significatifs quant à son idéologie. Sa doctrine, qui est la Compassion envers l'attaquant avec toutefois la maîtrise de ce dernier, est une démarche totalement différente de celle du « Bushido » de Yamaoka et Nitobe.

Désirant éviter toute confusion à ce sujet, il écrit dans « Aïkido » (p. 177) : « Le terme Budo qui était employé par les guerriers (il ne dit pas les chevaliers) dans le passé est fondamentalement différent de ce que j'exprime par ce mot. » Puis il ajoute : « L'Aïki n'est pas une technique pour combatre ou vaincre (au sens brutal), un ennemi », et il précise « C'est le moyen de réconcilier le monde et de réunir les êtres humains en une seule famille. Le secret de l'Aïkido est de nous harmoniser avec le mouvement de l'univers et de nous ramener dans l'accord de l'univers lui-même. Celui qui a découvert le secret de l'Aïkido a l'univers en lui-même et peut dire : « Je suis l'univers ».

Pour le Sage, la Voie du Budo, de « son Budo » consiste à faire devenir nôtre « le Cœur de l'Univers » de façon à accomplir notre mission d'amour et de protection de tous les êtres, les techniques constituant un procédé qui permet d'atteindre cette finalité : « Je ne suis jamais battu, quelle que soit la vitesse d'attaque de l'ennemi. Ce n'est pas que ma technique soit plus rapide que la sienne. Ce n'est pas une question de vitesse. Le combat est terminé avant d'avoir

commencé. Quand un ennemi essaye de me combattre, c'est-à-dire l'univers lui-même, il doit briser cette harmonie. Donc au moment où il a l'intention de se battre avec moi, il est déjà battu. Il n'existe aucune mesure de temps rapide ou lente ».

« Le vrai Budo, ajoutait-il, est un travail de l'Amour. C'est un travail de Don de la Vie à toute chose. Rien ne peut exister sans Lui. L'Aïkido est la réalisation de l'Amour. Ceux qui cherchent à étudier l'Aïkido devront ouvrir leur esprit, et comprendre qu'il n'y a ni forme, ni style en Aïkido, car son mouvement est celui de l'univers dont la Vérité est profonde et infinie... »

Le M[e] André Nocquet précise fréquemment lors de ses leçons, que les préceptes de son professeur tendaient toujours à : « Considérer pleinement que l'adversaire est un et unique, au même titre que nous-mêmes, et que si nous assistons à l'oppression du faible nous nous devons de l'assister. Quant à notre propre vie si elle est menacée nous devons la sauvegarder sans hésitation. »

Peu de temps avant son retour en France, André Nocquet ayant déclaré à son très estimé Maître que son Art est un et indivisible avec l'Enseignement Christique, s'entendait répondre : « Enseignez l'Aïkido selon le concept occidental. Mon Budo d'Amour n'est pas une religion, mais il aide les croyances. » Puis quelques instants avant le départ, le vénérable Sage plein d'affection, l'attira soudain à l'écart des amis venus l'accompagner et lui dit:

« Vous allez bientôt regagner votre patrie. Transmettez de ma part à tous vos compatriotes mon message de paix et de bonheur. L'art que j'enseigne est non-violent ; il n'est pas comme vous le savez, l'opposition de deux forces matérielles dont la plus agressive triomphe de l'autre. L'Aïkido est l'union progressive de deux états d'esprit différents dont l'un, essentiellement bénéfique, pacifiera l'adversaire en l'éclairant. »

Nous ne méditerons jamais assez sur les thèmes et affirmations exposés par le Vénérable Uyeshiba, qui connaissait également et fort bien, précisons-le, l'Ancien et le Nouveau Testament.

A elles seules ses pensées résument tout le TRAVAIL que doit entreprendre l'étudiant. Véritables « SEMENCES » et « INFORMATIONS » (une parole, un geste, une image, tout comme un aliment, informent l'organisme et le psychisme), leurs énoncés émailleront les véritables leçons d'Aïkido et sous-tendront les schémas pédagogiques de tout séminaire :

— « L'Aïkido est un Art corporel et spirituel.

— Il n'a rien de commun avec ce qui méprise la vie.

— L'Aïkido n'est pas pour un seul pays ou une seule personne.

— L'étude de l'Art Martial n'est pas l'entraînement qui aurait comme propos primaire la défaite d'autrui, mais la pratique de l'Amour du Principe à l'intérieur de nous-même.

— L'Aïkido est une méthode qui va plus loin que l'art de se défendre pacifiquement, elle permet d'appliquer, d'accomplir les principes contenus dans les Religions.

— Les Principes de mon vrai Budo mènent les Religions vers leur But.

— La Voie de l'Aïkido n'est pas celle de la méditation, et encore moins celle de la contemplation, elle est un acte de salut.

— L'Aïkido n'est pas une Voie guerrière, mais la Voie de l'Harmonie chevaleresque, c'est-à-dire martiale.

— Le travail de l'Aïkido a différents plans de compréhension, et passe par des états transitoires.

— Le vrai Budo d'Aïki consiste à accepter l'Esprit de l'Univers, à garder la Paix au monde, à produire correctement, à protéger et à cultiver tous les êtres dans la Nature.

— L'Aïkido est une Voie vers une expérience spirituelle, car elle conduit l'individu à se transformer moralement, à agir différemment et toujours mieux. C'est là la véritable spiritualité.

— L'Aïkido n'est pas une technique pour combattre ou vaincre un ennemi. C'est la Voie de Réconciliation du Monde, la Voie de Réconciliation des extrêmes.

— L'Aïkido est également un Art respiratoire donc du Souffle.

— La pratique des véritables Arts martiaux sans opposition, régularise le Ki (la puissance de Vie spirituelle) car ils gardent la Paix au monde, produisent toutes choses dans la nature et les portent à leur maturité.

— Le secret de l'Aïkido gît dans l'unité de l'esprit, de l'intelligence et du corps.

— La pratique de l'Aïkido tend à faire réaliser corporellement en l'individu sa propre unité avec un concept d'ORDRE et de PAIX, et ce par le dressage de sa nature.

— Nous devons chasser les démons avec la sincérité de notre souffle et non avec une épée.

— L'Epée est faite pour remuer « fure-fure », et enlever ce qui est mauvais.

— Conduis-nous, absous-nous Dieu universel, détruit l'ennemi qui est caché dans le corps.

— Gagner veut dire gagner sur l'esprit de désaccord en vous-même. Alors vous accepterez le grand pouvoir de l'unité avec la Nature.

— L'Aïkido permet par des actes unifiants de rassembler ce qui est épars, à l'image de la Grande Unité.

— L'Aïkido est la réalisation corporelle du Principe de l'Unité de tous les êtres... c'est le chemin de la Grande Réconciliation et le point de rencontre, tel qu'il est appelé le CIEL ou GRAND UNIVERS en religion.
L'Aïkido garde toute chose dans un accroissement et un développement constant, et sert à l'aboutissement de l'Univers (spirituel), son unique But est d'accomplir le Travail de Dieu.

— Prions sans cesse pour que les combats n'aient pas lieu.

— Si cependant le mal vient, nous devons être assez fort pour le balayer au loin et protéger la Justice.

— Ayant la conviction que la Vérité doit triompher, nous allons de l'avant avec la certitude inébranlable d'éliminer tout le mal de ce monde et en outre d'atteindre l'état où il n'y a ni droiture, ni absence de droiture, ni injustice, ni mal.

— La Voie de l'Aïkido consiste à réaliser notre unité avec le CENTRE spirituel. L'expérience de la Victoire de l'Aïkido prouve que la VERITE est Victorieuse. C'est pourquoi je suis victorieux.

— Vous devez faire vôtre le CŒUR de l'UNIVERS.

— L'Aïkido est un Art de SYMPATHIE qui ne peut se pratiquer qu'avec FOI et dans la JOIE.

— L'Amour est la déesse gardienne de toute chose. Rien ne peut exister sans lui. L'Aïkido est la réalisation de l'Amour.

— L'Aïkido est une « Semence » de l'Amour, de Vie et de Pitié.

— Le But de l'Aïkido est de susciter l'Amour de la Vie et de la COMPASSION, et ce dans tous les plans de la nature humaine.

— Par l'Amour nous sommes capables de purifier autrui.

— A travers l'Aïki étendons tous nos pouvoirs pour amener à son achèvement l'HARMONIE PACIFIANTE avec ce monde. »

C'est ce que traduisait parfaitement la gestuelle du Grand Maître dont le « COMBAT de JUSTICE » demeurait axé sur la SAUVEGARDE MUTUELLE et la PACIFICATION, en union avec les Kami.

LA VOIE DES KAMI SELON LE SHINTO

« Ce dont nous avons besoin c'est d'être conscient de la nécessité d'adhérer au nighi-mitama du Kami, que nous possèdons dans notre Kokoro. »

Sokyô Ono.

Au début de chaque cours le Maître Uyeshiba invoquait les Kami. Avant même le salut, le rituel veut que l'enseignant comme d'ailleurs les disciples se tournent face au Kamiza, et après une phase de médiation, s'engagent dans la « Voie des Kami » (dieux) de la métaphysique Shinto. Les invocations s'adressent successivement au kami du « Centre Auguste du Ciel » (Ame-no-minakanushi-no-kami), au kami de la « Haute production Auguste » (Taka-mi-musubi-no-kami), puis au kami des « Naissances divines » (Kami-musubi-no-kami), au « Prince plaisant bourgeon de roseau » (Umas-hi-ashi-kobi-hikoji-no-kami) enfin au (Ame-no-toko-tachi-no-kami) « Résidant éternellement dans le Ciel ».

Puis les pensées se dirigent vers le dieu « Résidant éternellement sur la Terre » (Kumi-no-toko-tachi-no-kami), vers « Champs de nuages luxuriants » (Toyo-kumu-no-no-kami) qui adhèrent au jeu des dieux et des hommes, et vers les couples divins célestes, puis vers ceux de la Terre et des Enfers. Enfin, elles se tournent vers la déesse solaire Amaterasu-ō-mi-kami.

Toutes les formes de la vie sont données par les kami qui insufflent l'âme (tama). Ce sont eux qui intercèdent pour redresser l'homme déséquilibré par ses penchants. Comme nous le constatons la « Voie des dieux » (Kannayara-no-mitchi) comporte un triple aspect, moral, social et religieux, et dans ce sens fait appel à une éthique non codée, axée sur l'idée du bien et du juste inné en l'être humain pris comme enfant des kami célestes. L'homme indissociable de la Grande Nature, imprégné jusque dans ses fibres de l'esprit des Kami ne peut être que plein de félicité. Aussi se doit-il de cultiver une attitude de bienveillance et de constance envers son prochain et ce qui l'entoure, et d'entretenir un esprit de conciliation et de courtoisie.

Cette démarche doit être constamment entretenue par un sentiment de justice et de rectitude. Le « Chemin pour être dieu » exige encore les qualités que sont : la tolérance, le respect des choses et des êtres et la piété filiale. Nous noterons que tout manquement à ces préceptes est considéré comme une erreur, un égarement, œuvre de Magatsu-bi,

l'esprit démoniaque, et sanctionné par la colère des kami, qui se matérialisent sous l'aspect de calamités.

De façon à combattre ces tendances, l'adepte shinto fait appel à des techniques de purification. En plus des rituels de l'ablution, de la concentration sous une cascade (face à l'Est ou au Sud-Est), de l'immersion dans la mer, interviennent des pratiques respiratoires, des postures facilitant la méditation, et une diététique qui évite tout « échauffement ». Au-delà et grâce à la formulation des « norito » (prières shintôistes), apparaît un état d'hyperconscience appelé « tama-shizumé ».

Le rituel qui diffère légèrement selon les obédiences shintoïstes comprend différentes phases qui consiste à :

— S'apaiser en adoptant la posture seiza,
— joindre et tendre les mains au niveau du front,
— faire converger le regard vers l'extrémité des doigts,
— ramener les mains devant le centrum,
— continuer à fixer le même endroit, paupières mi-closes,
— abaisser les paupières et conserver la même vision,
— penser à Amatérasu,
— visualiser dans son cœur le Soleil,
— appeler le kami auquel on veut s'identifier,
— voir le kami brillant comme l'astre du jour,
— placer sa propre âme devant lui,
— penser avec ferveur à la fusion des deux âmes,
— faire de « l'épée » (âme) du kami, la sienne,
— s'en imprégner de façon à sauvegarder la vie sous tous ses aspects,
— vivre en harmonie avec les kami et l'univers.

Voilà donc le travail intérieur qui transfigurait l'Aïki-Do du Sage Uyeshiba et qui transformait une méthode de combat en un rituel. La « Voie des Kami » se trouvait au bout de la « Voie du Guerrier ». Elle s'empara de son cœur et de ses techniques pour lui donner l'apaisement.

Si l'adepte shinto s'adresse aux Kami de sa religion, nous Occidentaux, pouvons dans le même esprit formuler au début de chaque séance une pensée :

- au Créateur du Ciel et de la Terre, Grande Conscience Omniprésente qui vivifie de sa Parole,
- aux différentes Energies qui animent et gèrent les Dix mille choses manifestées,

- à nos pères et mères ancestraux (énergie ancestrale, quantum de vie),
- aux Sages, Saints et Vénérables qui par leurs comportements, actes et conseils, nous éclairent,
- au Dôjô, lieu de réflexion, de concentration, de méditation, d'application et de métamorphose, micro-cosmos au sein duquel s'expriment et jouent les Energies,
- à l'infiniment petit, porteur de l'Esprit,
- à nous-mêmes, transformateurs d'énergies, qui voulons par un travail incessant, nous régénérer.

Si, à la fin de la leçon, nos pensées retournaient vers le Ciel, dans l'ordre inverse, nous pratiquerions exactement, bien que sous une forme occidentale, dans l'esprit du Sage. Si, au début, nous ne faisons qu'un « échauffement », et à la fin un simple retour à « notre calme habituel » (ce qui n'est pas évident !) nous faisons autre chose que ce qui se pratiquait au Dôjô du Maître Uyeshiba.

CHAPITRE II

LA VIOLENCE ET LA VOIE DE L'ACTION

« Chemins après chemins,
A force de contempler l'épaisseur des pierres
et d'y chercher un signe,
A force de se jeter en avant
de tomber et de se relever,
Et parce qu'après chaque nuit
vient un nouveau matin,
Et surtout parce que :
« Quelqu'un lutta avec lui jusqu'au lever de l'aurore »
Il faut bien que s'ouvre une brèche,
qui laisse grandir en moi quelque chose
venu de si loin, que je ne fais que l'appeler Silence,
qui laisse surgir en moi un désir
dont je ne sais d'où la mémoire commence
et où s'éteindra son présent. »

J.D. CAUHÉPÉ.

LA VIOLENCE

Mais pourquoi pratiquer un art né dans une autre culture et à une autre époque ?

Nous comprenons mieux les raisons de la naissance de ce « Budo » et nos motivations personnelles, si nous rappelons l'état chaotique des sociétés où les disciplines martiales ont vu le jour, et si rentrant en nous-mêmes, nous observons les multiples pulsions agressives qui sans cesse nous déchirent.

Dans le chapitre précédent, nous avons évoqué brièvement l'état de luttes, de rivalités et de violence de la société féodale nippone. Une étude historique et sociologique n'est pas le but de cet ouvrage, notre

objectif, c'est nous-même, l'homme. C'est pourquoi nous réfléchirons sur la violence en nous.

A quel manque d'être, l'Aïkido, cet Art de Pacification, vient-il apporter un remède ? Quelles plaies soignons-nous lorsque années après années, nous répétons les mêmes gestes ?

Avant d'emprunter la Voie de l'Aïkido, j'ai croisé d'autres chemins qui menaient au bruit et à la violence. C'étaient de ces sentiers pas même tracés que les hommes parcourent depuis toujours pour se défier, s'affirmer... Les peines, les joies, les morts et surtout les pourquoi leur servent de bornes.

C'est assis sur l'une de ces « pierres », qu'avec tant d'autres, je me suis demandé si c'est par lâcheté et faiblesse que l'être humain tente de cacher derrière les façades de la civilisation et de la culture, sa véritable et authentique nature, celle d'un agresseur instinctif. Il dissimulerait ses antiques pulsions, sous divers masques tels les Arts martiaux ; car peut-il échapper si facilement au jeu réciproque de facteurs héréditaires, innés, génétiques, des influences psychologiques et culturelles, des structures du système nerveux central, ainsi que des mécanismes hormonaux, des modèles sociaux, de l'hypermimétisme et du narcissisme ?

L'homme est dangereux au sens même où un loup et un lion le sont. Son passé de chasseur a par nécessité sélective favorisé en lui un désir de non-dérobade, une aptitude à faire face, à attaquer et à poursuivre. Chez son ancêtre, cela c'est traduit par l'apparition de la concentration sur un but du fait qu'il devait se fixer entièrement sur l'attaque et la survie. Plus tard, ses armes de poing en os, en pierre ou en bois, le rendirent très efficace. Puis les derniers Néanderthaliens usèrent des armes de jet. Ce n'est pas sans raison, si toute l'histoire de l'humanité a tourné autour du développement d'armes toujours plus perfectionnées, c'est par nécessité génétique. Nous créons et améliorons nos armes instinctivement comme les oiseaux construisent leurs nids. L'homme domina ses rivaux pour la seule et unique raison qu'il était un tueur.

Sur le plan du développement individuel, nous observons que nous possédons un certain potentiel d'énergie agressive qui évolue au cours de notre vie communautaire. Dès le stade embryonnaire, l'individu commence à développer qualitativement et quantitativement ses capacités sensorielles. De la sorte, il élargit progressivement sa perception et sa connaissance de l'environnement. En fonction de ses réactions, de ses rythmes et de sa propre maturation, il établit un rituel d'actions-réactions avec son milieu. Ceci permet de considérer

l'agression tel le résultat d'une expérience, fruit d'une histoire individuelle. Néanmoins, il ne faut pas oublier que si l'individu n'est pas équipé du mécanisme énergétique et de coordination entraînant le phénomène « agression », aucune frustation, crainte ou peur, ne le rendront agressif.

Comme les facteurs génétiques, les interactions sociales précoces contrôlent indubitablement le développement de la réactivité émotionnelle et celui des facultés d'adaptation émotionnelle et sociale. Le conflit apparaît lorsque surgit une opposition entre deux forces. Généralement les besoins psychologiques fondamentaux propres à tout individu, (qui sont :

— Le besoin d'identité, contraire à l'acceptation de l'anonymat,
— le besoin de stimulation, contraire à l'ennui,
— le besoin de sécurité, contraire à l'angoisse,)

ne trouvent pas de réponse dans l'environnement. Notre monde est un agrégat de solitude, de silence (non-communication), d'appauvrissement des liens familiaux et sociaux, d'envie, de jalousie, de mobilité géographique, de conditions de travail difficiles, d'angoisses, de formes d'inégalités, de contraintes d'urbanisation, de spéculations, de nationalisme, de pertes de prérogatives ou de territoires, de surpopulation, de complexes d'infériorité ou de supériorité, etc. Le heurt de tous ces composants favorise et provoque l'explosion de la violence individuelle ou collective.

Elle se présente sous six formes différentes, obéissant à des modes de déclanchement distinct et ancrés biologiquement dans le centre limbique de notre cerveau. Nous les retrouverons embusqués derrière de nombreuses réactions de notre vie courante et de notre discipline. Nous revivons personnellement sous de multiples aspects la genèse de la violence, qu'il s'agisse de l'agression prédatrice, de l'agression par rivalité, de l'agression par peur, par irritabilité, de l'agression territoriale et de l'agression maternelle.

La base de la vie harmonieuse du groupe implique l'auto-contrôle et le pouvoir d'expression de chacun de ses éléments. La paix, que toutes les nations prétendent rechercher, ne consiste pas à ce que les canons se taisent. Aussi longtemps que la véritable paix ne siégera pas en l'homme, les passions éclateront en conflits sociaux, en haines raciales et en guerre.

En intériorisant cette force, les éducateurs donnent à la violence un pouvoir dépassant de beaucoup les niveaux de comportement. Toutes déviations masochistes écartées, l'impétuosité naturelle est redistribuée et devient le moteur de la « guerre sainte » que l'individu mène

contre lui-même dans le but de se transformer, de devenir plus homme et d'agir sur le monde. Elle apparaît sous de multiples traits telles les vertus d'effort, de persévérance, de volonté, d'enthousiasme...

Une authentique destinée étant une réalisation de qualités et de capacités contenues en germes par une personnalité, elle se trouve obligatoirement placée sous le signe de la violence, dans le sens qu'aucune œuvre n'a jamais été accomplie sans le concours de cette force fougueuse sur soi et sur les autres, que ce soit sur le plan artistique, politique, social ou religieux.

C'est la sainte violence qui anime les âmes passionnées : « Le Royaume des Cieux souffre violence et les violents le prennent par force. » (Mat. XI.12)

COMPORTEMENT DE L'HOMME PRET A L'AGRESSION

L'historien et l'ethnographe en témoignent, d'où que nous venions, nous sommes issus de l'une de ces sociétés qui se sont forgées dans le sang. Lorsque l'un d'entre nous choisit une pratique martiale, ne s'agit-il pas au fond d'un exorcisme ?

Il m'a souvent été donné d'observer les caractères et expressions d'agressivité chez les hommes, nos jeux ne font que mimer la réalité, ils ont pour but soit de nous préparer à cette réalité, soit de nous en délivrer.

Dès que l'agressivité d'un mammifère s'éveille, apparaissent chez ce dernier certaines modifications physiologiques fondamentales. En effet, le corps ne peut prendre son aspect élaboré qui permet l'efficience, que par une modification du système nerveux autonome. Ce système comprend deux sous-systèmes opposés et complémentaires, qui se contrebalancent, le sympathique et le parasympathique. Le premier a pour tâche de préparer le corps à une activité violente, alors que le second a pour mission de conserver et restaurer les réserves énergétiques. Le sympathique dit : « Tu es prêt, engage-toi dans l'action ! » Le parasympathique par contre conseille : « Détends-toi, ménage tes forces ! »

Dans les circonstances normales, le corps écoute les deux tendances, et maintient entre elles l'équilibre. Mais lorsqu'un intense sentiment d'agressivité apparaît, seul le sympathique est écouté. De la sorte lorsqu'un individu subit une émotion due à la présence d'un

danger quelconque, et notamment d'une agression caractérisée, les tendances innées à se battre ou à fuir qu'il ressent, s'accompagnent d'une très forte activité du système sympathique. Celui-ci se trouve stimulé par l'adrénaline et ses composés, qui se déversent dans le sang, et affectent tout le système circulatoire. C'est la raison pour laquelle le cœur bat plus rapidement, ce qui permet le transfert du sang vers le cerveau, les muscles, la peau et les viscères. La pression sanguine augmente et le rythme de production des globules rouges s'accélère. Parallèlement apparaît une réduction du temps de coagulation du sang.

Sous l'action du sympathique les processus de digestion et d'emmagasinement des aliments s'interrompent. La salivation se réduit, de même que la sécrétion des sucs gastriques. Les mouvements de l'estomac et ceux des intestins s'arrêtent, tandis que la vessie et le rectum en se bloquant interdisent les évacuations. Le foie libère des hydrates de carbone et le sang se trouve chargé de sucre. Le rythme de la respiration s'accélère considérablement, le souffle devient plus rapide et plus profond. Les mécanismes thermo-régulateurs sont stimulés. Les poils se hérissent et la sudation devient abondante. L'irrigation puissante du cerveau permet une réflexion rapide et celle des muscles l'action violente. L'accélération du processus de coagulation du sang évitera en cas de blessure une trop grande perte. La simultanéité de l'intense production de globules rouges par la rate, et l'accélération de la circulation sanguine, permet d'augmenter l'absorption de l'oxygène et l'évacuation de l'acide carbonique. L'érection du système pileux et le ruissellement de la sueur contribuent à maintenir le corps à une température normale. Ces nombreuses modifications préparent le corps à l'action, au combat, à la survie. La prédominance du système sympathique est appelée état adrénalgique et plus fréquemment phase de sympathicotonie.

Toutefois et malgré que l'individu ait la certitude de la victoire, l'issue du combat demeure une inconnue. La présence et l'attitude de l'opposant provoque d'une part un sentiment de crainte, et d'autre part celui d'en finir avec cette situation. L'agressivité incite à attaquer alors que la peur retient. Apparaît un intense conflit intérieur, qui maintient en suspens toute action, et se trouve à l'origine des menaces. En effet, il est très rare que le sujet excité se lance à corps perdu dans l'attaque. La menace se traduit par une succession de gestes, d'attitudes, qui ont pour but d'intimider l'opposant. Si ce dernier se retire, la phase préliminaire a parfaitement joué son rôle et permis d'éviter la rixe. Dans toutes les formes supérieures de la vie

animale, c'est cet aspect de canalisation de l'agressivité qui prédomine, la menace et la contre-menace remplaçant le combat meurtrier. L'intensité des signaux extérieurs traduit les phases de modifications physiologiques et permet d'apprécier le niveau d'agressivité atteint. De la sorte apparaît le combat stylisé. Malheureusement, lorsque les échanges de signaux et contre-signaux ne peuvent régler le différent, la seule issue demeure la lutte ouverte.

Mais si sur le plan du comportement, les différentes phases se déroulent correctement, sur le plan physiologique il en va différemment. En effet, le corps ayant été préparé à fournir un effort violent et une grande dépense énergétique, cette dernière n'aboutissant pas, et la tension engendrée demeurant, cela oblige le parsympathique à intervenir. Alors qu'alternent les phases de menaces ou de contre-menaces, apparaissent tour à tour également les manifestations du sympathique et du parasympathique, le système nerveux autonome oscillant en permanence et d'une manière quasi frénétique. Si le sympathique contracte les vaisseaux sanguins, l'action du parasympathique permet la dilatation et la détente de ces derniers. Ainsi le sang revient très fréquemment dans la région sous-cutanée, et fait apparaître brusquement une rougeur extrême qui succède à la pâleur précédente. A la respiration profonde et rapide succèdent soit des halètements, soit des soupirs. Les réactions intenses provoquées par l'un et l'autre des sous-systèmes sont telles que parfois apparaît une réaction de perte de conscience due au brusque retrait du sang au niveau du cerveau. Si le sympathique assure la dilatation des vaisseaux coronaires, le parasympathique par contre en provoque la constriction, ce qui est la seule exception à la règle. Le parasympathique contracte les muscles de la pupille, alors que le sympathique les dilate. Au niveau du système digestif, le parasympathique provoque une intense contraction intestinale et active le tonus de motilité du transit. Le système parasympathique fournit l'acétylcholine qui stimule le système endocrinien et les muscles, d'où le terme de cholinergie ou plus usité de vagotonie pour désigner sa prédominance.

Ces véritables turbulences physiologiques fournissent une vaste gamme de signaux d'humeur et de comportement, propres à chaque espèce animale. Les modifications circulatoires, origines d'extrême pâleur ou d'extrême rougeur, les sifflements, halètements dûs aux perturbations respiratoires, voire les phénomènes de gonflement et de sudation agressive, se trouvent vraisemblablement à la base du processus de communication. A ces phénomènes viennent s'ajouter des signaux dûs aux mouvements de tensions musculaires, des

successions de mouvements d'intention agressive, d'actions ambivalentes et de postures de conflit.

Pris entre le désir d'attaquer et l'envie de fuir, le sujet s'élance, recule, saute latéralement, avance à nouveau, se penche, se baisse, tourne, se balance, chaque mouvement d'engagement étant contrebalancé par un mouvement de retrait. Avec l'évolution, cette agitation s'est modifiée en attitudes d'intimidation et de menace hautement spécialisées. Les mouvements d'intention se sont stylisés, les sautillements codifiés en balancements ou tremblements, les déplacements pouvant être souples ou guindés, le port de la tête, haut, ou orienté vers le bas, les pas rapides ou lents, grands ou mesurés. Il existe encore une autre catégorie de signaux qui relèvent d'une succession d'attitudes dénommées « activités de diversion ».

Lorsque ce système de communication n'aboutit pas, aux signaux succèdent les mécanismes de l'attaque réelle, le combat éclate avec toute son intensité. Se trouvent utilisées à ce stade toutes les armes naturelles que sont les poings, les coudes, les genoux et les pieds pour fracasser, les pieds et les mains pour saisir, pousser, tirer, serrer, étrangler, luxer, les ongles pour griffer, lacérer, arracher, crever, les dents pour mordre, le front pour assommer, le buste et les hanches pour déséquilibrer etc. Toutefois et heureusement, les espèces qui possèdent des techniques meurtrières qui leur sont propres ne les utilisent que pour capturer leurs proies, et très rarement avec leurs congénères. En effet, dès que l'opposant se trouve mâté, cessant de constituer une menace, il est délaissé, surtout s'il adopte une attitude de perdant.

Lorsque nous évoquons les « combats à mort », nous faisons allusion aux activités brutales des carnivores tuant leurs proies, et c'est à ce niveau que nous commettons une grande erreur en l'appliquant systématiquement à toutes les activités agonistiques entre animaux. N'oublions jamais que si une espèce désire survivre, elle ne peut d'aucune manière admettre les massacres collectifs de ses sujets, et celles qui ont enfreint cette loi, n'existent plus. Sans doute, est-ce la raison pour laquelle l'agressivité au sein d'une espèce se contrôle, ou s'inhibe naturellement, car plus les armes employées s'avèrent meurtrières, plus intenses doivent être les inhibitions interdisant leur utilisation à des fins fratricides.

Notre comportement de primate comprend toutes ces phases et attitudes. En effet, si notre vis-à-vis devient cramoisi, il s'avère beaucoup moins dangereux que s'il devenait blême, avec des lèvres crispées. Un visage rouge est la marque d'un intense conflit interne, et

l'indication que la colère s'achemine vers l'inhibition. A l'opposé, la couleur blanche qui s'allie à l'expression « blême de rage » est synonyme de tension extrême. Une respiration rapide et profonde est le signe précurseur de l'attaque, et se trouve liée à la bouche sèche ; alors qu'une salivation abondante permet de déceler que l'assaut est inhibé. Les phénomènes tels jets d'urine, défécation et perte de conscience, proviennent du véritable choc qui succède aux tensions extrêmes. Quant à notre système pileux, s'il ne remplit plus son rôle d'intimidation en se hérissant, nous pouvons toutefois constater qu'il se trouve sollicité du fait que nous éprouvons parfaitement la sensation d'avoir « les cheveux dressés sur la tête ».

Au désir d'attaquer et à celui de s'échapper, se trouve intimement lié le phénomène gestuel du bras ou plutôt du poing crispé. Ce geste s'effectue à une certaine distance du vis-à-vis, de telle manière que le poing se trouve hors de portée, et qu'il ne puisse y avoir d'impact. Cette attitude découle avant toute chose du désir d'informer, et sa ritualisation est accrue par l'adjonction de balancements de l'avant-bras qui signifient « je vais décocher des coups de façon rythmique avec mes poings, attention ! » mais toujours à prudente distance. Ce rituel d'intimidation est accompagné de petits déplacements d'approche.

Très fréquemment est employée l'activité dite de « re-direction ». Celle-ci consiste à taper du pied ou du poing sur un meuble, une porte, briser un objet, et parfois même agresser un passant ou un témoin nullement impliqué dans le conflit. Bien que ces gestes possèdent un impact visuel certain, ils se trouvent accompagnés et soulignés par des expressions faciales menaçantes, liées aux signaux vocaux. Dans ce domaine, il est assez facile d'apprécier le niveau de tension par la tonalité des sons et le rythme accéléré de la parole lié à celui de la respiration. En ce qui concerne l'expression du faciès, les règles sont fort simples et toujours identiques. Plus le désir d'attaquer l'emporte sur celui de fuir, plus le visage se tend vers l'avant ainsi que le buste. Lorsque c'est l'inverse qui s'établit et que la crainte domine, les traits du visage se trouvent tirés vers l'arrière, et le buste a tendance à se replier. Chez l'attaquant, les sourcils se froncent, le front devient lisse, les commissures des lèvres se trouvent tirées vers l'avant et les lèvres dessinent une ligne serrée. Par contre et au fur et à mesure que la peur domine, le visage fait montre d'une expression craintive. Les sourcils s'élèvent, le front se plisse, les commissures se tirent vers l'arrière, les lèvres s'écartent et découvrent les dents. Cette expression globale accompagnée de certains gestes, est parfois

considérée à tort comme le prélude de l'attaque. En fait, elle prouve la crainte intense, même si le reste du corps demeure empreint de gestes intimidateurs.

Détenteur d'une impressionnante panoplie d'armes artificielles, l'être humain est devenu redoutable ; et c'est peut-être pour cette raison que l'espèce dispose d'une vaste gamme de signaux d'apaisement. Le premier de ces signaux est celui qui consiste à s'accroupir et parfois se lamenter, le signal clef étant l'abaissement du corps devant le dominateur. En ramenant le corps à de faibles proportions, en se faisant tout petit, le dominé adopte une attitude de soumission qui se trouve à l'inverse de celle prise par le plus fort qui se déploie et va de l'avant. Cette attitude s'est progressivement stylisée, et a donné naissance à une gestuelle codifiée. De la posture initiale d'accroupissement nous sommes arrivés à l'agenouillement, puis à la prosternation. Avec l'évolution et dans le cadre du salut empreint de déférence, l'accroupissement s'est transformé en mouvement d'inclination du buste, puis en simple abaissement de la tête. A ce stade, le signal clef correspond au regard, expression de l'agressivité.

Dans la pratique des arts martiaux à haut niveau, l'expert adopte un regard atone, signe de non-fixité mentale et de non-agression. En une vision globale et immédiate, parfois soutenue d'un léger balancement corporel, ou d'une élévation modérée d'une main ou de la tête, il provoque la réaction d'attaque chez son vis-à-vis tendu au paroxysme, en libérant la tension adverse. Le summum réside dans la perception puis le contrôle du rythme respiratoire de l'adversaire. L'apparition de rictus dénote un déséquilibre psycho-somatique certain, preuve de non-contrôle de soi-même et de la situation.

L'instant d'agression, moment très précis du phénomène violence, est primordial dans une conception primaire des arts martiaux.

Cette étude permet d'éclaircir deux points :

— Sur le plan du contrôle de soi : dominer les impulsions agressives par des procédés tels que la relaxation, la respiration, la médiation psycho-somatique et les formulations mentales.

— Sur le plan de la sauvegarde : désamorcer les tensions agressives de l'adversaire par une attitude non provoquante ou redirectionnelle, et si cela ne suffit pas, tenter d'absorber-dévier-guider et annihiler son agressivité par des techniques.

Ces remarques ne sont qu'un simple remède à un mal, avant de rechercher s'il n'existe pas d'autres voies et procédés pour abolir ces maux.

INFLUENCE DU SOLEIL ET DE LA LUNE SUR NOTRE COMPORTEMENT

Avant d'aller plus loin, afin de mieux nous comprendre et nous accepter et afin de travailler ensemble et non pas l'un contre l'autre, il semble nécessaire de rappeler l'importance des rythmes naturels sur notre comportement.

L'être humain se situe au sein de l'univers, et naturellement y participe en le subissant et le vivant. Depuis l'origine de notre système solaire, existe entre la vie et l'environnement que constituent le soleil, la lune, les planètes et les étoiles, un véritable et permanent dialogue biologique et psychologique. Enfants du soleil, nous en subissons les rythmes auxquels s'associent et se conjuguent entre autres ceux de la lune. Véritable « cadran solaire » vivant, chaque humain, peut-être plus que les autres êtres qui l'entourent, est apte à ressentir les effets du couple soleil-lune.

De nombreuses études complétées par les observations de l'astrophysique, ont permis de mettre en évidence le parallèle existant entre l'activité solaire et le comportement des êtres vivants. Outre qu'elles modifient l'électricité atmosphérique de notre planète, en créant des tempêtes magnétiques, qui perturbent les aiguilles aimantées des boussoles, et provoquent le fade-out des ondes radio, les incessantes éruptions solaires projettent des « vents » qui nous atteignent, et font conjuguer notre comportement avec celui des « humeurs » de l'astre.

Les rayons X et gamma, identiques aux protons, traversent l'espace et venant du fond de l'univers, bien qu'absorbés ou atténués par l'écran de l'atmosphère, nous frappent néanmoins en franchissant deux « fenêtres » : la première bien connue, laisse pénétrer la lumière, les rayons ultra-violets et les infra-rouges. La seconde, plus récemment découverte puisqu'ayant donné naissance à la radio-astronomie, laisse passer les ondes électromagnétiques « longues », de la fréquence des ondes radio.

Si nous savions déjà que les particules possédant une courte longueur d'onde détiennent une énergie élevée, nous étions encore récemment enclins à supposer que les ondes à « grande longueur » qui ne transportent qu'une très faible énergie, ne pouvaient avoir une influence biologique sur notre comportement, et pourtant de nombreuses études font apparaître qu'il en est tout autrement.

Les flux de très basse fréquence (E.L.F.) émanés du soleil, agissent sur notre système nerveux. Nous pouvons constater que de nombreuses personnes, les enfants surtout, sont plus irritables au moment

des phases de suractivité solaire. Le nombre des punitions dans les collèges et les armées est toujours plus élevé lors des perturbations magnétiques causées par les irruptions de l'astre. Ces influences inconscientes se traduisent chez certains sujets par des accès de nervosité et exercent sur les tempéraments maladifs des effets complexes tels que des oppressions, migraines, névralgies, fatigue, accès de rhumatismes ou de goutte, et même crise de colère.

De nombreuses études étayées par des analyses statistiques, ont fait apparaître les fréquences et les amplitudes de troubles émotionnels graves dont certains sujets sont atteints, et qui se traduisent même par le suicide.

Nous remarquerons encore que les orages, éruptions volcaniques, secousses sismiques, vagues de froid, cyclones, coups de grisou, incendies, épidémies, déclarations de guerre et autres catastrophes apparaissent par séries, et accompagnent avec une parfaite régularité le passage des éruptions solaires. Dès qu'une tache approche du méridien, l'homme réagit. C'est alors qu'il se plaint des symptômes assoupis d'une maladie latente, de névralgies et de douleurs, signes évidents pour lui de changement de temps, et l'on sait que c'est en moyenne quarante-huit heures après le passage au méridien de la tache que le temps se modifie. Quant aux accroissements des infarctus du myocarde, ils sont indubitablement liés aux mêmes phénomènes. Qu'il s'agisse d'un individu ou de collectivités, les réactions sont toujours identiques. C'est la raison pour laquelle existe une corrélation entre les rythmes solaires et certains faits politiques ou sociaux, tels que les phases de révolutions et de conflits, auxquelles succèdent des périodes de calme et de prospérité. Les paroxysmes de l'activité des grandes masses humaines tendent à coïncider avec les recrudescences épisodiques, diurnes et mensuelles de la formation des taches. Lorsque celles-ci sont nombreuses, la violence sous toutes ses formes domine l'humanité. Les tensions se font de plus en plus grandes et font éclater les guerres. Par contre, aux périodes de faible intensité solaire, s'établissent des contacts et courants de coopération, d'échanges artistiques et amicaux.

La lune quant à elle influe énormément sur le comportement humain, et qualifier de « lunatique » un individu instable, s'avère parfaitement explicite. Sur le comportement des animaux, l'astre de la nuit agit périodiquement. Nous savons que la ponte des oursins, l'éclosion des moustiques, le changement de couleur de certains crustacés, bien qu'enfermés dans des chambres obscures, répondent aux rythmes lunaires. Il en est de même en ce qui concerne les

rongeurs, rats et écureuils qui s'agitent lorsque notre satellite se trouve sous l'horizon et se calment au fur et à mesure de sa montée. Cette action touche également les végétaux, et se trouve à l'origine d'un double épanouissement au cours du mois lunaire d'une sorte d'iris de l'Afrique du Sud. La germination s'avère meilleure et le rendement supérieur si les semailles sont réalisées juste avant la nouvelle lune. Les grains d'amidon soumis à une exposition de trois heures à la pleine lune, présentent des cristaux, dont un certain nombre se dissolvent dans le liquide environnant. Les rameaux de vigne s'enrichissent en sucre aux époques de pleine lune, ce qui permet de dire que les effets sont en tout point comparables à ceux obtenus avec la lumière artificielle polarisée. Nous noterons encore un fait bien connu des exploitants forestiers et scieurs, à savoir que les arbres abattus à la pleine lune sont peu sujets aux attaques des parasites. Toujours sur le plan biologique, il a été constaté que c'est au cours de la pleine lune que les infections dépendant des streptocoques et des staphylocoques se déclarent généralement. En ce qui concerne la coqueluche et l'asthme, il apparaît une augmentation des quintes, de la nouvelle lune au début du premier quartier, à laquelle succéderait une diminution dès le commencement de la pleine lune. Il en est de même pour certains érythèmes, dermatoses, herpès, eczémas et troubles digestifs. Aux différentes phases de la lunaison et notamment de la pleine lune, correspondent des hémicranies alternantes météoropathologiques, caractérisées par des céphalées affectant des patients sympathicotoniques.

Compte tenu des influences physiques observées depuis la plus haute Antiquité et des travaux qui démontrèrent que l'intensité du champ magnétique terrestre subissait, d'heure en heure des modulations dues à la journée et au mois lunaires, il est admis que les flux électroniques et ioniques sont capables de modifier les états mentaux. Le psychiatre L. Ravitz mesura la différence de potentiel électrique existant entre la tête et le thorax de ses patients, et découvrit que celle-ci oscillait de jour en jour et selon ses constatations en harmonie avec les phases lunaires et l'agitation des sujets. Le résultat de ses travaux permit au chercheur d'expliquer originalement que la lune ne détermine pas directement le comportement humain, mais en modifiant le rapport des forces électromagnétiques serait capable de provoquer des déséquilibres importants chez des sujets fragiles. Des effets identiques ont été observés sur des végétaux, la différence du potentiel existant entre deux points du cambium, présentant des fluctuations au moment de la nouvelle lune.

Il est maintenant bien établi, que la lune par son influence gravitationnelle sur la terre, est le moteur principal des marées océaniques, atmosphériques et terrestres. Considérons l'organisme humain tel un microcosme. Il est pour l'essentiel composé des mêmes éléments que ceux de la surface de notre globe (approximativement 70 % d'eau pour 30 % de minéraux organiques ou inorganiques). On peut avancer l'hypothèse que les forces gravitationnelles lunaires sont capables d'exercer sur l'eau que renferme le microcosme humain une influence similaire à celle qu'elle exerce sur le macrocosme terrestre. Par le canal de la gravitation, la lune provoquerait sur l'organisme humain des changements cycliques sur le milieu liquide qui baigne toutes les cellules de notre corps, au point que l'on pourrait parler de véritables « marées biologiques ».

Telles sont les influences de la lune et du soleil sur nous. En considérant les événements actuels, ne pouvons-nous pas penser que la puissance auto-destructrice que possède l'humanité en cette fin de cycle soit la matérialisation d'un feu auto-destructeur et purificateur d'origine cosmique ? La Nature se transformant par le Feu pour renaître, ce que symbolise le Phénix de la mythologie.

LES RYTHMES CIRCADIENS

« L'homme est un pendule de mouvements et de vibrations perpétuels. »

J. PERRAKOS.

« Connais-toi toi-même » dit le Sage. La domination de moi-même passe par la découverte de ce corps et de ses rythmes afin de pouvoir jouer avec lui.

Comme la nuit succède au jour, le flux et le reflux, tout ce qui vit obéit à de multiples variations cycliques, qui régissent les fonctions vitales des organismes. Si certains des biorythmes tels les menstrues et les pulsations cardiaques nous sont perceptibles, la plupart demeurent inaperçus. Ces rythmes agissent au niveau des secrétions hormonales, sur la circulation sanguine, le volume du plasma, la teneur en immunoglobulines et la tension artérielle. Il en est de même en ce qui concerne la température corporelle qui augmente ou diminue de un à deux degrés toutes les vingt-quatre heures. La température de la peau, en particulier au niveau des mains et des pieds, est également soumise à des rythmes. Ainsi notre côté gauche a une température plus élevé durant le sommeil, contrairement à la journée.

Les biorythmes agissent également sur les fonctions sensitives, et modifient les performances individuelles. Les affections et leurs symptômes, telles les allergies, la tuberculose, certaines maladies glandulaires, rénales ou cardiaques, ainsi que les ulcères de l'estomac, ont fréquemment pour origine la perturbation d'un ou plusieurs biorythmes.

Certaines réactions répondent aux cycles ultradiens (de quatre-vingt-dix minutes). C'est pourquoi il s'avère difficile d'en percevoir les minima et maxima tant au niveau de notre propre comportement qu'en celui de nos partenaires. Les phases de « punch » et de dépression se trouvent soumises à ces rythmes, tout comme celles des visions imaginatives (que ni l'environnement, ni les distractions ne perturbent), celles de l'acuité visuelle et auditive, celles de la perception et de la connaissance.

La naissance et la mort sont affectées par des rythmes qui impriment déjà au stade fœtal des alternances régulières d'activité et de repos. Quant aux rythmes saisonniers ils influent et déterminent pour une certaine part le comportement psychique de l'individu, son degré d'intelligence, et par là son orientation professionnelle et sociale. Ainsi les émissions et réverbérations de flux énergétiques cosmiques (lumière et température) influent sur notre structure physiologique. Nos réactions rythmiques individuelles nous préparent à soutenir les variations quantitatives et de durée, propres à chaque saison.

La lumière est l'agent moteur qui influence notre comportement saisonnier, notre système nerveux et notre système endocrinien (thyroïde et gonades). L'énergie lumineuse en atteignant la glande pinéale par la voie d'une ramification secondaire, accélère ou ralentit la production de mélatonine, hormone qui contient la sérotonine et l'histamine. Quant au cycle ovarien, nous savons quels sont ses rapports avec la luminosité.

Celui qui observe ses flux et reflux internes, percevra qu'en l'espace d'une heure et demie, son attention s'amplifie puis diminue, que sa vitalité et sa puissance présentent des maxima quotidiens ou mensuels, les hommes connaissant des cycles de quatre à six semaines, comparables à ceux des femmes, mais qui passent inaperçus par absence de manifestation tangible.

L'activité physique de l'être humain est régie par l'existence d'un cycle de 23 jours. Celle de son comportement émotionnel par un cycle de 28 jours, et sa vie intellectuelle par un cycle de 33 jours.

Le premier cycle intéresse la résistance physique. Il régit la santé.

Durant les treize premiers jours l'organisme dépense les réserves accumulées précédemment. A cette période correspond un rendement et une santé optimum. Après cette période positive, le condensateur énergétique étant vidé, se manifeste durant trois jours une fatigue sensible. L'individu est sujet aux infections. Enfin et jusqu'à la fin du cycle de 23 jours, l'organisme récupère ses énergies pour atteindre son maximum le premier jour du nouveau cycle.

Sur les plans affectifs et sentimentaux, l'homme est agi par un cycle lunaire. Durant les quatorze premiers jours règnent la détente et le bien-être. L'individu est sociable, réceptif et heureux. Ensuite et durant trois jours, survient une phase de dépression qui se traduit par une instabilité émotionnelle et une irritabilité qui affectent et altèrent les rapports sociaux. A la suite de cette période, le condensateur humain se recharge et un nouveau cycle de quiétude apparaît.

Le troisième cycle intéresse le psychisme. Il module l'imagination et le pouvoir créateur. Durant seize jours, la réceptivité, et la vivacité d'esprit priment. La mémoire s'accroît. Succèdent à cette féconde période, quatre journées dominées par une difficulté à se concentrer, et un affaiblissement de la mémoire qui va même faire défaut. Aucune activité intellectuelle n'aboutit. Enfin à partir du vingt-et-unième jour, le phénomène disparaît pour laisser croître à nouveau, et jusqu'au 33e jour, les facultés psychiques.

L'observation et la prise de conscience de ces phénomènes doivent inciter à une meilleure compréhension de nos comportements et réactions, et par là cheminer vers la tolérance, mais également permettre d'adapter notre pratique aux heures, périodes et saisons.

LA MORALE, LE DROIT ET LA DEFENSE

Nous avons écrit que l'Aïkido était un Art de défense. Cette définition pose un problème. Elle nécessite un éclaircissement du rapport défense et société. Dans quelle mesure, la société autorise-t-elle ses membres à se défendre eux-mêmes lors d'une agression ?

Brièvement, nous rappellerons la juridiction française à ce sujet. L'article 328 du Code Pénal déclare que : « Il n'y a ni crime, ni délit, lorsque l'homicide, les blessures et les coups étaient commandés par la nécessité actuelle de la légitime défense de soi-même ou d'autrui. » Les tribunaux se réservent, évidemment, de statuer sur les cas précis, afin de déterminer si les conditions de légitime défense sont réunies.

Le caractère brutal et surprenant de l'agression empêche que l'on ait recours à la justice normale. De plus, la justice impose que le moyen de riposte soit proportionné à l'attaque. La subtilité et les variantes des cas de légitime défense sont infinies ainsi que les abus possibles.

Or, l'Aïkido se différencie d'autres pratiques par la moralité dans la défense tout en étant, bien sûr, quelque chose de plus.

Tout d'abord, la non-existence de blocage, d'opposition, de heurt, évite toute confrontation. Nous devons aller dans le sens dynamique de l'attaque. Les deux personnes ne font plus qu'une, ce qui annihile l'attaque et non l'attaquant.

Ensuite, la notion de Yin et de Yang que nous développerons plus loin, conduit le pratiquant à adopter des mouvements circulaires (au contraire des autres procédés martiaux). Ces manœuvres absorbantes ont pour but de déséquilibrer sans brutaliser.

L'Aïkido se pratique sans opposition dualiste. L'attaquant et l'attaqué sont UN SOUS le CONTROLE de l'attaqué. C'est dans ce sens que nous pouvons dire que l'Aïkido est non-résistance. La non-résistance n'est pas subir passivement. La non-résistance consiste aussi bien en une action positive yang qu'en une action négative yin.

L'attitude positive peut être utilisée au début de l'attaque. C'est une manière de remettre en place les choses et les êtres avant que des actes regrettables soient commis. Au contraire, les mouvements absorbants sont effectués quand l'attaque est trop engagée ou trop puissante. La non-violence équivaut à se sauvegarder avec le minimum de risque pour l'attaquant.

Voici donc l'attitude du pratiquant d'Aïkido lors d'une agression. Outre le respect de la légalité, nous pouvons constater que protéger un agresseur de risques graves prouve un profond sens des responsabilités que nous ne rencontrons dans aucunes des disciplines guerrières et autres techniques militaires. Cette éducation du comportement devant une attaque ou une menace en vue de protéger notre avenir et celui de l'agresseur éventuel correspond à une conception de l'homme et de la nature mais aussi à un idéal social et légal.

Ce travail sur soi en vue du respect d'une éthique permet d'écrire que la morale est inscrite dans notre psychisme de pratiquant. Pour étayer cette affirmation, rappelons ce que déclarait le D[r] P. Warcol-

lier dans « Les Cahiers du Budo », confrontant cette idée avec le point de vue de certains psychologues :

« C'est ainsi qu'une étude émanant du Pr de Greeff : « La morale est inscrite dans notre psychisme ? » (Limites de l'humain. Desclée Brouwer, 1953) mérite d'être signalée et développée.

Cet auteur rappelle que « la morale naturelle suppose une norme, évidemment, et c'est pourquoi un certain nombre de psychologies contemporaines la rejettent, comme subjective et conventionnelle, comme projections ou introjections gênantes, inutiles ou nuisibles, stades non dépassés, fixations, dont il faut être libéré pour vivre normalement ». Le Pr de Greeff signale que même si l'on définissait cette « normale » par le comportement moyen, après étude statistique, on n'aurait pas autre chose qu'une donnée numérique sur des faits vus de l'extérieur. Car l'intérieur de notre être, le psychisme, est à l'inverse, un organisme de jugement sur le sens de l'acte, sur la réalisation ou la destruction qu'il exprime, car chaque action est perçue par le sujet comme l'améliorant ou non, comme le perfectionnant, l'achevant ou l'avilissant.

Ce jugement que nous avons de l'intérêt de nos actes pour notre être futur, qui nous permet de prévoir notre fin sociale heureuse ou désastreuse, il est en nous ; il n'apparaîtra jamais dans les statistiques. Or, c'est à cause de ce jugement que nous pouvons nous changer, nous travailler en vue d'une conformité à une règle. On voit donc la pauvreté des explications d'une morale tirée du simple comportement moyen des individus. Mais il y a pire : « Les psychologies » visées par le Pr De Greeff classeraient l'Aïkido comme le type même de ces « fixations » dont il faut être libéré pour vivre normalement. »

On voit où de telles « psychologies modernes » mènent par leur méconnaissance des trois points suivants :

1. La psychologie et la physiologie humaines, comme toute la Nature, manifestent des forces actives et passives, mais l'équilibre est « au milieu » dans la puissance possible immédiate de ces deux modes d'action ;

2. L'idéal individuel est inséparable de l'idéal social, et leurs lois sont semblables, dans leur prototype ou archétype qui est toujours dans le futur des êtres, tant dans le nôtre que dans celui de notre prochain ;

3. Ces idéaux sont toujours conçus par nous comme réalisables et à réaliser, et nous en avons le moyen sur nous-mêmes.

Les pratiquants de l'Aïkido, rejetant les psychologies modernes, ont choisi de se conformer à la Nature, à leur nature et à la société,

sachant qu'il ne faut pas libérer l'individu de ce qui est en lui supérieur : ses natures spirituelle, physique et sociale, mais qu'il faut délivrer notre nature spirituelle, physique et sociale des chaînes de l'individualisme, de l'animalité primitive qui est encore en nous.

Des réponses claires peuvent être données, par la pratique de l'Aïkido, à des questions qui restent en suspens si l'on ne fait qu'écouter telles écoles psychologiques ou telles autres.

Le Pr De Greeff rappelle les caractéristiques des actes de défense par rapport à la notion de psychologie d'angoisse. C'est sur ce terrain que nous allons nous tenir, tant pour l'analyse nous menant à préciser la place de l'Aïkido que pour un essai de synthèse nous amenant à des déductions sur la psychologie à conserver ou à employer dans l'enseignement de l'Aïkido lui-même.

L'Aïkido peut donner une impression de sécurité, de même que l'art militaire rassure les foules parce qu'il représente la défense en cas d'attaque. Mais l'auteur, avec tous les psychologues, sait que la présence de l'armée ne rassure que si l'on ne connaît pas les armes adverses actuelles, ou si l'on croit l'attaquant éventuel demeuré à la phase d'armement que l'on avait, soi, autrefois. L'auteur souligne que les armées ne guérissent plus l'angoisse due à l'instinct de conservation dès que l'on suppose que l'adversaire pourrait être armé plus puissamment que soi. Les psychologues savent même que l'angoisse collective n'est pas guérie par le perfectionnement des moyens de défense. S'ils ne guérissent pas l'angoisse, les armements ont pour but la défense des personnes et des biens.

Les pratiquants de l'Aïkido, s'ils entraient dans la catégorie mentale moyenne des foules, après avoir appris les techniques, iraient s'inscrire dans d'autres écoles, de tir par exemple. Ce faisant, ils n'auraient que la mentalité moyenne de toute collectivité. Mais nous notons aussitôt que cela n'a pas lieu, et que cela nous paraîtrait fort inquiétant, à tout point de vue. Le fait que l'Aïki-Budoka ne cherche pas à apprendre des techniques de défenses adaptées aux méthodes d'attaque modernes prouverait que ce n'est pas la seule défense de son moi qui l'incite à s'instruire dans notre art, si la vente des armes était libre ; mais elle ne l'est pas. Aussi l'on peut se demander d'abord si l'Aïkido, et les autres arts de défense, ne sont pas, plutôt que des arts militaires, des arts guerriers individuels pour se défendre contre l'angoisse d'être démunis d'armes par les lois qui en interdisent le port. Cette vue est totalement fausse quant à l'Aïkido, mais peut être vraie pour les pratiquants de méthodes d'attaque ou de contre-attaque. En effet, le véritable adepte de l'Aïkido est marqué par le

triple idéal « descendant » que nous avons vu plus haut. Ceux qui commencent son étude, puis passent à une autre méthode comportant des contre-attaques, ne sont pas mûrs pour pratiquer notre discipline. Ils peuvent tirer profit de la leçon des psychologues : leur angoisse ne sera pas guérie par la pratique d'arts militaires collectifs ou d'arts guerriers individuels ; de plus, ils peuvent également tirer profit d'une étude sur la criminalité dans certaine grande ville américaine où l'achat et le port d'armes sont libres. Cette possibilité pour chacun d'être porteur des meilleures armes modernes a pour résultat non pas une meilleure sécurité individuelle mais une criminalité incroyable. » (in Aïki-Do — Les Cahiers du Budo — Déc. 1966).

LA VOIE DE L'ACTION

« Tu as droit à l'action mais seulement à l'action, et jamais à ses fruits : Que les fruits de tes actions ne soient point ton mobile ; et pourtant ne permets en toi aucun attachement à l'inaction... car l'action est supérieur à l'inaction. »

Révélation de Krishna à Arjuna
qui s'apprête à combattre.
Bhagavad Gitâ (II, 47-III, 8)

Depuis la Renaissance, la conscience humaine n'a cessé de se sentir de plus en plus sujet vis-à-vis des objets, dans le but de mieux comprendre les rapports entre elle et eux. Cet effort, qui a permis une domination apparente du monde, a contribué à édifier une prison subjective, un moi emprisonné dans sa propre conscience sans relation authentique. En conséquence, l'homme moderne éprouve un besoin de libération de la conscience. Il désire être simplement ce qu'il est et de vivre parmi les choses comme elles sont. Il ressent la nécessité d'échapper à une culture qui ne repose que sur la stimulation, la rivalité et l'exploitation du désir égocentrique. Il aimerait dépasser la réalité psychologique pragmatique, avec malgré tout, la présence d'une communauté où se tisse de véritables liens, où l'homme peut s'épanouir dans l'humble réalité de chaque jour, car il espère donner un sens aux tâches ordinaires, et cela sans dichotomie au niveau de sa personnalité. Il a soif d'une expérience totale qui intègre son moi corporel, émotif, intellectuel, spirituel... Le but ne serait pas le culte de sa personne mais une culture de l'ensemble. Plus profondément ces

désirs s'engloutissent dans le désir de n'être plus ce moi, afin de se libérer d'une affirmation dangereuse qui mène à l'impasse.

Une ouverture dans le sens d'une expérience concrète, directe et existentielle devient une nécessité impérieuse, afin de retrouver son corps, de s'harmoniser au monde, de rencontrer les hommes et peut-être de découvrir le Soi.

Ici surgit la contradiction apparente de la Connaissance-Contemplation et de l'Action. La question capitale est de savoir si l'action peut mener au salut ou si la méditation mystique est la seule manière d'y parvenir ? Evidemment, le choix est déterminé par les dons de l'individu et son état.

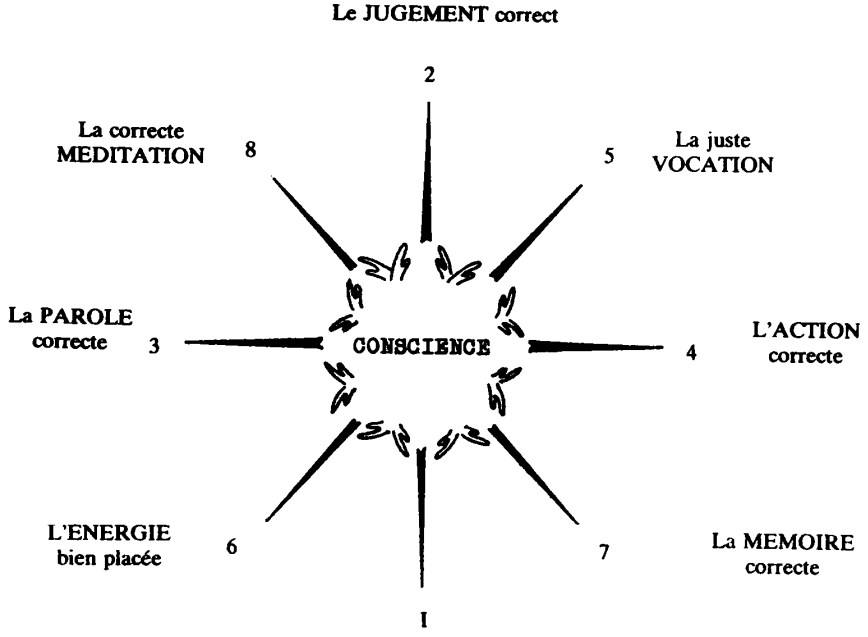
Néanmoins l'époque moderne et activiste a souvent privilégié l'action en affirmant qu'il n'y a pas d'authenticité sans conscience engagée. Nous ressentons que la voie de l'intériorité ne peut s'emprunter sans rupture avec le monde qui ne semble pas le réceptacle possible de notre force mais qui pourtant est le seul lieu où nous puissions en faire l'essai.

Compte tenu des conditions historiques et sociologiques, il paraît nécessaire d'entendre les leçons du passé. La civilisation indienne a su comprendre les multiples aspects de l'homme, elle a utilisé chaque facette de la personnalité humaine comme pierre d'angle d'une Voie. Le mot « Yoga » correspond à divers techniques d'ascèse et de méditation. L'Inde a donc distingué différentes formes de Yoga : Le Jnana Yoga, le Hata Yoga, le Bakti Yoga, etc. Elle a élaboré à partir de la nécessité sociale de l'action une Voie, le Karma Yoga. Cette Voie se réfère à la Bhagavad Gitâ. Cet ouvrage inclus dans le Mahâbhârata donne au Yoga une place de premier ordre.

Krishna révèle qu'en lui réside l'être et le non-être, toute la création émane de lui. Perpétuellement créateur au moyen de sa « Prakti » (Nature primodiale), son activité incessante ne l'enchaîne aucunement, car il est le spectateur de sa propre création. A l'image de Krishna qui crée le monde sans y participer, l'homme doit faire de même. Cela se traduit par l'acceptation du temps historique et des situations. Il devient possible d'agir selon la nécessité tout en refusant d'accorder au monde une valeur absolue et définitive. La situation humaine phénoménale n'a plus de réalité ontologique. L'action est accomplie dans le non-attachement car elle n'est plus associée à la jouissance de ses fruits. L'acte transpersonnel n'est que l'accomplissement du dynamisme humain. Le salut de l'homme d'action réside dans le fait qu'il n'est plus lié aux conséquences de sa participation sociale, pour avoir rendu à César ce qui était à César et pas davantage. Il agit

en justice, sans désir ni passion, dans un effort constant de détachement dans l'action afin de concilier toutes les vocations.

LE « HAPPO UNDO » ET LA VOIE
AU HUIT EMBRANCHEMENTS



l'individu se situant toujours en Sol et Ciel.

(Happo undo : exercice d'orientation dans 8 Vents en chinois « bā fēng ».)



O Sensei M. Uyeshiba remettant à J. Greslé l'idéogramme du « Guerrier ».

L'idéogramme est composé de deux éléments. Le premier 止 signifie arrêter, le second 戈 représente la lance. Le caractère entier, « bu » en japonais, « wu » en chinois, signifie donc « arrêter les lances ». L'analyse de ce mot 武 ouvre une perspective bien éloignée de l'imagerie ordinaire. Dans l'ancienne civilisation chinoise, « celui qui arrête les lances » appartient à un monde issu d'un Ordre cosmique. Le guerrier est celui qui lutte contre le chaos afin d'établir la Paix. Sur un plan ésotérique le véritable combattant est celui qui instaure en lui-même l'Harmonie, puis pacifie parce que pacifié.

A travers la Chevalerie la culture occidentale a essayé d'instituer une voie destinée à ceux qu'attirait l'action. Il ne faut pas oublier que la Chevalerie était liée à la féodalité, avec un système de relation verticale justifiée par le sommet de la pyramide sociale, le suzerain, garant d'un ordre humain parfait, à un ordre économique et à des conditions sociologiques particulières. La société qui avait élaboré l'idéal du Chevalier n'existe plus depuis longtemps, néanmoins nous pouvons être inspiré par une certaine qualité d'être. En particulier, il faut noter qu'abandonnant le plan économique certaines vertus étaient intériorisées et passaient au niveau éthique, telle : la générosité, la loyauté, la pitié... Il faut insister également sur le fait que la vie était envisagée dans un processus eschatologique, et devenait une quête allant du désordre au royaume de la Paix. Dans cette perspective, l'action apparaît sous le signe de « l'Aventure », conçue idéalement comme une recherche et une réintégration d'identité. Les luttes externes menées à des fins plus ou moins discutables se purifient pour devenir le combat que l'homme livre à lui-même, à ses pesanteurs et à ses limites.

Au-delà de tout sectarisme « le Chevalier moderne », comme les Compagnons, se doit d'emprunter la Voie d'une véritable œcuménicité, et de la sorte pénétrer et s'adapter aux différentes sphères sociales et religieuses.

N'oublions pas que : « l'Esprit souffle où il veut... », et que l'homme ne détient aucun droit pour imposer quoi que ce soit, à qui que ce soit !

Œcuménique signifiant « qui appartient à toute la terre habitée », et par là à l' « universel », doit être compris comme le terme définissant la réunion empreinte de respect et d'estime, de tous les hommes de bonne volonté, croyant en la communion de la créature avec son Créateur. Pour réaliser un véritable œcuménisme, une véritable ré-union, il s'avère indispensable que l'entretien inter-religieux, ne se cristallise pas uniquement au niveau des trois religions issues de la Tradition biblique, sous peine de voir naître une nouvelle forme de racisme abrahamique. N'oublions pas que si le Judaïsme refute à Jésus toute entité messianique, l'Islam pour sa part le considère tel un grand prophète animé de l'Esprit divin. Quant aux Zoroastrisme, Indouisme et Bouddhisme, de nombreux points les font conjuguer comme l'éthique chrétienne, du fait qu'au-delà de la Lettre, ils concèdent implicitement une valeur spirituelle identique aux « transformations » et à la descente d'un Dieu sur la terre (avatars ou bodhisattvas) et ce, en raison même de l'assurance universelle des

annonces de conjonction. L'homme qui domine ses passions comprend toute la signification de l'amour du prochain et en l'appliquant, découvre des horizons insoupçonnés, dans lesquels s'évanouissent les frontières religieuses et les clans.

« L'œcuménicité » doit être vécu dans l'amour « né de l'estime ». Or, pour estimer et se faire estimer, il est nécessaire de faire un effort. Celui-ci ne consiste nullement à demander à l'individu qui aspire à l'Œuvre de devenir « moins chrétien » pour embrasser la Voie de l'Unité, mais « de l'être bien davantage », et plus sincèrement. Cette attitude ne signifie pas qu'il faille reléguer ses traditions ethniques, religieuses et familiales, pour la raison évidente que notre psychisme s'en trouve imprégné.

L'Aïkido en tant que moyen associé aux différents langages, nous permet d'exprimer la Manifestation sacrée de la Réalité fondamentale de l'Univers. Il en est de même en ce qui concerne les formulations religieuses, qui en elles-mêmes ne sont nullement des fins, mais seulement et toujours des Voies permettant l'atteinte d'un même et unique But.

En matière d'union, de ré-union, d'harmonie, la progression n'appartient pas au futur, mais relève exclusivement de l'approche du niveau supérieur de la spiritualité.

Notre idéal de communication est une invitation pour tous les pratiquants à renoncer aux querelles et aux schismes. C'est un appel à éviter les attitudes qui ne nous sont pas naturelles, mais celles de dirigeants ambitieux et intéressés. Les visites de ceux qui cheminent avec nous sur la même Voie sont l'occasion de contacts. Ces rencontres permettent de créer des courants d'entente et d'estime. Elles marquent une étape vers l'harmonie, dans l'oubli des rivalités, des grades, diplômes et autres artifices. Pour celui qui embrasse la « Voie courtoise », le champ d'action ne peut être une salle isolée mais le Monde.

LIVRE II

LE GESTE-UNIVERS

« Si quelquefois par une nuit sereine
fixant les yeux
sur les beautés inexprimables
des astres
tu as pensé à l'Auteur de l'univers
en te demandant qui de ces fleurs
a brodé le firmament
si tu as considéré d'un esprit réfléchi
les merveilles d'un jour
tu viens en auditeur préparé. »

Saint BASILE.

CHAPITRE I

LES CYCLES OU L'EVOLUTION DE L'UNIVERS A TRAVERS LE TEMPS

« Au commencement était le Chaos d'où naquit le Ciel et la Terre.
A l'aube de l'Humanité étaient les Formes dansées.

Depuis nous pratiquons un Art
pour nous ressentir homme entre Ciel et Sol.
Le balancement, le gironnement instinctifs s'élaborent
pour devenir signes et symboles.

Pour répondre à notre exigence,
nos gestes doivent tout englober,
exprimer la recherche de l'unité
entre ce moi et un ciel étoilé,
entre mon cœur qui bat rythmiquement,
et le rythme cosmique qui préside à l'expansion de notre univers,
entre le jeu de mon corps qui s'élance et virevolte
et la rotation des planètes,
entre ma vie dont j'ai connu le printemps et l'été
et l'alternance des saisons...

La loi des cycles m'imprime sa volonté,
je suis poussière rythmée par le nycthémère.
A l'image de l'arbre,
je crois et disparais
indissolublement lié à tous les hommes du passé et de tous les horizons... »

J.D. CAUHÉPÉ

LA LOI DES CYCLES

« Il y a sous le Ciel un moment pour chaque chose. Il y a un temps pour naître et un temps pour mourir, un temps pour planter et un temps pour arracher ce qui a été planté. »

SALOMON.

Pour la Tradition, tout phénomène apparaissant entre le Ciel et le Sol, s'appelle « Manifestation ». En ce qui concerne l'homme, il se produit également et simultanément sur les plans qualitatif et quantitatif (dont les puissances varient selon le moment du cycle), des manifestations qui évoluent, et se dirigent symboliquement, du Ciel vers le Sol, ou inversement.

Les phénomènes cycliques sont une constante universelle, à tel point que nous pouvons nous demander, s'ils ne dissimulent pas sous leur apparente diversité, une structure commune et générale, un chiffre dont la connaissance permettrait de décrypter les lois et les secrets de l'Univers ?

Mais qu'entendons-nous par « cycle », et « rythme » ?

La plupart des phénomènes peuvent être considérés sous un double aspect : statique et dynamique. Dans le premier cas, nous étudions leur aboutissement sans nous préoccuper de leur allure en fonction de la durée. Dans le second, il s'agit de l'étude de leur déroulement dans le temps, c'est-à-dire de leur évolution. De la sorte, si certaines réactions chimiques peuvent être simplement envisagées sous un aspect statique, de nombreuses autres ne peuvent être considérées que du double point de vue statique et dynamique. Aussi, qu'il s'agisse de biologie, de physique, d'astronomie et de psychologie, un grand nombre de phénomènes ne sauraient être étudiés du seul point de vue statique.

En les examinant d'un point de vue dynamique, nous constatons en simplifiant à l'extrême, que si certains d'entre-eux évoluent sans revenir à un état semblable à l'état initial, d'autres au contraire, et c'est la majorité, se développent sous une forme rythmique. Grâce à l'expérience physique du pendule de Foucault, il est aisé de définir ce caractère, et la sphère passant successivement par les mêmes positions à des intervalles de temps égaux, se déplace rythmiquement dans un mouvement dit oscillatoire.

Il est possible encore de caractériser le rythme, à partir des phénomènes physiologiques, tels que la respiration, la circulation sanguine, voire l'observation des états psychologiques, tel le tempérament cyclothymique. Apparaît, dans tous les cas, ce qui caractérise un phénomène rythmique : le retour périodique à une même disposition, à un même état.

Le rythme, c'est l'alternance, et cette alternance se trouve en permanence à tous les stades, et sous d'infinis aspects. L'alternance apparaît sous des formes différentes, qu'il s'agisse d'un rythme cosmique, telle l'expansion de l'univers, ou celui des céphéïdes, d'un

cycle chimique ou d'une alternance psychologique. Dans tous les cas, se manifeste toujours, le retour à un état antécédent, suivi d'un nouveau départ, puis d'un nouveau retour.

LES TEMPS D'UN CYCLE : LE NYCTHEMERE

« Lorsqu'aujourd'hui j'accomplis ce que nous appelons « Kokyu nage », je deviens « astre qui dans son inspir absorbe tout ce qui se dirige ou gravite autour de lui et dans son expir, expulse tout de son orbite.

Cet astre que je ressens en moi, n'est-ce pas tout simplement le nycthémère ? et l'alternance de mon jeu, n'est-elle pas la nuit qui succède au jour ?... »

Lorsque nous nous inscrivons au centre d'un cercle imaginaire, faisant face au Sud, la trajectoire apparente du soleil se dessinera. identique à celle des aiguilles d'une montre, d'Est-gauche en Ouest-droite, durant le jour, et d'Ouest-droite en Est-gauche, durant la nuit, sous nos latitudes moyennes. Cette constatation permet de distinguer en premier lieu, un état positif (chaud) en haut, ciel entre l'aube et le crépuscule, et un état négatif (froid) sol, entre crépuscule et aube, selon que le soleil, source de lumière et de chaleur, se trouve ou non dans le ciel du lieu d'observation. Chacune de ces phases demeure centrée sur un axe vertical dont le point culminant de la courbe solaire est midi, et dont l'opposé est minuit. Cet axe s'appelle « l'axe des états ».

Apparaît alors le phénomène d'alternance, le rythme exprimé par le cycle faisant que les deux états contraires alternent, puisqu'ils passent incessamment de l'un à l'autre. L'axe horizontal dont les extrémités correspondent à gauche à l'aube et à droite au crépuscule, lorsqu'il coupe l'axe vertical, sépare les deux états que sont le jour et la nuit. Il existe alors une sorte d'indétermination, car à l'aube, il n'est pas encore possible de dire s'il fait déjà jour ou encore nuit, et de même au crépuscule, il s'avère impossible de déterminer s'il fait encore jour ou déjà nuit.

Ces deux points se situent sur ce qui est appelé l'axe des variations. Le premier correspond au soleil qui croît, soleil du matin ou Khepri des Egyptiens, mouvement positif à gauche, de zéro à douze heures, le second, au soleil déclinant, soleil du soir ou Atoum, mouvement négatif à droite, de douze heures à zéro heure.

Mais, ces deux axes tracés, il importe de déceler, à quel moment exact débute le nycthémère ? Certains peuples se fondant sur des données astronomiques (nomades) font commencer ce cycle à minuit, au moment où le soleil amorce sa remontée apparente, alors que d'autres (les sédentaires) fixent son début à l'aube. La Tradition protochinoise, fondée sur la notion de « juste-milieu », apporte un point de vue différent et intermédiaire, en coupant le schéma par une ligne oblique. Apparaissent alors deux zones : à gauche et en haut, une zone active, contenant la variation positive centrée sur l'aube et l'état positif centré sur midi. A droite et en bas, une zone inactive, réunissant la variation négative crépusculaire à l'état minuit. De la sorte le point Matin, appelé « point du chant du coq », marque le début réel du nycthémère, instant où le soleil passe de la zone inactive, dans l'active. Ce point correspond au jour d'équinoxe, à trois heures du matin, mi-chemin entre minuit et six heures. Opposé au point Matin, celui du Soir procure l'heure du Milieu exact du cycle, quinze heures, moment où le soleil quitte la zone active pour entrer en zone inactive. Perpendiculairement à cette oblique est dessinée une ligne sur laquelle se situent le point Journée entre l'aube et midi, ainsi qu'un point Nuit entre le crépuscule et minuit. De la sorte, le nycthémère se trouve divisé en quatre quartiers. Le matin, la journée, le soir, et la nuit, dont les centres respectifs sont l'aube (six heures), midi, le crépuscule (dix-huit heures) et minuit.

A partir de cette horloge, il est possible d'étudier le cycle annuel et la succession des saisons. On ne peut manquer de comparer les phénomènes d'égalité du jour et de la nuit à celui de l'aube et du crépuscule où jour et nuit se trouvent intimement mêlés, avec le jour de l'équinoxe du printemps et celui de l'équinoxe d'automne, et les solstices.

L'analogie des jalons entraîne celle de leurs secteurs, ce qui permet de dire que le printemps est le matin de l'année, l'été sa journée, l'automne sa soirée, et l'hiver sa nuit, ou encore le matin le printemps du nycthémère, la journée son été, la soirée son automne, et la nuit son hiver.

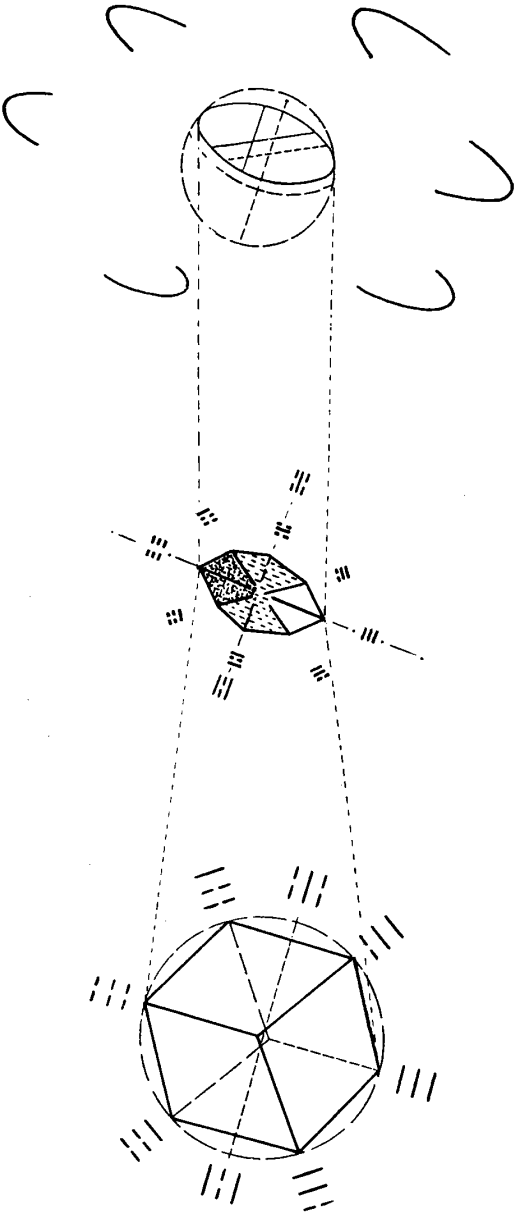
En allant jusqu'au terme de cette comparaison, il est possible de se demander où commence traditionnellement l'année par simple confrontation avec le schéma nycthéméral. L'analogie continuant à s'appliquer, nous comprenons la raison pour laquelle la Tradition place le jour de l'An vers le 4 février, à mi-chemin, entre la date du solstice d'hiver, et celle de l'équinoxe de printemps. C'est là le début réel de l'année solaire des sédentaires, mais ceux-ci ayant été envahis

par les nomades, ces derniers leur ont imposé leur calendrier lunaire, et finalement une solution moyenne fut adoptée, qui fixe le Nouvel An au lendemain de la nouvelle lune la plus proche du 4 février.

Le milieu de l'année d'après ce qui précède tombe à mi-chemin entre le solstice d'été et l'équinoxe d'automne, c'est-à-dire au début du mois d'Août, époque à laquelle de grandes fêtes étaient célébrées chez les peuples sédentaires, pour marquer le terme de la maturation des végétaux et le début de la période des récoltes...

Toujours est-il que le calendrier occidental moderne, qui fait débuter chaque saison au jour même du signal astronomique solsticial ou équinoxal, demeure totalement artificiel aux yeux de la Tradition, d'autant que les rythmes biologiques, physiologiques et pathologiques, entre autres, obéissent au seul calendrier traditionnel. Familiarisés avec les notions élémentaires de rythmes journaliers et saisonniers, nous comprendrons mieux la loi d'analogie, qui demeure le principal instrument de la connaissance traditionnelle. Du fait que tout phénomène se trouve soumis à un cycle de périodes déterminées, et que par ailleurs les cycles comportent les mêmes jalons et les mêmes secteurs, il est dès lors possible de comparer et d'identifier de nombreuses manifestations partielles apparemment fort différentes. Les jalons cycliques que sont les extrémités des axes cardinaux (vertical et horizontal) et sous-cardinaux (obliques) se retrouvent au nombre de huit. On ne doit pas oublier que toute manifestation s'inscrit entre Ciel et Sol, entre Qualité et Quantité, dans l'Espace-Temps, entre le Cercle et le Carré, et par là participe simultanément de ces deux figures géométriques.

Selon la Tradition, l'Hexagone et plus particulièrement l'Octogone sont les intermédiaires entre le Cercle et le Carré. Leurs angles se multiplient pour devenir un Cercle sur le périmètre duquel apparaissent de nouveaux angles qui formeront le Carré. Mathématiquement, le nombre 12 représente la division naturelle du cercle (les 12 h, sachant que l'heure chinoise vaut 2 h occidentales), alors que le nombre 8, nombre des côtés de l'octogone, est bien de ce point de vue, intermédiaire entre 12 et 4 ($12 - 4 = 8$, $4 + 4 = 8$).


12
8
4

Ces considérations justifient de nombreux symboles, qu'il s'agisse des Huit Trigrammes de Fou Hi, des quatre arêtes des Pyramides ou encore des huit directions de la Rose des Vents. Notons que l'Octogone, s'il se trouve placé horizontalement peut devenir à volonté un Cercle par sa face orientée vers le Ciel, ou un Carré par sa face orientée vers le Sol.

Les jalons cycliques apparus au niveau du cercle, puis descendus sur l'octogone, viennent s'appliquer au carré, tout en changeant de mode dans la mesure où ils changent de niveau, ce qui signifie que de temporels et successifs en haut (Cercle, Ciel), ils deviennent spatiaux et simultanés en bas (Carré, Sol). Les huits jalons du temps se métamorphosent de la sorte en les huit branches de la Rose des Vents.

Il est encore possible de dire que si le temps (cercle et succession) est toujours qualifié sans pouvoir jamais être quantifié (le Sol récepteur n'a pas d'influence sur le Ciel effecteur). L'étendue est quantifiable par nature (Sol et coexistence), mais aussi qualifiable en raison de l'influence du Ciel, et par report des axes du cercle sur le carré.

En étudiant ce problème selon la Tradition Egyptienne, nous notons qu'Amon-Râ, dieu solaire, se lève à l'Est pour se coucher à l'Ouest, après avoir rayonné en tous lieux son énergie et sa gloire. C'est pour cette raison que les Egyptiens représentaient le Soleil par un cercle duquel émanaient de multiples rayons, terminés chacun par une main, ce qui signifiait que la lumière était l'Acte Initial.

Ainsi, chaque journée devient-elle la préfiguration d'un cycle, et l'image de notre propre vie. Bien que nous n'adorions plus le soleil, tout en l'étudiant chaque jour davantage, il n'en demeure pas moins qu'après avoir vu le jour, et en avoir joui, nous serons recouverts par la pierre « roulée » du tombeau. Mais cette pierre n'est pas celle qui nous écrasera, mais bien au contraire nous libérera, ce sera la pierre de l'éternel retour, symbole du Soleil s'éclipsant à l'horizon, pour renaître incessamment. Par l'étude des cycles et des rythmes, nous comprenons qu'au sein d'une étoile, ou celui d'une molécule, il n'existe aucune coïncidence et aucun hasard. Toute chose paraît puis disparaît selon un ordre grandiose. La vie humaine n'échappe pas à cette Loi universelle, et notre individualité ne peut se soustraire du milieu dans lequel nous vivons, le Cosmos. Dans le Cosmos (du grec = Ordre) règnent des rythmes qui se succèdent selon des lois précises et invariables, que l'astronomie, l'astrophysique, la radioastronomie, etc... nous permettent d'étudier. La somme des déséquilibres partiels constitue l'équilibre final, c'est dans cette optique qu'aucune action ne

relève du « hasard », car tout se tient, aucune molécule n'étant libre. Le cycle humain participe à la fois de l'infiniment grand et de l'infiniment petit, et emprunte l'un et l'autre. C'est pourquoi les forces et rythmes qui s'exercent sur le microcosme comme sur le mégacosme, s'exercent également sur lui. Ce qui est en haut est comme ce qui est en bas, de même qu'expiration-inspiration-expiration qui forment le cycle respiratoire se trouvent analogiquement relié au cycle de la récession d'un amas galactique, de son expansion et de sa nouvelle récession. Ainsi se relient en permanence par un fantastique contrepoint, les deux éléments d'une chaîne sans fin, l'Alpha et l'Oméga, dont la synthèse est la vie même. Le lien commun à cette polarisation est la Lumière, qui permet de distinguer l'atome, de voir l'étoile, mais encore à l'homme de vivre.

Telle est la raison pour laquelle il est dit que la Lumière demeure le langage et le signe de l'Action Divine. La parfaite régularité de la mécanique céleste nous permet de saisir le grandiose et extraordinaire équilibre de l'Univers, de même qu'au sein d'une chaîne d'acides aminés, l'unité donne naissance à une infinité de combinaisons et formes de vie.

L'harmonie cosmique s'exprime d'une manière encore plus frappante dans les périodes qui rythment l'existence humaine jusque dans l'organisme. Tous les ans, les atomes qui constituent notre corps sont intégralement remplacés, sauf ceux qui constituent les acides nucléiques.

La vie de l'homme selon la Tradition est régie par le chiffre 7. Chaque septaine équivaut à une métamorphose et au franchissement d'un nouveau seuil. Cette périodicité est aisément perceptible dans les débuts de l'existence manifestée : le changement de dentition et l'âge de raison vers sept ans, la puberté vers quatorze ans, une maturité dite de majorité à vingt et un ans. Plus discrètement le rythme se poursuit, à vingt-huit ans la personnalité commence à s'affirmer dans ses œuvres, à trente-cinq ans l'individu atteint la plénitude de l'union avec son corps. Ces cinq premières septaines représentent l'adaptation du Moi à la nature physique, à partir de cet apogée de la vie (de 35 à 42 ans) le physique abandonne ses prérogatives (différent d'une démission et de l'acceptation de la décrépitude). On assiste à un pouvoir accru de l'esprit devenant autonome et franchissant les obtacles (de 42 à 49 ans, l'âge du choix vers la sagesse, et de 49 à 56 ans). Parallèlement à ce cheminement, la puissance physique s'atténue. De 56 à 63 ans, de 63 à 70 ans il est dit traditionnellement

que l'esprit domine le corps jusqu'à ce qu'il se dégage de ses liens charnels. (7 régit la vie féminine et 8 la masculine).

Nous pouvons également concevoir l'évolution de la vie selon le concept Aryen qui la divisait en quatre périodes suivant les cycles endocriniens. Ces périodes se trouvaient liées à la succession des générations.

Première période : Dès l'âge de 12 ans le jeune garçon apprend le Véda sous l'autorité d'un Brahmane.

Seconde période : Bien que devenu Grihastra (père de famille) il continue à lire le Véda.

Troisième période : Grand-père, il se retire seul ou avec son épouse dans la forêt. Il prie et médite.

Quatrième période : Tête rasée, tenant un bâton et un bol, il est moine errant et mendiant, jusqu'à sa mort.

Ces étapes bien définies représentaient l'idéal, de nombreux Aryens ne dépassant jamais la condition de père ou de brahmaçarins (étudiant).

LES CYCLES ET LA TRADITION

Lorsque je tente de réaliser le cercle le plus parfait avec mes mains, avec mon centre, avec mon esprit, je forme en moi un micro-cycle de vie, reflet des cycles de la nature.

Les peuples traditionnels, comparaient la marche croissante de l'univers à la rotation d'une roue, ou aux phases de détente puis de tension et de détente d'un arc, ce qui est parfaitement analogique au rythme respiratoire. Pour les analystes, ce développement ne peut s'effectuer que graduellement car il s'agit d'une courbe non fermée, qui s'éloigne de son point de départ tout en amorçant de multiples révolutions autour de l'axe de référence.

A chacun de ces axes correspond une phase d'équilibre entre l'univers et la civilisation terrestre du moment tandis que la fin d'un cycle est naturellement marquée par un déséquilibre. Voici pourquoi la Tradition associe les alternances célestes aux différentes civilisations, qui s'incarnaient dans une capitale et en reflétaient les possibilités, grandeur, puissance et faiblesses.

Le cycle qui englobe la naissance, l'apogée et la chute des civilisations se trouve lié à la précession des équinoxes et dure 2 160 ans. La phase de 12 fois 2 160 ans soit 25 920 années en

moyenne est celle des douze « grandes années cosmiques » qui forme l'arc d'une ère représentant 311 040 ans.

La vie physiologique de l'homme est régie par les mêmes lois. Rappelons que le nombre normal des pulsations est de 72 par minute, alors que le degré zodiacal correspond à 72 ans. Notre rythme respiratoire se chiffre par 18 inspirations à la minute alors que la révolution conique appelée « mutation » de l'axe de la Terre autour de celui du Soleil est de 18 ans. La respiration par 24 h nous donne les mêmes chiffres que l'année zodiacale ($18 \times 60 \times 24 = 25\,920$). Les 28 pulsations cardiaques nécessaires pour que les globules rouges effectuent le circuit artériel et veineux complet équivalent au mois lunaire. Le renouvellement de tout l'air inspiré dans les poumons nécessite 7 expirations et inspirations...

La notion de cycle est également perceptible à travers la relation existant entre le Cosmos et l'Humanité. Les douze signes du Zodiaque mettent en lumière les rapports occultes unissant le Ciel et la Terre. Ce symbolisme exprimé au fronton des cathédrales, peut être envisagé à travers les évolutions du T'aï-k'i k'iuan et de l'Aïkido. L'étude ultérieure du T'ai-k'i et des 64 Hexagrammes, nous permettra de percevoir et déterminer avec une plus grande acuité, les potentialités qui animent et gèrent tout phénomène cyclique. Nous noterons en ce qui concerne le Schemamphorash, qu'il se compose de 72 combinaisons, soit 8 de plus que le Yi-King, (correspondant aux Pa Koua), et remarquerons les similitudes qui existent entre les Arcanes de la Kabbale et le Yi-King.

CHAPITRE II

LES SPIRALES OU UNE VISION SPATIALE DE L'UNIVERS

« Le regard tourné vers l'univers, frappé par sa rigueur, je ne peux répéter que ce que tant d'autres ont perçu, la Nature a crée « de more geometrico ». *C'est pourquoi Pythagore, Platon et Plotin ont pû dire que « Dieu est mathématicien ».*

La spirale, le cercle..., ces formes hantent mon esprit depuis de longues années à la recherche d'un accomplissement toujours autre. Lorsqu'il y a près de trente ans j'effectuais la technique que nous appelions « Hatchi-mawashi, en mae kami dori », il s'agissait d'une pratique grossière, non dégagée de son origine guerrière et présidée par la volonté de renverser, ignorant la fragilité vertébrale et les traumatismes des chutes brutales.

Puis vint le temps où je m'identifiais au torero qui s'avance (irimi) vers le taureau puis pivote sur lui-même et dans un geste triomphant relève la muleta lorsque le fauve après l'avoir frôlé, poursuit sa lancée. (katate tori irimi nage.)

L'expérience des « souffles » venant, j'ai ressenti toujours davantage la sensation d'absorber-dévier-guider-orienter et transformer les énergies adverses au moyen d'évolutions de plus en plus harmonieusement coordonnées. Le mouvement était devenu un engagement linéaire suivi de courbes spiralées se développant sur différents plans. (Kokyu nage.)

D'autre sensations et visualisations sont apparues simultanéments et plus tard marquées du sceau du T'aï-k'i. Cependant avant d'aller plus loin, j'ai tenté de ressentir davantage la relation entre mes rythmes et les formes géométriques recherchées. »

J.-D. CAUHÉPÉ.

RYTHMES VITAUX ET SPIRALES

« Toutes les créatures du monde sensible nous conduisent à Dieu : elles sont les images de la Source, de la Lumière, de la Plénitude éternelle, du souverain Archétype. Ce sont des signes qui nous ont été donnés par le Seigneur lui-même. »

Saint BONAVENTURE.

Lorsque nous observons attentivement une araignée qui tisse sa toile, nous remarquons que son œuvre est constituée par un fil unique, qu'elle déroule en spirale à partir d'un centre, d'où rayonne et simultanément converge une trame de rayons. La méditation devant cette création, nous permet de concevoir le Travail du Créateur qui à partir de Sa propre Substance sécrète l'Univers, et par d'invisibles fils anime et relie à Lui toutes Ses créations.

La Spirale créatrice qui structure tant le Microcosme que le Macrocosme correspond au Nombre d'Or « Phi » dont le symbole est Φ. Ce signe se compose de O, la sphère, l'Univers, le Tout englobant, l'Eternité, et de I, l'Unité et l'Esprit. Sur la Terre Φ représente les rythmes de la vie, et par effet de résonnance ceux du Créateur. Φ symbolise de la sorte la Permanence de l'Unité dans la Totalité.

L'étude de certains rythmes vitaux nous force à admettre que tout ne dépend par exclusivement des rythmes physiques extérieurs, et c'est pour cette raison qu'il s'avère difficile d'affirmer qu'un rythme vital demeure indépendant de tout phénomène physique intrinsèque, d'autant que nous ne connaissons pas tous les rythmes physiques, et qu'en vertu des phénomènes de rémanence ou d'induction, certains de ces rythmes vitaux actuellement indépendants, ont fort bien pû être provoqués par des rythmes physiques à présent disparus.

Il convient en ce qui concerne ces rythmes, de distinguer premièrement ceux qui sont statiques ou morphologiques (auxquels peuvent se rattacher les rythmes héréditaires), et deuxièmement ceux qui sont dynamiques. Cette distinction est toutefois artificielle du fait que les rythmes que nous appelons statiques sont l'expression de rythmes dynamiques, rendus sensibles, et matérialisés dans les formes qu'ils ont modelées.

Si l'on considère la morphologie végétale ou animale, la majorité des structures et formes montre que l'activité vitale qui les a édifiées n'a pas agi d'une façon continue, mais s'est exercée selon des rythmes

complexes et de manière discontinue. Dans le domaine végétal, la disposition des branches, racines et feuilles en particulier, implique l'existence de forces rythmiques, qui au niveau du rameau à feuilles alternées largement espacées, placent celles-ci selon une hélice unique, de façon que de chacune d'elles à la suivante il y ait une fraction appelée divergence de tour. Chaque espèce possède sa propre divergence.

Il existe une loi naturelle qui veut que, dans tout système, les pôles extrêmes tendent l'un vers une droite, l'autre vers un cercle, et le pôle médian vers la spirale. La lumière peut être considérée comme l'un de ces pôles et les planètes, ou mieux leurs satellites, comme des cercles. La lumière est formée par des photons isolés, indépendants et pratiquement insensibles aux attractions, qui peuvent être considérés chacun comme un rayon lumineux. Cette opposition Lumière-Matière, se retrouve également lors du transit de l'état solide à l'état liquide, de celui-ci au gazeux, et du gazeux à celui de rayonnement corpusculaire c'est-à-dire irradiant. La trajectoire des photons qui est quasiment rectiligne, nous permet de percevoir la lumière sous l'aspect de rayons lumineux. Les planètes présentent par contre une forme sphéroïde, renflée à leur niveau équatorial. La lumière constituée par des éléments de l'univers qui se déplacent les plus vite, s'oppose à la course relativement lente des planètes. Nous retrouvons la même opposition entre le fantastique nombre des photons et celui très restreint des planètes et satellites.

Lumière et Matière étant les deux pôles opposés de la Création, comme droite et cercle, il doit exister entre les deux un intermédiaire qui tend vers la spirale. Sur notre planète la spirale est le signe morphologique des courants aériens et marins, l'un des plus frappants exemples est celui du tourbillonnement incessant des airs et des eaux, l'accélération des turbulences en s'amplifiant créant les cyclones et les tornades. Les courants aériens se déplacent soit dans un sens, soit dans un autre suivant les saisons et les hémisphères, de telle façon que les courants froids et chauds, secs et humides, inférieurs et supérieurs, glissent toujours en sens contraire.

C'est au point de rencontre des droites avec une sphère que se crée le mouvement tourbillonnaire spiralé. Le terme moyen entre l'état de « lumière » et celui de la Forme condensée (matière dynamique), est la nébuleuse primitive. Le soleil, sphère rayonnante, en se situant parfaitement entre la nébuleuse d'une part, la lumière et les planètes d'autre part, est « identique » à la fleur qui se situe entre le règne minéral et le règne animal. La prise de conscience du parallélisme

entre neutralité-hermaphrodisme-bisexualité et soleil-planète-lumière, ainsi que les rapports morphologiques entre spirales, cercles rayonnants, droites et cercles isolés, permettent une vision géométrique du cycle de la vie, et des caractères d'opposition que sont la direction, la proportion, la durée et le volume.

LA SPIRALE

La sensation de plénitude que je ressens lorsque je trace des spirales avec mon corps vient sans aucun doute du fait que nous retrouvons sans cesse dans la nature la présence fascinante de cette figure. Les formes spiralées sont innombrables que ce soit au niveau de la plupart des céphalopodes et gastéropodes, d'une tige, d'une pomme de pin, de la fleur d'un tournesol, d'un tibia, de certains cristaux et stalactites excentriques, des trombes et tourbillons... Pour cette raison, la spirale est un symbole que l'on retrouve sous toutes les latitudes.

Précisons qu'une spirale est une figure géométrique à deux dimensions qui découle de la combinaison de deux transformations : une rotation et une homothétie, de telle sorte que dans cette optique le cercle et la ligne droite sont des spirales, le premier ayant pour origine une rotation pure, et la seconde une pure homothétie. Rappelons que la caractéristique majeure de celle-ci réside dans le fait que son rayon de courbure varie progressivement au fur et à mesure de la rotation (alors qu'en ce qui concerne le cercle le rayon de courbure demeure constant).

On appelle « serrée », une spirale dont le rayon de courbure est petit, et « détendue » s'il est grand. C'est pour cette raison que l'on peut dire qu'une ligne droite est une spirale à rayon courbe infini.

Selon la manière dont le rayon de courbure varie en fonction de l'angle de rotation, appelé angle polaire θ, on peut distinguer plusieurs sortes de spirales :

Spirale d'Archimède	: $R = aA$
Spirale de Fermat	: $R = a\sqrt{A}$
Spirale hyperbolique	: $R = a/A$
Spirale de Litus	: $R = a/\sqrt{A}$
Spirale logarithmique	: $R = \log A$
Spirale exponentielle	: $R = ae^{nA}$
Spirale parabolique	: $(R - a)^2 = 2baA$, etc...

avec R = Rayon de la spirale, A = angle de la spirale, a, b, n = coefficients divers, e = base des logarithmes naturels.

La spirale décrite par Archimède, et portant son nom, est la plus simple à imaginer. C'est celle que décrirait une fourmi qui partant du centre d'une platine de gramophone, se déplacerait à une vitesse constante. C'est également celle que réalise le matelot qui love une corde. D'autres extensions de cette spirale se retrouvent encore au niveau de la courbe d'équation polaire $r^2 \theta = a$, qui donne le lituus, proche des volutes des colonnes ioniques.

LA SPIRALE LOGARITHMIQUE

La spirale équiangulaire qui a fait l'objet d'une description par Descartes, est sans conteste la plus esthétique de toutes les spirales. L'équation de son rayon vecteur en fonction de l'angle polaire s'écrit : $r = a\, e^{c\theta}$, c, étant la cotangente de l'angle Φ que fait la courbe avec le rayon vecteur, la courbe devenant respectivement un cercle ou une droite si l'angle Φ est égal à 90° ou à 0°. Cette équation explique la raison pour laquelle nous connaissons cette figure sous le nom de spirale « logarithmique » dont de nombreuses propriétés firent l'objet d'études par J. Bernouilli, qui démontra entre autre que la développée de cette courbe est une spirale égale, de telle sorte qu'un rayon lumineux dont la source se situe au centre de la figure, se trouve réfléchi par la courbe, l'enveloppe des rayons réfléchis étant une spirale égale, et que si une portion de la courbe croît ou diminue, peu en importe la proportion car elle coïncidera toujours avec une autre portion de la même spirale.

Ces propriétés d'invariance, qui parmi d'autres caractéristiques propres à cette spirale, émurent Bernouilli, l'incitèrent à demander que soit gravé sur sa tombe une spirale logarithmique accompagnée de la phrase : *« eadem mutata resurgo. »*

Ce sont des spirales logarithmiques qui apparaissent chez la plupart des coquillages, des rameaux à fleurs des plantes cymeuses, de certaines toiles d'araignées, des cornes de rhinocéros, et chez l'homme avec le cochlée qui permet de percevoir les hautes fréquences. La coquille du nautile demeure semble-t-il la spirale naturelle la plus pure, son angle Φ mesurant 85°.

De récentes études de micropaléontologie ont permis par ailleurs en ce qui concerne les spirales des coquilles des foraminifères fossiles de comprendre que c'était la température environnante lors de leur

croissance qui déterminait leur sens de rotation, dextre ou sénestre. Quant aux pétales des bellis et des tournesols, ainsi que les écailles des pommes de pin et celles des ananas, elles sont ordonnancées selon des familles de spirales de sens opposés, et dont les nombres respectifs sont les termes de la suite de Fibonacci qui s'écrit : (1 + 1), (2 + 1), (3 + 2), (5 + 3), (8 + 5), (13 + 8), (21 + 13), etc. Les rapports pouvant exister entre cette suite et la disposition des graines, la raison des spirales de sens opposés, et tout simplement le processus par lequel débute une croissance spirale, tout cela nous l'ignorons.

LES GALAXIES SPIRALES

« Le déroulement incessant de « Mouvements-Univers » tel que "Kokyu-nage" exécutés avec plusieurs partenaires n'évoque-t-il pas la ronde des galaxies ?... »

Au niveau du cosmos ce sont les galaxies spirales, qui généralement ressemblent à ces spirales logarithmiques à deux bras, qui nous émerveillent. Quant à notre propre galaxie, la Voie Lactée au sein de laquelle le système solaire se situerait à mi-distance entre le pôle et la périphérie, et à une distance de # 30 000 années lumière du centre, elle est vraisemblablement une spirale.

Parmi les théories qui tentent d'expliquer la formation des nébuleuses spirales, celle de Lin Shu paraît être la plus compatible avec les données tirées des observations optiques et radio-astronomiques, du fait que les émissions radio les plus intenses proviennent des bandes sombres proches des bras spiraux composés de jeunes étoiles de fort éclat. Ces bandes selon, Lin Shu, seraient formées par des ondes de compression qui se dirigeant vers l'extérieur, contribueraient notamment à former de nouvelles étoiles.

Cette théorie suppose que le potentiel de gravitation détient une composante spirale, et incite à chercher les raisons pour lesquelles les nébuleuses spirales demeurent ouvertes. Ceci pose « le dilemme de l'enroulement ». De façon à l'éviter, Lin Shu et ses collaborateurs envisagèrent que la perturbation de forme spirale analogue aux bras spiraux, existait dans le potentiel gravitionnel de l'ensemble en rotation, et ce, selon les méthodes adaptées à la mécanique des fluides. C'est en supposant que cette perturbation comparable à une onde tournait à sa propre vitesse angulaire autour du centre galactique, et que la vitesse angulaire était constante dans le temps et

sur toute la galaxie, que Lin Shu a pu démonter que les « ondes de densité » de forme spirale pouvaient exister au sein d'une galaxie, pourvu que les vitesses d'agitation des gaz et des étoiles n'excèdent pas certaines valeurs (qui dépassent le cadre de cette étude).

Si les étoiles présentent de forts courants à la périphérie de leur mouvement circulaire régulier, et si leur réponse à l'onde spirale de potentiel demeure faible, les gaz par contre, dont les vitesses sont plus faibles, à cause notamment d'effets semblables à ceux de la viscosité, répondent mieux à l'onde spirale de potentiel. Des calculs de l'astronome, il apparaît que les spirales à deux bras symétriques sont les plus faciles à former sur l'ensemble d'une galaxie, ce qui permet de mieux comprendre la raison pour laquelle une étoile ou un nuage gazeux, subissent deux cycles complets de l'onde, par tour de galaxie.

C'est au cours de l'un de ces cycles de l'onde de potentiel, lorsque le nuage de gaz, ou l'étoile, ralentissent progressivement (pour accélérer ensuite), que se produisent des accumulations et des compressions de gaz, du fait que ces derniers répondent mieux à l'onde de densité. La compression, deux fois par tour, des gaz, déclanche au sein de ceux-ci des instabilités qui favorisent la formation de nouvelles étoiles. Si l'onde possède une forme spirale et si nous observons une galaxie de l'intérieur, nous voyons à chaque instant le lieu géométrique de la formation des étoiles par compression du gaz dans l'onde spirale. Dans le modèle de Lin Shu, il faut remarquer que l'onde spirale et la matière sont animées du même sens de rotation, la première tournant toutefois plus lentement que la seconde. Ces travaux supposent une persistance constante des ondes, et c'est pour cette raison que d'autres recherches tentent de formuler des solutions plus complexes et notamment avec le concept d'ondes variant lentement dans le temps.

LA CLOTHOIDE



« En Aïkido, la recherche de la forme spiralée et de ses correspondances astronomiques aboutit à la sensation d'une double spire enroulée sur elle-même à ses extrémités. Ceci est perceptible en particulier, dans la pratique de l'aïki-taiso « Udefuri choyaku undo » et de ses applications. »

Si la précédente description de la spirale s'est faite à partir de la distance d'un point à son centre (rayon vecteur), et la valeur de l'angle de rotation (angle polaire), elle pourrait également être définie par la

façon dont le rayon de courbure (R) varie en fonction de la distance (S) mesurée sur la courbe, ou l'abscisse curviligne.

Pour de nombreuses spirales S^mR est une constante, la nature de la spirale dépendant de l'exposant m. Pour une spirale logarithmique m sera égal à − I, c'est-à-dire que le rayon de courbure en un point est proportionnel à la longueur de la courbe entre le pôle et ce point. Dans les cas particuliers du cercle et de la ligne droite, m est respectivement nul et infini.

Lorsque m = I, la courbe devient une clothoïde, du grec clothos qui signifie fileuse. C'est la spirale à deux pôles qui devient de plus en plus serrée au fur et à mesure que l'on s'éloigne de l'origine O. Cette courbe fut découverte par Léonard Euler (1707-1783) alors qu'il étudiait des ressorts de montres. Chacun des bras de cette spirale a la forme d'un tel ressort et possède la particularité que le couple qu'il exerce sur l'axe central demeure constant lorsqu'il est plus ou moins bandé. La clothoïde est plus connue sous le nom de Cornu, physicien qui l'utilisa pour représenter graphiquement la diffraction de la lumière. La théorie de Fresnel sur ce phénomène dit que tout se passe comme si par une petite ouverture, chaque point émettait des ondes élémentaires de diffraction dont il est possible de calculer les amplitudes et les phases. Cornu établit une correspondance entre les amplitudes de ces ondes et les abscisses curvilignes d'une clothoïde d'une part, et entre les phases et les angles polaires d'autre part, ce qui permet de calculer la quantité de lumière en un point en additionnant les carrés de deux intégrales, les intégrales de Fresnel qui sont représentées comme les composantes x et y des coordonnées.

Keller de son côté a démontré que la lumière diffractée par de tels objets pouvait être considérée comme émanant d'une famille de rayons tangentiels, et dans le cas du cylindre notamment, des fronts d'ondes, soit l'ensemble des plans perpendiculaires à ces rayons, enveloppant une spirale appelée « développante du cercle ». La développante d'une courbe peut être considérée comme le lieu d'un point fixe d'une corde que l'on déroulerait de la courbe en la tendant. C'est le chemin que parcourt un animal attaché à un pieu, et celui que le pratiquant d'Aïkido fait décrire à son ou ses partenaires lors des actions concentrantes, les trajectoires s'achevant théoriquement lorsqu'en pensée, elles pénètrent dans son abdomen. La développante du cercle a ses applications en mécanique et dans tous les mouvements de l'Aïkido, art spatial.

La double spirale traduit le rythme des « développements » successifs de la nature (du solve et coagula alchimique), et est également le symbole de base de la Shakti, et du T'aï-k'i.

LES SPIRALES ET LA THEORIE DES SYSTEMES OSCILLANTS NON LINEAIRES

Au sein de la théorie des systèmes oscillants non linéaires, les spirales jouent un rôle prépondérant, du fait que l'on peut décrire les phénomènes périodiques en traçant le graphe du déplacement du corps étudié et de sa vitesse dans l'espace dit « des phases » où le déplacement et la vitesse sont appréhendés comme système de coordonnées rectangulaires.

Qu'il s'agisse du cas idéal d'un ressort parfaitement élastique, ou d'une planète dont le mouvement ne serait pas perturbé par l'attraction d'autres planètes, le graphe, c'est-à-dire la trajectoire dans l'espace des phases, est un cercle, qui correspond à un mouvement parfaitement périodique. Mais dans la réalité, tous les oscillateurs quels qu'ils soient, et bien entendu les constituants de l'ensemble d'Aïki, présentent un amortissement irréversible dû aux frottements et à une perte d'énergie, lors de l'action périodique, ce qui produit une déformation de la trajectoire dans l'espace des phases, qui devient une spirale tendant asymptotiquement vers le cercle limite précédent si le système possède un caractère oscillatoire stable.

La théorie de stabilité, branche de la topologie, permet de traiter les phénomènes périodiques, du fait que la condition nécessaire pour l'existence d'un système stable est que nous trouvions deux familles de courbes, l'une de forme spirale convergente, l'autre de forme spirale divergente, de telle façon qu'il existe une orbite stable, donc une solution périodique « quelque part entre les deux ».

LE PROBLEME DE POURSUITE ET LES DEPLACEMENTS SPIRALES

Dans la pratique de l'Aïkido, lorsque celui qui doit être maîtrisé se déplace, ou qu'une attaque doit être absorbée, déviée, puis contrôlée, apparaît le paradoxe de Zénon sur Achille.

Nous devons la première représentation mathématique des problèmes de poursuite, étudiés actuellement en balistique au niveau des missiles anti-missiles à l'hydrographe Pierre Bouguer (1698-1758) qui s'était intéressé aux problèmes de poursuite posés par la capture des bateaux pirates. Henri Poincarré (1854-1912) étudia dans « Les Méthodes nouvelles de la Mécanique céleste », le cas d'un poursuivi parcourant une trajectoire circulaire et se déplaçant plus rapidement que son poursuivant, (ce qui est très proche de ce qui se réalise au cours d'un randori tourbillonnaire). Le poursuivant qui peut se trouver initialement à l'intérieur ou à l'extérieur du cercle, décrit une spirale, qui deviendra asymptotique à un cercle appelé cercle limite, qui sera concentrique à la trajectoire du poursuivi. Ce phénomène qui apparaît au cours de la phase d'absorption autorisant Irimi-nage, et surtout Kote-gaeshi, au niveau du centrum, est identique à la course que décrivent deux navires dont l'un tente de rattraper l'autre, l'angle entre les deux routes demeurant constant. Dans les deux cas, les bateaux, ou les mains décriront des spirales logarithmiques et leur pôle commun sera le point de rencontre.

Si le poursuivant se dirige droit sur sa proie, celle-ci peut exécuter un virage, un « taïsabaki » à angle droit par rapport à la trajectoire suivie par son poursuivant, ce qui obligera alors ce dernier à parcourir la développante de la trajectoire de sa victime, et si la vitesse de celle-ci est exactement 3,644 fois celle de celui qu'elle a évité, les deux bateaux ou les deux mains se retrouveront alors sur la même spirale ; le poursuivant se dirigeant vers l'extérieur, l'autre vers l'intérieur, de telle sorte qu'ils pourront se rencontrer malgré une vitesse inférieure de l'attaquant.

Cette courbe unique est identique à sa développante et possède comme angle caractéristique : $\Phi = 74° 39' 12''$ qui est très proche de celui des nébuleuses spirales.

LE « POINT-GERME » DE LA SPIRALE

Bien que la spirale à axe spiralé soit, semble-t-il, une des meilleures représentations que nous puissions nous faire du Principe, ce symbole Le laisse néanmoins inaccessible, car Il est Conscience non-déterminable dans l'espace.

Il s'avère fort intéressant de se rapporter à l'étude d'un cercle, d'une élipse, d'un point, qui progressivement diminuent vers

l'infiniment petit, puis regrossissant reprennent leurs aspects initiaux, pour devenir ensuite gigantesques. Ainsi une figure aussi immense et complexe soit-elle, en se rétrécissant se dirige vers l'infiniment petit, et tend à notre entendement vers un point, au sein duquel demeurent la complexité de la forme initiale, sa structure et ses composants.

Par lui-même, un point est une entité qui ne possède aucune parenté avec la droite ou le cercle. Le point est un élément neutre, géométriquement neutre comme la spirale pure qui, lorsqu'il n'est pas le centre d'une figure définie, doit être considéré comme le « point-germe » d'une spirale pure, et par là s'identifie à la spirale qui tend vers l'infiniment petit.

La particularité d'un tel concept est de nous permettre de grossir à volonté un « point-germe » de spirale, d'où jaillissent sans interruption d'innombrables spirales, chaque point dans le spatial, se trouvant enveloppé par un véritable cocon spiral composé de réseaux hélicoïdaux. De la sorte tout point spiral engendre un espace de spirales, à l'image du Créé, tant au niveau du déplacement des particules qu'à celui de l'accroissement de l'A.D.N., des végétaux, des coquilles, des os, des fibres cardiaques, peut-être des cerveaux, et bien entendu des différents systèmes de la galaxie.

Ainsi placés devant les réalités tant du microcosme que du macrocosme, nous nous trouvons amenés à envisager que le « point-germe » du complexe spirale pure, est la conception abstraite qui se rapproche le plus de la Divinité, et admettre que le point étant non spatial, demeure la représentation abstraite de l'infiniment petit, et rejoint sur le plan morphologique la Cause initiale, ou en un autre mot le « Tao ».

LE PRINCIPE DE LA LOI UNIVERSELLE OU LE RETOUR A L'UNITE DES CONTRAIRES

« Il faut étudier la nature d'après la constitution de l'homme et non l'homme d'après la nature » (Claude de Saint Martin), et ce pour la seule raison que l'homme, la nature et le Créateur selon l'analogie et sa loi fondamentale, sont analogues, mais non semblables, et que les principes de l'un se retrouvent analogiquement dans l'autre. Ce principe s'applique à toutes nos actions et nous en retirons une richesse particulière dans notre Art.

C'est en vertu de cette démarche que l'homme est désigné tel un « petit monde » ou plus précisément un « monde petit » (Micro-

cosme) et que la nature est un « grand monde » ou un « homme en grand », car l'un et l'autre reproduisent la loi de la constitution divine évoquée par : « Dieu a fait l'homme à son image. » Telle est l'analogie formulée par la Tradition et tel est le point de départ de toutes les analogies entre le Créateur et Sa créature, sans qu'il ne soit jamais possible de confondre l'un avec l'autre.

Il s'agit d'établir les rapports entre les données scientifiques actuelles et les connaissances traditionnelles sur l'évolution des mondes. Cette étude nous servira de base pour situer l'homme et déterminer la conduite à adopter pour rentrer dans l'harmonie universelle.

Les équations de la cosmogénèse rendent compte d'un rayonnement photonique de 3°K, 3° au-dessus du zéro absolu, soit − 270°C. Il a donc suffit de quelques millionièmes de seconde après l'explosion de la boule originelle pour que notre univers devienne une sphère composée exclusivement de photons et de neutrinos (le photon est l'agent de la lumière), dont la température avoisinait le million de milliard de degrés, et la densité, la valeur de milliards de tonnes par litre (le volume d'un nucléon actuel contenant des millions de milliards de photons).

Cet instant est celui du Jour Premier, du Jour Unique, où le Principe dit : « Fiat Lux », « Soit Lumière et fut Lumière », sa seule Parole substantielle.

En un centième de seconde, l'explosion primordiale abaissa la température à 300 milliards de degrés, « gela » les photons et les neutrinos en quarks, en nucléons et en électrons, (ces phases s'opérant selon des paliers de température décroissants). Un dixième de seconde après, se générèrent et s'organisèrent les principaux constituants de la matière, l'ensemble demeurant dans un nuage au sein duquel prédominait un rayonnement pur et de grande intensité. Une seconde après, la densité du milieu était tombée à 380 000 fois la densité de l'eau, la température de quelques milliards de degrés. C'est alors que les protons et les neutrons apparus lors du second stade entrèrent en interaction. Treize secondes après l'explosion, tandis que régnait une température de trois milliards de degrés, se formèrent les noyaux les plus simples (deutérium et hélium) alors que la sphère possédait un diamètre de quelque 8 millions de km. Trois minutes et deux secondes après l'explosion, l'univers occupait un volume dont le diamètre avoisinait les 228 millions de km, et la température, le milliard de degrés (70 fois celle du centre solaire). Il était devenu une

gigantesque céphéide. A ce stade s'élaborèrent les nucléo-synthèses entre les éléments légers.

Durant 700 000 ans, la boule originelle en s'étendant dilua progressivement sa matière et son rayonnement. La température atteignant 100° K, les noyaux se revêtirent de leurs électrons périphériques (valence ionique), et les réactions chimiques commencèrent.

Le même phénomène peut s'exprimer comme le Principe Unique non-différencié. Il est l'Energie suprême, vivante, mais non-existante, en plénitude. Il postule à une vitesse qui échappe au temps et à la pensée, et peut être considéré telle une croix gironnante, symbole d'une vie double, du mouvement et des fonctions ondulatoires et vibratoires. Son action est temporelle et intemporelle, continue et discontinue, explosive et compressive. Il est une Totalité en soi.

A la fois Père et Mère, il inspire et crée le froid qui contracte et produit la chaleur, le Feu, la Lumière créatrice (le soleil), d'où surgit la Vie intérieure individuelle, l'Esprit de l'Ame, l'Esprit du Corps, et l'Ame de l'Esprit (l'Air) par le Souffle.

Le feu de l'âme « s'emprisonne » au centre de la terre symbolisée par le carré, formé de quatre barrières qui impliquent une restriction. Le tourbillon de feu en s'éloignant du centre émetteur entre en contact avec l'atmosphère et en se refroidissant permet la formation de la vapeur d'eau, puis de la pluie qui lui permet d'achever son cycle de cristallisation.

Le Feu stellaire contient en « forme-pensée » toutes les manifestations, et son rayonnement invisible lui donne l'aspect d'un disque noir dont les rayons sont glacés. Dans son expir le Principe se dilate et produit le Souffle qui alimente la vie de l'air de la stratosphère terrestre, l'Ame de la Terre, Ame de l'Ame puisqu'elle-même Ame du Cosmos. Elle est l'existence individuelle sur laquelle le Soleil (énergie de tout ce qui est indifférencié) projette la vie de l'Esprit.

Le tourbillon de Feu de la Terre en se refroidissant devient Rouge, et l'Esprit, l'Ame et le Corps ayant terminé le travail d'élaboration, sont prêts à se fondre. C'est alors que la foudre intervient pour unir les composants de la Terre et du Feu, et former la planète symbolisée par la couleur jaune. En transformant les vapeurs en eaux, en océans, le Créateur a « séparé » le Deuxième Jour, les Eaux. Le Vert symbolise l'Eau formée primitivement de 3 lotus (les inondations fécondantes), et représente la « bête » sortie de la mer, et la matérialisation engendrée par le Rouge juste avant son contact avec l'Eau. A la suite de ce contact qui produit un refroidissement et la formation de la

croûte terrestre, la Terre emprisonnée devient un noyau igné maintenu à température constante par les grands courants magnétiques Yin et Yang appelés Tigre et Dragon.

Des terres émergées, Troisième Jour, le Créateur « fit croître toute herbe portant semence et tout arbre portant fruits qui a sa semence en lui selon son espèce » (Code génétique). Avec la dissipation des nuages, le soleil et les étoiles purent se manifester et baigner la planète de leurs flux, Quatrième Jour, la Lumière ayant été créée le 1er Jour, et passant de sa Source à l'Esprit de l'Ame, en passant par les foyers au sein desquels se concentrent les énergies. C'est alors que le rayonnement du soleil (énergie invisible), en passant par la « fente » du visible, devient énergie visible et prend corps.

L'Esprit de Vie en fécondant l'Eau engendre les forces animiques, et les animaux vivants, le Cinquième Jour. Les oiseaux sont à l'image de l'Esprit, chez eux la femelle possède deux chromosomes hétérogènes x et y, ce qui est l'inverse de l'homme.

Au Sixième Jour, le Créateur fit l'homme. L'Esprit ou énergie corporisante qui se manifeste par une « forme pensée individualisée », trouve sa concrétisation en l'Esprit de Dieu, dans l'ensemble des corps cosmiques. Ce qui est remarquable chez l'homme, c'est son unicité physiologique. En effet, chaque être est strictement unique par suite de différenciation potentielle des combinaisons génétiques, sauf dans le cas des vrais jumeaux qui se différencient par la suite. L'analyse chromosomique a confirmé que l'homme est mâle et femelle. Les cellules du corps féminin possèdent toujours deux chromosomes X alors que le corps masculin a un hétéro-chromosome x et y, ce qui lui permet de donner le sexe à sa descendance. L'homme est la nature masculine du Fils.

C'est au Septième Jour que prend fin le rôle du Père et commence celui du Fils, soit celui de l'Homme qui doit remonter vers sa Source. La Nature humaine du Fils versera son sang sur la Croix, mais gardera son même corps « livré pour nous » en vue de la Résurrection. « Au corps, il sera donné un Nouveau Sang, car le sang c'est l'Ame Vitale » (Gen. 9.4.).

Les quatre directions de l'Espace se trouvent dans la Nature du Fils crucifié dans l'Espace. Le signe de la Croix gironnant dans un T'aï-k'i, et dirigé vers l'Orient, symbolise le retour au Principe. A des degrés plus subtils tant au niveau de la biosphère que de la vie de l'homme qui en résulte, jusqu'à l'être lui-même qui y réside en permanence, règne la structure Principielle.

Plus l'univers s'étend, se dilue, et se rapproche du zéro absolu dans

l'espace interstitiel, plus la vie et l'esprit peuplent les astres chauds qui se condensent. L'équation finale contenue dans les équations originelles tend, semble-t-il, à faire comprendre que tout va de la matière vers le spirituel, et que le destin des mondes (chaque monde s'éloignant à l'infini de tous les autres) va vers le « Repos »... Dans quelques cent milliards d'années lorsque les réserves d'énergie des nucléo-synthèses stellaires disparaîtront, surviendra une phase « d'immobilité » dans un froid absolu, l'univers n'étant plus qu'un agglomérat de particules disséminées dans un vide sans lumière, pour réapparaître dans un « nouveau trou blanc... »

CHAPITRE III

LE JEU COSMIQUE

Lors de la quête des lignes, des courbes, des rythmes, on rencontre un « mouvement substance vivante ». « Kokyu nage » devient un moment unique où :

« De distance en distance
cette brûlure apparaît comme vague de fond
emportant l'anneau...
mais la mer ouvre ses virages
et les arbres enfoncent leurs rameaux sphériques
retournant l'épée vers d'autres fleuves
trépidants de soufre...
Et les eaux en toi
en orbite
dans un vol gigantesque
comme un hémorragie circulaire. »

FRANTZ PRIKING, À PROPOS DE « KOKYU NAGE ».

(Frantz Priking (1929-1979) dont l'œuvre picturale fut un cheminement vers le centre, une quête solaire du point unique où les parallèles se rejoignent dans un cercle de feu).

Le jeu cosmique se déroule issu du Point mystérieux pour créer des mondes infinis et faire de nous les miroirs de son Miroir.

RAPPORTS ENTRE LES FIGURES GEOMETRIQUES ET LES NOMBRES

« En harmonie avec le Nombre, tout fut créé comme sur plan d'architecte, et le temps, le mouvement, les cieux, les astres et les cycles de toute chose. »

Nicomaque de GÉRASE.

Le Principe engendre les nombres et s'incarne dans le Point. Tous ne sont que des aspects différents de ce qui précède l'Unité, immuablement identique à elle-même.

C'est du Point que naissent les innombrables figures géométriques ; et toutes ne sont que les différents aspects du Point. C'est pour cette raison que l'Unité est représentée par un Point.

Le premier nombre auquel donne naissance le Point, est I. Le second est II. De même que la première figure donnant naissance à la ligne est le point.

Le « deux » peut être représenté par deux segments — —.

A ce stade intervient une nouvelle considération, celle de la direction. En effet, si les nombres se divisent en pairs et impairs, les lignes, quant à elles affectent deux directions principales :

- La direction verticale | qui représente l'Actif.
- La direction horizontale —— qui représente le Passif.

Le premier nombre qui réunit les opposés 1 et 2, est le Ternaire 3.

La première figure fermée et complète est le Triangle.

Le trois est représenté analogiquement par :

« Un et Deux et Trois
qui toujours
vit et règne toujours
en Trois et Deux et Un.
Non circonscrit
mais circonscrivant tout. »

(Dante.)



C'est à partir du nombre 3 que les chiffres recommencent la série universelle, 4 étant une octave différente de I. Quant aux figures à venir, elles ne sont rien de plus que des combinaisons des termes précédents.

Le quaternaire (4) est représenté et représente les forces opposées deux à deux, c'est-à-dire par des lignes opposées dans leur direction deux à deux :

2 forces actives | |

soit 4 = □

2 forces passives =

Lorsque l'on désire exprimer une production émanant de 4, on fait croiser les lignes actives et passives de manière à déterminer un point central de convergence : c'est de cette manière qu'est formée la figure de la Croix, image de l'Absolu +.

Au chiffre cinq (5) correspond l'étoile à cinq pointes, qui symbolise

l'intelligence (la tête humaine), qui dirige les quatre forces élémentaires que sont les quatre membres ☆

Six (6) = 3 + 3 procure △ ▽ = ✡ les deux ternaires, l'un positif, l'autre négatif.

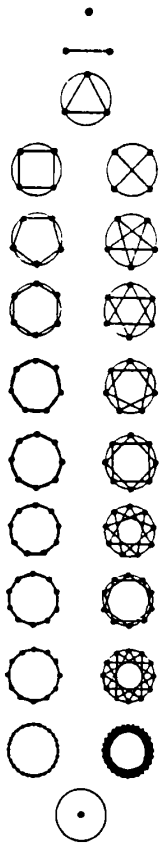
Sept (7) = 4 + 3 procure □ △ ⌂ ⋈

Huit (8) = 4 + 4 procure □ □ ou ✳

Neuf (9) = 3 + 3 + 3 procure △ △ △

Dix (10) = le cycle infini = ○

Les nombres représentent en eux-mêmes une idée et une forme. Ils modèlent la connaissance, structurent et rythment le monde.



La Tradition représente l'Ordre naturel des Eléments, soit par une croix, soit par des cercles concentriques, la Terre en occupant le centre, et le Feu le cercle le plus large.

Cet Ordre est encore exprimé par les diverses figures du « sceau de Salomon » représenté par deux triangles équilatéraux qui s'entrecroisent. Le triangle orienté vers le haut △ représente le Feu, le triangle orienté vers le bas ▽, l'Eau. Le triangle du Feu avec la base du triangle opposé ⧋ symbolise l'Air, et la figure inverse ⧊, la Terre. Dans son intégralité, le « sceau de Salomon » ✡ incarne la Synthèse de tous les Eléments et exprime l'Union.

Dans une autre formulation, l'Actif et le Passif sont représentés par le Soleil et la Lune. De leurs actions réciproques naissent les Quatre Eléments que symbolise la croix. Quant à la synthèse des différents signes de cette formule, elle est représentée par Mercure qui contient en lui le Soleil, la Lune et les Eléments.

Mais avant de comprendre l'utilité des signes et des nombres puis de pouvoir les appliquer, il convient de traduire en langage géométrique les premières phrases de la Table d'Emeraude, soit :

Ce qui est en haut △
est comme
ce qui est en bas ▽

pour accomplir le miracle de l'Unité. ✡

Et comme toutes choses ont été et sont venues d'Un ⊙

Ainsi toutes choses sont nées dans cette chose unique par adaptation. (La croix est le symbole de l'adaptation.) ⊕

Grâce à ces quelques données élémentaires, nous saisissons le symbolisme de la croix, fondamental pour le développement ultérieur de notre étude.

Les relations existant entre les figures géométriques planes et les nombres sont du domaine d'un symbolisme à deux dimensions, horizontale et verticale. Cela procure un schéma simple, logique, abstrait, des rapports entre Dieu, l'Homme et le Monde.

Il serait plus exact d'évoluer sur 3 dimensions, ce qui donnera un réalisme au symbole, en mettant l'accent sur le dynamisme et le concret qui lient les figures les unes aux autres. Ainsi dans la première

phase de l'étude, le point devient cercle et dans le second il deviendra sphère.

Au triangle correspond le tétraèdre, au carré l'hexaèdre, et au cercle, la sphère. Il ne faut pas oublier les volumes intermédiaires : l'octaèdre, le dodécaèdre et l'icosaèdre. Les polyèdres réguliers forment trois groupes qui correspondent aux cinq modalités dans l'ordre statique de la Création, et tendent vers la sphéricité (les cinq polygones réguliers au moyen desquels nous pouvons construire un réseau plan : le triangle équilatéral, le carré, le losange équilatéral, le pentagone et l'hexagone, soit : 3 + 4 + 4 + 5 + 6 = 22 côtés en tout, tendent vers le cercle).

Le Point :

Bien que le point soit la première manifestation de toute chose, il n'occupe aucune étendue et ne possède aucune mesure. Sous le terme de point nous comprenons une entité qui s'étend de son centre vers une périphérie. Il est l'expression d'une impulsion énergétique, qui va de l'indéterminé vers le déterminé, et de l'illimité vers le limité. Lorsque l'impulsion tend vers le temps et l'espace, elle engendre le point.

Le Cube :

Le cube représente le monde matériel fini. Il symbolise la Terre, la solidité, l'inertie, la stabilité, et le continuum espace-temps (temps + 3 dimensions de l'espace = 4). Le carré, base de la structure cubique, est le cadre du monde phénoménal.

Le Tétraèdre :

Le tétraèdre représente l'élément Feu ou énergie. La base de sa structure est le triangle qui représente, comme nous le savons, les 3 aspects de l'énergie universelle. La forme de l'octaèdre est en quelque sorte la résultante de l'interaction des deux forces centrifuge et centripète, antagonistes et complémentaires que sont le Yin et le Yang dans leurs actions dynamiques.

La Sphère :

Lorsque ces deux forces s'équilibrent dans toutes les dimensions, apparaissent des formes qui tendent vers la sphéricité. La sphère est l'image parfaite du « tout englobant ».

Les formes cubiques, de nature Yin sont angulaires, dures, violentes, électriques. Les formes sphériques de nature Yang sont

douces, souples, calmes et magnétiques, lorsqu'elles sont considérées sur un plan vertical.

Le Cube	symbolise	la Terre,	l'Hylé	le Corpus	le Sel
Le Tétraèdre	symbolise	l'Homme	la Psyché	l'Anima	le Mercure
La Sphère	symbolise	le Ciel	le Pneuma	le Spiritus	le Soufre

L'inscription de l'Homme à partir d'un point dans un cube, un tétraèdre et une sphère prouve sa prise de conscience quant à sa situation spatiale, et ce avant qu'il fasse circuler le Souffle en lui par les pratiques de balancements et de girations.

LE JEU CREATEUR

« Car le Verbe sublime — Il joue.
D'images les plus bigarrées ;
Il orne, comme Il lui plaît,
de toutes façons le cosmos. »

Grégoire de NAZIANCE.

Lorsque nous essayons de créer un « Mouvement-Univers », nous tentons d'entrer dans le Jeu cosmique. Mystère de Sagesse, étrange contradiction, « l'homme joueur » agit, crée... le jeu représente l'autre pôle de nous-même qui sommes prisonniers du finalisme, de l'utilitarisme, du sérieux et de l'attachement à ce monde. En lui réside notre salut.

Contrairement à l'Extrême-Orient, l'Occident a abandonné peu à peu depuis le Moyen Age, les idées de Rythmes et de Totalité. Le monde d'aujourd'hui a rejeté la notion d'Ordre juste et c'est pourquoi le jeu se révèle être une nécessité vitale.

Le jeu se situe dans l'humanisme original de l'adolescence et dans l'art authentique. L'enfance véritable n'est et ne peut être une seule naïveté dont il faut dépouiller l'individu. L'enfance authentique est indispensable à l'homme qui doit devenir un « adulte-enfant ». Les obligations sociales ont tendance à lui faire oublier cette réalité. Ainsi l'individu a besoin de moments tel l'Aïkido, qu'il consacre à cette redécouverte.

Le jeu ne s'oppose pas au sérieux, il s'oppose à la fin, sans l'exclure pour autant. Il dirige la pensée finaliste vers sa juste place et lui refuse une domination qu'elle voudrait exclusive. Par son comportement,

« l'adulte-enfant-joueur » représente le suprême développement culturel, car en lui s'harmonisent la simplicité et la plénitude de la forme. Dans le jeu, l'attitude corporelle de l'homme devient la véritable expression de son attitude intérieure et sa plus intime nostalgie. Mais l'ADULTE-ENFANT ne commence à JOUER véritablement que lorsque la MAITRISE du CORPOREL par le SPIRITUEL a trouvé sa PLENITUDE. Cet état réside dans la disponibilité, la souplesse, la légèreté, la prestance, l'élégance... en résumé, dans la faculté d'agir sans tension, sans unilatéralité.

Quand de cette manière les adolescents, adultes-enfants, artistes, et génies jouent, les actes qui en résultent « par jeu » se trouvent empreints de haute perfection. Par ailleurs avec le Jeu, l'humanité exprime sa nostalgie ancestrale, et celle-ci s'identifie à une harmonie de l'âme et du corps, à un rêve d'Unité avec le Tout. Ce comportement permet de mieux comprendre les Rites. La liberté intérieure épousant l'ordonnance de certaines cérémonies est une effusion de Vie sans but, chargée de sens du seul fait de son existence.

Si nous considérons la Création artistique, la liberté devient une liberté personnelle d'expression. Elle est ce lien entre la Vie et une incarnation dans le monde des formes, des gestes, des sons, des couleurs...

Le « Jeu liturgique » né d'une conception d'un Ordre cosmique permet le jaillissement d'une liberté intérieure à travers des gestes rituels. Une vie retourne à la Vie.

Dire que l'action du Créateur est un Jeu signifie qu'elle ne poursuit aucun but, et que la Création n'est pas forcément la résultante de la perfection de Dieu. Bien entendu, la Création est une de ses effluves, qu'Il laisse rayonner libre et significative. D'innombrables naissances, une fantastique profusion de formes, couleurs, odeurs interdisent l'emploi du mot fin, même s'il est possible d'indiquer dans le détail une impressionnante quantité de finalités. Le véritable sens des choses ne réside pas dans ces finalités, mais dans le fait qu'elles sont telles qu'elles sont. N'étant pas elles-mêmes, elles se réfèrent donc à Celui qui joue dans sa richesse et dans son art. Cette vérité était déjà exprimée par les Grecs où l'Eon (dans la pensée gnostique, une émanation éternelle divine) est un enfant joueur qui pousse des palets. Cette image du devenir et de la disparition du Cosmos, de même que son caractère significatif reposent selon Platon sur le Logos. Quelques siècles après, Philon appellera cela une Danse : « Le Logos, le Divin, conduit une farandole, Lui que la multitude parmi les hommes nomme le Destin. »

La Tradition Judéo-Chrétienne évoque elle aussi la Sagesse joueuse :

> « Dès l'éternité je fus fondé,
> dès le commencement avant l'origine de la terre...
> Quand Il affermit les fondements de la terre,
> j'étais à Ses côtés comme le maître d'œuvre,
> faisant Ses délices, jour après jour,
> jouant tout le temps en Sa présence,
> m'ébattant sur la surface de Sa terre,
> et mettant mes délices à fréquenter les enfants des hommes. »
>
> (Prov. 8,23-32.)

Le Jeu du Logos est compris par Maxime le Confesseur comme Création et Incarnation, d'un Amour divin significatif mais librement formateur : « Car la vie présente est, en comparaison de la future, de la divine et vraie archétype tout juste comme un jeu enfantin. »

Les anciens gnostiques dont s'inspireront les néo-gnostiques de Princeton ont enrichi l'idée de Jeu cosmique. L'aventure spirituelle de l'univers est celle des particules porteuses de l'esprit, les Eons : « Ces individualités immortelles... ne connaissent pas de manière absolue les objectifs et les « règles du jeu » de l'univers. Elles sont seulement capables... d'accroître sans cesse l'ordre de l'univers, en inventant des règles de jeu de plus en plus complexes, sans jamais être certaines que de nouvelles règles ne feront pas entrevoir un nouvel objectif. » (J.E. Charon.)

Sur un autre plan, celui de la mathématique, André Lichnerowicz dit également : « Le jeu est la chose la plus sérieuse du monde, et nous jouons tous ; le physicien avec la nature, le linguiste, l'aménageur, l'urbaniste, ceux qui sont associés à la gestion d'une entreprise, jouent avec les phénomènes économiques et, bien entendu, les militaires jouent. Beaucoup de ces jeux sont, hélas, des jeux de coalitions variables, que nous sommes encore mal armés pour traiter. Nous jouons tous et voulons élaborer des stratégies qui, compte tenu à chaque instant de notre information, nous donnent le maximum de chance d'un certain type de gain. A travers cette théorie des jeux au sens large, des problèmes importants pour notre action, notre vie sociale, ont trouvé un cadre unique de pensée et commencent à être justiciables de techniques analogues où les ordinateurs jouent un grand rôle... Dans d'autres cas, les plus nombreux, ce sont seulement des approches qui sont suggérées et elles ne dictent évidemment pas les solutions, mais indiquent les choix

réellement cohérents et permettent par stimulations, l'étude des prévisions à court terme en fonction de différentes hypothèses. »

L'UNIVERS MIROIR DES SYMBOLES

« Le monde de la nature se révèle sous les formes multiples qui se refléteraient dans un seul miroir. Il est plutôt une forme unique qui refléterait de multiples miroirs. »

Muhyi-d-Dîn Ibn Arabî.
(Fusûs al Hikam).

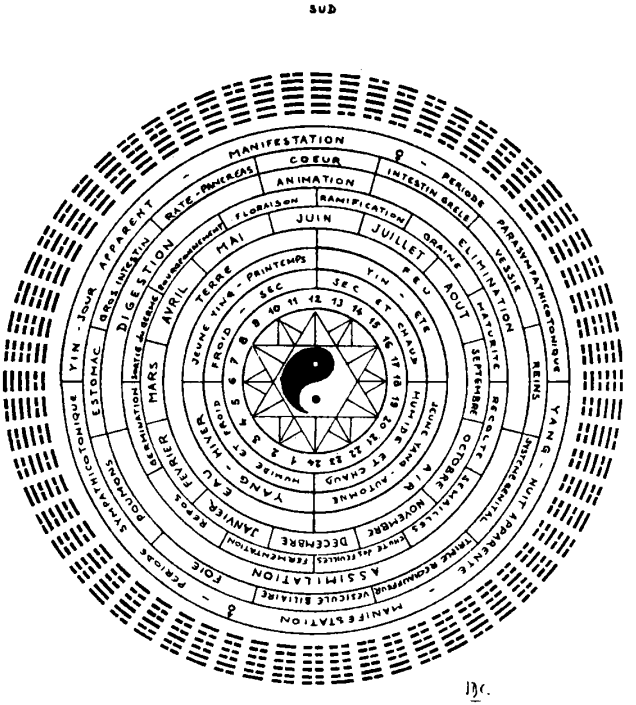
Par la grâce d'un Art dont l'Aïkido, ayant retrouvé un regard authentique, nous pouvons contempler la nature et pénétrer ses mystères. Cette méditation enrichit à nouveau, par osmose, notre pratique.

Comme l'œuvre révèle l'artisan, la Nature reflète son Créateur. La connaissance de ses secrets guide l'homme vers les mystères de Dieu et vers son propre mystère. Ainsi, la connaissance de soi et du monde donne accès au modèle dont le monde est l'image. Le cosmos créé par Dieu retourne nécessairement à Dieu, il s'ensuit que l'homme pénétrant le Jeu cosmique, épouse les desseins divins.

L'homme traditionnel saisit le rapport entre l'âme de l'univers et le rythme de son âme. A partir du champ d'investigation qu'est la nature, il découvre dans l'ordre naturel le « projet » Divin. De la sorte, tous les symboles cosmiques proviennent de cette découverte et se retrouvent partout dans le monde. Grâce à la « magie des analogues », l'homme prend conscience des rythmes, de leur périodicité, à travers l'alternance des saisons et l'alternative du jour et de la nuit. L'observation de la nature lui apprend que tout est rapport et proportion.

L'univers constitué de planètes, d'arbres, de fleurs... est régi par des lois cycliques, soumises à des rythmes dans lesquels se retrouve l'homme traditionnel comme l'exprimait Don Chrysostome considérant que la nature initie ceux qui la contemple : « Si on envoyait, un grec ou un barbare dans un temple affecté aux mystères, dans un sanctuaire merveilleux de beauté et de grandeur, il éprouverait un mouvement semblable à celui perçu au sein de la nature. Car tout l'univers révèle Dieu : les étoiles du ciel, le sable des mers, les gouttes de pluie, les herbes des champs, les feuilles des arbres, le pelage des animaux, les écailles des poissons, le plumage des oiseaux ». Cette

évidence faisait dire à Saint Bernard, qu'il a plus appris dans les bois que dans les livres tant il est vrai « qu'on peut tirer du miel des pierres et de l'huile des rochers. » (Epistola CVI, 1-2). L'homme traditionnel sensible à l'appel de l'univers comprend que le monde est un lieu de théophanies, dans le sens où il est une expression divine.



Boussole chinoise

La Voie de l'Amour reste le plus court chemin menant à cette connaissance, car l'Amour permet d'en percer les secrets. Sénèque enseignait l'union religieuse avec l'univers, et Saint Augustin quand il décrivait l'éclat de la lumière, l'odeur des fleurs, la manne et le miel, s'écriait : « Qu'est-ce que j'aime, quand je vous aime ? »

Lorsque le monachisme s'écarte en des lieux déserts, c'est non seulement pour fuir les endroits habités mais aussi pour s'unir à une

nature qui sert de support à la pensée contemplative. Tout peut être appris dans l'univers, les secrets les plus cachés s'y découvrent. Le papillon, symbole de la métamorphose, est doté d'ailes captatrices d'énergie cosmique qui lui permettent de traverser des étendues en se nourrissant de lumière solaire. L'oiseau évoque également l'ange, car grâce à lui le Ciel descend tandit que la Terre s'élève avec le serpent.

Quand l'homme de méditation considère la terre, il la conçoit toujours vierge et toujours mère. Vierge parce qu'elle attend constamment la semence divine et mère parce qu'elle engendre sans fin des récoltes. La terre est soumise au ciel dont elle attend la rosée, les pluies et le soleil qui provoquent l'éclatement du germe et sa croissance.

Si la nature ordonnée par Dieu se trouve « maîtrisée » par l'homme, c'est que ce dernier possède un pouvoir intermédiaire entre le Créateur et la Création : « Si tu possèdes le Créateur, alors tout court après toi, homme, ange, soleil et lune, air, feu, terre et ruisseau. » (Angelus Silesius.) Ce n'est que dans la contemplation de la Nature que l'homme saisit le sens réel de la Lumière. Le Verbe n'est-il pas dit « Lumen de lumine » ? et l'interprétation des couleurs se rattache aux normes archaïques, que sont les six couleurs simples.

La couleur symbolise une force ascensionnelle dans le jeu d'ombre et de lumière, l'ombre n'étant nullement l'envers de la lumière, mais l'indispensable complément qui permet sa mise en valeur et son épanouissement. Si l'on a pu dire que c'est dans « le sein de l'atome qu'est engendrée la lumière », c'est l'Etat « Lumière-première », « Energie-première » qui en se condensant pour constituer notre univers viable, fournit à la fois, la substructure des Eaux de la Terre, ainsi que les Luminaires, avec leur lumière visible à nos yeux. Jusqu'à la découverte du non-visible qui lui, a fourni la vraie structure de l'Invisible, l'homme ne connaissait de l'univers que ce qu'il voyait par l'étroite bande de la lumière dorée, ce cas très particulier, limité à ses possibilités rétiniennes, se situant entre le microcosme et le mégacosme.

L'Arc-en-Ciel nous montre le déploiement coloré de l'Unité et sa possible reconstitution. Bien qu'il soit une image de l'Alliance parce que toute alliance est circulaire, il nous montre par ailleurs que notre nature humaine (constituée d'eau) est pré-fabriquée pour s'unir à celle de la Cause initiale.

Le Blanc est le Nombre de l'Un. Il contient toutes les couleurs. Quant aux deux complémentaires : Vert et rouge, ils nombrent selon la valeur numérique des lettres-chiffres hébraïques : 55.19.1. comme

les jumeaux ! Si le Vert et le Rouge sont parfaitement complémentaires, sur un autre plan, il en est de même pour le Violet et le Jaune, pour le Bleu et l'Orange, ceci s'expliquant par le fait qu'en physique, les couleurs sont données selon l'ordre de déviation croissante du faisceau lumineux. Le Rouge le plus près de notre monde humain, est le moins dévié, tandis que le Violet, le plus lointain (monde microphysique) se trouve le plus élevé, le plus éloigné de notre imagination. Le rouge hyperthermique, est la « couleur » du corps noir des physiciens, à la température du zéro absolu, c'est-à-dire de l'absence de couleur.

Nous observons la complémentarité absolue du Vert-Rouge en ce qui concerne le T'aï-k'i (Livre III), complémentarité qui se retrouve dans le Shin-Waw de l'hébreu et le caractère nocturne du Violet, de la nuque et du dos. Le Vert : Shin, nature humaine du Fils, est une alliance du Bleu céleste et du Jaune terrestre (Daleth). L'Orangé de l'Esprit double (He) est, d'une part le complémentaire du Violet en tant qu'Esprit du Père ; d'autre part il unit le Jaune de la Terre et le Rouge de la Nature Divine du Fils, en tant qu'Esprit du Fils descendu sur la Terre. Enfin, le Violet du Père est compris entre le Bleu de la Deuxième Personne et le Rouge de la Nature Divine du Fils. Cela peut se constater lorsqu'il se produit un deuxième arc-en-ciel intérieur au premier. Apparaît de la sorte une étonnante liaison entre les ultra-violets et les infra-rouges.

Toutefois en ce qui concerne la perception des couleurs notamment du vert et du rouge, et ce en dehors de toute référence, et point de comparaison, aucun individu n'éprouve exactement la même sensation.

En effet, il s'avère pratiquement impossible de définir et d'expliquer avec exactitude la perception d'une couleur. Cette constatation nous resitue devant l'éternel et insoluble problème de l'expression qualitative, les notions s'avérant incommunicables. Voici pourquoi la Tradition met l'accent sur la QUALITE des couleurs.

Ainsi s'établissent les correspondances :

Blanc doré	: la Vérité absolue,
Rouge	: l'Amour,
Orangé	: la Révélation de l'Amour,
Jaune	: la Révélation de la Sagesse,
Vert	: la Naissance spirituelle,
Bleu	: la Sagesse manifestée par le Souffle,

Violet : l'Amour de la Vérité et la Vérité de l'Amour.

L'Univers est donc bien « une forêt de symboles ». Ce langage mystérieux a connue une matérialisation progressive, il en reste comme pour celui des fleurs ou des pierres précieuses des souvenirs allusifs telles l'espérance, la colère ou la fidélité... Ce symbolisme traditionnel avait pour but de mener l'adepte vers « l'Etat Lumière-Incréée ». La Tradition hébraïque le signifie par le Heith (8), s'incarnant dans l'Amour du Créateur pour Sa créature. Pour Pythagore, le 8, le Premier Cube 2^3, était le Nombre de l'Equilibre et de la Justice.

LIVRE III

LE T'AI-K'I FONDEMENT DE L'AIKIDO

CHAPITRE I

ETUDE SUR LE T'AI-K'I

Alternances, la nature entière n'est qu'alternances...
Tout ce qui monte à l'autel solaire doit redescendre vers les ténèbres.

Et pourtant, chaque jour vient l'heure brûlante, l'instant immobile du soleil à son zénith, l'instant où l'esprit refuse les changements pour n'être tout simplement qu'oubli, suppression de trajectoire, l'instant où l'esprit rêve de voir s'effondrer le Temps pour n'être que Rencontre.

Cette tentation de l'immobilité n'est que le reflet du désir du centre. Elle est un moment qu'au lieu de fuir, il faut apprivoiser.

Il est bon d'intérioriser cette heure aride afin que notre cœur ne soit plus désespéré de n'être que lieu de passage et puisse enfin dire : « Je suis le fleuve et la source. »

Alors, lentement, jour après jour, humanise ce corps afin d'en faire le rayonnement d'un petit T'aï-k'i.

Avec précaution, soustrais-toi à tes désirs, à la domination impérieuse de la force et à celle de ceux qui viennent vers toi.

Avec patience, reprends l'ouvrage et exécute humblement un « Mouvement-Univers ».

Shiho-nage, il vient, reçois sa « positivité extrême » dans une « douceur malléable ».

Puisqu'il est de Feu, fais-toi Eau, pour engendrer une Terre pacifiée.

Visiblement, l'échange se réalise au niveau de vos mains, tandis

qu'en un zengo, ce corps devient centre d'un T'aï-k'i girant sur lui-même.

Absorbe les souffles pour les restituer intégralement. »

A. KUANG.

L'UNION DES CONTRAIRES OU LA LOI DES TROIS.

« Connais le blanc
Adhère au noir
Sois la norme du monde.

Quiconque est la norme du monde
La vertu constante
ne s'altère pas en lui
Il retrouve l'illimité. »

LAO-TZE
(TAO TE KING.)

La juxtaposition du blanc et du noir représente tout naturellement la lumière et les ténèbres, le chaud et le froid, et les innombrables paires d'opposés ou de complémentaires. Or, comme tout ce qui est en opposition à un certain degré devient complémentaire à un autre niveau, le symbolisme reste applicable à l'une et à l'autre, ce qui fait apparaître de la sorte l'équivalent ponctuel du symbole T'aï-k'i, qui après analyse et méditation fait surgir intuitivement la cause ultime et unificatrice du visible et de l'invisible ainsi que celle de leur finalité. Par lui il s'avère possible de découvrir la polarisation des éléments en deux forces antagonistes et complémentaires dont le jeu (attraction, combinaison, interaction, mutation, alternance, opposition, etc.) engendre dans une complexité croissante l'univers.

C'est avec l'enseignement de l'Octant, celui que procurent les huit combinaisons du Yin et du Yang avec les trois bâtons du logos, que le Sage se fond dans l'unité reconnue, et que de la philosophie et cosmologie chinoise, est né le Yi King, « Livre des Mutations » et non des « changements » tel que l'écrivent certains traducteurs, (ce qui délie le lien entre le Ciel et le Sol), la mutation exprime parfaitement un état de changement inspiré et orienté par nécessité hors du temps et de l'espace, mais s'exprimant par eux dès lors qu'elle s'incarne dans la matière.

L'aspect cosmique du Yi King comme le souligne Pierre Stable « est un supra et même "méta-cosmisme", et non un "naturalisme", car

pour le Taoïsme, le fond réel de la nature n'est pas son apparence, mais un jeu mathématique d'échanges entre des potentialités plus ou moins Yin et plus ou moins Yang. Le mouvement qui les meut est une des expressions du Tao, et l'aspect obtenu par ces échanges en est une autre ».

L'esprit de ce document est demeuré profondément méconnu de l'Occident, et même complètement défiguré par des commentateurs qui ne voyaient en lui qu'un tableau légendaire et philologique.

Or le caractère « Yi » signifie, et représente un caméléon, ce qui exprime on ne peut mieux le sens d'une modification, d'une transformation intimement liée aux cycles, se trouvant eux-mêmes annexés par le Ciel, signifié par les luminaires et voulus par une Volonté éternelle et intemporelle, qui bien que située dans le spatial, en demeure également hors. La théorie des ensembles de la mathématique moderne, et la fameuse querelle de savoir si l'univers doté d'un espace et d'un temps par définition infinis, est fini, peuvent laisser entendre le message des penseurs chinois.

Les ouvrages fondamentaux de la littérature chinoise tel le Yi King portent le nom de King ou Livres canoniques. Le sens originel de ce terme est exactement la « chaîne » d'un tissu (fils tendus entre lesquels passe la trame), tandis que le nom donné aux nombreux commentaires de ces ouvrages est « Wei » qui a pour sens primitif « trame » (ensemble des fils que le tisserand fait passer transversalement entre les fils de la chaîne). Ces mots sont de magnifiques symboles exprimant des valeurs traditionnelles et universelles, englobant « Temps et Espace ». Au-delà de la multiplicité des expériences semblables au jeu des astres se réfèrant au centre d'un ensemble de forces, existe une Réalité, « l'Invariable Milieu ».

Que ce soit au stade de la nébuleuse, de l'atome, ou de l'humain, commencement et recommencement se traduisent par l'enchaînement infini du cycle :

« ...le Feu...qui est éteint par l'Eau...

...qui est absorbée par...

...la Terre...qui est épuisée par le Bois...

...qui est détruit par...

...le Métal...qui est fondu par... »

Ceci fait comprendre que le Yin et le Yang qui génèrent les Cinq Eléments, postulent à l'équilibre et au déséquilibre.

Toutefois, seules les influences terrestres qui sont Yin, demeurent sensibles, les influences célestes, Yang échappant aux sens, ne peuvent être saisies que par les facultés intellectuelles. C'est une des

raisons pour lesquelles le Yin se trouve généralement nommé le premier, dans les textes traditionnels, ce qui peut sembler contraire à la relation hiérarchique existant entre les principes auxquels ils correspondent, soit le Ciel et le Sol, pôles supérieurs et inférieurs de la Manifestation. Outre cette signification, le renversement de l'ordre des deux termes complémentaires est parfaitement caractéristique d'un certain point de vue cosmologique. Il s'agit du Sânkhia hindou, dans lequel Prakriti figure de même en début de l'énumération des tattvas et purusha à la fin. Ce point de vue procède en quelque sorte « en remontant, de même que la construction d'un édifice commence par la base et s'achève par le sommet ; il part de ce qui est le plus immédiatement saisissable pour aller vers ce qui est le plus caché ; c'est-à-dire qu'il va de l'extérieur vers l'intérieur, du Yin au Yang ».

Du point de vue métaphysique, partant du principe, pour aller aux conséquences, il va au contraire de l'intérieur vers l'extérieur ; et cette considération du sens inverse montre que les deux points de vue correspondent à deux degrés différents de réalité. Yin et Yang, considérés séparément l'un de l'autre, ont pour symboles linéaires les « deux déterminations » (eul-i), traits brisés et traits pleins, éléments constituants des trigrammes (Koua) et hexagrammes du Yi-King, ce qui leur permet de représenter les multiples combinaisons possibles de ces deux termes, combinaisons constituant l'intégralité du monde manifesté. Ces symboles de la Perfection active (☰) et de la Perfection passive (☷) sont vraiment les graphiques de la Cause première.

Les traits pleins évoquent le Ciel impalpable, essentiel et qualitatif. Les traits brisés se rapportent au Sol, palpable, matériel et quantitatif. Le Sol semble immobile par rapport au Ciel où tout se déplace et permet d'établir les références que sont les quatre directions cardinales.

Le Ciel (Energie) est le fécondateur du Sol (Inertie) ou en d'autres mots, la potentialité du « Bas » est actualisée par le « Haut ».

Ces deux pôles se réfèrent à la fonction créatrice du Yi (Un) appelé Tao.Tao engendre le Trois qui est en rapport entre le Yin et le Yang (Sol et Ciel).

La Manifestation est un véritable enchevêtrement permanent d'actions induites par un métabolisme. En conséquence, tout ce qui est soumis à la loi du cycle, croissance, jeunesse, anabolisme-décroissance, vieillesse, catabolisme, se traduit en termes de Yang et de Yin ; la jeunesse est le résultat d'une « proportion » supérieure de

Yang par rapport au Yin qui prédomine au cours de la seconde moitié de la vie.

Yin et Yang sont indissociables et ne peuvent en aucune manière exister séparément. Ils demeurent inclus dans le Tao. C'est pourquoi Deux reste indivis du Tao et c'est également pourquoi :

Yin + Yang + leur rapport = Trois.

Il s'avère donc impossible de considérer Yang et Yin comme un binaire, et comme une image de la dualité. Seul le Ternaire correspond à la Manifestation. Un et Deux, situés à l'Origine, appartiennent encore au Non-Manifesté et en conséquence relèvent du domaine métaphysique.

Ceci corrobore la tradition du Chen Si, suivant laquelle l'homme chercha à s'exprimer à travers la construction de pyramides. Ces édifices suggèrent que ce qui est en Haut a pour extrémité l'Unité (le Faîte de l'édifice) et ce qui est en Bas correspond à la Multiplicité (l'assise du bâtiment). Elles furent volontairement tronquées (la pointe ne peut y figurer) car la Manifestation ne se réalise qu'à partir du Ternaire. La partie manquante rappelle le Non-Manifesté ; le Faîte invisible représente le Centre Un qui en se multipliant crée les « Dix mille êtres ».

Après avoir explicité les notions de Ciel et Sol, il convient de mieux comprendre la valeur de l'Unité.

Yi : Un, l'Entier, l'Indivis, du Tout au Tout, le Pivot, le Centre, le Suprême Ultime, le Faîte qui est neutre et se trouve ordonné par l'alternance des deux aspects complémentaires et indissociables.

Yi est la sphère centrale qui grâce au vide de son centre commande la giration du Swastika, de l'Espace entier. Yi est l'Indivisible qui ne peut s'ajouter, car il n'est point une synthèse de pair et d'impair. Il est l'Unité qui ne peut valoir que I parce qu'il est Tout et que, d'ailleurs, il ne peut se distinguer de Deux, car c'est en lui que se résorbent tous les aspects contrastants, et que s'opposent, mais également s'unissent, la Gauche, et la Droite, le Haut et le Bas, l'Avant et l'Arrière, le Rond et le Carré, l'ensemble du Yin et celui du Yang.

Tout ensemble Unité et Couple, l'Entier, si nous voulons lui donner une expression numérique, se trouve dans tous les Impairs, et d'abord, dans 3 qui est l'expression à peine affaiblie de l'unanimité. L'Impair contient et produit le Pair, qui n'est jamais qu'une projection double (droite et gauche, Yin et Yang) de l'Impair. Ni l'Impair, ni l'Unité ne s'ajoutent au Pair. Ils centrent le Symétrique et

le transforment en Impair. Ni l'Impair, ni l'Unité ne s'ajoutent à l'Impair, ils transforment une disposition centrée en un arrangement symétrique. Ces mutations ne sont que des métamorphoses, et ne paraissent pas impliquer un changement quantitatif. Tous les Pairs valent également comme expression d'une disposition symétrique, et tous les Impairs comme expression d'un arrangement hiérarchisé. Aussi les Impairs valent-ils encore comme des expressions du Total, de l'Unité, envisagée d'une manière plus ou moins complexe.

Un est le Total, (tout Impair qui est une espèce de Total est Un). Sans penser à une addition, mais plutôt en évoquant une répartition différente de l'ensemble, un changement interne d'organisation, nous saisissons que l'Impair opère le passage du Pair à l'Impair ou de l'Impair au Pair, il polarise. Le passage du Pair à l'Impair n'est pas celui de l'Illimité au Limité ou de l'Indéterminé au Déterminé. C'est celui du symétrique au Centré, du Non-Hiérarchisé au Hiérarchisé. Ce passage se réalise sans suggestion de représentation proprement quantitative. Le double (Yin) et l'Indivis (Yang), le Carré (Symétrique) et le Rond (Centré) alternent rythmiquement. L'idéal géométrique serait l'assimilation (succédant à une opposition) du Droit et du Courbe, du Diamètre et du Demi-Cercle, de 2 et de 3, c'est-à-dire de prêter une valeur à I.

Ces deux points de vue suivant lesquels le symbole peut être envisagé sont résumé par : « Les dix mille êtres sont produits par T'aï-i », (qui est identique à T'aï-k'i, modifié par Yin-Yang) car tous les êtres proviennent de l'Unité principielle, mais leurs modifications dans le « devenir » sont dues aux actions et réactions réciproques des « deux déterminations ». T'aï-i est le Tao « avec un nom » qui est « la Mère des dix mille êtres ». Le Tao « sans nom » est l'Etre : « S'il faut donner un nom au Tao (bien qu'il ne puisse réellement être nommé), on l'appellera (comme équivalent approximatif) la Grande Unité. » (Marcel Granet.)

L'harmonie, contrairement à ce qu'on est enclin à supposer, ne réside nullement dans l'absence de passions, mais en leur maîtrise, ce qui ne signifie pas manquer de virilité ou de féminité, mais au contraire les posséder avec le maximum de puissance. L'atteinte de ce niveau annule les limites, fait disparaître l'égoïsme, et met en évidence qu'action et non-action, mouvement et non-mouvement, possession et non-possession, naissance et mort, ne peuvent être vus que comme des valeurs se mirant sur le même étang :

« La loi de l'unité des contraires est la loi fondamentale de l'univers. Cette loi agit universellement aussi bien dans la nature, que

dans la société humaine et dans la pensée des hommes. Entre les aspects opposés de la contradiction il y a à la fois unité et lutte, c'est cela même qui pousse les choses et les phénomènes à se mouvoir et à changer. L'existence des contradictions est universelle, mais elle revêt un caractère différent selon le caractère des choses et des phénomènes... » (Mao Zedong).

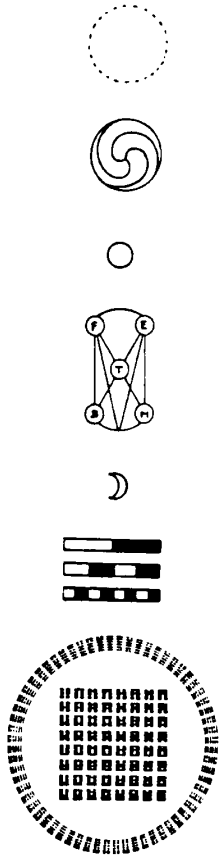


Diagramme de l'Ultime Suprême

« T'aï Ki Tu »

La maîtrise des passions découle de la perception de « l'Invariable Milieu », d'où rayonne l'action directe du Sage. Soyons convaincus que l'harmonie ne provient pas du « savoir », mais naît de l'Equilibre.

Ainsi le Yin et le Yang s'étendent-ils aux termes de tout complémentarisme, à d'innombrables applications, tant aux niveaux des sciences traditionnelles comme la médecine chinoise et l'acupuncture, qu'au vrai Judo et par excellence à l'Aïkido. Quant à la science contemporaine, elle retourne aux sources d'une part avec les archétypes, et d'autre part avec les bases de l'épistémologie, le code génétique possèdant la même structure que les soixante-quatre hexagrammes...

Cette dialectique cosmique n'est autre que la Science de l'Espace-Temps-Energie quadridimentionnel rotationnel, appelé « Qi » ou Souffle cosmique. Ce « Mouvement-Univers » exempt de commencement et de fin, résulte de l'unicité fondamentale de l'Espace-Temps-Energie, l'Unité de l'Univers étant constituée par une Spire de Flux cosmiques, en rotation sur elle-même.

Le Tao, Principe unique, Suprême ultime, sans commencement et fin, bien que se situant comme nous le savons hors de la Manifestation, anime le mouvement de la « Grande Roue Cosmique », T'aï-k'i, dont le jeu des complémentarités spiritualisées nous sont visibles, et engendre les Nombres, qui engendrent les Instruments, soit les « Choses » individuelles, les « Dix mille êtres ».

Dans le Yi King, l'aspect Yin est signifié par un trait brisé, et l'aspect Yang par un trait plein. Ces deux symboles scindent toute sphère énergétique selon un axe Nord-Sud, et les cycles annuels selon un axe Hiver-Eté. Les quatre Points cardinaux, repères indispensables quant à l'orientation, marquent les limites des quarts saisonniers et des potentialités. Il existe quatre combinaisons possibles de traits pairs ou impairs, appelées Hsiang, soit :

	10	
1	———	9 : Vieux Yang
2	———	8 : Jeune Yin
3	———	7 : Jeune Yang
4	———	6 : Vieux Yin
	5	

Croissance	Décroissance	Croissance	Décroissance
Yang		Yin	
⚌ Vieux Yang Palais sud Eté Rouge ... ⊕	⚍ Jeune Yang Palais est Printemps Vert ... ⊖	⚎ Jeune Yin Palais Ouest Automne Blanc ... ⊖ ♀	⚏ Vieux Yin Palais Nord Hiver Noir ... ⊕ ♀

Le double trait continu appelé « Vieux Yang » représente la positivité extrême, la force stabilisée et absolue. Dès qu'un germe de Yin le féconde, il devient « Jeune Yang », la féminité le préparant au changement en l'adoucissant. Par le jeu des mutations internes, la puissance Yin prédomine. La figure du double trait discontinu « Vieux Yin » symbolise cet état de négativité extrême et de douceur malléable. Lorsqu'un germe de Yang féconde le Yin, la féminité se durcit et en devenant « Jeune Yin », se prépare à la mutation prochaine.

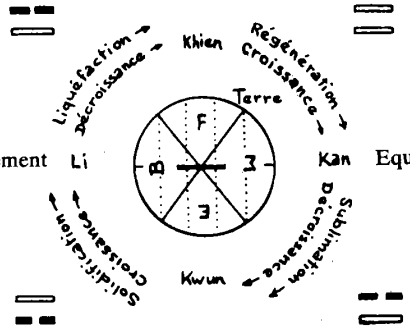
Le tableau ci-dessus prouve que chaque « trait-potentiel » possède une signification spatio-temporelle-dynamique-quadridimensionnelle-rotationnelle, dont G. Lacroix note la relation probable avec les plans de symétrie de la microphysique. (Théorème d'invariance PCT.) Chaque « entité » est dotée d'un genre, d'une polarité et d'un sens de giration qui lui est propre. La combinaison de ces trois critères trois à trois en fonction des trois plans de symétrie, donne huit « espèces ».

Le « Vieux Yang » comme le « Vieux Yin » symbolisent deux états extrêmes dans le relatif de la manifestation. Ils sont définitifs et stables. Par contre le « Jeune Yang » et le « Jeune Yin » sont les emblèmes de la mutation, le « Jeune Yang » tendant à être remplacé par le « Vieux Yin » et le « Jeune Yin » par le « Vieux Yang ».

A ces quatre référentiels s'ajoutent 8 combinaisons possibles de trois traits pairs ou impairs appelés Koua, qui symbolisent les 8 directions de l'espace, les 8 demi-saisons et les 8 positions clefs.

12 h
Eté
Sud
Zénith
Solstice

Yang



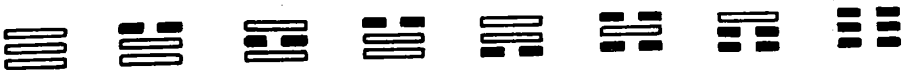
6 h
Printemps
Orient
Levant
Equinoxe

18 h
Automne
Occident
Couchant
Equinoxe

Yin

24 h (o)
Hiver
Nord
Nadir
Solstice

Ainsi le Repos, le Plein, Yin, ▬ ▬, et le Mouvement, le Vide, Yang, ▭ , engendrent-ils :



KHIEN	TUI	LI	CHEN	SUN	KAN	KEN	KWUN
L'activité créatrice la Dureté	La Joie Le Contentement	La clarté ce qui s'attache	L'excitant le stimulant le mouvement	La douceur la pénétration	L'enfoncement l'abîme le danger	L'immobilité. la stagnation	La Réceptivité la soupless

et leurs déroulements cycliques, l'Harmonie.

La génération des huit référentiels, dite des « six enfants » s'accomplit comme suit :

Khien est le père. Kwun est la mère. De leur union naîssent Chen le fils aîné, et Sun la fille aînée. Viennent ensuite Kan le fils cadet, Li la fille cadette, puis Ken le benjamin, et Tui la benjamime.

Le sens évocatoire de ce déroulement permet de comprendre la

complémentarité que symbolise chaque trait pour chaque génération.

L'ordonnancement des huit Trigrammes s'effectue selon deux dispositions, qui correspondent chacune à un système déterminé :

— Le premier, attribué au « légendaire » Empereur Fou Hi (qui désigne un courant intellectuel, comme fut ailleurs Hermès), est le fruit de l'observation et de la réflexion. Pragmatique, solide et logique, il est l'explication scientifique de l'univers à partir de l'observation du nycthémère. Il repose sur la loi de fécondation-engendrement à partir du Ciel vers la Terre. Nous pouvons dire qu'il est un système énergétique et une mécanique quantique.

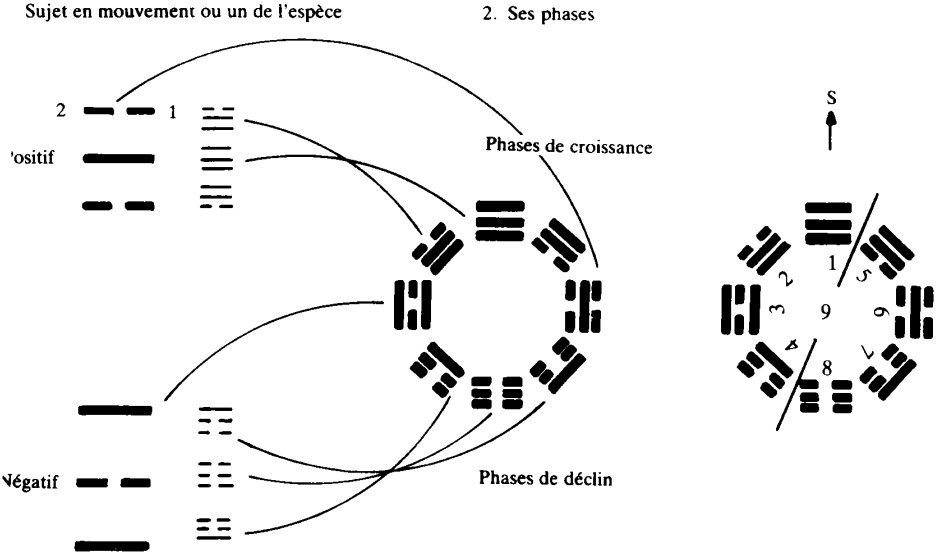
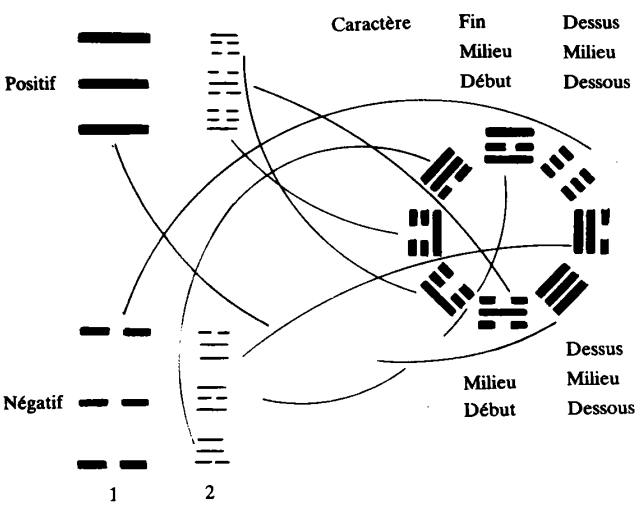
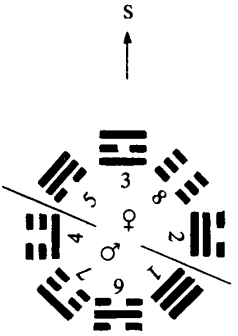


Tableau des mutations en quantité, interprété à droite selon la disposition de l'empereur Fou-Hi.

— Le second, dit du Roi Wen, est le prolongement dialectique du précédent. Il combine tous les mouvements et tous les paramètres de la mécanique. Fondé sur les mouvements solaires et lunaires, donc astronomiques, il est la « réponse » ou la « conséquence » des décisions célestes. Conséquence du système du Fou Hi, celui du Roi Wen, logique et philosophique, spiritualise le précédent.



1. Sujet au repos
2. Sujet en mouvement



Espèces	Synthèse des caractéristiques des 3 Koua à droite	Analyse des composants d'un Koua à gauche	Ordre du temps	Ordre des positions

Tableau des mutations dans le temps et dans l'espace selon la disposition du Roi Wen.

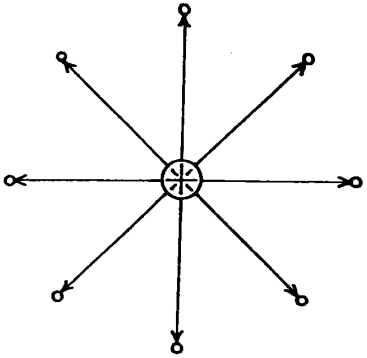
L'ORDRE DE GENERATION DES HUIT TRIGRAMMES

« L'homme sage
se tourne vers le Sud,
écoute l'Univers,
fait face à la Lumière
et gouverne. »

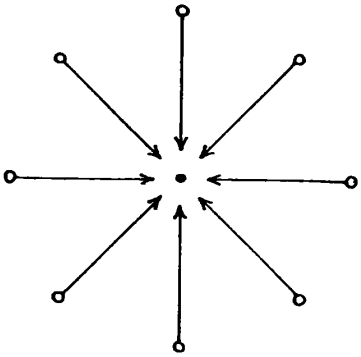
Yi King.

L'ordre de génération des huit Trigrammes est dansé par le pratiquant de l'Aïkido de la Sagesse lorsqu'il exécute le Happo undo (exercice callisthénique d'orientation dans les huit Vents), qui

représente l'équilibre des Formes en expansion à partir du Centre de gravité de l'individu, mis en déplacement pendulaire par des petits pas glissés sans discontinuité sur un rythme à 17 temps respiratoires.



L'unité dans la multiplicité



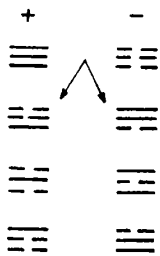
la multiplicité dans l'unité

Dans ses phases d'expansion, la chorégraphie de l'ordre de génération des huit Trigrammes et de l'orientation dans les huit Vents symbolise la séquence du Premier ciel ou Ordre primordial, selon la disposition de Fou Hi. Dans ses phases de contraction elle représente la séquence du Dernier Ciel ou Ordre du Monde Intérieur, selon la seconde disposition, synthèse des Mouvements célestes. La combinaison de Wen s'applique à chaque Trigramme nucléaire, qui est en lui-même une entité potentielle, constituant une génération produisant 8 Hexagrammes, regroupant les 5 Eléments, les 6 Energies et les 8 Vents.

La génération des 8 Trigrammes s'effectue selon le déroulement suivant, soit :

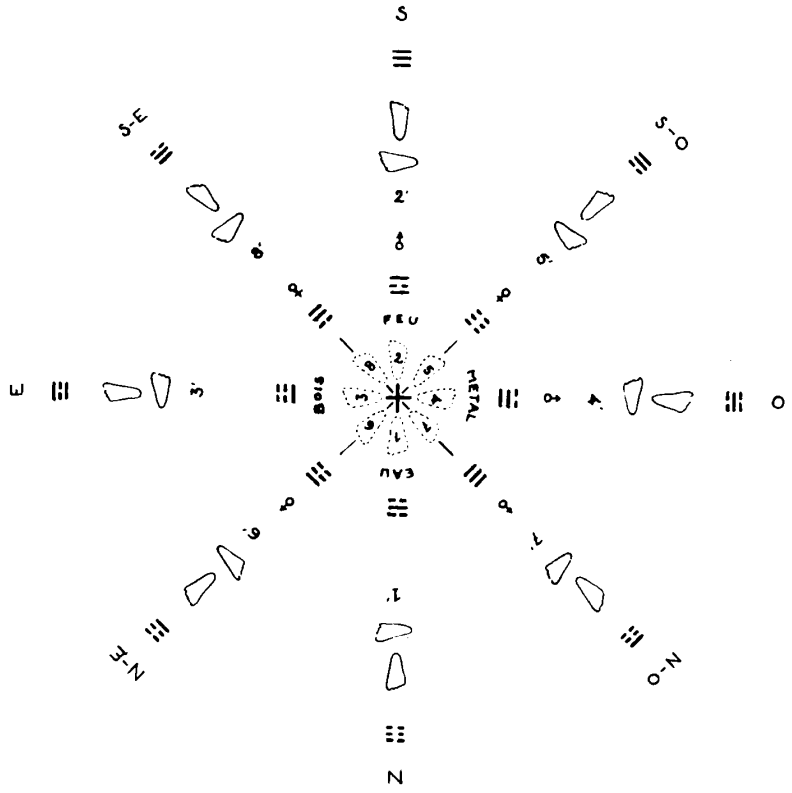
			天	首	健	
KHIEN		S	乾	le ciel,	la tête,	la force,	♄
			澤	口	悅	
TUI		S-E	兌	l'humeur vitale,	la bouche,	réjouir	♂
			日 火	目	麗	
LI		E	離	le soleil ou le feu,	les yeux,	s'unir	☉
			雷	足	動	
CHEN		N-E	震	le tonnerre,	les pieds,	le mouvement,	♃
			風	股	入	
SUN		S-O	巽	le vent,	les reins,	pénétrer	☿
			月 水	耳	陷	
KAN		O	坎	la lune ou l'eau,	les oreilles,	le péril,	☽
			山	手	止	
KEN		N-O	艮	la montagne,	les mains,	le repos	♀
			地	腹	順	
KWUN		N	坤	la terre,	le ventre,	la faiblesse,	♁

chaque Trigramme possèdant encore des rapports symboliques divers, ainsi que de nombreuses vertus et qualités.



Dans sa phase d'expansion le Happo undo symbolise la Séquence du Premier Ciel ou Ordre primordial. Disposition de Fou Hi.

Dans sa phase de contraction il symbolise la Séquence du Dernier Ciel ou Ordre du Monde Intérieur. (Disposition de Wen.)



L'équilibre idéal se situe plus particulièrement entre Li et Kan, le pratiquant matérialisant, selon le cérémonial taoïste, la Terre, qui doit alimenter les Eléments dont elle est l'origine.

Les chiffres permettent de repérer les rapports de symétrie, et d'établir l'équivalencce avec les spires entrantes ou sortantes, soit les quatre types d'action et les quatres types de réaction. En passant d'une espèce à une autre, nous franchissons un angle de 90°, tout comme les trajectoires du Flux cosmique.

Il importe, en effet, à ce stade de comprendre que le Yin et le Yang ne sont pas antagonistes, le Yin n'étant pas le contraire du Yang, mais son complément. L'un et l'autre ne s'excluent pas, mais existent ensemble. Ils sont à la fois substance mâle et femelle, positif et négatif. Ainsi les valeurs potentielles du « Qi » cosmique balancent-elles entre deux polarités positives et deux polarités négatives, l'alternance des unes par rapport aux autres se réduisant à un angle de 90°.

Les transformations structurales quantiques reposent sur la notion d'interposition axiale qui explique également la relation existant entre la diastole et la systole des structures tensorielles. Le fondement métaphysique des structures quantiques et celui des structures ondulatoires électromagnétiques résidant tous les deux dans la perpendicularité axiale.

En ce qui concerne les pratiques psycho-somatiques, les alternances dues au changement d'axe, balancent les polarités des doigts, des mains, des pieds, du dos, de la face, et de l'être tout entier. La prise de conscience du phénomène se réalise lors des mouvements en continuum, propres aux enseignements du T'aï-k'i-k'iuan, du Pa-Koua k'iuan (mouvement des 8 Trigrammes), du Hing-yi k'iuan (mouvement de la forme et de la pensée), et de l'Aïkido.

Le T'aï-k'i qui englobe en lui la totalité du système trigrammatique, ne peut être considéré tel un système plan, mais comme une sphère. Si la majorité des documents représente le Yang céleste sous l'aspect d'une sinusoïde verticale passant par les cadrans « actifs », il ne figure toutefois que la moitié de la représentation symbolique, et le mouvement initial, celui de la fécondation. L'autre courbe Yin est symétrique et représente la Terre. La superposition et la coïncidence des cercles Ciel et Terre sont jalonnées par une suite numérique (de 3 à 9 en ce qui concerne le Ciel, et de 8 à 2 en ce qui concerne la Terre), ce qui développe l'équation de l'Univers.

Le T'aï-k'i chargé de ses trigrammes est un système en mouvement et en équilibre constant. Il est défini par trois mouvements simultanés qui à eux définissent sa sphéricité. Ces trois mouvements sont :

— celui de chaque Trigramme (particule).
— celui de la Sphère.
— celui du cube induit, qui est le moins rapide.

— La Sphère déterminée par le Trigramme (particule) est « Energie ».
— Le Cube déterminé par le rapport des « masses » (moyenne de la sphère et variable du Trigramme) est « Matière ».

Au sein de cet ensemble, la totalité des « moments » énergétiques de l'ensemble, passe par des niveaux de potentialité symétriques, opposés et complémentaires. Ces « moments » magnétiques propres à chaque particule possèdent un nombre quantique égale à : + ou − (1/2 Yin ou Yang), et font apparaître la notion de « Spin » qui signifie « tourner comme une toupie ». Cette considération permet d'envisager l'ensemble énergétique T'aï-k'i comme une sphère au sein de laquelle se situent 8 positions clefs, et où le Trigramme-générateur de l'ensemble prend 8 valeurs symétriques, opposées et complémentaires, qui radient simultanément toutes les « couleurs » dans toutes les directions.

Le Trigramme Yang total ☰ préside au Commencement (Alpha) et se situe au Sud. Le Trigramme Yin total ☷ préside à la Fin (Oméga), et se situe au Nord. Ces deux situations relèvent de données traditionnelles. En réalité, l'ensemble étant sphérique chaque moment-énergétique doit être considéré tel une origine, chacun des moments énergétiques étant le résultat d'une phase de variation énergétique, qui se déroule suivant l'axe isopotentiel de la sinusoïde du T'aï-k'i.

Chaque « Trigramme = moment énergétique » résulte d'une équation quotient de trois paramètres. Les deux premiers sont ceux des composants électriques et magnétiques qui déterminent la vitesse référentielle. Le troisième est celui de la masse. Chaque « Trigramme-moment », équivaut à une énergie définie par le quotient d'une masse et du carré de la constante vitesse, soit : $E = M.C^2$, et la notion de relativité restreinte. La relativité étant la seule constante de l'univers, nous pouvons dire que le monde est UN dans cet ordre des idées. Son énergie interne « non-sensible » égalise les différences (par

libération d'énergies sensibles), qui ne se manifestent que par des effets tridimensionnels, donc matériels. Il importe toutefois de prendre conscience que toute énergie est égalisation, que toute matière est différenciée, et que tout ce qui possède une masse est matière.

C'est par une intervention métaphysique que l'homme a libéré l'énergie nucléaire, car auparavant elle n'existait qu'en puissance dans la matière et en puissance dans notre esprit. Si la « matérialisation » de l'énergie atomique est due à une création de l'esprit, le problème de l'homme réside quant à lui dans une prise de conscience de l'esprit universel qui est en premier la connaissance des choses, et ensuite par les « choses », la connaissance de l'esprit universel. Le lien constant qui unit l'Energie et la Matière est un des points fondamentaux du Nei King Su Wen.

La vitesse étant constante, dès que l'énergie varie entre les deux positions que sont Khien et Kwun, la masse varie. Cette variation est marquée par la relation qui unit le premier trigramme au second et fait intervenir les 8 positions. L'ensemble des « Trigrammes-particules » comme celui des variations hexagrammatiques intermédiaires, se trouvent toujours en oppositions symétriques constantes, quel que soit le moment énergétique de leurs trajectoires. Ainsi à tout « Trigramme-particule » correspond son inverse au point symétrique de la trajectoire, et à tout « Hexagramme-moment », son inverse symétrique.

La notion de masse varie selon le niveau énergétique donc selon chaque trigramme. L'application du système de mutations trigrammatiques aux trigrammes qui constituent l'hexagramme, permet d'effectuer la Mutation directe. Chaque hexagramme doit être, par ailleurs, considéré comme porteur de deux aspects qui mettent en présence deux systèmes de résolution corrélatifs ;

— le premier, à prépondérance énergétique, est celui de la mutation directe.
— le second, à prépondérance de potentialité, est celui de la mutation nucléaire, soit celle du centre de l'hexagramme.

Les soixante-quatre Hexagrammes inclus dans le T'aï-k'i permettent à celui qui médite devant chacun d'entre eux, de percevoir les états de nature énergétique, morale, sociale et individuelle, et leurs variations. La méditation devant les Koua associée aux pratiques du T'aï-K'i k'iuan ou de l'Aïkido déclanche un processus de fonctionne-

ment spirituel nommé « REFLEXION », qui lié à celui de la néguentropie (augmentation de l'ordre), et à l'accroissement d'informations, permet une communication toujours plus intense, donc une Connaissance. La CONNAISSANCE est « l'union du connu et du connaissant ». L'effet néguentropique se traduit par un accroissement des facultés spirituelles (CONSCIENCE). L'HARMONISATION de la CONNAISSANCE avec la CONSCIENCE oriente et dirige vers une ADHESION à l'UN.



LE T'AI-K'I

« La modification est le mécanisme qui produit tous les êtres ; la transformation est le mécanisme dans lequel s'absorbent tous les êtres. »

SHI Ping-Weng.

« Si nos yeux n'étaient de chair, nous verrions le monde vibrer, et en certains êtres nous percevrions des flux d'énergies complémentaires tournoyer en eux et s'épandre à l'infini... »

L'Aïkido du Sage Uyeshiba comme le T'aï-k'i k'iuan, est une application de la forme du principe du T'aï-k'i. Les mouvements inhérents à ces deux disciplines sont des applications mentales et corporelles des formes engendrées par le « Principe premier ». De la sorte, la théorie de la base commune à ces deux arts découle directement des notions qui lui sont liées, soit le Yin et le Yang, les cinq Eléments et les huit Trigrammes.

Nous devons rappeler que la Manifestation est l'ensemble des phénomènes qui se produisent dans l'espace et le temps, alors que l'infini se situe naturellement hors de la Manifestation. C'est ce qu'exprime le caractère Wou, le Non-Manifesté, l'Infini au sein duquel réside le Yi dont le Tao est la fonction génératrice perpétuelle. Nous pouvons donc dire que le Wou k'i (le sans-Faîte) est le Principe non-manifesté.

Avant de traiter du T'ai-k'i, il s'avère nécessaire d'expliciter un autre symbole : le Ho T'ou, qui moins connu éclaire la vision cosmogonique. Ho est le flot énergétique, le flux créateur, le vent unificateur, le Souffle du Cœur qui se dirige vers le Bas et retourne vers l'infini : « Le Tao que nous concevons comme Tao, ne l'est pas plus que le Verbe n'est mot » (Lao tse).

T'ou représente une enceinte close, soit la Manifestation qui ne peut s'échapper de son cadre spatio-temporel.

T'ou permet de saisir que la Manifestation a pour origine Un, qui produit Deux encore non-manifesté.

T'ou rappelle encore la multiplicité dans la Manifestation à travers les deux cercles imbriqués issus d'un cycle premier situé au-delà de la Manifestation. Le premier cercle représente le cycle dénaire propre à la tradition sédentaire et le second, le cycle duodénaire propre à la tradition nomade. Ce symbole affirme la continuité de l'Adam primordial dans ses deux premiers fils.

Le Ho T'ou est formé d'un flux Yang, clair, et d'un flux Yin, sombre. Ces deux courants nés du Centre vide (Wou) se déroulent en orbes jusqu'à ce qu'ils soient réabsorbés par le Centre. Le Ho T'ou est le symbole d'un cycle résultant de tous les cycles partiels. Les formes spiralées illustrent parfaitement la succession du Yin et du Yang qui, s'engendrant mutuellement font sentir le mouvement incessant du Centre vers la périphérie et inversement. Le Ho T'ou nous rend perceptible le Jeu de l'Unité vers la multiplicité et de la multiplicité vers l'Unité.

Du point de vue symbolique, il est intéressant de constater que la circonférence du Wou K'i devient le centre du Ho T'ou et du T'aï-k'i. Cela éclaire également la notion de « Sage » et l'ambition de tout pratiquant de Budo ésotérique qui est de devenir : « Le Centre immobile d'une circonférence sur le contour de laquelle roulent toutes les contingences, les distinctions et les individualités, d'où l'on ne voit qu'un infini, qui n'est ni cela, ni oui ni non. » (Tchoang-tse).

Proche du Ho T'ou, le T'aï-K'i adhère aux mêmes réalités considérées sous un angle différent. Il est le Principe qui régit l'Univers et préside à l'union du Yin et du Yang. Ce terme traduit en français par « Faîte suprême » ou « Principe premier » est apparu dans le Yi King où il est stipulé : « Il y a dans les mutations le T'aï-K'i qui engendre les deux Principes premiers ; les deux Principes premiers engendrent les quatre images, les quatre Images engendrent les huit Trigrammes ». Le T'aï-k'i ne fit l'objet d'aucunes spéculations

comme en subirent les concepts du Yin et du Yang, celui des cinq Eléments et des huit Trigrammes.

Le T'aï-K'i désigne :
— Le Souffle originel unifié avant la séparation du Yin et Yang.
— Le Pivot qui permet aux « dix mille mutations » de se réaliser.

Comme le Ho T'ou, il est formé d'un cercle qui donne l'idée de l'unité parfaite n'ayant ni commencement ni fin, et la potentialité est transcrite par un cercle vide. Le Wou K'i engendre le T'aï-K'i. Sa mise en mouvement donne naissance au Yin et au Yang. Il ne se produit de création qu'en vertu du dynamisme, de l'interaction incessante des deux aspects. En visualisant une sécante horizontale qui se déplace de bas en haut en ce qui concerne la première moitié du cycle (croissance du Yang en même temps que décroissance du Yin), puis inversement du haut vers le bas pour la seconde moitié (décroissance du Yang et croissance du Yin), nous observons les mêmes phénomènes que dans le Ho T'ou. Le graphisme du T'aï-K'i exprime clairement l'idée d'anabolisme lié à la croissance du Yang, et de catabolisme en sens inverse. Quant aux deux « points » ils expriment l'idée que lorsqu'une des deux potentialités arrive à son apogée, celle-ci contient déjà l'autre en germe.

Si le Ho T'ou représente l'ensemble de la Manifestation par rapport au Wou, c'est-à-dire du fini par rapport à l'infini, le T'ai-K'i symbolise le cycle de l'homme situé entre Ciel et Sol ; et bien qu'en tout point analogue, traduit davantage un point de vue limité à l'humanité.

LA SITUATION DE L'HOMME ENTRE LE YIN ET LE YANG

Selon la conception chinoise, la situation idéale, judicieuse et la plus stable pour assister au déroulement des événements est celle qui consiste à se placer au « milieu », ou mieux au « Juste milieu ».

En prenant par exemple une roue, ou des partenaires dans la pratique de l'Aïkido, nous inscrivons à égale distance l'un de l'autre les deux pôles « Yin et Yang ». La roue, au fur et à mesure de sa progression, présentera alternativement les deux signes tantôt près puis éloignés du sol, ce dernier n'étant comme l'instant de contact jamais le même. Les deux pôles passeront soit en bas, soit en haut, à

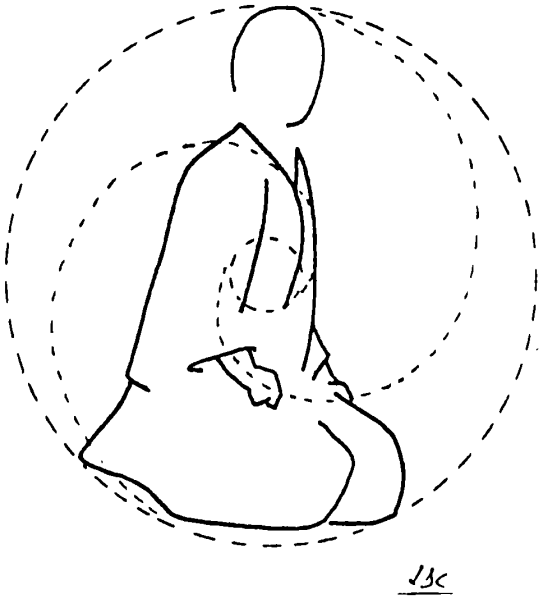
une cadence plus ou moins rapide, mais jamais ni dans le temps, ni dans l'espace, ils ne seront les mêmes.

De la sorte, si notre conscience désire fixer les pôles, elle devra partir soit d'un point illusoire déjà dépassé, soit d'un point qu'elle situera dans l'avenir, et de toute façon devra imaginer des probabilités.

Bien que placé au « Juste Milieu » l'homme se trouve entraîné dans le temps et l'espace, et peut voir défiler devant lui alternativement le Yin et le Yang. Telle est la raison pour laquelle nous devrons envisager l'expression de « Juste-Milieu » comme représentant la position d'équilibre, qui lorsque nous sommes situés au centre de la roue imaginaire ou matérialisée par les déplacements de nos partenaires, fera de nous l'essieu, autour duquel le Yin et le Yang alternant du fait même de son existence, « créera » autour de nous le temps et l'espace limites du Yin et du Yang considérés dans les deux partenaires.

Dans la langue, chinoise aucun mot n'est qualifié de genre masculin ou de féminin, l'éventail des notions se répartissant entre le Yin et le Yang, c'est-à-dire par rapport à l'opposition entre les deux pôles. Il convient encore de savoir à ce sujet que les Chinois au lieu de distinguer dans la conception du temps et dans celle de l'espace deux entités indépendantes, conçoivent un « milieu » concret au sein duquel se meuvent les deux symboles, qui demeurent indissociables des réalités sociales. En effet, vouloir isoler l'Espace-Temps du Yin et du Yang, revient à isoler les éléments d'un ensemble, haut-bas, supérieur-inférieur, homme-femme, attaque-défense... pour accorder seulement à chacun d'eux, devenus indépendants, une pré-excellence à laquelle ils ne peuvent d'aucune manière être revêtus, car l'un sans l'autre, ils perdent leurs sens, l'Espace-Temps et l'Homme-Femme ne pouvant exister sans action...

Par ce jeu nous percevons que si l'homme n'était pas ainsi situé, tout autre endroit où il pourrait se placer l'empêcherait d'opérer, du fait même qu'il n'y aurait plus pour lui d'alternance. Il s'agirait là d'une mauvaise interprétation qui ferait croire que la position du « Juste-Milieu » signifie le refus d'action !



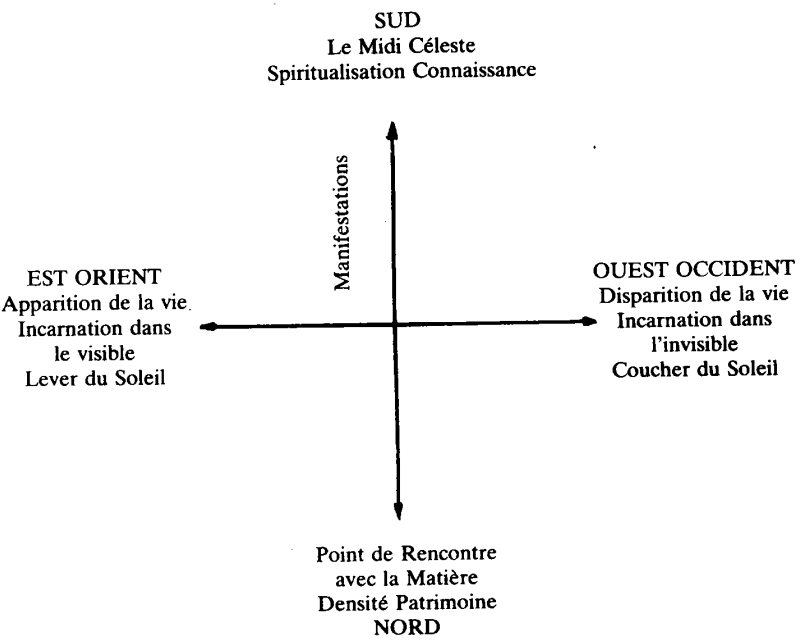
Vis-à-vis de la Connaissance, l'homme d'en-bas possède une démarche horizontale, « matérielle », symbolisée par une tortue qui se déplace lentement, ne perçoit nullement les rapports existant entre les objets, puisqu'elle procède par succession d'étapes. L'homme d'en-haut, quant à lui, est identifié à un aigle, qui peut embrasser d'une seule vision l'ensemble de tout ce qui se situe sous lui. La symbolique picturale de la Tortue et de l'Aigle précise donc les deux voies possibles de toute connaissance, analyse et synthèse, mais encore et surtout la situation exacte du Sage.

Le Sage demeure immobile, stable, et exprime le principe de non-intervention. Toutefois, et cela est majeur, il ne faut surtout pas imaginer pour autant qu'il est inactif, car à l'image du T'aï-K'i, il transforme l'énergie et agit. C'est exclusivement dans le sens du cycle que son action s'étend, et non à contresens. De ce point de vue, il importe de comprendre le concept taoïste de non-intervention, qui malheureusement est traduit inconsidérement sous le terme de non-agir, ce qui en fausse totalement le sens.

PENSEE CIRCULAIRE OU PLUS EXACTEMENT HELICOIDALE

La « sphère-T'aï-k'i » de l'univers est sous-tendue par deux axes d'énergies :

- Une verticale céleste, Yang, descendant du Ciel vers la Terre.
- Une horizontale terrestre, Yin.



L'orientation correcte du T'aï-K'i peut être établie en appliquant le raisonnement mathématique du Yin-Yang, et celui de l'association de cercles « Ciel » de base 6, et « Terre » de base 5. La courbe qui en résulte n'est en fait qu'une partie de la représentation symbolique du mouvement initial, dont le total emblématique est II. (Ho, le résultat de l'union, et le nombre par lequel se constitue la perfection, la Voie du Ciel et de la Terre, Tao).

Cette étude implique un écho, le retour, soit le Yin. Aussi et afin de compléter le symbole, il faut adjoindre une seconde courbe, opposée, symétrique et complémentaire, le mouvement Ciel-Terre étant cyclique et constant. En procédant avec le cercle « Terre » comme

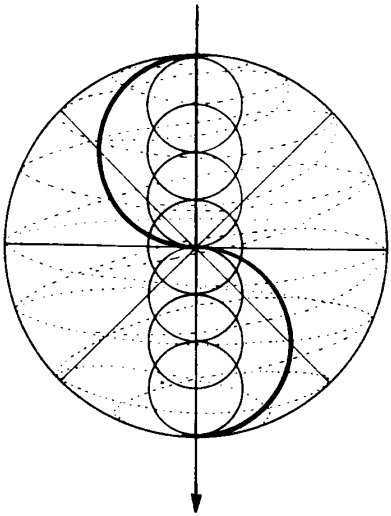
avec celui du « Ciel », apparaît une courbe complexe qui partant du 8 en suivant l'ordre numérique décroissant, se termine par 2, ce qui est conforme au Yin-Yang. Lorsque le cercle « Ciel » se superpose à celui de la « Terre », les deux courbes se suivent parfaitement et se trouvent jalonnées du 3 au 9, puis du 8 au 2 par une suite numérique complète.

La sinusoïde qui résulte de la juxtaposition des courbes de croissance et de décroissance du Yin et du Yang est un tracé en forme de 8, identique à la lemniscate de Bernouilli, dont l'équation est :

$$(x^2 + y^2)^2 - 2\,a^2 \times (x - y^2) = 0$$

(Lemniscate : courbe qui est le lieu des points tels que le produit de leurs distances à deux points fixes est constant.)

Cette équation représente par ailleurs la plus simple structure des mouvements intra-atomiques, et donne l'explication mathématique de la stabilité des molécules bi ou poly-atomiques. Les électrons libres quant à eux décrivent des trajectoires selon un, deux ou trois plans parallèles passant par le centre des boucles périphériques de deux ou plusieurs lemniscates. La lemniscate de Bernouilli est une variété de courbe à longue inflexion, ou courbe de Watt. Cette lemniscate appartient aux ovales de Cassini et aux spirales sinusoïdes.



Le Boisseau.
L'Unité suprême « T'aï Yi »

La spirale qui divise en forme de S le cercle du T'aï-K'i, ne doit pas seulement être considérée comme le symbole de l'hélice universelle, mais comme la « trace descriptive » (Matgioi), suivant le langage mathématique, de cette hélice elle-même. Lorsque nous concevons le T'aï-K'i du seul point de vue où il puisse être considéré véritablement, soit globalement, nous pouvons, dès lors, le percevoir par rapport à la Perfection, et du « haut lieu géométrique et métaphysique de la volonté du Ciel ». De la sorte à nos yeux, l'une des branches de la courbe en S sera la projection mathématique sur un plan horizontal de la portion d'hélice qui le long du cylindre universel, devenant cône à l'infini va du point de la spire où le Yin-Yang est tangent, jusqu'à la réintégration en la Perfection. L'autre branche de la courbe en S, est la projection par transparence du cercle de l'Yin-Yang de la portion d'hélice qui se déroule de la Perfection active écoulant les formes jusqu'au même point de tangence de la spire avec le cercle du T'aï-K'i. Ce symbolisme est celui de la trace de la courbe universelle depuis la Volonté qui émet, jusqu'à la Volonté qui réintègre.

La moitié noire du symbole représente l'évolution « en-dessous » du cercle, alors que l'autre blanche représente l'évolution « en-dessus » du même cercle considéré. Les deux parties étant égales puisque le point de départ et le but sont l'Infini, le point considéré de la spire peut par rapport à l'Infini être supposé véridiquement, et toujours à égale distance entre le point de départ et celui d'arrivée.

Les deux petits cercles intérieurs rappellent la « transparence » du symbole, et montrent que les oppositions de coloration ne constituent pas une réalité, le T'aï-K'i étant soit tout vert, soit tout rouge, suivant que nous le considérons soit par rapport à son départ, soit par rapport à son but.

C'est à ce stade qu'il nous faut nous rappeler que le T'ai-K'i est le symbole de l'évolution humaine individuelle, c'est-à-dire d'une activité. Aussi le T'aï-K'i doit-il être perçu comme actif en lui-même, et pour le considérer tel qu'il doit être, il faut le faire tourner autour de son centre. Mais si l'actif succède au passif, et le passif à l'actif, il ne faut pas imaginer que cela implique dans l'esprit chinois une quelconque idée de fatalisme, l'interaction des deux pôles indissociables étant considérée comme l'origine de tout ce qui se meut dans l'univers, sans que l'un et l'autre soient autre chose que des aspects d'une même réalité.

Lorsque le T'aï-K'i gravite autour de son axe, il devient « unicolor » et il s'avère impossible de prétendre y trouver même superficiellement une trace de dualisme ; le Yin et le Yang ne pouvant être définis ni

comme des entités logiques, ni comme des principes cosmogoniques, ni des substances, ni des essences, ni des formes.

Yin et Yang ne sont que deux mots qui permettent de concrétiser un ensemble d'images contrastées, qui comme nous l'avons vu, symbolisent deux aspects concrets et complémentaires de l'univers, qui s'opposent dans le temps, et alternent dans l'espace.

Par son existence, le T'aï-K'i satisfait au principe de causalité, et en tournant autour de son axe avec la vitesse de l'évolution humaine spécifique, s'accorde à la loi d'activité.

Par sa forme circulaire, le T'aï-K'i répond par ailleurs à la loi d'harmonie, du fait que pour que l'Harmonie soit, il faut nécessairement qu'il y ait, balancement, opposition, alternance d'expansion et de contraction, de repos et de mouvement, de rythme dans la giration, qui créent un incessant continuum dans le jeu des causes et des effets. Ce phénomène ne mène nullement au fatalisme mais à un incessant et toujours nouveau renouvellement.

La liberté des êtres n'existe pas, et ceux-ci en tant que composants de l'univers se trouvent créés, véhiculés et recueillis par les flux contradictoires. De la sorte la liberté totale ne se situe qu'en l'Infini, n'agit que par l'Infini.

Toutefois dans le circulus de l'humanité et de l'individu, l'attraction de la volonté du Ciel ne se fait pas sentir. C'est pour cette raison que nous pouvons jouir de la liberté d'action, les conditions de cette liberté possédant bien entendu des limites. En ce qui concerne la première limite, la naissance, nous ne pouvons avoir aucune liberté d'acceptation, de refus ou du moment. En ce qui concerne la seconde, la mort, nous ne sommes pas libres de nous y soustraire, et ne pouvons en toute justice analogique être libres de son instant, ce qui explique que le suicide est un acte contre nature.

Entre ces deux actes prépondérants de notre vie individuelle, nous bénéficions toutefois d'une liberté, celle d'agir selon notre propre conscience, qui est la génératrice dynamique de tous nos actes. En ce qui concerne la contingence personnelle quant aux deux extrêmes que sont le bien et le mal, elle émane d'un phénomène moral qui dans notre esprit devient objectivité, de telle sorte que c'est notre propre liberté qui nous permet d'opter pour l'un ou l'autre et crée nos propres responsabilités. C'est pourquoi les mérites ou démérites, les bénéfices ou offenses, sont de même qualité que les actes dont ils découlent, et « les sanctions qui y sont attachées par le fait même de la justice qui est dans l'essence de l'Infini, sont de même valeur, de

même degré et de répercussion, que les actes qui les motivent » (Matgioi).

LE T'AI-K'I ET LES MOUVEMENTS DE L'AIKIDO

« La volonté fait le continu entre l'esprit et son objet.

LIE TSE

Pour tout pratiquant évolué, les mouvements découlent de l'alternance du Yin et du Yang, ce qui leur confère une forme ronde, spiralée ou en huit. C'est en raison même de cette origine qu'aucun « mouvement-univers » ne peut être saccadé ou angulaire. Les cercles décrits par les membres inférieurs ou supérieurs et toutes les autres parties du corps se déployant tant sur un plan vertical, qu'horizontal ou oblique sont des T'aï-K'i.

Les cercles deviennent de plus en plus petits, jusqu'à ce qu'ils disparaissent. Alors seulement apparaît le retour au mystère du T'aï-k'i. Cette démarche est celle que nous exprimons lorsque nous nous évertuons à faire décrire à notre centre, tant sur le plan horizontal que vertical, des mouvements spiralés jusqu'à ne plus bouger, tout en continuant en pensée à le faire girer.

Les mains sont les parties du corps qui décrivent le plus manifestement des orbes, du fait qu'elles traduisent périphériquement les impulsions T'aï-k'i du Centrum.



Cette prépondérance apparaît encore au niveau du déplacement, l'orientation du pied avant vers l'extérieur, engageant le corps tout entier dans un taïsabaki aisé, description d'un parfait T'aï-k'i. La phase de départ d'un déplacement quelqu'il soit s'appelle « ouverture du T'aï-k'i » et celle d'arrivée « fermeture du T'aï-k'i ».

A l'idée de cercle se trouve intimement liée celle de continuité, les mouvements s'enchaînant sans interruption et dans l'esprit conforme aux alternances du Yin et du Yang. En effet, un enchaînement de T'aï-k'i k'iuan, ou un « mouvement-univers » d'Aïkido, sont composés d'une succession d'attitudes solidaires les unes des autres, et ce, de telle manière que le début d'un mouvement est la fin de celui qui le précède. C'est la raison pour laquelle il n'y a, et ne peut y avoir de coupure ni de stagnation entre les mouvements qui se trouvent soutenus et harmonisés par un rythme mental qui peut même être manifesté par une continuité de sons proférés.

En s'identifiant à un pivot, le pratiquant assiste en « spectateur-acteur » aux alternances du Yin et du Yang, comme le sage contemple le va-et-vient de la vie. Cette continuité d'action physique ne peut se dérouler que lorsque s'établit une continuité dans la pensée, dans la visualisation du mouvement. C'est grâce à cette évidence que nous disons que le déplacement circulaire est le plus apte à faire éviter les attaques d'un adversaire, et que lorsque l'énergie de ce dernier arrive sur le cercle créé, elle glisse comme une tangente. Toutefois, si une imperfection apparaît au niveau du cercle, l'attaquant décellera immédiatement l'angle qui lui permettra de devenir l'axe du système, et par là vous dominera. C'est ce qui se produit lorsque vous vous engagez "Irimi". En outre, et encore grâce aux mouvements circulaires que vous décrivez et faite décrire à votre bâton, ou bôken, l'appréciation des distances chez votre vis-à-vis perd de sa précision, le mouvement circulaire que vous engendrez interdisant toute localisation du point de départ et de l'orientation donnée.

De façon à mieux faire comprendre la notion de continuité en « pensée » (si le flux énergétique est momentanément interrompu, la pensée se poursuit néanmoins) il est nécessaire d'exécuter les mouvements comme si l'on dévide un fil de soie. La continuité s'entretient également par « l'accomplissement d'un seul et unique souffle. »

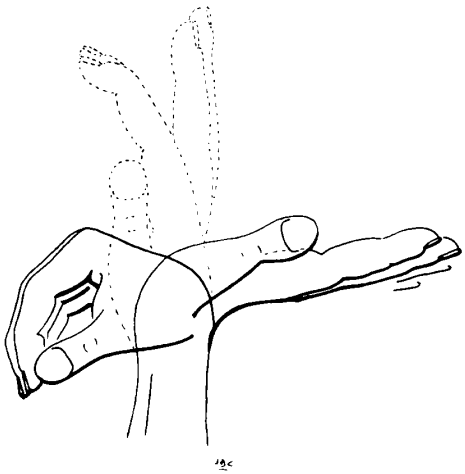
Comme le démontre le symbole, le T'aï-k'i qui est le principe naturel du mouvement perpétuel, englobe les phases de naissance-croissance-décroissance-mort-re-naissance... De la sorte tous les éléments composants l'univers dans son intégralité se meuvent en

fonction des alternances du Yin et du Yang. Avec la même vision, mais au niveau de tout son être, l'homme se meut dans l'incessante danse du Yin et du Yang. Cette constatation met en évidence que le T'aï-K'i-K'iuan et l'Aïkido sont bien plus de simples techniques corporelles. Ils sont des procédés qui permettent, conformément à l'idéal des Sages, d'unir le Ciel, l'Homme et la Terre, ce que définit le Yi-king par : « Le grand homme unifie sa vertu efficiente à celle du Ciel et de la Terre, unit sa lumière à celle du Soleil et de la Lune, rythme sa vie selon les quatres saisons. »

Telle est la raison pour laquelle le pratiquant imprégné de cette vision, reflète par ses attitudes corporelles et mentales le calme et la majesté des monts, le flot incessant des fleuves et océans, le déplacement des flux aériens.

LA DECOUVERTE DES ALTERNANCES DU « YIN-PLEIN » ET DU « YANG-VIDE »

En fonction même des démarches et visions précédemment définies, apparaissent au niveau de toutes les parties corporelles, et plus particulièrement des mains et des pieds, les notions de « plein » et de « vide ». Or dans la pratique des arts martiaux, toute la subtilité consiste à discerner ces deux aspects. Le « vide » est Yang, le « plein » Yin. C'est pourquoi nous désignons un pied comme « plein », lorsque le poids du corps se trouve en majeure partie porté sur lui. De la sorte, lorsque nous exprimons que le pied droit est « vide », vous entendrez que ± 70 %, voire la totalité de votre poids, doivent être portés sur le pied gauche, le pied droit ne supporte plus que ± 30 %. La répartition égale du poids sur les deux pieds ne se réalise que dans l'étude de certains tests d'auto-équilibration. Dans la pratique dynamique, elle interdit tout déplacement du fait qu'elle élimine la perception des sensations qui permettent de distinguer les deux opposés complémentaires, et de la sorte fige. Le défaut inhérent à cette erreur s'appelle la « double lourdeur ». Ce terme bien que peu usité, s'emploie encore pour désigner l'état des mains. Une main portée vers l'avant ou le haut est désignée comme Yin, et le fait de la ramener vers le bas ou l'orienter vers l'arrière, lui procure la polarité opposée. Dans la posture normale la main gauche est yang et la dextre Yin. Les diverses orientations liées à des phases soit de concentration, soit d'expansion, ainsi que les visualisations et mentalisations, font alterner les potentialités énergétiques.



Issus du même esprit, les Aïki-taiso, exercices callisthéniques (du grec Kallos = beauté et Sthénos = force), fondements de la gestuelle de l'Aïkido, et les innombrables « Mouvements-Univers » propres à cet Art, deviennent alternativement :

— mobilité et immobilité,
— souplesse et tonicité,
— ouverture et fermeture.

Mais de même qu'au sein du Yin se trouve du Yang et vice versa, de même dans l'immobilité réside de la mobilité, et dans la mobilité de l'immobilité...

Par ailleurs, les termes « ouverture-fermeture », s'ils décrivent au cours des actions, des phases opposées et complémentaires, permettent encore de désigner deux formes complémentaires d'énergie :

— « l'énergie ouverte » sensible, liée à l'idée d'expansion « kakudaiho ».

— « l'énergie fermée » non sensible, liée à la concentration « ki no toitsuho ».

Si c'est toujours la même démarche qui préside à la notion de souplesse et tonicité, dans les pratiques martiales l'accent est porté sur la souplesse des mouvements et du mental, car selon le principe d'engendrement du Yin et du Yang, seule la souplesse extrême peut engendrer la tonicité extrême. Bien entendu, il nous importe de traduire « tonicité » par tension-contraction, du fait qu'il ne peut y avoir d'intense concentration, ni d'intense contraction, si au préalable il n'y a pas eu détente et souplesse.

Par la pratique consciente, vous découvrirez que les deux phases opposées et complémentaires, en s'intégrant dans le système ternaire « expiration-inspiration-expiration » lié à celui de « détente-tension-détente », se trouvent à la base de tous les procédés, et de l'authentique efficience. De la sorte, il vous sera aisé de comprendre : « La souplesse de toute chose, l'emporte sur la rigidité de toute chose » (Tao-tö-king).

L'orientation et la maîtrise des énergies agressives externes (partenaires), ne peuvent s'effectuer dans l'esprit du véritable Aïkido, que si le pratiquant adopte mentalement une attitude conforme aux considérations précédentes.

A propos du Centrum, tant qu'il est recherché, ce dernier ne peut être senti. Lorsque sa sensation est parfaitement perçue « plein », puis oubliée, le vide apparaît. Paradoxalement la DENSITE du Centrum est PROPORTIONNELLE à la perception du VIDE.

Prélude à une longue recherche, cette étude doit aboutir à créer le « Grand Homme », selon le Yi-King, qui « délivre des entraves de la forme » et « se trouve en accord avec la force incréée »... Il agit « selon une technique ondulatoire. Il négative son Yang juste avant l'expression totale de celui-ci, et ainsi commence à positiver son Yin »... « On ne peut pas dire qu'il y a non-action dans cette façon de faire, mais action négativante. De même, il y a une action positivante à faire, juste à l'instant où l'état Yin le plus total va être atteint. » (Pierre Stables.)



La compréhension d'une négativité qui ne s'oppose pas à une positivité à travers le perception de la complémentarité du « plein » et du « vide », met en lumière un aspect primordial du T'aï-k'i. En étudiant les phénomènes liés aux interactions faibles, les physiciens Lee et Yang (Prix Nobel 1957) prouvèrent que la Nature se comporte en gauchère, ce qui apparaît encore au niveau biologique terrestre, avec l'orientation à gauche de pratiquement toutes les molécules qui

entrent dans la composition de la matière vivante, mis à part quelques très rares exceptions dont la pénicilline.

En conséquence, la faillite de la parité justifie des particularités et des comportements dissemblables, implique et fait vivre le droit à la différence, d'où naît la tolérance. Elle élimine également le dualisme à l'intérieur du « corps — T'aï-k'i », et dans l'ensemble « partenaire-T'aï-k'i ».

De ce fait, l'asymétrie introduit la notion de HIERARCHIE et de RYTHME entre les centres et les circonférences. Du point de vue géométrique, elle permet une définition de la sagesse qui devient une complexité maîtrisée :

— grâce à la réalisation de cercles et de sphères,

— grâce à la compréhension du centre qui est vacuité.

Cependant, elle est relative et ne quitte pas le domaine humain car c'est la nature (ou le partenaire) qui impose le diamètre sans cesse changeant du cercle. L'emblême en évolution démontre la soumission à une structure dynamique vivante de la forme. La succession des cycles implique la contestation permanente et le doute créateur qui engendrent le cycle suivant.

C'est ce « non-agir », totalement différent de la passivité, dans le sens où l'acte volontaire n'intervient pas, que l'on percevait dans les mouvements de feu Maître Uyeshiba.

RAPPORTS ENTRE LE T'AI-K'I, L'AIKIDO ET LE CORPS HUMAIN

« Voir le côté subtil des choses, c'est la clairvoyance ;
Saisir par projection, enclaver le vide ;
Garder les choses faibles, c'est la vraie puissance.
Garder les choses fortes n'est pas force,
Garder les choses faibles est fort.
Utiliser ses clartés intimes,
Retourner et revenir à sa vraie lumière,
Prendre en bas pour ajouter en haut,
Sans laisser le corps déchoir ;
Rentrer en soi sans se fatiguer, défaire ses nœuds ;
Telle est la règle à suivre.
Pour donner repère et mesure à tout,
Pour descendre aux abîmes et monter au firmament. »

(Tao Te King. LII. « Retour au Principe ».
trad. J. Lionnet.)

Comme nous venons de le développer, nous devons indéniablement à la pensée chinoise la remarquable démarche quant aux analogies entre le macrocosme et le microcosme, et si certains systèmes de représentation s'appliquent à tous les domaines, il en existe un tout particulièrement, celui du T'aï-k'i. En effet, si l'univers est un T'aï-k'i, le corps humain en est également un, et cette idée devrait être prépondérante dans toutes les pratiques martiales traditionnelles, l'adepte s'efforçant d'harmoniser le microcosme qu'est son propre corps et son psychisme, avec l'univers.

La fusion de ces mondes s'obtient par la grâce d'une opération alchimique interne, où l'Eau s'unit au Feu en un travail appelé « Petite Révolution céleste ».

La première polarisation de l'Etre Unique en une manifestation individuelle humaine a lieu par la séparation du Sing et du Ming.

Le premier, Sing, est composé des caractères sin = cœur et de cheng = naître, l'ensemble signifie « le Cœur » en l'être psychique et spirituel.

Le second Ming est « la bouche du Ciel faisant à l'homme sa destinée entre le Ciel et la Terre ». Le retour à l'Un ne peut se faire que par l'union de sing et ming.

Le travail consiste à unir le Qi = Souffle vital, (véhicule et rythme de la vie, la respiration n'en étant que le signe), au Tsing (liqueurs corporelles que sont le sang et le semen). En d'autres termes, Qi et Tsing étant les Eléments Terre et Eau ou les Influences du Ciel et de la Terre, nous pouvons comprendre l'union du Soleil et de la Lune, ou l'union de l'Esprit et de la Force.

La « respiration subtile » permet de diriger le Qi vers le Centrum (mouvement régressif de l' « esprit ») et de créer la « révolution de la Lumière ». Elle trouve son complément dans une « force » qui résulte de la sublimation du semen. Cette puissance celle des « reins » est symbolisée par l'Elément Eau. Le travail de sublimation de l'esprit et de la force s'effectue par l'emprunt de la voie rotatoire dite de la « noria », par laquelle se réalise la « distillation ». Cette voie conduit du sacrum, (correspond à Kan) au faîte du Principe actif (correspond à Khien), pour revenir progressivement jusqu'au plexus solaire (Elément Feu) qui sera « réchauffé ». A ce propos, si dans le système taoïste la localisation des Centres d'énergies semble se calquer sur la structure tantrique, elle diffère dans la notion des 3 « Champs du Cinabre », entre lesquels circule le Qi.

Le champ inférieur, (Tan-T'ien Hsia) celui de la « force » au sein duquel s'effectue l'union, gravite autour du point Qi-Hai (Océan du

souffle) ou « Point unique ». Ceci ne modifie en rien la correspondance symbolique et fonctionnelle avec le Centre solaire :

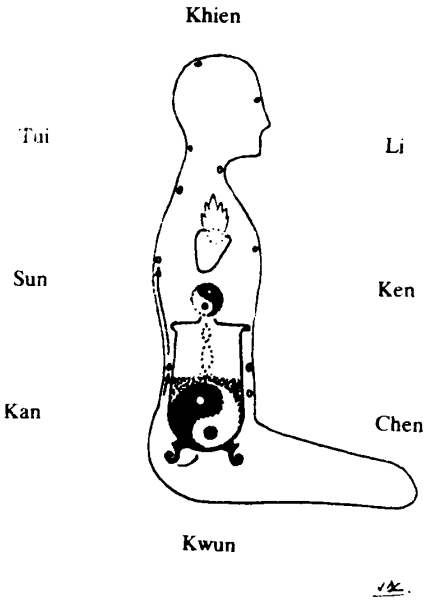
- Le Point unique est le T'aï-k'i,
- les reins, les deux Principes,
- les membres, les « quatre Images ».

Le champ supérieur gravite autour de Khien :

- La glande pinéale est le T'aï-k'i,
- les yeux, le Yin et le Yang,
- les membres, les « quatre Images ».

Le champ médian, gravite autour de la « Caverne du Cœur » (sin), « Demeure du Milieu » et siège du mental :

- Le Cœur est le T'aï-k'i,
- les poumons, les deux Principes,
- les membres, les 4 Trigrammes, et les articulations les 8 Hexagrammes.



Le travail alchimique comporte trois phases :

- La première appelée l' « Œuvre au noir » correspond à la remontée de l'essence.
- La seconde appelée l' « Œuvre au blanc » correspond à sa « dissolution » dans le creuset.
- La troisième dite de l' « Œuvre au rouge » est celle de la « cristallisation », de l' « Esprit et de la Force ».

Selon le concept taoïste, ce travail implique la pratique exclusive de « l'agir dans le non-agir ». Le résultat est atteint lorsque Kan est harmonisé à Li, ce que traduit le Koua 63.

Au début la montée du flux se réalise dans le sens Est-Ouest qui est celui du soleil, Kan étant le Nord. Par la suite survient des effets complexes de polarisation, et d'inversions, dus aux potentialités des Koua. En effet, si Kan est yin extérieurement et yang en dedans, Li (lumière) est yang extérieurement et yin (obscurité) intérieurement. Le mouvement ascendant du flux yang de Kan symbolise la purification et la distillation du tsing, alors que le mouvement descendant du flux yin de Li (feu de l'esprit) figure la « cristallisation de la Lumière ».

Lorsque l'adepte passe du stade individuel au stade cosmique :

- La Terre correspond au Centre et à la rate,
- le Feu, au Sud et au Cœur,
- le Métal, à l'Ouest et aux poumons,
- l'Eau, au Nord et aux reins.

Tableau de correspondances selon l'ordonnancement du Roi Wen et la loi des cinq Eléments

Koua	Nom	Nb.	Elément	Orient	Saison	Couleur	Energie	Organe	Propriété physique	Action cyclique	Plan psychique	Son	Intervalle
☳	Chen	3-8	Bois	Est	Printemps	Vert	Tsiue Yn	Foie	Croissance	Propulsion	Préconscient	La	Tièrce
☲	Li	2-7	Feu	Sud	Eté	Rouge	Shao Yin	Cœur	Sublimation	Acmé	Conscient	Do	Quinte
☴	Kwun	5-10	Terre	Centre et S-O	Fin de l'Eté	Jaune	Tae Yn	Rate	Entretien	Invariance	Idéification	Fa	Tonique
☱	Tui	4-9	Métal	Ouest	Automne	Blanc	Yang Ming	Poumons	Sclérose	Inertie	Postconscient	Sol	Seconde
☵	Kan	I-6	Eau	Nord	Hiver	Noir	Tae Yang	Reins	Nécrose	Eclipse	Subconscient	Ré	Sixte

Nota : le Shao yang (chaleur) se superpose au vent à l'Est.

Nous noterons de façon à mieux comprendre un aspect du symbolisme de la ceinture, que :

- Le Noir est la couleur de l'Elément Eau et des « reins » (chen),
- le Blanc, celle de l'Elément Métal (or),
- le Rouge, la couleur de l'Elément Feu, celle du Ki et de l'Union (Aï).

Comme nous le constatons, la pratique correctement orientée des Arts martiaux traditionnels tend à identifier l'adepte au cosmos pour parvenir un jour au Principe. Afin d'obtenir cet état de conscience, il s'avère nécessaire de réussir une unification interne et externe de l'être.

Pour ce, l'étudiant procède au travail sur l'Externe, qui consiste à :

- "Unir" les épaules à la cage thoracique,
- les coudes aux genoux,
- les mains aux pieds,

puis au travail sur l'Interne, qui permet d'

- "Unir" les émotions à la sagesse,
- la sagesse au souffle,
- le souffle à la puissance,

grâce à l'adoption des postures « statiques » de coordination psychosomatique, de méditation et des Aïki-taiso exécutés dans la même optique d'unification selon la loi de l'analogie.

Cette démarche fait apparaître une recherche très concrète de l'homme véritablement incarné. Il s'agit avant tout, d'une connaissance pratique et applicable, qui part de l'être psychique ordinaire pour parvenir à l'être physique magnifié par la recherche et l'expérience. Le cercle de l'homme se referme, il part de la Terre pour s'élancer vers le Ciel puis revenir sur la Terre.

CHAPITRE II

Comportement du pratiquant d'Aïkido en tant que T'Aï-K'i

« Et mon regard cherche l'intégrale certitude
pour envahir de vie l'horizon de ta colère
Et tu réponds par l'arbre solitaire
qui éclate et effondre des murailles humaines
Et le ciel devient mesure
par l'action circulaire de la main et du corps
de celui qui subit la foudre
pour devenir élément végétal près du sol. »

« Shiho-nage » de Frantz Priking.

Visiblement, ce « Mouvement-Univers » est devenu ordonnance des courants de forces qui parcourent le monde...

Intérieurement, il s'est mué en mesure des « irradiations », des pensées, des volontés qu'émettent les partenaires.

L'ANALOGIE ET LE COMPORTEMENT EXPLORATOIRE

Au début de ses études l'étudiant en Aïkido essaye de déterminer les intermédiaires qui peuvent unir deux principes apparemment opposés. C'est par le truchement de la méthode qu'est l'analogie, intermédiaire entre la déduction et l'induction, en s'appuyant alternativement sur l'une et l'autre, mais en évitant de s'astreindre et de se polariser sur les règles propres à chacune d'elles, qu'il peut progresser. Toutefois, il doit veiller à ne point sombrer dans les excès de l'imagination, et par un contrôle permanent, progressera, soutenu parallèlement par l'étude des nombres et de la musique.

La loi générale de l'analogie a été définie par la Trismégiste (nom collectif de l'Université d'Egypte) dans la Table d'Emeraude (voir Chap. 3. Livre II). Il importe de distinguer l'analogie de la similitude,

une chose analogue à une autre n'étant jamais pratiquement semblable à cette dernière. L'étude de l'analogie de la constitution humaine (en trois principes : Esprit, Ame et Corps), avec celle de la constitution d'un équipage hypomobile (Aurige, Cheval et Char) permet de résoudre d'innombrables problèmes, alors qu'entre les sujets évoqués n'apparaissent en fait que fort peu de similitudes. C'est pour cette raison que la Trismégiste ne dit pas : « Ce qui est en haut est en bas », mais précise : « Ce qui est en haut est comme ce qui est en bas. »

Concrètement, cette méthode a pour but d'enrichir notre compréhension de nous-même et du monde :

- Ainsi, à partir de points communs entre les causes, nous pouvons tirer des conclusions quant aux effets, et pareillement des effets aux causes.
- Egalement, des rapports entre les fins autorisent la comparaison des moyens.
- Et parfois, une ressemblance partielle peut ouvrir une perspective générale.

Bien sûr, à la suite de grands penseurs, cette démarche nous oriente vers une connaissance philosophique et métaphysique. Elle permet d'aborder les Causes Premières et les Causes Finales.

Mais sur un plan pragmatique, elle offre une ouverture de conscience par l'étude des similitudes avec d'autres formes de pensées et d'autres arts.

Par exemple, l'harmonie de l'Aïkido, nous a conduit à rechercher les liens avec l'harmonie musicale qui est un des grands champs de l'expérimentation esthétique abstraite. Ceci nous a permis quant à notre discipline, de poser les principes d'exploration suivants :

- Exploration de l'inconnu jusqu'à ce qu'il soit devenu familier.
- Introduction de la répétition rythmique.
- Imposition d'un maximum de variations sur cette répétition.
- Choix des variations harmoniques.
- Développement de ces dernières au dépend des autres.
- Combinaisons et synthèses de ces variations entre elles.
- Action et réalisation désintéressées comme une fin en soi et considérées tel un jeu.

En étendant notre réflexion à de nombreux autres arts telle la danse... nous pouvons augmenter nos capacités exploratoires, ce qui nous offre la possibilité de poursuivre tout au long de notre vie des formes très complexes d'expérimentation.

Cette démarche évite tout éclatement de la personne humaine et

révèle l'unité profonde entre tous les plans constitutifs de l'être et par conséquent entre ses activités et recherches.

DE LA SINCERITE DANS L'ACTE POUR QUE CELUI-CI DEVIENNE CREATEUR.

De la sincérité découle l'efficience, car sans action sincère, il ne peut y avoir de véritable réaction. C'est la raison pour laquelle il s'avère indispensable de réaliser « grand », au cours de toutes les phases d'apprentissage, et ce dans le but d'une éducation qui vous permettra par la suite d'agir dans le « juste-milieu » avec une totale simplicité.

Désirez-vous assimiler une technique fondamentale de l'Aïkido, et à plus forte raison l'exprimer au juste moment ? Une seule voie s'ouvre à vous, celle qui consiste à pratiquer les Aïki-taiso si souvent parodiés ou omis parce qu'incompris, avec grande amplitude, alliant souplesse, volonté, bonne humeur et rythme. Abordez leurs phases-clefs avec perspicacité, le tout exécuté dans un esprit de Jeu à l'image des grandes Forces qui animent l'univers.

Travailler avec un partenaire complaisant, ne peut se traduire à brève échéance que par une grosse déception, le jour où en changeant l'étudiant ne peut plus agir, contrôler, maîtriser, car il trouve devant lui un homme de robuste constitution ou simplement ignorant la facilité. Cette réalité peut encore se concrétiser par la présence d'un partenaire plus évolué, ne désirant nullement participer à un simulacre. L'étudiant se sent alors désemparé, ne comprend plus, car la fameuse technique qu'il exécutait avec tant de brio sur ses « gentils » partenaires devient inopérante, même dans sa phase première, face au lourdeau ou au pratiquant sincère qui coordonne les Exigences fondamentales. Le voici dans une situation difficile. Et qui critiquer à l'instant crucial où le doute paraît, où l'équilibre chancelle ? Qui sinon l'individu lui-même, ses complaisants partenaires et l'enseignant qui l'ont plus ou moins inconsciemment maintenu dans un état de duperie ? Voici le point d'interrogation quant à la notion de véritable « conduite du souffle », et de libération au juste instant de l'énergie préservatrice.

L'apparente gentillesse, ne peut apparaître que dans le comportement objectif de celui qui après avoir vécu et subi tous les stades de la perfection de l'Aïkido de base, a acquis la disponibilité, et de ce fait n'est plus influençable. Jusqu'à l'âge mûr, il décrit de « grands O » de

forte intensité, de grande amplitude à la périphérie de sa masse corporelle. Puis en vieillissant les conflits intérieurs s'estompant il parvient au « petit o » à rythme pulsant, situé au plus profond de son être, et qui par sa non-visibilité, peut faire penser au non-initié « qui ne subit pas » que l'action est inefficace. L'impression disparaîtrait vite s'il devait l'expérimenter, car il importe de ne pas confondre douleur au niveau des points articulaires, avec efficacité. Si les effets paralysants que font naître les applications des deuxième et troisième principes exécutées comme techniques policières, satisfont le jeune homme, ou le masochiste, elles ne sont pas constructives, et ne peuvent être envisagées en Aïkido que comme actions de diversion et non comme finalité. C'est ce que s'évertue à enseigner les véritables experts, n'en souffre l'orgueil des caporaux pseudo-nipponisés qui sévissent dans de nombreuses salles appelées d'une manière erronée « Dôjô ».

Dès que vous serez pacifiés, imaginez que vous êtes le « centre » du monde terrestre, et que toute la vie de ce monde se concentre en vous. C'est seulement à ce stade que l'on peut prétendre pratiquer véritablement l'Aïkido, car jusque-là nous n'imitons que très imparfaitement un T'aï-K'i.

L'AIKIDO EST L'ELEVATION DE L'ACTE PAR LE MENTAL. INDIVIDUALISER L'UNIVERSEL — UNIVERSALISER L'INDIVIDUEL voici la CLEF de l'HARMONIE.

CONCEPTION DU MENTAL PROPRE AU BUJUTSU PUIS AU BUDO A L'AIKI-BUDO ET A L'AIKIDO

« Il ne rejette par l'ancien
parce qu'il est ancien,
ni le nouveau pour être nouveau ;
il consulte en eux quelque-chose
d'éternellement actuel. »

Paul VALÉRY

La voie que chacun doit emprunter diffère selon les possibilités individuelles et suivant les Cultures. Comme nous le savons, l'ancien Bujutsu qui s'était épanoui au cours de la féodalité nipponne restait fondé d'une part sur l'apprentissage des techniques de combat de façon à vaincre sur le champ de bataille, et reposait d'autre part en

majeure partie sur la puissance de sujétion mentale qui de toute évidence revêtait une extrême importance puisqu'il s'agissait de vie et de mort, si bien que ces deux aspects n'en faisaient qu'un. Placer l'idéal en la survie par la domination au combat, et former un être certain de sa victoire, demeurait la motivation dominante de cette éducation. Tous les anciens documents s'ils procurent des explications techniques, mentionnent également un mystérieux et quasi religieux pouvoir de croyance « pour un temps de vie et de mort ». L'intensification de l'entraînement et l'étude du Budo proposent un art majeur, mais si malheureusement la technique ne repose que sur une idéologie étroite, cela demeure un parfait anachronisme.

Au début de l'Ere Meiji, Jigoro Kano dépouilla le Jûjitsu de sa nature originelle guerrière, et tenta d'adapter aux nécessités modernes sa valeur éducative. Il créa le Ju-Do, le terme « Ju-Do » signifiant « Voie de la Souplesse », ce qui est différent de son homonyme qui désigne la « Doctrine des Anciens Sages Chinois, la Voie du Tao ».

Un peu plus tard, Morihei Uyeshiba à partir de différentes méthodes ancestrales, et notamment de l'Aïki-jitsu, réalisa l'Aïki-Budo, puis l'Aïkido fondé sur :

- Sa vision intuitive de la Nature, qu'il percevait avec une profondeur étonnante.
- L'élaboration d'une éducation conforme aux lois naturelles, et transcendant le temps.

Le premier de ces principes se trouve à l'origine de l'art, et sur ce point, nous ne pouvons nier au-delà de l'enseignement de Morihei Uyeshiba, l'existence des voies sinueuses tracées antérieurement dans ce domaine. Il s'avère nécessaire de reconsidérer ce passé avant d'établir un plan de développement de l'Aïkido.

Le deuxième principe concerne l'éducation. A partir de la nature, M. Uyeshiba a perçu dans les pratiques martiales, un système éducatif, ce qui fit évoluer l'Aïki-Budo en Aïkido.

L'objet de la Discipline en fait de la sorte :

- Une méthode de sauvegarde tant pour soi-même que pour son prochain.
- Une activité physique de coordination du corps et de l'esprit.
- Un principe de conduite dans la vie sociale.

En étudiant avec plus d'acuité, et ce dans un but de préservation des acquis, mais également de perfectionnement, vous établirez un maître-principe parfaitement défini qui vous imprégnera de la

rigoureuse et indispensable conception de l'issue du combat. L'orientation de votre Aïki, compris comme Voie de vérité, dépendra exclusivement de votre propre faculté de perception et d'attention.

Le respect d'une certaine étiquette permettra une approche de la discipline.

On devrait entrer dans un véritable Dôjô comme dans un univers spirituel. Le "tatami" correspondrait à notre monde terrestre et le volume cubique suggéré évoquerait le cosmos.

A l'origine, le tatami faisait partie de l'ameublement de l'aristocratie de Kyoto au XV^{e} siècle. Chaque natte mesure environ 2 m^{2} et les dimensions d'une pièce correspondent au nombre d'éléments contenus. Traditionnellement, ils sont disposés selon un motif décoratif et symbolique qui n'est pas sans rappeler le labyrinthe initiatique (Mandara-Dô).

On pénètre dans la salle par le « Shimoza » le pied gauche en avant. L'entrée s'effectue parfois par le côté gauche le « Shimozeki », le côté droit se nommant le « Jôseki ». Opposé au Shimoza se trouve le « Kamiza » (place d'honneur). Il abrite le « Tokonoma » (alcôve) où se placent soit l'autel des ancêtres, soit un emblème ou encore le portrait du fondateur. Devant s'assied les professeurs et les invités de marque.

Impeccable, vêtu d'un keigogi et éventuellement d'un hakama, chaussé de zori qu'il dispose à l'entrée du shimoza, le pratiquant s'installe genoux gauche d'abord en posture « seiza » (accroupi-assis). Il prend rang suivant son grade et son ancienneté. Cet ordre va en décroissant à partir du jôseki. Après un temps de silence, l'élève salue. A son tour le professeur s'avance et prend place. Ensemble, instructeur et étudiants s'inclinent devant l'emblème choisi, puis se saluent mutuellement. Durant la leçon, après chaque intervention de l'enseignant, les pratiquants le remercient sans oublier leurs partenaires avant et après chaque phase d'étude. A la fin du cours les gestes de courtoisie s'inversent. Tels sont les prémices d'une voie de respect mutuel et de maîtrise de soi.

LE DOJO

« Que cent fleurs s'épanouissent, que cent écoles rivalisent » vise à stimuler le développement de l'art et le progrès de la science (...). Dans les arts, formes différentes et styles différents peuvent se développer librement ; dans les sciences, les écoles différentes s'affronter librement. Il serait à notre avis préjudiciable au

développement de l'art et de la science de recourir aux mesures administratives pour imposer tel style ou telle école et interdire tel autre style ou telle autre école. Le vrai et le faux en art et en science est une question qui doit être résolue par la libre discussion dans les milieux artistiques et scientifiques, par la pratique de l'art et de la science et non par des méthodes simplistes. »

« De la juste solution des contradictions au sein du peuple. »

MAO ZEDONG

Le seul et authentique noyau fondamental qui permet l'enseignement de l'Aïkido, est le Dôjô, soit l'Ecole, qui en s'administrant librement jouit d'une autonomie totale. En accueillant en son sein sans distinction d'âges, de races, de nationalités, de conditions sociales, d'opinions politiques et de religions, les individus qui désirent se consacrer à l'étude de la Discipline, le Dôjô devient plus précisément un Lieu de Réflexion, de Méditation, d'Etude, d'Application de procédés psycho-somatiques et de Métamorphose.

Au sein du véritable Dôjô, qui n'a rien de commun avec une salle dans laquelle s'entraînent des pseudo-guerriers, policiers ou plus généralement selon le concept occidental, des sportifs, règnent : l'attention, l'estime, la déférence, l'entraide, la loyauté, la foi, la joie, la sérénité et l'harmonie. Ces critères écartent toutes tensions, craintes, arrogances, esprit de domination, de compétition et de développement du Moi. A ce sujet nous noterons que : « L'égo est constitué par l'erreur qui identifie au corps physique le Soi, qui n'est autre que la Conscience Universelle en chacun de nous. C'est là le véritable péché individuel. » (Sri Râmana Maharshi.)

Dans l'espace-temps propre au véritable Dôjô évoluent trois catégories de pratiquants. La première est constituée par l'enseignant et ses pairs, la seconde par les adeptes chevronnés, et la troisième par les débutants. Ces trois catégories englobent deux types de pratiquants. Le premier est constitué par les individus qui appartiennent à l' « augment », le second représentant ceux qui adhèrent au « déclin ». En effet chaque type morphologique, chaque espèce et chaque race possèdent ses propres caractères d'augment et de déclin. Aussi, imposer à tous les élèves des critères techniques communs, dénote un oubli quant à l'impermanence du fait humain. Il faut à chacun une gymnastique appropriée, les individus appartenant à différents types constitutionnels, les homéopathes classant les humains en trois genres

de terrains, de constitutions : carbonique, phosphorique et fluorique. La première est définie par des articulations raides et limitées, la seconde par des articulations souples et extensibles, la troisième se singularisant par des articulations luxables parce que sans limitation. Compte tenu de cette typologie et des niveaux auxquels appartiennent les individus, tout enseignant sensé se doit d'être attentif, bienveillant et capable d'orienter subtilement chacun d'eux. La pédagogie n'est-elle pas comme l'Aïkido un art d'alternance et d'adaptation ?

En effet, si généralement on ne court plus à soixante ans, on ne médite pas encore à vingt ans. Certains objecteront qu'à l'âge de 45 ans, il n'est plus nécessaire de développer le système locomoteur. Or, c'est précisément entre l'âge de l'augment et celui du déclin que se situe le stade crucial, stade que les manuels conservent longtemps et les sédentaires très peu.

Avant toute chose, il importe de concevoir la pratique du Budo d'Aïki, comme un procédé de lutte contre la sclérose physique et psychique et donc le vieillissement. Par ailleurs le Dôjô, lieu de Rencontre et d'Echanges, permet à l'individu de participer à une activité sociale, éducative et culturelle, et par là de rompre avec la solitude.

L'exemple donné par l'instructeur et renforcé par la « mimésie » stimule réciproquement les pratiquants. C'est pourquoi au sein du Dôjô l'homme de cinquante ans qui possède toute l'expérience des acquisitions antérieures, peut avec bonheur entretenir sa souplesse articulaire et activer son métabolisme.

Tout enseignant attentif se doit de veiller à ce que les couples et groupes alternent, et ce de manière que les fougueux jeunes gens se tempèrent en pratiquant avec leurs aînés, et ces derniers se stimulent et entretiennent leur vitalité, entraînés par le dynamisme de leurs partenaires. Bien entendu, ces derniers pourront au moment opportun s'exprimer entre eux avec toute la fougue dont ils sont capables. Nous ne pouvons à ce sujet que regretter l'incompréhension de nombreux pratiquants et le manque de jugement de certains enseignants qui par manque de maturité et complexés par l'aspect viril de certaines disciplines martiales exclusivement orientées vers « l'Externe », la compétition et la démonstration de « pouvoirs », éloignent par leurs comportements puérils les anciens, et rebutent par leur manque d'accueil les candidats à la pratique de la Voie d'entente.

L'Aïkido, véritable ascèse, propose aux individus qui désirent l'adopter, une méthode de purification et de maîtrise individuelle qui les amène à la réconciliation avec eux-mêmes, leurs semblables et le

monde créé. L'Aïkido est une progression permanente et constante vers la Connaissance et la Sagesse. C'est la raison pour laquelle au sein des véritables Ecoles les pratiquants demeurent totalement libres de croire selon leur propre foi.

La pratique suppose :

En une première phase :

— La perception par le truchement de différentes sensations que la nature humaine (physique et mentale) est soumise à de multiples déséquilibres, qu'il importe de déceler.

— L'abandon des antagonismes qui opposent en permanence l'égo au monde extérieur.

— L'abandon des préjugés.

En une seconde phase :

— L'incitation à la découverte que c'est exclusivement en lui-même que l'étudiant doit élaborer son propre centre de gravité physique et psychique, en harmonie avec l'Univers et dans le respect des croyances.

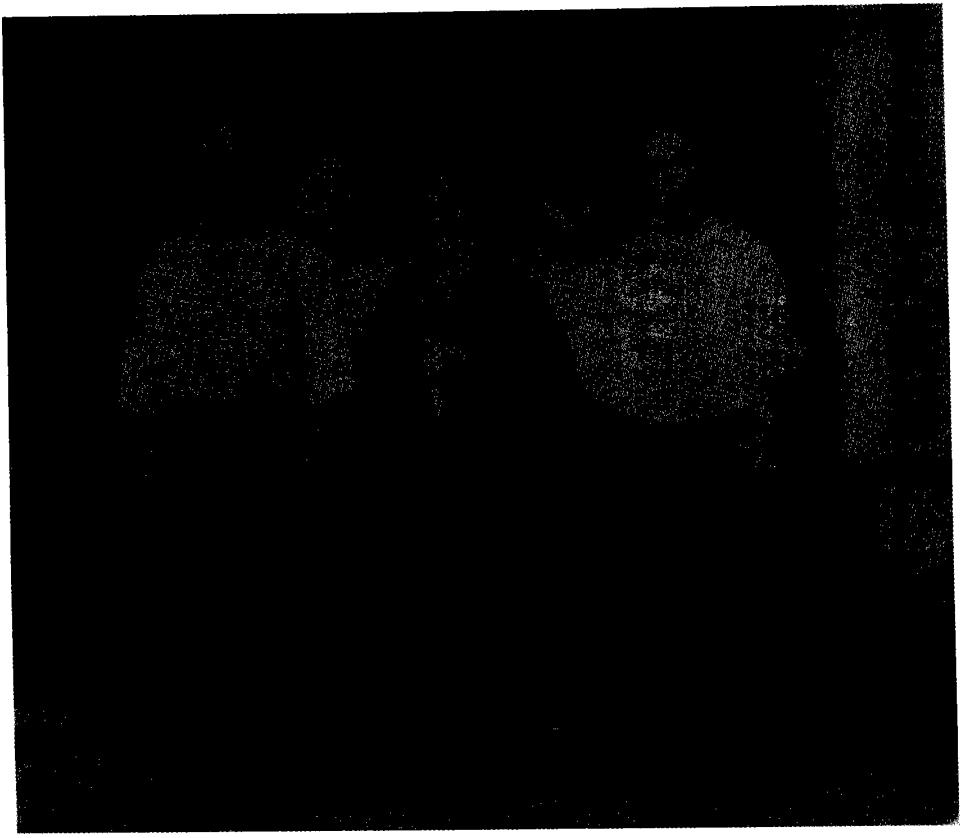
En une troisième phase :

— La conduite vers l'expérimentation, puis vers la correspondance de l'individualité avec l'ensemble du monde visible et invisible, au réel et au potentiel, soit à la participation intime, à la parfaite résonnance avec tout ce qui est.

L'Aïkido s'inscrit totalement dans le maintien et la perpétuation de la vie, celle de l'esprit qui se manifeste simultanément par l'expansion, l'organisation et la sélection. C'est au sein des creusets que sont les Ecoles que vibrent l'esprit et le cœur, règnent la raison et l'intuition, desquelles procèdent la déduction et l'induction, la réflexion et l'expérimentation.

L'adhérence à la Grande Nature ne s'établit toutefois qu'au-delà de la pensée, du langage et du désir formulé par l'égo. De l'union, de la communion permanente, naît une fécondation incessante, transcendée par la conscience morale.

Ceux qui ne voient exclusivement dans l'Aïkido qu'un procédé de self-défense physique auquel s'allient quelques subtilités esthétiques, se confinent dans « l'Externe » et en exploitant l'aspect profane du thème, se condamnent eux-mêmes à ne participer qu'à de simples



Morihei Uyeshiba entouré de gauche à droite par son fils Kisshomaru,, A. Nocquet, N. Tamura et K. Tohei.
(Col. A. Nocquet, 1957.)

entraînements et simulacres fondés sur une pratique manuelle d'Aïki-jitsu, puisque dominée par l'agonistique qui contribue à les maintenir hors de la Voie.

Les techniques par elles-mêmes ne demeurent que de simples procédés, et ne peuvent nullement être considérées comme finalité. C'est pour cette raison que nul ne peut prétendre imposer son propre

style d'autant que ce dernier évolue ou régresse en fonction de la compréhension même de l'enseignant et des sollicitations ou contraintes dont il peut faire l'objet. Les techniques comme « les mots transportent les idées. Quand les idées ont été absorbées, les mots cessent d'exister (...). Seuls ceux qui sont capables de prendre le poisson et d'oublier le filet sont dignes de chercher le Tao. » (Tchouang-tse.)

Telle est entre autre la raison pour laquelle les ouvrages techniques qui ne sont que des abécédaires, les films et démonstrations qui prétendent dévoiler l'Aïkido, se heurtent aux barrières infranchissables de la communication, les perceptions variants avec les niveaux de sensibilité des individus.

L'Aïkido ne peut en fait se transmettre que du vivant au vivant, de la main à la main, de la bouche à l'oreille, et surtout du « Cœur au Cœur » (I Shin Denshin).

Par la découverte des rythmes et frémissements corporels et mentaux qui lui sont propres et que seule autorise la souplesse du Hara (souplesse physique et mentale), l'adepte d'Aïkido perçoit le juste-instant et visualise dans le silence qui s'établit en lui, que la Grande Nature n'est : « ni existante — ni inexistante, ni mobile — ni immobile, ni bonne — ni mauvaise, ni puissante — ni impuissante, mais simplement « Est ».

L'enseignement de l'Aïkido utilise le langage symbolique et imagé qui permet d'éveiller sans imposer, incite sans contraindre, explique sans dénaturer, éclaire sans éblouir, du fait qu'il s'adresse tant à l'esprit qu'au cœur, et les sensibilise. L'Aïkido est la conjugaison de la musique, de la danse sacrée et de la poésie. C'est pourquoi il fascine les humbles, les silencieux, ceux dont le cœur est simple, calme et pur, et leur permet au-delà de l'imaginé, des allusions anthropomorphiques, des soutiens hagiographiques, ou des credo, de goûter et aimer le Principe qui est Equilibre, Lumière, Vie, et préside de toute éternité aux phénomènes de l'univers.

Il faut remarquer que l'évolution est continue, et qu'il n'y a et ne peut y avoir, selon certaines expressions, d'Aïkido « moderne » ou « dynamique », opposé à de l'Aïkido « classique ». Il y a seulement l'Aïkido un, notre discipline d'aujourd'hui, qui a bénéficié en les intégrant des apports du passé.

Il importe de saisir l'activité de l'Art à deux niveaux :

— Celui de la communauté historique des pratiquants d'Arts martiaux.

— Celui des débutants s'initiant à cette activité.
Deux temps doivent être attentivement distingués :
— Celui de l'activité de création.
— Celui de la communication.

L'Aïkido, comme bien d'autres disciplines, n'est pas seulement et en premier, l'ensemble des définitions, axiomes et théorèmes proposés par les méthodes et les ouvrages. Il est avant tout l'ensemble des motivations, des démarches, où se confondent passé et avenir. La recherche, l'union, l'échange, la fécondation et la transcendance ne peuvent se réaliser qu'au sein d'Ecoles axées sur l'enseignement traditionnel et la non-compétitivité.

NIVEAUX DE CONNAISSANCE ET DE GRADUATIONS

« Ceins tes reins comme un vaillant homme, je t'interrogerai et tu m'instruiras. »

(JOB. 38,3.)

Au sein de toute société, groupe et école, il s'avère fort délicat d'obtenir une parfaite unité, pour la simple raison que les individus qui les constituent, diffèrent les uns des autres par leur niveau de culture, leur expérience, leur situation sociale et leur degré de conscience. Ceci doit faire admettre la nécessité de la tolérance. C'est pour ces raisons que nous disons que les grades dans le domaine de la réalisation individuelle n'ont aucune signification, les « dan » attribués par un organisme administratif, à l'extrême par certains individus à eux-mêmes, ou encore la poursuite insatiable de grades qui ne peuvent être qu'honorifiques, prouvent une totale méconnaissance de l'Ethique des Arts Traditionnels. Ils ne sont juste bons qu'à satisfaire l'égo et la passion du pouvoir... compenser les déficiences d'une personnalité... procurer une assise psychique artificielle... renforcer une position sociale ou commerciale grâce à une carte de visite surchargée de titres.

A propos de cet Aïkido fondé sur l'externe, le corporel et l'anéantissement de l'adversaire (Haku no budo), rappelons que les trois premiers grades, 1er, 2e et 3e dan sont exclusivement techniques, preuves d'un savoir-faire. C'est pourquoi le 3e dan a une valeur concrète. Le programme du 4e dan ne diffère pas des précédents si ce n'est par une panoplie d'accessoires qui n'ajoutent rien à la technique.

Tous les procédés sont intégralement étudiés pour l'obtention des trois premiers niveaux de connaissance manuelle. En enseignant que l'arme est le prolongement de la main, Maître Morihei Uyeshiba conviait ses élèves à dépasser la notion d'arme.

Les dan supérieurs sont au contraire des titres toujours confortants et le plus souvent monayables pour ceux qui n'ont pas découvert une autre finalité. Dans ce dernier cas (Kon no budo), ils ne peuvent être que des jalons vers un dépouillement. Le témoin de ce travail sur soi demeure la forme de corps dans le sens d'une épuration et d'une simplification du mouvement. Le détail n'a de valeur qu'harmonieusement inscrit dans l'unité d'un mouvement essentiellement beau.

Evidemment, il ne faut pas nier le caractère positif du grade au sein d'une société hiérarchisée. Il n'est pas une fixation des rapports entre pratiquants vis-à-vis les uns des autres, mais exclusivement une prise de conscience personnelle, et une occasion de progrès dans la Voie. Cette juste conception si elle était appliquée par tous écarterait la passion des jugements et critiques sans cesse portés sur les partenaires, les comparaisons stériles entre Ecoles et styles divers et les rivalités entre Arts. En cela réside la différence entre l'esprit critique et l'esprit de critique !

Avant tout, il nous apparaît nécessaire d'avoir sans s'abuser une vision exacte des situations et des êtres, afin tout simplement de vivre en vérité...

A ce propos, faisons un peu de vocabulaire et d'histoire.

— Qu'est-ce que le Maître, si ce n'est dans sa plus simple définition celui qui maîtrise ! Référons-nous au mot japonais « sensei », ce terme signifie avant tout professeur, titre porté par toute personne enseignant n'importe quelle discipline. Formé de deux caractères, il exprime la prééminence accordée à l'âge et au savoir, deux qualités qui inspirent comme on le sait le plus profond respect en Extrême-Orient. Ce sentiment est bien loin de l'idolâterie sans discernement que l'on accorde trop souvent à ce titre dans nos pays. Bien sûr, le mot Maître décerné à partir d'un certain grade, certifie une compétence, prélude à la maîtrise parfaite du Shi-han ; celle-ci reste encore d'essence radicalement autre de la Maîtrise véritable qui passe par une re-naissance dans l'Esprit.

L'obtention de la Maîtrise authentique, procède de la rencontre plus que rarissime, de dispositions physiques, avec des possibilités intellectuelles, et d'un sens artistique et créateur, la trame restant un sens spirituel, tout cela orchestré par un travail acharné.

A un degré autre, illustré par les néo-gnostiques de Princeton,

replaçant l'Homme dans l'univers cosmologique, la notion même de maître s'évanouit. En effet, puisque les « éons » peuplent l'univers, l'idée de maître est à proscrire, car chaque homme porte en lui des parties multiples vivants l'aventure spirituelle de l'univers. Le Sage Ramana Maharshi enseignait cela sous un autre langage lorsqu'il déclarait : « Le Gourou c'est le Soi... le Maître est en vous, le but de la méditation est d'effacer l'idée ignorante qu'il se trouve uniquement en dehors. »

Il serait intéressant d'évoquer la personnalité de Maître Aritomo Murashige (9e dan), ancien disciple de Jigoro Kano, ami intime de Morihei Uyeshiba, et très grand expert de ken. Nous serions enclins à lui reconnaître une maîtrise véritable, car de lui rayonnait sincérité, détachement et connaissance de l'être en une profonde communion avec la Nature. Il connut apparemment l'étrange vie du nippon expert-guerrier attaché au destin de sa patrie dont il épousa les querelles et les combats. Paradoxalement, cette voie sanglante fut l'occasion de sa réalisation. Cette Réalisation est née d'un contrôle implacable du corps et de l'esprit, de l'acceptation du risque de perdre sa vie, et du don de sa personne à quelque chose de plus grand que soi. (Cette démarche présente bien des points semblables à celle du Maître de Shinkage-Ryu). Ces mouvements de l'âme sont un apprentissage d'un dépouillement sans aucune pureté au prime abord, mais ils sont la brêche par où résonnera l'Appel : « Je l'appellerai au Désert et Je parlerai à son cœur. » L'éblouissement de cette rencontre opère une transmutation de l'être à l'instant même où il l'accepte du plus profond de lui-même. Ce « choc mystérieux » conduit celui que la destinée obligeait à prendre la vie des autres, à déserter les chemins de la violence, pour rechercher la Vie, afin de la redonner aux autres. Ce fut la Voie de tous les Anciens Maîtres de Budo authentique.

Que nous ont enseigné ces Sages ?

Tout d'abord, ils nous ont fait mieux comprendre le symbolisme de la ceinture. La ceinture, n'est autre que « I » = la VOLONTE. Le nœud que nous formons grâce à elle, est identique à celui de notre décision de poursuivre le chemin vers la « Porte des Dieux ». Ces nœuds, ces deux centres, ne doivent jamais se relâcher.

La ceinture est faite pour ceindre la quadrature de notre corps ! Cette partie de notre schéma corporel montre à quel point diffèrent les concepts orientaux et occidentaux. La tradition judéo-chrétienne considère les « reins » comme source de faiblesse physique et morale Adamique. Cela nécessite un appui dorso-lombaire. A l'inverse la tradition orientale ressent le nœud comme un appui ventral. Selon le

premier point de vue, et par désir d'une attitude humble, on ne manifeste pas extérieurement « le cœur au ventre ». Contrairement dans le second, on se donne, et on manifeste ce désir « d'avoir du cœur au ventre ».

Cette opposition apparente n'existe pas dans la réalité, seul change le niveau et l'angle d'observation. La tradition occidentale met l'accent sur « l'homme arrière » et voit une faiblesse qui s'élève de Terre et doit se purifier pour accèder au Divin. La tradition extrême-orientale considère si l'on peut dire « l'homme avant », lieu de l'incarnation de la force cosmique et source de la puissance positive. Si on déserre sa ceinture lors de la méditation, on peut avantageusement appuyer sur le « Tan T'ien », et « remplir » son ventre, parce que l'on ressent sa faiblesse, et qu'on n'a pas encore « de cœur au ventre ».

En Aïkido, le port du hakama donne la sensation d'être fort de partout, en particulier parce que les lombes sont renforcées par le « dossard » et la localisation du « Point Unique » par le nœud des cordons. Cette sensation n'est pas une illusion d'une part parce qu'un contact corporel n'est pas subjectif mais lié au tact, donc sensitif, d'autre part parce que les localisations répondent à des images mentales partagées par tous les hommes, et future manifestation (par le ventre), et force de faiblesse humaine acceptée. Reconnue et assumée nous utilisons cette faiblesse du tonus lombaire à des fins culturelles. A l'issue de notre périple et de notre progression, de notre combat intérieur, et de notre vie, nous pourrons dénouer la ceinture, et abandonner pleinement notre volonté à celle du Père.

Nous pensons que l'idéal résiderait dans le port d'une ceinture grise car si en naissant nous possédons une science manifestable, donc la ceinture noire, avec le travail, la sueur acide attaque la couleur et l'éclaircit. Le gris est la couleur de la cendre et de la re-naissance. Par ailleurs, en acceptant une ceinture blanche de débutant dans la vie, par le travail volontaire, nous constatons que la sueur fait adhérer les poussières de notre labeur au tissu, ce qui tend à le rendre grisâtre, et qu'au niveau des nœuds, la « peau » de la ceinture s'use et laisse apparaître la trame, qui est noire à l'image du Non-manifesté. N'est-ce pas au niveau de cette ceinture et plus particulièrement à celui des nœuds de coordination physique et mentale, que se réalise la jonction du Noir et du Blanc ? N'est-ce pas au niveau de cette extériorisation de notre Centrum que s'unissent les principes complémentaires ? prenons donc une ceinture large et épaisse, qui nous soutiendra, et par sa présence nous ramènera toujours vers notre

propre Centre. Elle ne sera plus le ruban qui sangle notre veste, mais elle mettra l'accent sur la signification par rapport au geste, et de l'intention par rapport à l'action.

Le pratiquant correctement éduqué abordera par petites et incessantes étapes, par petites bouchées, cinq grandes phases qui le mèneront à la réalisation parfaite de son Art.

— A la première, Sho Mokuroku, le débutant bloque les attaques, et crée une opposition, avant de réaliser une technique. Ses actions sont décomposées, angulaires. Il pratique une forme de travail carré, et musculaire.

— A la seconde, Jo Mokuroku, l'exécutant réalise ses déplacements corporels en girant, et peut de la sorte absorber-orienter et guider les énergies. Il pratique une forme de travail triangulaire.

— A la troisième étape, Hon Mokuroku, l'adepte amplifie les actions adverses à leur paroxysme, sans blocage, ni phase de stagnation. Le physique et le mental s'unissent, c'est la forme du cercle. Il commence à percevoir son Centrum.

Cette phase de travail conduit vers une maîtrise physique. (Coordination des 6 Exigences fondamentales.)

— Avec la quatrième, Menkyo, l'homme commence seulement à pratiquer l'Aïkido, car il réalise les mouvements en parfaite coordination avec les attaques ; malgré la rapidité de celles-ci, tout en ignorant leurs provenances ; il se trouve en parfaite « instantanéité », en « sen-no-sen ». Il entre dans le « croissant » du stupa, en s'identifiant à l'Ether, ayant transcrit en son corps et son esprit unifiés, les 5 Principes de l'Aïkido.

— Enfin lors de la cinquième phase ou Kaiden, il tente de réaliser en permanence l'unité. Pour lui la dualité, l'attaque et la défense, n'ont plus de signification. Il vit et agit spontanément. Après avoir réussi à contrôler la « Petite Circulation céleste » (union de Kan, l'Eau, ☵ et de Lî, le Feu, ☲ au sein de son « Athanor »), il a conduit le Qi en résultant, et réalisé en lui, la « Grande Circulation céleste » symbolisée par le Koua n° 63, KI TSI. ䷾ (Voir Livre III, Chap. I.)

Les deux dernières phases du travail correspondent à une évolution subtile. La QUALITE de l'esprit TRANSMUE l'action physique. C'est l'aboutissement d'une MENTALISATION ABSOLUE du GESTE SIMPLE, que symbolise ䷎ l'hexagramme n° 35. TSIN, soit « l'HOMME de BIEN », qui « PUISSANT EXTERIEUREMENT, et VIDE INTERIEUREMENT (au sens taoïste), MAITRISE son ART, ECLAIRE, TOLERE, et PACIFIE.

Mais au préalable n'oublions pas les obstacles que rencontre l'étudiant sur sa route :

— Nous constatons que l'état dans lequel nous vivons n'est pas satisfaisant, ce qui nous incite à y porter remède après avoir perçu :

- La plainte et l'appel de la Terre,
- La décision du Divin de répondre à cet appel en tant que Protecteur,
- Son intervention, et sa « descente » parmi nous.

— La lutte que le disciple doit mener pour triompher des obstacles qui résultent de sa condition physique d'humain, soit :

- L'amour maternel possessif,
- Les dangers qui apparaissent dès la prise de conscience du corps physique,
- Les entraves venant du milieu, des parents et éducateurs.

— Les désirs de stagnation inhérent à la recherche, soit :

- Le manque de discrimination,
- La tentation de s'attarder aux étapes,
- La tentation de se consacrer exclusivement aux activités matérielles,
- Les charmes qu'exercent les apparences et voilent la réalité.

— Les tentations qui apparaissent dès l'atteinte des résultats partiels, soit :

- L'orgueil qui ramène à l'égo, et interdit l'adhésion à l'Unité.
- La tentation de confier au corps physique les pouvoirs acquis.
- La tendance à vouloir trop demander au physique,
- La crainte de se présenter tel que nous sommes, c'est-à-dire nus, devant le Divin,

— La domination des « divinités », ou tentations subtiles et puissantes, qui demeurent, (alors que les « démons » pré-cités ont été vaincus), soit :

- Les revendications de l'intellect,
- L'immobilité dans l'indifférencié.

C'est ce que résume : « Les Sages nous ont expliqué que les fruits du savoir spirituel sont d'une autre nature que ceux de la connaissance matérielle », « car lorsque se défont tous les nœuds du cœur, alors ici même, dans cette humaine naissance, le mortel devient immortel ». (Kathopanisad II,3,15.)



C'est pourquoi Susano-wo, frère cadet d'Amaterasu-ô-mi-Kami, lutte contre les dragons. (d'après une estampe du XIX^e siècle.)

« Comprends que les désirs sensuels sont la première armée de ton ennemi. Le découragement et la tristesse sont la deuxième armée, la faim et la soif sont la troisième armée, les attachements sont la quatrième armée, la paresse et la somnolence sont la cinquième armée, la peur et la terreur sont la sixième armée, le doute et le remords sont la septième armée, la haine est la huitième armée, l'amour égoïste du confort et des louanges est la neuvième armée, l'orgueil égoïste et la satisfaction de soi sont la dixième armée. » (Grand Maître Chih-Chi.)

En concordance avec tout ceci, et en dernier lieu, il ne faut pas oublier les recommandations du Sage Uyeshiba répondant à son élève André Nocquet, et que nous pouvons considérer telle une part significative de son testament spirituel. (Lettre du 23 juillet 1958).

> « ... Ce n'est pas à moi qu'il faut être fidèle, mais à ce qu'enseigne l'Aïkido. Il faut suivre la Voie que j'ai tracée pour tous, en se purifiant constamment, en agissant loyalement, en étant droit et chaque jour un peu plus modeste.
>
> Alors, vous pourrez dire que vous m'avez suivi, car tel a été mon but toute ma vie. Je vous remercie, et souhaite de toute mon âme que vous suiviez ce chemin. Je vous aiderai de mon mieux. Vous aurez du mal, car les cœurs et les esprits ne sont guère empreints de sagesse. Mais essayez, ce sera pour vous un grand bienfait. »

« Je n'ai pas le droit de juger ce que font les autres. Je peux dire que l'Aïkido-Jiu-Jitsu, n'est pas mon enfant. Je n'ai pas créé une méthode semblable. Pour moi, elle est « autre chose », chacun sur terre fait ses expériences, c'est tout de même un bon exercice, mais il y manque la Lumière du Ciel qui touche le Cœur et se répand dans tout le corps. Ce n'est pas mon enfant, mais ce n'est pas une raison pour ne pas l'adopter...

...« C'est une lourde tâche d'inculquer l'Aïkido aux hommes, qui sont si lourds d'âme en ce moment. Travaillez à faire fleurir la grande philosophie qu'enseigne l'Aïkido, semez-là sur tous les tatami de France et d'ailleurs.

...« De "grands chefs" il n'y en a pas, chacun doit faire de son mieux. Dès l'instant qu'il accomplit sa tâche avec son cœur et son âme, c'est toujours bien.

« Continuez uniquement à enseigner dans l'Amour. On n'est pas assez modeste autour de vous, chacun se gonfle comme une grosse goutte d'eau. Il faut se faire tout petit pour recevoir les rayons du Ciel et de la Lumière. Même vous parfois vous vous faites goutte d'eau trop grosse. Mais j'ai semé en vous de la pureté et quelques bonnes choses à cultiver.

« Répétez bien autour de vous qu'il faut se faire tout petit et accepter chaque jour ce qui nous est offert.

« Ecoutez celui qui enseigne, faire ce qu'il dit, jusqu'à ce que soi-même l'on puisse enseigner aux autres.

« Vous avez très peu de bons élèves où la Lumière peut entrer, mais la plupart pourraient être « lavés » afin qu'un petit rayon puisse passer. C'est là votre tâche terrestre.

« Passer des "dan" n'est pas capital, ce qui est essentiel, c'est de passer des "dan d'Amour".

« Se faire tout petit, alors à la mort, on se retrouve très grand.

« Peut-être vous donnerai-je d'autres conseils par l'intermédiaire de Maître Murashige que vous devez suivre, car il est mon unique représentant en Europe. Parcourez votre route avec foi, je suis content dans l'ensemble. »

Nous noterons au sujet de l'expression « Amour » , et cela afin d'éviter toute confusion avec les concepts « amour spirituel » des Européens, « amour mystique », voire « platonique » et même « sensuel », que le terme employé par le Sage Uyeshiba serait quelque

chose de très proche du « JEN » taoïste chinois, ou un ART DE VIVRE très japonais (bouddhiste et shintoïste mêlés), soit un HUMANISME SOCIAL fondé sur la SYMPATHIE et la CONCORDE entre les HUMAINS.

Ce comportement est signifié par les Emblêmes hexagramatiques :



PÎ : l'Assistance mutuelle, la Solidarité, l'Equité, s'orientant vers :



THAÊ : « l'union et l'harmonie des éthers du Ciel et de la Terre », soit la Paix et la Prospérité, de façon que se réalise :



THÔNG JEN : L'union fraternelle entre hommes semblables, qui libérés de tout égoïsme (parce qu'ayant traversé le « désert »), ne perçoivent plus au sein de l'apparente diversité, que le battement d'un seul et même « Cœur », ce qui leur permet de s'engager dans une Voie collective, et d'agir avec :



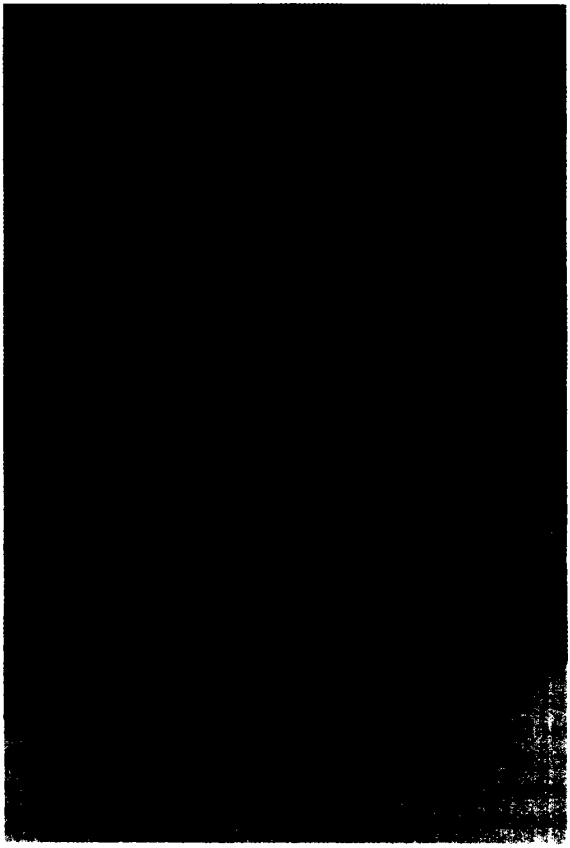
TSHONG FOU : Foi intérieure, Confiance, Certitude, Droiture, Plénitude de facultés et en Concorde (Union des cœurs et des volontés).

Toutefois, et tant que l'individu ne réalise pas son unité, soit :

Intuition + Intellect = Etat supérieur de Conscience,

il ne peut comprendre le double aspect de la « Matière ». C'est à ce niveau, qu'il faut entendre que « Egalité » et par conséquent sur le plan humain, la « Paix », ne peut exister que dans la « dématérialisation », c'est-à-dire la SPIRITUALISATION.

Ces très belles paroles et tous les enseignements que nous avons retirés des Maîtres qui nous ont précédés, montrent quel attachement nous portons à nos prédécesseurs, et prouvent que nous sommes imprégnés de traditions. Cette évidence nécessite une réflexion sur ce lien, et sur l'apparente contradiction entre Tradition et Création.



Maître Aritomo Murashige.
(9 ème Dan).

Il faut observer que Tradition et Création ne s'opposent pas, que la « Querelle des Anciens et des modernes » ne saurait exister. En d'autres termes, cela signifie qu'il est nécessaire de ne pas rejeter mais de considérer de manière positive l'esprit féodal qui règne dans les Arts martiaux, et cela dans tous les pays. Cet esprit est issu de la société hiérarchisée nippone caractérisée par l'obéissance, la discipline, le respect du supérieur et le refus de l'initiative individuelle. Si

le génie propre à ce peuple s'est exprimé à travers une civilisation originale et riche, cela ne veut pas dire qu' « à notre tour » il faille copier servilement, et oublier les caractères spécifiques de notre époque, de notre société et du mental qui en résulte. Nous sommes apparemment en pleine contradiction puisque nous affirmons la puissance de la tradition à laquelle nous désirons nous soumettre, mais aussi le droit à l'originalité et davantage, à la création.

Mais quel est le sens du mot Tradition ?

Au sens étymologique du latin « tradere », il s'agit de ce qui est transmis. Ce mot implique assimiler la connaissance des Anciens et la retransmettre fidèlement et surtout et avant tout re-trouver l'esprit qui a présidé à leurs œuvres, esprit intemporel, universel. Dans le cas de l'Aïkido, c'est celui du Sage M. Uyeshiba qui marque la différence entre l'esprit et la lettre, et ECARTE IRREVOCABLEMENT L'IDEE de TECHNIQUE ARCHETYPE d'une vérité. La Tradition demande à l'élève fidèle de retrouver l'esprit de création qui a animé les Maîtres, d'assimiler l'enseignement, de réaliser en lui selon ses dons et son niveau de conscience, une synthèse pour à nouveau transmettre à d'autres. Ainsi donc, seuls des esprits superficiels peuvent voir des manques à l'orthodoxie, là où ils devraient reconnaître une des facettes de la Réalité trop riche pour être possédée par un seul.

Cet esprit qui souffle où il veut, habite le vieil homme, qui parfaitement maître de lui-même, joue et rit avec ses jeunes partenaires. Au bout d'une vie bien remplie, il a ceint à nouveau une ceinture blanche, sans doute un peu plus large, pour symboliser l'accomplissement. Elle signifie que le cycle d'une vie d'étude est achevé, et par le jeu de la spirale logarithmique, il se trouve au seuil d'un nouveau cycle situé sur une octave supérieure.

CHAPITRE III

L'AÏKIDO PROCEDE DE LONGUE VIE

« Le Rêve impossible d'Immortalité...
La quête Alchimique...
Et pourtant les arbres et les fleurs nous enseignent que toute forme créée doit connaître flétrissement et destruction.

Or nous participons de nature à tous les événements cosmiques.
Alors en réponse à la puissance dévoreuse du temps,
l'homme élabore des gestes et des actes en vue d'accroître sa vie et d'éloigner la mal qui est rupture d'harmonie entre le monde et notre corps-esprit.

Tel est le but des « Mouvements-Univers » de notre Art.
L'union du mouvement spontané et du geste sacralisé ré-ordonne en profondeur
l'esprit re-devenu réceptacle des forces naturelles,
tandis que la spontanéité implique la liberté d'un corps,
que l'on délivre chaque jour de la gangue du temps. »

A. KUANG

1. La colonne vertébrale axe du T'ai-k'i humain

LA NOTION D'EFFICACITE PAR LA PRATIQUE DE L'INTERNE

Lorsque dans un Dôjô, je regarde un pratiquant, souvent pour apprécier le mouvement, je considère l'architecture de son corps et le perçoit comme une succession de T'aï-k'i sur tous les plans articulaires gravitant autour de son axe vertébral.

Le langage « ensembliste » gagne progressivement toutes les activités humaines. La notion première adoptée est celle d'ensemble. Nous savons qu'un ensemble est formé d'éléments, et que les

sous-ensembles comprennent une partie de ces éléments. Entre deux ensembles peuvent exister des bijections, car il est possible à tous les éléments d'un ensemble de faire correspondre un élément de l'autre ensemble et inversement. Ceci s'applique entre autre aux jours qui s'écoulent. Mais, si à un entier nous associons l'entier pair qui est son double, et inversement à tout entier pair sa moitié, nous obtenons un parfait dictionnaire, entre les ensembles, celui des entiers, et une partie de ce dernier, celui des entiers pairs. Les possibilités qu'offre la théorie des ensembles pour le pratiquant d'Aïkido, les musiciens, les peintres et les mathématiciens, sont celles des ensembles infinis. Il ne peut en être de même lorsqu'il s'agit d'un ensemble composé d'un nombre fini d'éléments et dans ce cas il ne peut s'agir que d'Aïki-jitsu.

Tel un « Mécano », notre Art est constitué par la combinaison de mouvements de base, les « Aïki-taiso ». Analysés séparément, ils se révèlent comme de remarquables éducatifs. Etudiés systématiquement, ils deviennent une gestuelle psychosomatique. Harmonisés intérieurement, ils s'avèrent être des exercices privilégiés de conduite d'énergie.

Ces structures élémentaires apparaissent fréquemment dans des situations de mathématisation du concret. On peut en les dégageant pour elles-mêmes, instaurer une grande économie de moyens à travers tout horizon d'application, et éviter ainsi dans de multiples situations complexes, de rééditer le même raisonnement, la même attitude et la même perte de temps.

Les structures simples doivent s'emboîter les unes avec les autres, de façon à composer et réaliser la richesse de modèles complexes et efficients. En d'autres termes, nous dirons qu'il existe une méthode pédagogique, en ce qui concerne l'Aïkido, que nous concevons de la manière suivante :

— Il convient, certes, de répéter des années durant les techniques fondamentales, et sans pour autant s'arrêter à la satisfaction immédiate de pouvoir exécuter une « prise », et de jouir plus ou moins consciemment de la finalité qu'est la projection ou la prétendue maîtrise... Ce serait se fixer sur l'Externe.

— Il faut avant tout, par l'éducation méthodique et scientifique, prendre conscience de son propre comportement, et par le truchement de procédés de stimulation et de recharge énergétique, des balancements, rotations, exercices digitaux, girations, station accroupi-assis, exercices de tension et de relaxation, d'expansion et de densification du Centrum, associer parfaitement les phases de la respiration à celles de l'action mentale et

physique, puis aborder la conduite du Souffle. La synthèse de ces pratiques est l'association du « Zengo undo, du Sayu choyaku undo et Ude-furi choyaku undo », à partir de laquelle l'étude de l'Aïkido, de l'Aïki-Ken et du Bâton devient un véritable et relativement simple jeu de conduite d'énergies. Ces pratiques axent l'étudiant sur l'INTERNE.

Nous éviterons ainsi l'étroit canal, celui de la seule répétition incessante des techniques guerrières ou policières, d'où découlent des attitudes plus ou moins justes parce que faussées par des efforts musculaires de compensation dont il est extrêmement difficile de se défaire.

Cette pédagogie a pour origine l'idée du Pr Koichi Tohei. Elle permet à tout débutant qui veut bien méditer sur cette démarche, d'acquérir en quelques années par la rectitude de son buste et la mise en vibration de son centre, une attitude globale qui confère à son détenteur la disponibilité, et donc la possibilité d'étudier les détails inhérents aux différents mouvements. SA MUSCULATURE DETENDUE LUI PERMET D'AGIR TELLE UNE SPHERE REBONDISSANTE DONT L'AMPLITUDE DES DEPLACEMENTS A UN EFFET EXPANSIF SUR LE PARTENAIRE ET EVITE LES SOLLICITATIONS ARTICULAIRES DOULOUREUSES.

L'initiation par l'étude de l'historique des notes, gammes, quintes, octaves, sixtes et de l'harmonie, permet de s'intégrer dans un orchestre, de devenir soliste, puis chef d'orchestre et même compositeur. Cette démarche, que certains découvrent, leur fait dire « pour arriver à jouer librement, il faudrait abandonner tout formalisme, réapprendre humblement les bases et de la sorte faire des gammes ! ». Ces réflexions sont normales et s'inscrivent parfaitement dans l'ordre des choses. En évoluant, le pratiquant rejette le superflu de façon à se libérer et à pouvoir tendre vers la synthèse.

La véritable efficacité découle des critères indissociables et fondamentaux que sont les 6 Exigences. Leur conjugaison permanente et simultanée à travers les postures accroupi-assis, de nombreux test de coordination (qui rendent toujours plus humble l'expérimentateur), la pratique systématique des exercices callisthéniques (liée à la visualisation des flux énergétiques), et les mouvements de l'Aïkido vivifiés par des formulations, procure l'unification psycho-somatique.

Ces Exigences consistent à :

1. ADOPTER une ASSISE et une RECTITUDE CORPORELLE PARFAITE.
2. Se RELAXER en PERMANENCE le mieux possible.
3. RESPIRER CALMEMENT et CONSCIEMMENT.
4. Se CONCENTRER et se MAINTENIR AXE sur le CENTRUM.
5. SITUER les ZONES YIN et YANG, le YIN se trouvant sur toutes les FACES INTERNES et EXTERNES ORIENTEES vers le SOL, et dans la posture debout dans la partie coporelle située en DESSOUS du CENTRUM.
6. DIRIGER et FOCALISER intérieurement et extérieurement le KI, puis l'EXPANSER et le RAYONNER dans toutes les directions...

...la tentative du rayonnement du « Cœur » restant le but du travail.

La conduite des souffles physiologiques et psychiques ne peut se réaliser qu'une fois ces critères harmonisés. C'est pourquoi la compréhension du bien-fondé de la méthode, contribue à éloigner le débutant, du concept « prise ou technique » et le fait cheminer vers celui de « mouvement », puis comme nous l'exposons dans « l'Aïkido : Expression de la Dynamique Cosmique » (Livre V, chap. 2), vers celui de « Mouvements-Univers ».

LA RESPONSABILITE DU PRATIQUANT VIS-A-VIS DE SES PARTENAIRES ET DE LUI-MEME

Pour de très nombreux pratiquants et quelque soit la discipline ou l'Ecole à laquelle ils se réfèrent, l'effort se trouve axé vers une « efficacité » morbide, qu'ils désireraient quasi immédiate ! Certains enseignants occidentaux et extrême-orientaux, se trouvant entraînés par le courant de civilisation actuelle, proposent des techniques qui satisfont les sens avides de ceux qui cherchent un exutoire à leur libido et à leurs complexes. Parfois, s'agit-il d'inconscience ? Toujours est-il que certains experts n'hésitent pas à pratiquer eux-mêmes des techniques « foudroyantes » au témoignage de leurs élèves. C'est ainsi que l'on peut entendre : « Il possède un Aïkido qui tue ! » expression paradoxale dans la bouche de « ceinture noires » se référant d'experts nippons, lorsque l'on connaît l'éthymologie du terme, et les préceptes du Sage Morihei Uyeshiba.

N'oublions pas que la colonne vertébrale, « arbre de vie », déjà atrocement sollicité par nos conditions de vie assise, et par l'automobile, est beaucoup plus fragile que vous le ne supposez. Songez, aux néophytes qui, pensant découvrir en l'Aïkido une culture et une thérapie pour eux-mêmes et leurs enfants, ne voient que des « excités » qui appliquent avec des masques crispés, des techniques brutales, leurs partenaires étant plus moins identifiés à des ennemis.

Sans aborder les idées de Morihei Uyeshiba sur l'art de s'engager (Irimi), nous conviendrons que, selon l'exemple précité, l'acceptation de telles contraintes, dont l'origine provient d'une conception fruste de la discipline, se traduit rapidement par des troubles consécutifs aux ébranlements du rachis et plus particulièrement des segments cervical et lombaire. Sachant que la simple action de se baisser brutalement, en avant ou en arrière, crée à l'extrémité des vertèbres un effet de couple, en « casse-noix », dont le pression est de 1 000 à 1 200 kg/ cm^2, vous ne vous étonnerez nullement de souffrir de migraines et autres maux avec de telles pratiques.

Le remarquable P^r^ Tohei exécute l'art de « Kokyu nage » en absorbant et en conduisant son partenaire au centre de son polygone de sustentation. En une deuxième phase, il lui soutient la nuque (sa main servant d'appui-tête), la main libre « miroir à alouette » décrivant un cercle ou un geste symbolique. En une troisième phase, il fait pivoter son bassin, laisse son partenaire rouler à ses pieds, et s'il le juge nécessaire, continue à protéger la nuque de tout contact avec le sol. Par contre, si son partenaire sait chuter correctement, il accentue le déséquilibre (absorption par ude-furi choyaku), ce qui se traduit par une roulade avant du subissant, ou par une glissade, la nuque en aucun moment n'ayant été sollicité. Le même esprit de sauvegarde du prochain, apparaît avec les « kote gaeshi » exécutés sans sollicitations de l'articulation du poignet, « kaiten nage », et l'ensemble des mouvements.

Il est loisible à ce sujet de méditer sur une photographie de la collection de M. Jean Greslé, prise l'hiver 1967, dans l'ancien Dôjô de Wakamatsucho, et publiée dans « La Voie du Dépouillement. Ecole de la respiration », de M. le P^r^ I. Tsuda. Lors d'un « kokyu nage » exécuté avec M^me^ J. Greslé, on y remarque le toujours souriant et très attentionné P^r^ Uyeshiba, contrôler le déséquilibre, en maintenant la nuque.

Soyez conscient lorsque vous voulez à tout prix, par immaturité, prouver votre pseudo-virilité, aux conséquences, d'ordres somato-psychologiques, malheureuses et parfois irrémédiables, qu'une action

sur le poignet « kote mawashi » mal effectué provoquera sur le chirurgien ou l'ajusteur qui vous faisait confiance. Certes, si entre ceintures noires il est agréable et indispensable, jusqu'à un certain degré, de s'extérioriser ; après réflexion vous vous apercevrez que c'est la méconnaissance des Exigences et celle des 5 Principes régissant la Discipline, qui vous interdisent d'acquérir la véritable SOUPLESSE et de devenir bienveillant vis-à-vis de votre partenaire.

La pratique désordonnée ou compétitive des Arts martiaux, compris comme sports de combat, est à l'origine d'épistaxis, contusions, hématomes, subluxations et fractures des membres et plus fréquemment de la face. Relevées par le Dr Schaer, en 1979, les statistiques d'accidents déclarés, données par la Fédération Française de Judo et Disciplines Associées, classaient en premier des sports de combat les plus dangereux au niveau dento-maxillo facial, le Karaté avec un pourcentage de lésions de 53 %, en second le Judo 31 %, le Kendo 12 %, et l'Aïkido 4 %.

Malgré ce faible pourcentage, ce chiffre nous fait déplorer la pratique fruste des techniques « d'Aïkido » considéré comme « sport de combat, procédé de self-défense, et Ju-Jitsu supérieur » selon les considérations.

Quant aux simulations d'atemi mal-contrôlées, elles sont causes de luxations, de fractures des membres et du visage. Les renversements en arrière appelés communément « Irimi nage » avec l'application inconsidérée du bras quand ce n'est pas de la main sur le front, le visage ou le menton, créent et entretiennent des hyperflexions exagérées et répétées des segments cervical et lombaire. Ils engendrent des traumatismes à effets retardés qui se traduisent dans le temps par des subluxations et leurs effets. Par ailleurs les flexions arrières de la tête altèrent et annihilent toutes réactions de défense physique, sociale et spirituelle chez les sujets qui les subissent, aussi refusez-les catégoriquement.

N'ayez crainte de vous « dévêtir » de façon à redevenir un petit enfant. En regardant les magnifiques trophées et coupes, orgueils de certains clubs, pensez aux sportifs qui les ont conquis au détriment de leurs ménisques, coudes, côtes, chevilles, poignets et surtout vertèbres. Ils ne pratiquent plus, n'ont rien compris aux maximes édictées par les Sages, alors que vous espérez jouer jusqu'à un âge avancé avec ceux qui vous permettront de rester toujours jeune et alerte. Ne confondez plus enfin, puissance et force musculaire, brutalité et efficience, maîtrise et fixation. Etre efficace ne signifie nullement léser.

N'oublions jamais à ce propos que les manipulations d'armes vulgaires ainsi que les pratiques mal interprétées, sont des signes évidents de faiblesse psychique. Ces procédés symbolisent les « béquilles », et révèlent un état pathologique certain. En confinant le pratiquant dans ses craintes et sa peur inconscientes, elles contribuent à le plonger plus profondément au fond de sa propre geôle.

LA COLONNE VERTEBRALE AXE DU T'AI-K'I HUMAIN

« Toute bande de peau, tout muscle, tout organe est en relation avec une vertèbre. »

DJÉRINE

C'est notre colonne vertèbrale qui en premier lieu nous soutient, et fait de nous des hommes forts, des malades ou des impotents. Sa constitution est réalisée à partir d'éléments osseux, les vertèbres, désolidarisées les unes des autres par des disques fibro-cartilagineux, véritables amortisseurs encaissant d'innombrables sollicitations. Ces disques composés de lamelles concentriques, dont la texture évoque celle d'un ressort à lames, possèdent en leur centre un noyau pulpeux, dont l'élasticité dépend de sa richesse aqueuse. Malheureusement pour nous, ces noyaux demeurent relativement fragiles et leur détérioration consécutive à l'écrasement d'un disque, peut provoquer une hernie de ces derniers. Par ailleurs, ces disques s'usent et notamment celui inclus entre la cinquième lombaire et le sacrum.

Dans ses ouvrages d'actualité permanente, le Dr A. de Sambucy écrit : « La colonne ne casse que rarement par rapport aux chutes que l'on fait dans une vie. Elle plie, se tord, mais ne rompt pas. Elle est, avec le système hydrolique céphalorachidien d'équilibration des poussées, le plus beau système mécanique du corps. C'est qu'elle est variée, et participe de tous les tissus. Elle les contient tous ; tous les types d'élasticité du zéro à l'élasticité maximum se relaient pour travailler, aboutissant à des compensations incompréhensibles. Elle suit. Elle se souvient. Elle tient comptabilité, elle précède, par son fléchissement, les désastres lointains de la vieillesse qu'elle augmentera à son tour. Elle sent de loin les excès, les veilles, les préoccupations, les anxiétés. On la voit irrémédiablement se courber

quelques années après. Elle se souvient des injures, des maladies de l'enfance. Elle met du temps à s'écrouler, et en met autant pour se réparer... »

La pratique mal comprise ou orientée des disciplines martiales se trouve à l'origine de subluxations vertèbrales et de lésions articulaires, qui bien que ne revêtant pas une gravité extrême à l'origine (sauf accident) n'en demeurent pas moins néfastes par leur répétition. C'est pourquoi il est nécessaire de poser le problème, afin que nous adaptions notre pratique, vis-à-vis de nos partenaires et de nous-mêmes.

A ce sujet, rappelons que LA SOUPLESSE L'EMPORTE TOUJOURS SUR LA PUISSANCE MUSCULAIRE, en AIKIDO.

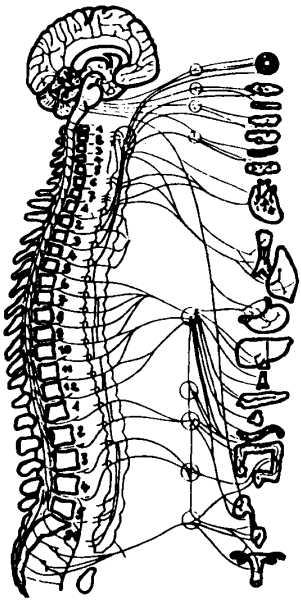
Aussi et dans le but d'éviter toute aggravation et de DEFENDRE vos VERTEBRES et ARTICULATIONS contre les innombrables sollicitations dues aux chocs d'origines diverses, traitements brutaux, métiers debout, accélérations, désaccélérations et virages brutaux en automobile, ports de charges et des ans, sports violents, chutes non contrôlées, extensions, flexions et rotations brusques ou forcées de la tête, rhumatismes, décalcification et affections psychiques, vous REFUSEREZ les chutes plaquées et certaines sollicitations articulaires répétées.

En Aïkido, le Pr K. Tohei est formel, les chutes plaquées n'existent pas, et sont à proscrire formellement. Tout déséquilibre doit être rattrapé par une roulade. C'est pour cette raison que les techniques dites « projections de hanche » exécutées avec un contact et une élévation du bassin, demeurent étrangères à l'art défini par O Sensei Uyeshiba, la trajectoire du partenaire déséquilibré, devant se dérouler sans heurt, soit autour de l'axe fémoral, soit autour de celui des lombes, la conduite des énergies ne devant en aucun cas être contrariée. Par ailleurs, les chutes plaquées résultent de techniques inconsciemment motivées par le désir de marquer un « ippon », ce que le jargon exprime par « planter » l'adversaire. En fixant le psychisme et le physique de l'exécutant comme ceux du subissant, les « koshi nage » (déséquilibres enroulés autour des hanches ou des lombes) lorsqu'ils sont pratiqués avec contact, comme en Judo, rompent le déroulement harmonieux et suivi des actions.

En ce qui concerne les mouvements basés sur le contrôle articulaire, nous remarquerons que leurs mauvaises exécutions provoquent des sollicitations exagérées, et leurs répétitions des lésions. Si, après des cours caporalisés, (il ne vous est pas demandé de subir un entraînement de policier ou celui d'un soldat d'antan) vous regagnez

votre domicile où votre lieu de travail avec des articulations douloureuses, une épaule bloquée et plus fréquemment des signes évidents de lombo-sciatalgie et de cervico-brachialite, sachez qu'il n'y a pas eu de surveillance par l'enseignant, de la façon de faire de votre partenaire. Mais, comment faire comprendre à une mentalité exacerbée par le mythe de la puissance « musculaire », la haute valeur éducative d'un kata de bâton, d'un tao de style Pa Kua Chang ou Hsing I Chuan ou encore de T'aï-k'i K'iuan, et des infiniments souples mouvements démontrés par le Maître Uyeshiba ? Oui, nous précisons bien, les infiniments subtils spirales qui arrivaient aussi légères qu'un alizé, et déséquilibraient ou maîtrisaient avec une incomparable efficacité, sans heurt, sans contrainte, sans qu'aucune tension psychique et physique n'apparaissent, parce qu'exécutées avec un total détachement.

Cette conception du véritable Aïkido, même acquise, vous devrez néanmoins porter vos efforts sur des pratiques qui associées à celles de votre discipline, auront pour but de freiner le délabrement inéluctable de votre structure osseuse, ligamentaire, musculaire, nerveuse et cérébrale.



Ce schéma indiquant les relais de chaque vertèbre avec les divers organes prouve le respect que nous devons porter à l'arbre de vie.

C'est alors que vous comprendrez la haute valeur thérapeutique des exercices qui permettent de :

— Masser les muscles et calmer les articulations par des assouplissements,
— Faire prendre conscience de la nuque et du dos,
— Se redresser et respirer,
— Détendre et assouplir,
— Tirer, allonger et débloquer,
— Muscler et haubaner,

Lorsque les 50 « portes vertébrales » des nerfs sont comprimées (trous de conjugaison), les pressions étant dues à la pesanteur, aux chocs mécaniques, aux subluxations, à l'arthrose ou à des malformations, l'influx nerveux ne circule plus entre le cerveau et le sympathique qui est le régulateur de la vie et bien entendu avec le reste du corps. Il apparaît alors de multiples perturbations, sources de dérèglements qui altèrent la vie organique et psychique. Cela peut se produire dans la pratique de certains sports, mais non dans celle de l'Aïkido bien compris.

Ces observations permettent, entre autres, de déceler les origines du comportement de certains pratiquants tant au niveau de leur port (tête penchée, subluxation, cyphose) que de leur garde (bras tendus, épaules bloquées, plexus rentré), de leur assise, de leur manière de se mouvoir (ventre creux, charnière dorso-lombaire rigide), de leur marche saccadée et de leurs déplacements rotatifs limités (genoux et pieds rentrés). Leurs sensations cinesthésiques ont été plus ou moins modifiées par le glissement des plans vertèbraux.

C'est pourquoi l'adoption d'une gymnastique d'assouplissement, de déblocage et d'entretien, appropriée à l'individu, permet indubitablement de préparer le corps, qui sera soumis ensuite à l'influence de la gestuelle.

2. Le phénomène douleur

DOULEUR ET ANGOISSE

Dans un Dôjô richesse des sentiments et des sensations...
Motivation secrète ou difficulté au sein de notre communauté, tout le mal vécu... Angoisse...
Un mouvement mal exécuté ou le poids du temps... douleur...

La douleur se situe à la limite de deux registres, l'un biologique, l'autre psychologique. Intimement liée à l'expérience humaine, les médecins et les philosophes la prirent comme champ d'étude commun. Il s'avère impossible de réduire ce phénomène à un unique schéma de pensée, car il nécessite une approche par les sciences exactes et une approche par les sciences humaines.

Le problème de la souffrance croît en complexité si on y mêle la notion d'angoisse. L'angoisse et la douleur appréhendées de différentes façons, sont étudiées selon un triple parallélisme : neurophysiologique, neurobiochimique, et fonctionnel. Ces études unissent étroitement la subjectivité de l'angoisse et l'objectivité de la douleur.

Toutefois, ni l'angoisse, ni la douleur ne doivent être considérées comme des sensations pénibles, et ce, pour la raison qu'elles jouent un rôle exclusif dans l'organisation de la personnalité dès le plus jeune âge. En effet, elles permettent à l'enfant d'envisager les limites de son moi par rapport à son environnement et au monde, puis de la sorte créer un préalable nécessaire à toute vie relationnelle.

Ces deux phénomènes sont considérés, par ailleurs, tels une alarme et un moyen de connaissance, car une voie s'établit entre le sujet et son environnement, même si la cause est interne. De plus, elles assument une fonction de protection efficace tant au niveau de l'individu, que face à des situations psychiques éprouvantes, ou à de graves blessures corporelles. En un mot, elles sont des accompagnatrices physiologiques de la maturité. C'est pour ces raisons que nous pouvons les considérer comme des fonctions physiologiques au même titre que la faim, la sexualité, l'agressivité et le sommeil.

En raison de l'importance de l'angoisse (de angustia = resserement) pour nos contemporains, nous nous attarderons sur ses causes et ses effets.

Par rapport à la douleur qui demeure plus localisée, l'angoisse envahit la totalité de l'être. Les phénomènes physiques diffèrent selon les sujets et se caractérisent par des intensités variables de sensation de serrement et de striction, matérialisées par :

— une asthénie sans cause mécanique, une inappétence permanente, des céphalées, une baisse de la libido, une insomnie à l'endormissement,
— et dans les phases aiguës par une oppression thoracique, une douleur épigastrique, une « boule » à la gorge, une gêne abdominale qui lorsque la striction s'intensifie prend l'allure d'épisode d'angor coronarien et de difficulté respiratoire évoquant la dyspnée.

Ces états s'accompagnent de signes neuro-végétatifs tels que pâleur, transpiration, sensation de froid ou de chaud, accélération du pouls, qui concomitants de l'émotion, signifient que sur le plan biologique l'organisme répond, et se défend. L'angoisse se manifeste parfois par un comportement d'irritabilité, et d'agressivité suivi ou faisant suite à des phases de repli et d'isolement.

Les conséquences de l'angoisse dans ses formes aiguës, sur le comportement du patient se traduisent soit pas des symptômes d'inhibition avec prostration, mutisme, perte de l'activité, soit par des symptômes de fébrilité, d'agitation, d'excitation et d'hyper-réactivité au bruit. L'angoisse dans ses aspects chroniques peut gêner considérablement la vie du patient, ce dernier ne pouvant participer à l'ambiance, et se confinant dans une attitude distante et réservée. Dans certains cas, ce qui peut paraître paradoxale elle s'avère stimulante, du fait qu'elle incite l'individu à ne pas accepter confort et quiétude. Dans ce cas, il est possible de parler « d'anxiété créatrice », sa rencontre avec une personnalité douée pouvant aboutir à une production fertile.

L'angoisse qui n'est qu'un symptôme, apparaît dans différents contextes nosologiques. On distingue l'angoisse névrotique, l'angoisse réactionnelle et l'angoisse psychotique.

— Dans le premier cas, il semble que les facteurs physiologiques jouent un rôle prépondérant, comme si l'organisme ne pouvait pas maîtriser les flux émotionnels, causés par des malaises affectifs. Il est possible que des perturbations humorales rentrent en jeu dans la production du symptôme (taux élevé de catécholamines qui accentue la fragilité du sujet à l'égard des stimulations du milieu).

— Dans le second cas, l'angoisse apparaît lorsque l'individu est submergé par un afflux de stimulants du milieu qu'il ne peut dominer par lui-même. Dans ce cas, l'origine peut être une agression morale d'ordre privé ou professionnel.

L'angoisse réactionnelle peut être encore une réponse à une douleur physique, à une maladie ou un accident. L'anxiété de surmenage qui résulte de la fatigue est particulière et doit faire l'objet d'un réaménagement de l'existence. Dans ce cas, l'accent doit être porté sur l'hygiène alimentaire, le sommeil, le travail et les loisirs. A ce sujet, nous remarquons qu'un sportif qui se sédentarise brusquement en raison de contraintes familiales, professionnelles ou médicales, présente des symptômes d'angoisse par sous-emploi musculaire, manque d'exutoire à son agressivité, et perte d'identité, alors qu'un entraînement modéré peut l'y soustraire.

Nous citerons encore l'angoisse iatrogène qui a pour origine soit la consommation de stimulants, soit au contraire un sevrage.

L'angoisse manifeste se dissimule derrière des aspects pathologiques, comportementaux ou caractériels :

— L'anxiété se masque par la consommation de médicaments, de tranquilisants, de tabac et d'alcool.

— L'anxiété induit au passage à l'acte, qu'il s'agisse d'agressivité, de conflits, de violence, de fugues ou de tentatives de suicide.

Enfin, nous rappellerons que les périodes de repos forcé ou de retraite sont souvent mal vécues par les individus hyper-actifs, pour qui le travail « forcené » était un moyen de fuite... la démobilisation les laissant face à leurs difficultés psychologiques sans aucun moyen de compensation.

Cette analyse succinte a pour but d'expliciter la conclusion suivante : Dans les Dôjô nous devons nous protéger et protéger les autres ne serait-ce que de nous-même, la règle à suivre serait de ne pas compenser notre mal-vécu sur nos partenaires. La mission de l'enseignement consiste à veiller à ce respect mutuel.

LA DOULEUR EN TANT QUE MECANISME DE DRESSAGE ET D'ADAPTATION

Chacun sait bien que les sensations douloureuses accompagnées de manifestations émotionnelles se traduisent par un changement quasi instantané et fondamental des structures individuelles. Le comportement de l'homme au combat et toutes les situations conflictuelles provoquent les mêmes retentissements.

La sensation douloureuse que tout pratiquant d'art martial perçoit en recevant des coups, mais avec plus d'acuité lorsqu'il subit des sollicitations articulaires, amène une suspension des relations normales avec le corps. La région douloureuse semble avoir une étendue démesurée. Elle paraît recouvrir les autres zones et les refouler entièrement. On n'est plus que poignet, coude, épaule, dent ou estomac !

La douleur est encore une véritable transformation du dialogue individuel avec l'externe, dialogue qui s'atténue progressivement pour ne plus être que douleur, écho de la douleur, et source ou négation de cette même douleur. La douleur est l'attaque la plus centrale et la plus violente, une intervention brutale au plus intime de notre existence. Elle est un état comparable à un sentiment, à la joie, à la colère, au

chagrin ou à l'angoisse. Qu'elle soit physiologique ou morale pour peu qu'elle persiste, elle devient véritablement, l'anéantissement du Moi dans le corps de la souffrance.

Toujours est-il que de nos propres sensations, alliées aux descriptions de la douleur, il semble que le phénomène émotionnel ne puisse être une réponse à la douleur, mais que celle-ci apparaisse d'emblée, telle une émotion. Son stimulus est l'équivalent de la perception émotionnelle, soit la perception de l'objet (ou de la personne) qui va déclencher l'émotion. En fait, il en constitue déjà la première phase, et fait intégralement partie de ce cycle psycho-physiologique particulier qu'est le phénomène « émotion ».

Cependant, l'intensité de la douleur peut être compatible avec une certaine activité physique et mentale qui se déroule, tout en tentant de l'ignorer, ou tout au moins de la laisser à l'arrière-plan du champ de conscience. C'est ce qui se produit lorsque ne sachant pas encore bien chuter, votre corps heurte le sol, ou que dans les exercices de fixation, de « clouage », l'inexpérience de votre partenaire vous permet de reculer à l'extrême votre abandon. Mais, si ce partenaire est d'un niveau élevé et qu'à sa technique s'allie un parfait équilibre psychique, et la volonté de vous apprendre un exercice, ou de vous faire abandonner toute velléité, le seuil de la douleur supportable se trouve dépassé, et celle-ci en envahissant votre conscience, en faisant irruption dans vos fibres les plus intimes, vous désoriente totalement.

Cette sensation correspond à une puissance qui nous précipite dans un gouffre sans fond. Amplifiée et soutenue, la douleur peut atteindre une telle intensité, que le seuil où l'inhibition apparaît (variable selon les individus et les circonstances) déclenche la perte de conscience. Cet état peut être considéré comme une réaction normale, intégrée au mécanisme complexe de la douleur, qui en déconnectant l'ensemble, interdit la perception des sensations. Mais, l'évanouissement ne survient que sous l'effet de réactions automatiques que seul le dépassement d'un certain seuil autorise. Quelquefois, bien entendu, la douleur peut être une traduction émotionnelle qui s'ajoute au courant normal de la vie mentale à un moment précis, et dans d'autres, un fragment d'une perturbation d'ordre émotionnel auquel s'associent la crainte, la colère, la rancune et autres thèmes affectifs. Ni la perte de conscience, ni ces états affectifs mauvais ne se rencontrent dans l'Aïkido véritable, justement conçu pour les éviter.

La douleur instantanée est celle que les incidents de la vie nous procurent. Sa durée heureusement est relativement courte. Souvent, elle ne dure que le temps du stimulus. C'est le type de la douleur qui

survient lors d'exercices mal exécutés. Elle est vécue et perçue telle une brève alerte à laquelle s'associe le réflexe moteur de la rétraction du membre endolori, ou du corps tout entier comme le fait une méduse ou un lombric, effets dont on se sert en Aïkido non pour augmenter la douleur mais pour passer au stade de mouvements qui déséquilibrent.

Si inversement, vous désirez réaliser avec succès les mouvements tels que kote gaeshi, ou ce qui s'avère aussi délicat les 5 principes de contention, vous ne devrez jamais saisir le poignet de votre vis-à-vis, mais le frôler et épouser imperceptiblement sa trajectoire, de façon à éviter des rétractions et des contractions musculaires et mentales désordonnées, qui nuiraient au déroulement harmonieux de l'action. N'oubliez jamais que le moteur de chaque mouvement est celui qui « attaque », et qu'il importe avant tout de l'orienter judicieusement et jamais l'obliger, faute de quoi on exécute des techniques guerrières ou policières et non des « Mouvements-Univers ».

3) L'AÏKIDO PROCEDE DE LONGUE VIE

L'ART DE LA CHUTE OU LA DECOUVERTE DU LACHER-PRISE ET DU VIDE

« ...Il n'y a pas d'en haut,
il n'y a pas d'en bas !
Jette-toi ça et là,
en avant, en arrière,
toi qui est léger
Chante, ne parle plus ! »

NIETZSCHE
(Troisième livre de Zarathoustra)

« Plaisir de la chute...
Ne plus connaître l'espace comme la croisée d'une verticale et d'une horizontale.
Mais éprouver la dimension comme une particule tournant sur elle-même.

Enrouler en soi un moment d'espace.
C'est la saveur d'un instant d'oubli de la pesanteur... »

Ukemi qui signifie « passif, amorti », est l'effacement corporel qui en escrime japonaise permet d'éviter. Dans la pratique du Judo et de l'Aïkido, il est le procédé sans doute le plus difficile à maîtriser, celui qui consiste à pouvoir se réceptionner dans n'importe quelle position dès que l'on a perdu son équilibre.

L'ukemi est encore une subtilité qui permet d'utiliser la puissance que l'adversaire place dans une attaque ou une technique, de façon à la retourner contre lui. Sur le plan physiologique, l'ukemi roulé, évite d'une part les contacts brutaux avec le sol, et donc les lésions, et d'autre part les vibrations et leurs répercussions pneumo-neurologiques.

L'ukemi permet, par ailleurs, de se localiser dans l'espace autour d'un axe horizontal. C'est en fait un acte gymnique très important, car il renforce l'individu contre l'invisible et permanente action destructrice qu'est la gravitation, en allongeant dans la première phase, le rachis.

C'est par l'ukemi que se découvre encore l'union « homme-espace » et la sensation de légèreté.

Dans la posture debout, hara « souple », et en phase inspiratoire, l'homme se trouve en quelque sorte libéré de la gravité. S'il est évolué, il perçoit un étirement au niveau de ses lombaires et les espaces vertèbraux antérieurs et postérieurs devenant libres, il se sent maître de l'espace. Lorsque son dos se trouve orienté vers le sol, l'homme n'a qu'une vision, celle de l'espace supérieur, et il sent son dos adhérer à la terre. Enfin, lorsqu'il se trouve face au sol, son espace visuel est considérablement restreint, et bien que son dos soit libre, il sent la gravité écraser sa poitrine et son ventre. L'aspect visuel rétréci, soit qu'on tombe sur le dos, et encore plus sur le ventre, est angoissant. Il est celui du pratiquant d'Aïkido qui est maîtrisé. Inversement, le fait de rouler pour ne pas se trouver dans l'une de ses postures, libère de l'angoisse d'aller au sol.

L'ukemi, souple et arrondi, remplit encore un rôle salutaire dans l'entretien du rachis et des organes. En effet, ceux-ci étant tous suspendus à l'arbre de vie, ils ont tendance sous l'effet de l'âge et de diverses sollicitations, à se relâcher, à s'affaisser et à tirer sur les membranes qui les retiennent, elles-mêmes attachées aux vertèbres. Bien entendu, ils ne sont pas seulement maintenus de cette manière puisqu'ils se trouvent imbriqués dans une structure d'ensemble enrobée de tissus graisseux. La sollicitation en souplesse des vertèbres

lors de la pratique du « Zempo Kaiten Undo » (exercice de roulades continues) compris comme Aïki-taiso, et des ukemi roulés, suites naturelles de nombreux mouvements d'Aïkido, contribue à vivifier celles-ci, leur permet de tonifier la suspension des organes, et surtout d'atténuer les douleurs dues aux tractions internes. L'ukemi correctement effectué renverse les effets de la pesanteur et, tout comme le travail en position déclive préconisé par la gymnastique rationnelle, peut aider à remonter les ptôses.

Malheureusement l'ukemi, procédé de sauvegarde, voit son véritable rôle dévié au profit du spectaculaire et de la satisfaction de l'égo. Certes, lorsque la colonne vertébrale et les organes sont jeunes, souples et bien accrochés, les ukemi permettent aux jeunes pratiquants d'extérioriser leur fougue. Il faut cependant admettre qu'avec l'usure et l'âge, leur répétition devient néfaste et dangereuse.

Si sur le plan physique, la technique de contrôle de la chute permet d'éviter les lésions que provoque le contact brutal et répété avec le sol, dans l'Aïkido, Budo d'harmonie, elle prend une signification différente et revêt une toute autre dimension.

Pour symboliser notre Art, nous faisons appel à deux images qui sont la roue et la spirale. La roue pour sa part est très suggestive quant à la pratique de l'esquive et du contrôle de la chute, du fait qu'elle tient sa perfection dans sa rondeur. Au niveau de sa jante, la roue représente le mouvement, les mutations, les acquisitions, la mobilité, et au niveau de son moyeu, de son centre, l'immobilité, le repos, la quiétude et le vide. L'homme s'identifiant à l'axe du Ciel, c'est-à-dire à la « fusée », c'est au sein du vide du moyeu que réside le « maître » de l'énergie, et c'est autour de lui qu'elle rayonne et se déploie dans toutes les directions de l'espace et du temps. Par son déplacement rotatif, la roue symbolise encore parfaitement le mouvement d'émanation et de retour du Souffle. C'est la raison pour laquelle le véritable pratiquant d'Aïkido, circonférence dans la manifestation de son corps, ramène la manifestation vers son Centre, moyeu vide, et creuset de ses actions.

Tant que l'un des participants du jeu d'Aïki demeure sous l'emprise d'une technique, il tente de se débattre, continue à subir la douleur, reste menacé dans ses articulations et, à aucun moment, ne peut se rééquilibrer... Aussi, la seule issue quant à sa situation réside-t-elle dans le simple et pur abandon, car tenter de maintenir ce qui s'efface et par là-même disparaît, blesse... d'où la nécessité d'apprendre à « lâcher prise » de façon à se laisser aller.

C'est pour cette raison que le partenaire, jante d'une roue

déséquilibrée, en prenant le bâton se ré-unifie au moyeu de l'ensemble. Il se trouve rattaché à un centre, et peut en toute quiétude graviter dans l'espace et se libérer des emprises mentales et physiques déséquilibrantes. Alors semblable à l'oiseau de Nietzsche, il peut s'élancer à la conquête, à la re-conquête de la liberté qui incessamment s'estompe et disparaît...

Seul, le souffle autorise le contrôle du déséquilibre, celui du pas vers le vide et donc la chute. Une crêpe lorsqu'elle atteint le sol s'écrase, alors qu'un ballon correctement gonflé rebondit. Il en est de même en ce qui concerne l'homme qui chute. S'il expire au moment du contact avec le sol, il se blesse et subit le contre-coup de l'impact. Par contre, si à une relativement longue expiration préparatoire dont l'origine est la douleur, ou plus simplement la maîtrise provoquée par un troisième principe, voire simplement une attaque puissante, spontenée, succède une brève mais profonde inspiration, il peut s'élancer sans appréhension dans l'espace libérateur. Au cours du développement de son corps et avant de se relever, il bloque sa respiration poumons pleins, tous muscles bandés. Ce n'est que lorsqu'il se redresse en pivotant pour faire face à son lieu de départ, qu'il expire et approuve dans sa totalité le déroulement de l'action. Que l'individu dirige le mouvement ou le subisse, les quatre phases respiratoires : expiration-inspiration-apnée en plénitude, puis expiration, demeurent immuablement dans ce cas les moteurs de ses actions. Ainsi, soutenu par l'expiration l'individu se libère, se vide, retourne vers son centre, vers l'unité, devient puissant et inébranlable.

Ce n'est que par le saut dans le vide, véritable technique psychomentale, que le pratiquant peut éluder la douleur, les illusions, les contraintes, la peur, puis comprendre que « la patrie où l'être s'appartient à soi-même, est l'air du ciel ». (Gaston Bachelard.)

C'est encore grâce à la technique du saut dans le vide, que vous pourrez progressivement vous équilibrer autour de votre « centre-moyeu », vide lui-même, et de la sorte réduire puis faire disparaître tous les aspects duels de votre propre nature, et ceux que vous percevez au sein de la manifestation.

Cependant, l'être humain est naturellement pesant : difficile s'avère l'opération d'allégement. N'oubliez pas de soutenir la première phase d'expiration par une expression sonore. S'il s'agit d'une attaque directe elle le sera systématiquement, sinon ce sera la douleur qui la provoquera.

Celui qui n'ose pas s'exprimer puis s'élancer dans le vide demeure craintif, rétracté, lourd, replié sur lui-même. C'est pour cette simple

raison que l'art de la chute est l'un des plus difficile à embrasser. En percevant que la chute demeure la première et la plus laborieuse technique d'Aïkido, vous ferez preuve de bons sens et d'équilibre. En l'étudiant systématiquement, vous découvrirez dans le plan vertical ce que les déplacements tourbillonnants vous ferons percevoir sur le plan horizontal, et que nous définissons par : « Voir et ne rien voir ! Etre partout et nulle part... sauf centré sur soi-même ! » — « S'aimer soi-même et aimer autrui de façon à vivre dans la dimension spatiale et à pouvoir communiquer. » Alors, comme ceux que vous prenez comme référence, vous pourrez à votre tour, en vous transformant en roue, en roue solaire, en roue ailée, emprunter la Voie, qui large à la descente, se rétrécit dans la montée, devient fort étroite sur les crêtes, via media entre deux abîmes.

La Voie, semblable au fil de la lame de votre sabre, ne peut être parcourue que si votre roue est parfaitement équilibrée. Mais, pour que l'équilibre apparaisse et demeure, il s'avère indispensable d'éviter les surcharges. Personne ne peut s'élancer et cheminer dans le vide s'il ne s'est au préalable allégé. En effet, le cheminement sur le fil de la lame, le passage « du trou de l'aiguille » ou « le franchissement de la brèche », implique l'allègement, la totale nudité qu'explique Liliane Silburn lorsqu'elle présente les trois étapes du dénuement : « Détachement apaisé à l'égard du monde et du Moi — la conscience se vide de son contenu habituel ; "coagulation" des doutes qui purifie la subconscience ; nuit spirituelle qui s'attaque au "sentiment et à la connaissance nue de l'être propre", l'égo s'effaçant à son tour. »

Malheureusement, avant de pouvoir vous oublier vous-même, puis vous étant oublié, dénouer les liens qui vous entravent, vous conserverez longtemps la fâcheuse tendance qui consiste à vous jeter dans la périphérie, au lieu de vous élancer droit devant vous. En apprenant à chuter, en apprenant à « voler » vous ferez petit à petit les pas qui vous permettront de faire face et de poursuivre votre chemin. Mais au vol succède l'atterrissage, car l'autosatisfaction se trouve à l'origine d'un déséquilibre et de l'inévitable chute. C'est pour cette raison encore que tous ceux qui emprunte la Voie quelle qu'elle soit, perçoivent le danger « satisfaction de soi-même » lorsqu'ils commettent l'erreur de s'adjuger personnellement un quelconque dépassement.

Ce ne sera qu'après avoir pu vous centrer sur vous-même et avoir succombé à l'inflation de votre égo, que vous pourrez « expirer » de façon à retrouver votre véritable nature, et ce par une véritable « défenestration », qui vous permettra comme au papillon, métamor-

phose de la chenille « rampante », de prendre votre « envol » et de découvrir à la fois la distance et la présence. Toutefois, l'opération de « décréation » exige une véritable « percée » à travers la manifestation. Comme le dit M.M. Davy : « Tout ce qui est vu, entendu, aimé, doit être porteur d'une brêche livrant passage ». « Qu'est-ce qu'un homme essentiel » demande Jacob Boehme ? « C'est l'homme en qui l'esprit a fait sa brêche ». Ce ne sera qu'en tant que porteur conscient d'une brèche que vous pourrez opérer des ouvertures qui vous permettront de retrouver l'ordre et la lumière, donc l'Harmonie. Ce ne sera qu'en vous niant à vous-même que vous vous affirmerez, car tel est le paradoxe de cet état subtil qu'est la « décréation », ce que décrit le taoïste Tchouang-tze : « Se tenant à l'origine... uni à l'unité, il connaît... par intuition le Principe. Il voit dans les ténèbres du Principe ; il entend le Verbe muet du Principe... Il saisit l'être au plus profond de l'être... entièrement vide et dénué, il donne à tous ce qui leur convient. Son action s'étend dans l'espace et le temps. »

Ce n'est que par « le lâcher prise », par « le saut dans le vide » que vous acquérerez la « viduité » qui permet la dissolution dans la quiétude originelle. Cette dissolution étant exprimée par le poète Saadi lorsqu'il disait au rossignol qu'il n'était pas un véritable amant ! et que constatant l'étonnement de ce dernier qui pensait que la perfection de son chant suffisait, il lui conseilla d'apprendre l'amour du papillon, qui se jette en silence vers la lumière, se désintègre et contribue à en intensifier l'éclat.

Par la pratique des chutes, vous obtiendrez le complément nécessaire à votre périple interne et par votre aisance dans cet art, vous vous placerez sur une nouvelle brèche, celle qui autorise la « Connaissance non-connaissante ».

LES ARTS MARTIAUX : METHODES PSYCHOTHERAPEUTIQUES

Il est vraisemblable, tout au moins en ce qui concerne nos connaissances actuelles des civilisations et comme en témoignent les innombrables bas-reliefs, que l'origine des pratiques martiales en tant que méthodes psychothérapeutiques se situe aux Indes. Nous retrouvons d'ailleurs dans toutes les régions où une culture ancienne a laissé son empreinte des procédés de « combat » plus ou moins bien transmis et conservés.

En ce qui concerne la Chine, la culture corporelle et mentale a joué un rôle extrêmement important dans l'ancien Empire. Par la suite, les exercices pratiqués par les moines bouddhistes et les taoïstes, se déroulèrent au sein de cercles quasiment hermétiques. De la sorte, à l'abri des indiscrétions, évoluèrent et se transmirent derrière les enceintes des monastères et des palais, des procédés respiratoires, qui associés à l'étude des disciplines martiales et à la balnéothérapie, constituèrent un ensemble de pratiques. D'origine religieuse, elles se laïcisèrent progressivement. La tradition chinoise attribue à Bodhidarma, un traité, le « Yi kin king », en japonais « Ekikingyo », qui passe pour avoir été étudié par les moines du Shôrinji (Chao lin ssen) au Temple du Kanan (Honan) où le Patriarche est censé avoir pratiqué l'« inspection murale ».

« L'art de prolonger la vie » par des pratiques martiales est avant tout une manière de s'accomplir dans son corps en le maîtrisant. A ce propos, il faut noter qu'il existe trois manières de le commander.

- La première manière est celle de l'apprentissage classique dit « instrumental », qui grâce à une correction progressive des erreurs, permet à l'individu de contrôler ses muscles de façon à réaliser une action, tel que marcher, lancer, frapper etc. Dans ce cas, les impulsions du système nerveux somatique empruntent le circuit qu'est la moelle épinière, et de là, suivent les nerfs qui les acheminent vers les muscles.

- La seconde manière est celle du conditionnement classique qui a pour origine une réaction involontaire provoquée par un stimulus nouveau. C'est ce qui se produit lorsque vous vous trouvez devant une attaque ou un péril quel qu'il soit. Défini par le comportement de l'homme non éduqué au combat, ce conditionnement se traduit par de nombreuses modifications tant internes qu'externes. Dans ce cas l'impulsion nerveuse passe par le réseau complexe des ganglions nerveux dont l'action globale organise la réponse à l'organisme.

- La troisième manière de maîtrise corporelle dite « d'apprentissage viscéral » découle de la pratique des Yoga tant indous qu'égypto-iraniens, des arts martiaux et autres disciplines similaires, pour se trouver à présent mise à la portée du commun par le procédé de bio-feedback, qui démontre que l'individu peut apprendre à contrôler le rythme et l'activité de ses organes internes, en écoutant ou observant le rythme propre à l'organe faisant l'objet de l'étude pour en modifier volontairement le

rythme, sans que cela provoque pour autant d'autres changements viscéraux.

Ce rapide aperçu sur les différentes manières de se maîtriser contient déjà tous les principes d'une thérapie par le corps. Mais, les arts martiaux et l'Aïkido plus spécifiquement, se différencient par une union particulière du corps et de l'esprit. Nous pouvons constater superficiellement qu'ils s'adressent à tous, et sont une nécessité comme détente réparatrice à l'issue d'une journée harassante. Cette détente rend possible un état de décontraction créateur de quiétude, état qui, au moment de la déconnection permet de libérer les motivations et les résolutions qui se réaliseront dans l'activité quotidienne. Un travail plus profond permet d'observer d'autres effets obtenus en quelques mois sur l'angoisse.

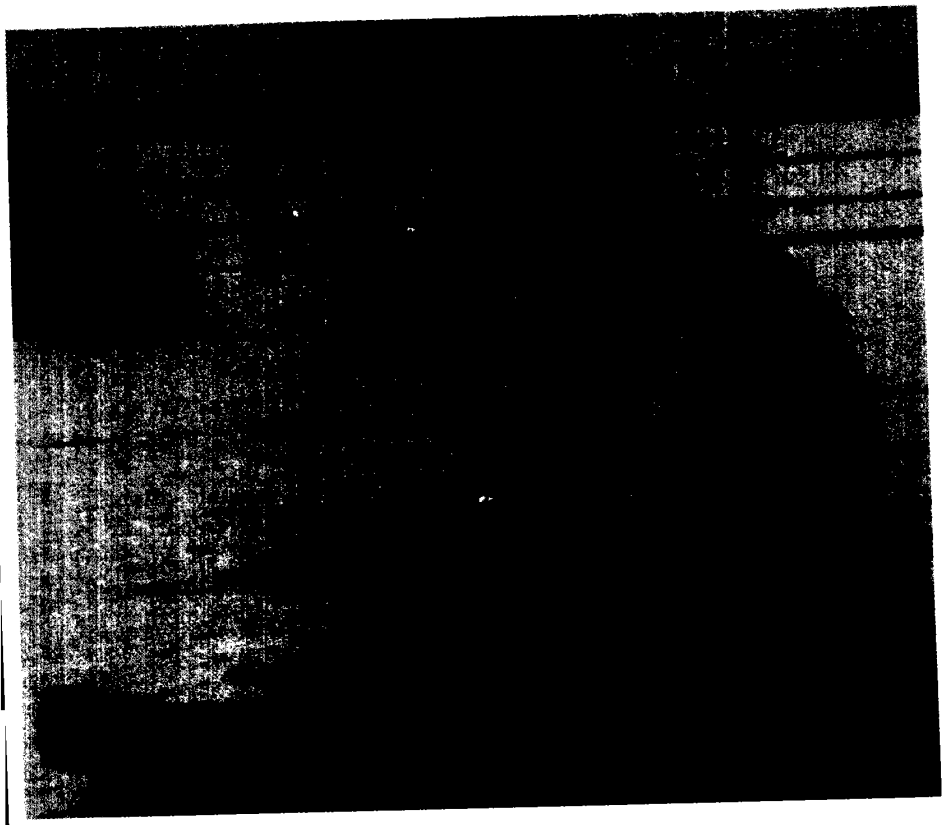
En premier lieu, du fait des conditions de vie du monde actuel, il apparaît que l'Aïkido se révèle une excellente thérapeutique contre l'angoisse et l'anxiété. Dans l'angoisse : « Resserrement de l'être sur lui-même », l'énergie en refluant des extrémités, s'accumule à l'intérieur, et crée la sensation d'oppression. Or, nous constatons que toute activité physique s'oppose à ce resserrement sur soi-même en raison de l'amplitude respiratoire imposée. La pratique judicieuse de tous les exercices propres à ces disciplines s'oppose à la contraction musculaire et à la contriction thoracique.

Le fait de ne pas être « attaché » à ses partenaires, « d'être partout et nulle part », « d'être pur mouvement », évite toute crispation mentale et physique. Cet apprentissage de la décontraction entraîne un amortissement de la résonnance des affects face à des émotions imprévues, à des frayeurs, ou à des angoisses subites. Cette décontraction permet aux tensions de se résoudre spontanément.

En second lieu, nous constatons que les arts martiaux permettent l'autorégulation des fonctions organiques qui échappent ordinairement à la volonté, la circulation sanguine, par exemple. Ils rendent aussi le système cardio-vasculaire accessible, permettent la régulation du rythme cardiaque et le contrôle de la température corporelle. Nous observons également l'augmentation de certaines capacités mentales comme la mémoire, grâce aux stimulations encéphaliques et aux périodes de méditation.

En troisième lieu, nous notons encore la modification d'expériences sensorielles, telle que la suppression de la douleur, non pas par la dissimulation de ces manifestations, mais par la suppression de la sensation douloureuse elle-même. L'expérience inverse peut être réalisée dans le sens d'une polarisation sensorielle particulière qui

mène à un approfondissement et à un enrichissement du vécu personnel. Nous remarquons, en dernier lieu, un meilleur contrôle de soi et une facilité dans l'autocritique, grâce au regard intérieur, à la distanciation créée entre le sujet et l'objet.



« Sachez que le but fondamental de l'Aïkido est la sauvegarde et l'entretien de la vie. » (Morihei Uyeshiba)

Les Arts martiaux, en proposant à l'adepte une activité régulière, lui offrent une thérapie de l'action au sein de laquelle s'incluent des activités physiques et mentales, divertissements et communications nécessaires à son équilibre psycho-somatique. Leurs pratiques, qui n'est en somme que l'extériorisation de forces potentielles, tendent à une modification profonde de la personne, et ne peuvent être tentées que par des individus désirant réellement se connaître eux-mêmes. Grâce aux possibilités qu'ils offrent, ces Arts se trouvent parfaitement adaptés à notre civilisation. Ils ne proposent pas un refus du monde pour une vie intérieure en retrait de la société. Au contraire, les pratiques martiales peuvent être considérées chez les individus « normaux » comme des méthodes qui, en diminuant la tonalité émotionnelle, permettent à nos actions de mieux adhérer à la réalité et par conséquent d'être plus efficaces. En tant que psychothérapie, l'entraînement assidu offre une amélioration de l'équilibre psychique et une reconquête des fonctions physiologiques.

En résumé, les Arts martiaux constituent des Voies menant à la connaissance de soi, à une époque où l'homme écrasé par son environnement se trouve dépossédé de lui-même. L'Aïkido est plus particulièrement une Voie de réconciliation avec soi-même, les autres et le monde. Il est avant tout un Art de sympathie (du grec sun = avec et pathein = ressentir). Il permet de s'accepter humblement et de mieux communier avec ce qui nous entoure.

A ce sujet Morihei Uyeshiba répétait : « Soyez vigilants, attentifs, prenez soin de tous.... » et insistait plus particulièrement sur la nécesité de « soigner » avec la plus grande affection, (Kokoro wo tsukusu). Ainsi, pouvons-nous affirmer que l'Aïkido est un merveilleux procédé de sauvegarde contre la sclérose, le vieillissement et les angoisses.

LIVRE IV

PRISE DE CONSCIENCE GLOBALE DU COMPORTEMENT HARAGEI PAR LA SYNTHESE DES PROCEDES PSYCHO-PHYSIOLOGIQUES

CHAPITRE I

LA GEOMETRIE ET LE CORPS HUMAIN

« Déjà proche le cyclone
Et cette plainte de feu
ne répond plus à ta présence lointaine
proche toujours.
Tu franchis la mer,
Et toutes ses vagues se dressent encore en mille liens,
Quand souffle aspiré
et dépassé de mille présences
la mer commence une nouvelle naissance...

Et tu la fais naître de tout ton corps
étreint par toutes les eaux de la terre,
jusqu'à la spirale du retour
à la pointe diagonale
où l'aube se dissout...

Là ton jardin brûle !
Tu rencontres la pierre
qui connaît la plainte,
car les fleuves t'ont abandonné. »

« Tenchi nage. » de Frantz PRIKING

L'HOMME CARRE

La création de l'homme ayant été effectuée de la même manière que celle du monde, il existe une ressemblance entre les fonctions accomplies par les sphères cosmiques, et le rôle physiologique et anatomique des différentes parties du corps humain. De la sorte, la tête correspond à l'Air, la poitrine au Feu, le ventre à l'Eau et les pieds à la Terre. De même que la terre est affermie par les pierres et les végétaux, l'homme est créé à sa ressemblance, du fait que sa chair

est comme la terre ; ses os privés de moelle semblables aux pierres, mais pleins, analogues aux végétaux.

L'analogie entre le macrocosme et le microcosme s'établit encore selon certains rapports. L'homme s'inscrit dans sa longueur dans cinq carrés égaux. Le premier comprend la tête depuis l'occiput jusqu'à la base du cou ; le second, la poitrine depuis la base du cou jusqu'au plexus solaire ; le troisième, le bassin ; le quatrième, les cuisses jusqu'aux genoux ; le cinquième, les jambes et les pieds.

Dans sa largeur, les bras étendus, l'homme s'inscrit également dans cinq carrés de même dimension : le carré central est celui de la poitrine, deux carrés renferment les bras depuis les épaules jusqu'aux coudes, deux autres carrés contiennent les extrémités des bras et des mains dont les doigts sont largement ouverts. La tête, quant à elle, se subdivise en trois parties égales qui correspondent aux éléments du cosmos.

Du sommet de la tête jusqu'à la base du cou, de celui-ci au plexus solaire, de ce dernier au sexe, il existe une mesure égale, de même que du sommet du firmament jusqu'à la partie inférieure des nuages, puis de celle-ci jusqu'au sommet de la terre, et de ce dernier jusqu'à la partie la plus basse, il existerait une égale mesure.

Le corps humain privé de ses membres répond au nombre 3. Par contre, si nous tenons compte de ses bras et de ses jambes, il exprime le nombre 5. Aux trois parties égales qui divisent la tête et le tronc, s'ajoutent deux autres parties d'égale longueur, constituées l'une par les cuisses, l'autre par la distance entre les genoux et les orteils.

De même les bras se divisent en deux parties égales, la première allant des épaules aux coudes, la seconde, de ceux-ci aux extrémités des doigts. Chaque membre comporte trois boitiers, d'où douze articulations qui correspondent aux douze Vents.

L'homme se divise donc dans sa hauteur et dans sa largeur en 5 parties égales, et compte tenu de ces rapports, s'inscrit dans un Carré parfait.

Le carré dans lequel s'insère le bassin constitue le carré central dans le sens de la hauteur. Le carré de la poitrine forme le carré central dans le sens de la largeur. Ainsi, l'homme se retrouve-t-il régi par le nombre 5, puisqu'il possède 5 parties égales dans sa hauteur, et 5 dans sa largeur, 5 extrémités (tête, mains, pieds), et 5 sens. Ce nombre est celui qui exprime le monde sensible. Le nombre 5 résulte de la combinaison du premier chiffre pair et du premier impair. Le nombre pair symbolise la matrice, il est féminin, le nombre impair est

mâle. L'association des deux forme un androgyne, à l'image du Principe.

Dans « De natura corporis et animae », Guillaume de Saint-Thierry rapporte l'opinion des physiciens de son époque à propos de la représentation géométrique de l'homme. « Si un homme est étendu, les bras et les jambes allongés, un compas placé au centre du nombril il peut en tracer la circonférence : l'homme est trouvé égal à lui-même dans toutes ses parties. » Nous retrouvons cette conception dans les miniatures médiévales qui représentent l'homme microcosme, bras et jambes écartés, l'accent étant mis sur les 5 sommets du Pentagramme.

RELATION ENTRE LE SAYU-UNDO, L'HOMME INSCRIT DANS LE PENTAGRAMME ET LA CONDUITE DU SOUFFLE

Bien que le Cinq soit l'un des premiers nombres formés d'un nombre pair et d'un nombre impair : 2 + 1 + 2, soit la dualité conduite à une puissance supérieure par le nombre 1 procréateur (qui apparaîtra comme facteur du processus créateur à la base du 6), il est avant tout celui qui admet la figure d'une étoile à cinq branches dont le trait commençant par le sommet se réalise sans interruption. Ce pentagramme représente parfaitement, par ailleurs, l'homme inscrit dans la sphère, écartelé par ses désirs, ses émotions, ses joies et ses peines.

Le nombre 5 se trouve localisé en l'individu au niveau des centres Intellectuel, Emotionnel, Moteur, Instinctif et Sexuel. Ces centres doivent être développés et harmonisés conjointement ; la prédominance d'un seul au dépend des autres ne produit qu'un individu unilatéral et figé sur l'activité de ce centre. Cultivés, travaillés harmonieusement ensemble, ces centres font s'épanouir en la personne un pentagramme coordinateur et unificateur.

5 permet donc de s'évader du cadre restrictif du carré symbole du 4 : les quatres membres et plus particulièrement les mains avec leurs 5 doigts et les pieds avec leurs 5 orteils symbolisent physiquement la liberté caractérisée par l'action et le mouvement dans l'espace.

Mais 5 et sa numération est encore selon la synthèse de Fou Hi, la puissance de l'Unité, et par excellence l'extenseur type de telle sorte que :

5 correspond à la chaleur rayonnante,
25 est le dilatateur,
50 le grand extenseur,
55 le grand dilatateur interférentiel.

Sur le plan de la sonométrie et au double point de vue des nombres parlants, et des chiffres inversement proportionnels aux vibrations qu'ils provoquent dans les corps fluidiques ou pondérables 25 signifie $\frac{25}{24}$ pour l'arithmologie parlante ou musicale et : $\frac{24}{25}$ pour l'arithmétique fonctionnelle des vibrations. De la sorte, tout son bécarre marqué, soit simplement, soit par multiplication harmonique du nombre 25 faisant fonction d'unité sonore, donnera son dièze sur la corde au nombre 24, et tout son bémol donnera le bécarre dans les mêmes conditions arithmologiques.

Grâce à une démarche similaire à celle de l'identification au végétal vous pourrez par le truchement de votre corps physique, percevoir les sensations d'équilibre et de conduite d'énergie, puis méditer sur le bien fondé de l'enseignement.

— Exercice :

Jambes légèrement écartées sur un même plan, les Exigences coordonnées...

- Passez, à la suite d'une profonde inspiration, de l'unité primordiale que vous situez au sommet de votre crâne, en 2. Par cette démarche vous créerez une division, une séparation que vous ponctuerez par : « I — Ah... » Cette chute quasi verticale et rapide en 2 que matérialise le pied gauche, est le symbole de la pénétration de l'esprit dans la matière. Ce transfert se réalise sur la phase d'expiration, « ... Ah... » qui autorise un temps de concentration et de réflexion sur la base gauche de votre personne, et sa signification.
- Lié à la même expiration, « Ah... » de 2 vous remonterez lentement en 3, et méditerez sur le fait que l'esprit ne peut organiser la matière sans rencontrer d'innombrables difficultés. Au terme de cette expiration, vous marquerez un temps d'apnée, et vous vous concentrez sur votre main droite, paume ouverte et orientée vers le Ciel. C'est dans cette main que vous placerez une pomme imaginaire qui comme les véritables fruits, contient en son centre une étoile à 5 branches, formée par les alvéoles contenant les pépins. Cette pomme, symbole de la Connaissance et de la Liberté, était déposée par les premiers peintres chrétiens

dans la main de Myriam de façon à souligner la pureté de l'Enfant.

- Toujours en apnée, vous passerez de 3 en 4 et durant cette expérience, méditerez sur un état d'équilibre transitoire tendant vers une instabilité progressive.
  Puis soutenu par une nouvelle expiration, de votre main droite vous passerez en 5 votre deuxième base, par une chute plus lente que la précédente, à laquelle vous pourrez donner votre propre mesure.
  Enfin, accompagné par une profonde expiration, vous passerez de 5 au sommet de votre propre Golgotha, 6, et retrouverez l'unité après avoir accompli le cycle complet d'une double involution et d'une double évolution.

Cet exercice en permettant d'adhérer parfaitement au Sol, conduit à une expansion totale de l'être et de cette manière affine la localisation du Centrum. N'est-ce pas au centre du Pentagramme humain que se situent deux serpents entrelacés qui entourent une baguette dont le sommet est un cercle surmonté d'une croix, puis d'un autre cercle surmonté de deux bras en posture d'orant ? Les deux serpents symbolisent la lutte du disciple contre lui-même et sa propre crucifixion.

CHAPITRE II

PRISE DE CONSCIENCE GLOBALE DU COMPORTEMENT HARAGEI

« Hara, mystère d'absence et de présence...
Hara, percevoir un être et y découvrir un vide.

Hara, nostalgie du plein.
Hara, regarder un homme, ressentir un plein
et regretter que cela ne soit qu'un plein.

Hara n'est pas succession d'un plein à un vide,
mais la mystérieuse fusion d'un plein qui serait vide.

C'est l'univers en creux qui soudain se remplit de lumière.
Ce n'est pas le chant de victoire d'un quelconque triomphe,
Mais la mélodie d'une humble flûte de berger qui laisse passer le souffle du Cœur.

Hara, c'est Morihei Uyeshiba, un simple roseau creux qui laissait passer les Vents... »

A. KUANG

1. Etude sur l'évolution individuelle

LA SPIRALE DE L'EVOLUTION SPIRITUELLE

La tendance spirale est dans le règne végétal, la construction de la tendance verticale qui tend de l'informel vers le formel. Il existe en sanscrit deux mots qui désignent les mouvements spiralés.

Le premier : « Pravritti », signifie tourner en se rapprochant, c'est le mouvement spiralé centripète, Yin.

Le second : « Nivritti », désigne le mouvement inverse qui consiste à tourner en s'éloignant dans un mouvement spiralé centrifuge, Yang.

Le premier mouvement appartient au monde du moi, de l'égo. Il englobe tout ce qui concourt à la possession, qu'il s'agisse de partenaire, de conjoint, de biens, de pouvoir, de puissance, de célébrité. C'est pour cette raison que les débutants en Voie d'Harmonie, quelque soit leur niveau, lorsqu'ils exécutent le premier principe d'Aïkido, ont la fâcheuse tendance (au lieu de maintenir le poignet et le coude de leur partenaire à la limite de la spirale qu'ils décrivent ensemble... ce qui contribue sur le plan mécanique à arrondir le coude et de faciliter le déséquilibre spiralé en expansant), de ramener brutalement vers leurs centres, le poignet, ce qui démontre instantanément à l'œil éclairé, le niveau du pratiquant, qui peut être un haut gradé d'Aïki-Jitsu par ailleurs. Par cette brusque action égocentrique, il amène son opposant et non plus celui qui faisait partie d'un ensemble, dans une posture telle qu'elle améliore son assise au niveau des lombes et qu'il peut très facilement résister à l'entreprise de maîtrise possessive. Cette conduite fait intervenir la puissance musculaire, et perturbe la recherche de détente et de vacuité mentale. Les motivations qui se trouvent à l'origine de ces techniques « carrées », signes de non-maîtrise, sont l'avidité, la crainte, la jalousie et un besoin incontrôlé de possession. Le mouvement rond, spiralé, ne s'exécute pas d'emblée, car pour le réaliser il faut d'abord éliminer la tendance égocentrique, et c'est en cela que réside la difficulté majeure. Ce n'est seulement que lorsque l'étudiant commence à « travailler » sphériquement, qu'il embrasse la voie de Nivritti.

Bien que Pavritti et Nivritti soient l'une et l'autre les deux aspects complémentaires de la nature du travail, ce n'est qu'au moment où le disciple acquiert une forme d'action parfaitement spiralée, qu'il épouse la perfection même de la spirale excentrique.

Avant d'inverser le mouvement concentrant, il importe de marquer un temps de réflexion sur les différents mouvements visibles et invisibles des êtres qui nous entourent et sur nous-même.

Les mouvements visibles au nombre de quatre sont ceux des êtres qui : rampent — nagent — marchent — volent —, certaines créatures pouvant combiner trois de ces mouvements.

Les mouvements invisibles sont ceux : du « cœur » (sentiments) — de la pensée — de l'esprit, et c'est de ce domaine qu'est né notamment l'Aïkido de Morihei Uyeshiba.

A ce stade de réflexion, le disciple se doit d'étudier les différents aspects du mouvement au niveau de : sa vitesse — sa nature ou espèce — sa direction, ce qui l'amènera à observer qu'un lombric et une

couleuvre bien que se déplaçant tous deux grâce au mouvement serpentiforme ne vont pas à la même vitesse, que l'eau si elle ne se trouve pas mise sous pression, s'écoule vers le bas, que le feu s'élève, que la rotation de la planète s'effectue d'Ouest en Est, que le mouvement du courant magnétique terrestre se dirige du Nord vers le Sud, que les nuages s'élèvent, que la pluie tombe, que les racines s'enfoncent dans le sol alors que les tiges s'élèvent, et que la foudre peut aussi bien descendre que s'élever.

Ces multiples constatations l'amènent à percevoir des mouvements directionnels : vers l'avant — vers l'arrière — vers la gauche — vers la droite — vers le bas — vers le haut, et enfin vers son centre, cette septième direction étant celle du déplacement de la conscience.

Sous cet angle et concernant l'Aïkido nous nous devons de rappeler la relation étroite existant entre le Centre et les huit Vents. Plus concrètement par le Happo undo, le néophyte arrive tout d'abord à mobiliser son esprit et comme c'est de celui-ci que naît l'harmonie organisatrice, il ne peut que s'attarder sur cet exercice dans lequel malheureusement d'innombrables pratiquants ne voient qu'une élévation des mains (pieds rivés au sol) dans le but d'arrêter un coup, ce qui est vrai en Aïki-Jitsu.

Par le Happo undo, vous vous exercerez à faire face à différentes situations, puis sans perdre votre équilibre, apprendrez surtout, guidés par votre « Centre-Conscience », à vous engager dans différentes directions et à focaliser vers elles les énergies. Alors équilibrés et mobiles, vous pourrez vous laisser entraîner tout d'abord dans un déplacement circulaire, rotatif, que vous transformerez en mouvement spiralé dirigé vers le haut lors de l'inspiration et vers le bas lors de l'expiration, ce qui contribuera une fois de plus à vous faire percevoir votre Centrum.

Par les exercices d'orientation que sont le Zengo undo, et le Happo undo, vous aborderez le Ude Furi choyaku undo et la giration, puis par leur truchement passerez d'une vision unidirectionnelle, à deux, quatre, huit et enfin trois cent soixante visions et directions tout en restant parfaitement équilibrés parce que centrés entre Ciel et Sol.

L'AXE UNIFICATEUR

« Que votre esprit ne fasse qu'un avec les rennes et les mors, cela est tout le secret. »

LIE-TSE

Pour relier, unir les trois plans de notre structure physiologique (tête — tronc — base) il faut un lien, un axe par lequel s'effectueront les échanges. Cet axe central, notre colonne vertébrale en raison de la verticalité du système est parfaitement représenté par le schéma chinois de l'homme inscrit dans l'espace. Ce dessin révèle deux aspects différents de notre nature. En tant que représentation figurative, il s'agit de l'homme avec ses membres supérieurs (ouverts dans la posture de l'orant), ses membres inférieurs et le niveau intermédiaire, qu'est son Centre.

En tant qu'idéogramme, il s'agit d'orienter très précisement les trois plans sur l'axe central ce qui situe :

— Le plan supérieur, vers le haut = Ciel,

— Le plan inférieur, vers le bas = Sol,

— Le plan intermédiaire horizontal, l'Homme-médiateur entre Ciel et Sol.

Si le plan supérieur ouvert pour recevoir est l'amorce d'un cercle, le plan inférieur angulaire demeure proche du carré, ce qui fait comprendre que l'intellect répond à la qualité, le corps à la quantité, la pensée au temps et le soma à l'espace. Comme nous sommes effecteurs et récepteurs, il nous est possible de concevoir au niveau de l'axe, la circulation à double sens qui s'effectue d'une part du Ciel vers le Sol, et d'autre part du Sol vers le Ciel, ce doufle flux étant mis en contact avec notre personne au niveau du plan intermédiaire. Cette hiérarchie du Ciel effecteur au Sol récepteur, se trouve formellement précisée par le symbole que représente l'attelage chinois. L'Aurige commande le Cheval, lequel dirige le Char. C'est la raison pour laquelle le sens haut vers bas est considéré comme normal, bien que les flèches ascendantes indiquent le transfert de l'influx du Sol vers le Ciel, ce qui semble anormal, et reviendrait à voir le Cheval soumis au Char, et l'Aurige au Cheval.

Notre compréhension de l' « Homme total » doit passer selon la tradition chinoise, par le cheminement Ciel vers Sol.

2. Le Centrum

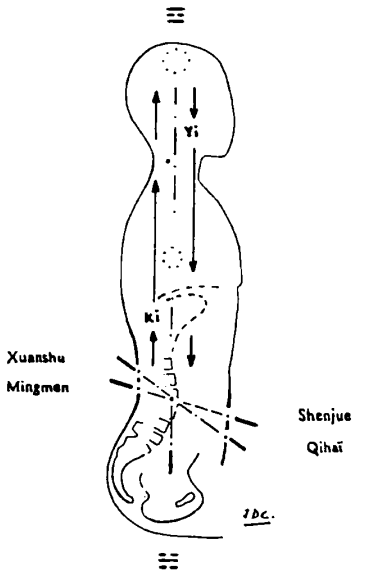
LE CENTRUM :
PRISE DE CONSCIENCE DU CENTRE DE GRAVITE
POINT DE CONVERGENCE DE TOUS LES COMPOSANTS
PSYCHO-PHYSIOLOGIQUES

Le Centrum est le lieu de coordination de nos facultés vitales. Nous n'en retiendrons tout d'abord que sa localisation ventrale apparente, celle du point « Océan du Souffle », « Qihaï », qui se situe à environ deux pouces au-dessous du nombril. Mais le choix de ce point ne se réfère qu'à « l'homme avant » et à sa signification, oubliant « l'homme arrière ».

Il est plus exact de définir le CENTRUM comme le POINT de CONVERGENCE de 3 AXES qui sont :

— « L'axe Shao Yin » (Cœur-Reins) : (ou axe Eau-Feu qui confère la structure verticale à l'homme),
— « L'axe Mingmen-Shenjue » (Mingmen, situé entre les 2ème et 3 ème vertèbres lombaires, est la « Porte du Destin » où commence le processus vital embryonnaire, tandis que « Shenjue », « Palais du Mental » se situe au centre de l'ombilic.)
— « L'axe Xuanshu-Qihaï » (Xuanshu, situé entre les 1 ère et 2 ème vertèbres lombaires est le « Pivot » et selon la tradition, la verticalité humaine s'érige à partir de L 1.)

La découverte de ce « LIEU de CONVERGENCE et d'EQUILIBRE des ENERGIES du CIEL et de la TERRE » a pour conséquence une juste répartition du poids sur les pieds ancrés au Sol. Des empreintes plantaires harmonieuses prouvent l'adaptation de l'homme soumis aux influences « descendantes » et « ascendantes ».



1. Adoptez comme la jeune recrue la posture du garde à vous, les talons joints, les jarrets tendus, les petits doigts sur la couture du pantalon, le buste droit, la tête haute. Tentez de localiser votre Centre de gravité ?
2. Déplacez-vous en imaginant que vous êtes un conquérant. Prenez l'attitude du jeune homme qui se pavanne. Essayez de situer votre Centre de gravité ?
3. Enfin identifiez-vous au flâneur qui se promène dans la campagne parfaitement détendu. Situez votre Centre ?

Dans le premier cas, vous devez le percevoir au niveau de la base de votre sternum. Au cours du deuxième exercice, vous serez surpris de le situer nettement plus haut, pratiquement au sommet du sternum à l'intersection de la droite formée par les clavicules. Enfin, lors de la promenade, le sentirez au niveau de votre ombilic, et l'attitude qui vous aura permis de le déceler à ce niveau est tout à fait normale, étant celle de l'homme détendu, calme et sûr de lui. Nous noterons à propos de la première attitude qui provoque un déséquilibre chez le débutant non centré, parce que capté par l'externe, qu'elle permet à l'homme au « Ventre fait » de se concentrer sur l'Interne, quoique puissent en penser ceux qui n'en possèdent pas l'expérience.

Le déplacement du Centre de gravité vers le haut érige un obstacle à la répartition judicieuse des forces intérieures et lorsque tout est projeté vers le haut, prime le déséquilibre.

Mais quel est ce grain de sénévé invisible et indivisible, qui existe dans le corps ? C'est celui de la concentration qui permet de déplacer la montagne de nos multiples pensées et gestes. C'est le Point de Concentration physique et mentale, dans lequel se dissout toute chose. Ce Point est à l'image d'une étoile qui absorbe, métamorphose, crée et rayonne au rythme de ses ondulations.

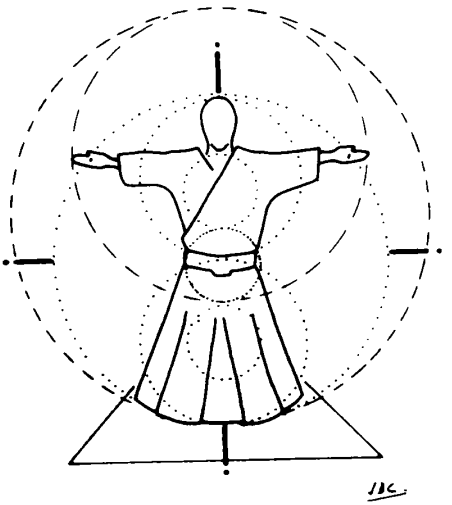
Le Point, ce Centre, gère les mouvements de toutes choses.

L'Aïkido est l'acceptation par notre corps de cette évidence centrale. Avec nos bras et nos jambes, nous imitons le dynamisme centrifuge d'une part, et centripète de l'autre qui manifeste le jeu des pôles, à la surface du globe, notre buste et l'une de nos jambes représentant lorsque nous pivotons, l'axe des Pôles.

Dans la vie courante, vous vous polarisez sur vos membres, alors que dans la pratique de l'Aïkido, vous tentez de refuser à votre corps cette dualité de fonctions et cette suprématie de l'une des deux moitiés du corps sur l'autre. Vous agissez en tant que « lieu » des coordonnées d'autrui. Pour cela, vous considérerez que votre physique comporte une partie haute et une partie basse correspondant chacune à un pôle.

Mais pour que votre corps vive en tant que « Nœuds » des coordonnées d'autrui, il faut que vous soyez déjà correctement centrés sur vous-même et que vous réalisiez par conséquent un « Centre planétaire » en vous. Il existe une véritable homologie entre le centre terrestre, lieu des pôles du globe, et notre corps. Dans ce dernier, le lieu se situe entre le thorax et les hanches. Sans lui, il n'y aurait aucun moyen d'éviter une dualité ataxique dans nos évolutions. Mais ce centre n'est absolument pas le simple centre géométrique de notre morphologie, car comme le souligne le Dr P. Warcollier : « S'il en implique un, c'est avant tout une fonction d'ordonnancement liée à la vie. » C'est à partir de ce centre que se polarisent par alternance nos dynamismes quotidiens. Ainsi nous marchons, nous arrêtons, puis travaillons avec nos mains.

Dans l'Aïkido, cette prédominance de l'un de nos pôles ne doit pas persister. Le schéma de la pratique de cet Art, est un axe vertical, dont les deux extrémités sont les origines de deux cercles, celui décrit par les bras et celui décrit par les jambes. Le « Centre unique » se situe sur cet axe de telle façon qu'il équilibre les possibilités du haut et du bas du corps, dans les évolutions possibles de leurs extrémités. Situé entre le « Lieu » des épaules et celui des hanches, il se trouve donc sur la ligne médiane du tronc, à distance égale, non des membres, mais de leurs possibilités fonctionnelles.



C'est pourquoi sa localisation s'effectue sur un plan horizontal lombo-abdominal, au niveau des lombaires qui par leurs torsions impriment un mouvement de rotation du buste. Dans une action où nous laissons le passage, où nous créons le vide, nous réalisons grâce au déplacement de ce centre, un « taïsabaki » (mouvement rotatoire), qui durant toute l'action est accompagné d'une « poussée » abdominale tout azimut. Maître Uyeshiba a toujours très nettement précisé, que son Art utilise la puissance expansive du Centre qui rayonne le Ki plus particulièrement par les bras.

Ce point « explosif » est le seul lieu du corps qui permet à la fois d'entretenir une respiration abdominale prépondérante, et des possibilités égales dans toutes les directions en ce qui concerne les membres supérieurs et inférieurs. Ce « Centrum » dont tous les hommes en voie de réalisation parlent, est le lieu physique au niveau duquel le dynamisme et le non-dynamisme de nos quatre membres s'annulent. Le Centrum est donc le lieu fonctionnel de l'action et de la non-action de nos segments.

En orientant notre intellect, notre sensiblité affective et notre volonté vers ce lieu où action et non-action possèdent une origine non distincte, nous réalisons objectivement les multiples et étonnantes possibilités dynamiques de notre corps. L'intégration de cette fonction centrale nécessite obligatoirement une descente effective de nos trois puissances en ce lieu unique. Au fur et à mesure que cette concentration se réalise, les membres peuvent agir de plus en plus librement et dans toutes les directions. Enfin, lorsque le Centrum est parfaitement localisé et mis sous tension, nous pouvons nous ancrer sur lui. Se produit alors la libération des pôles secondaires. Dès cet instant les épaules et les hanches acquièrent une grande souplesse et une autonomie totale qui procurent une puissante stabilité.

Celui qui veut progresser doit veiller incessamment à ne point travailler en puissance musculaire avec les épaules ou les biceps, car en libérant des forces inégales il disperse sa puissance énergétique et se déséquilibre. De la même manière, si nous travaillons en cérébral, nous polarisons nos forces sur la vision d'un mouvement ou d'une attitude, et comme le fait remarquer P. Warcollier, « pendant qu'on se penche en avant pour bien voir, on perd la position axiale qui, seule, permet d'intégrer nos puissances dans le « Hara », et plus particulièrement dans ce « Point Unique », et d'ajouter : « aussi, quand nous entendons des débutants s'exclamer : « J'ai compris » à propos d'un dynamisme à intégrer, nous sommes certains que le fait

de désirer comprendre, de chercher à comprendre, à cet instant, les éloignent de la réalisation centrale. »

En citant la notion de Centrum, qui est comme une image corporelle de « ce moteur immobile qui se meut lui-même » et auquel pensait Platon, l'on songe à Aristote qui ramenait les mouvements naturels à deux types ; les rayonnants et les circulaires. Nous savons par ailleurs que les êtres inférieurs ne possèdent que le sens du tact, et n'ont comme moyen de défense et d'expression que la contraction.

Contrairement, les êtres supérieurs munis d'autres sens, leur conférant une compréhension et une connaissance étendues, possèdent des moyens d'action en extension et des mouvements amples. L'auteur de la Somme écrit : « les hommes intelligents se distinguent des bêtes par l'autonomie de leurs mouvements. Chez eux, l'intelligence meut la sensibilité et celle-ci les organes qui à leur tour exécutent le mouvement. »

Le Dr Warcollier souligne que le principe directeur de l'Aïkido est tout à la fois, « la Sympathie, l'Ordre et la Paix, ce qui permet à l'homme vrai de se situer entre la Nature et l'animalité même supérieure qu'il tente de contrôler et la puissance de paix qui le domine majestueusement ». Une telle position s'appelle l'autonomie, et son niveau est d'autant plus haut que l'idéal s'élève et le physique se soumet.

Ainsi le Lieu où le principe final positif (c'est-à-dire l'Ordre et le Bien), s'insère activement dans la nature de l'homme est son Centrum. Il est fort instructif de prendre comme référence la corrélation existant dans l'œuvre du Pr Koichi Tohei sur « l'usage positif de l'esprit d'avec la nécessité d'éviter les choses déraisonnables ». Il définit le Saika tanden, comme « la base de la coordination mentale et physique, le point d'intersection de l'esprit et du corps ».

Mais cette coordination n'est possible que si l'esprit calme se fixe sur le Centrum. Si ce centrage est relativement facile à réaliser au repos, il s'avère être beaucoup plus difficile à obtenir au cours des innombrables sollicitations corporelles et mentales dont l'homme non-éduqué fait l'objet.

La notion de Centrum répond parfaitement à l'idée que les anciens philosophes occidentaux se faisaient de la force de gravité, qui selon eux était la recherche du bien naturel favorable à l'équilibre extérieur d'origine mécanique, et également à celui de l'équilibre interne, par un rapport existant entre tout centre et l'origine de toute chose. L'état statique est dû dans cette conception, à l'obstacle qui interdit le retour naturel vers l'origine centrale. En éliminant le barrage, on rétablit le

cours des choses vers le centre, aussi est-il possible de dire que l'état statique n'est qu'un repos transitoire, provoqué par un blocage empêchant le flux de revenir à son point d'émission. C'est dans ce sens que la concentration de toutes les énergies vers le Point Unique demeure conforme à la notion des scolastiques occidentaux, à la différence toutefois qu'ils appliquaient cette notion de gravité à l'explication de la pesanteur matérielle, dans un monde considéré comme se trouvant dans une phase de retour au Centre, après une période d'extension.

Il faut retenir dans la notion orientale du Centrum que notre matière, notre nature, tendent vers leur centre originel, lieu également de leur gravitation et puisque ce centre originel est abdominal, faites-y coïncider ce qui est pour notre mental, la plus haute expression de la pensée, il s'agit de l'Amour — Ordre — Paix.

En intégrant votre pensée au centre dynamique de vos actes, vous percevrez le très grand intérêt pratique de l'exercice consistant à forcer l'organisme à vivre selon une directive mentalement très élevée, ce qui vous le reconnaîtrez aisément se situe à l'opposé de la tendance occidentale moderne, tendant vers un spiritualisme vague et décorporisé. « Il vous faut "mentaliser votre corps" et "si on ne peut mentaliser" la matière même de nos organes, on peut "mentaliser" les attitudes de notre buste et de nos membres, en leur faisant appliquer une conception de vie ». (P. Warcollier).

En suivant ces directives vous obtiendrez une manière d'être, non dualiste mais unitive, qui vous rapprochera de ce qui gère le cosmos et auquel Morihei Uyeshiba faisait allusion lorsqu'il demandait que nous vivions en harmonie avec l'Univers.

Avec une pensée scolastique, représentez-vous votre physique et votre mental individuels captés chacun par la force de retour à leur centre fonctionnel initial, vous voici sur le sentier. En percevant que votre corps est uni à lui-même, vous ne saisirez que votre unité individuelle, mais ne sentirez nullement que votre sensibilité, votre intelligence et votre volonté doivent regagner le centre en passant par l'intégration à ce lieu objectif qu'est votre Centrum.

L'OFFRANDE DU CENTRUM

Sur le plan physique vous avez déjà pu vous rendre compte, que votre réaction primaire sur un coup dirigé vers votre abdomen consistait à vous bloquer, à vous contracter, à vous replier, enfin

d'adopter un comportement identique à celui de la méduse qui se rétracte et se durcit devant une menace, s'isolant ainsi du milieu. Demeurant statique, figé, vous recevrez le coup et périrez. La pratique de l'esquive permet d'éviter la blessure en mettant hors de portée, mais ne résoud pas pour autant le problème. Le taïsabaki n'est qu'un stade dans l'évolution du comportement.

Pour mieux comprendre, exercez-vous. Votre partenaire armé d'un bâton long, va dans une suite de va-et-vient rythmés, diriger l'extrémité de sa pique vers votre centrum. Au début, malgré votre tentative d'esquive pivotante vous serez touché. Avec le temps vous arriverez à esquiver au moment même où la pointe du bâton effleure votre ceinture. Vous avez certes progressé, mais percevrez bien le précaire de la situation. Il va vous falloir pivoter spontanément, et pour ce devrez entretenir dans la phase d'attente une légère oscillation de votre masse sacro-lombaire, de façon à tourner aussi bien à droite qu'à gauche. Au début, amplifiez ce mouvement, mais ceci s'avère encore insuffisant. Vous devez passer à un octave supérieur, celui de l'offrande du Centrum. La pratique des aïki-taiso vous a familiarisé avec les déplacements vers l'avant. Mieux encore vous vous êtes exercé à la mise en vibration et à l'expansion de votre Centre. Alors sans crainte, les Exigences coordonnées, laisser mentalement votre « Point unique » s'effondrer « gravitationnellement » vers le pal. L'arme propulsée vers vous ne rencontrera que le vide, car à l'instant même vous aurez exécuté un léger déplacement vers l'avant qui vous permettra de contrôler votre partenaire-agresseur.

Par cette éducation, vous percevrez la sensation de parfaite momentanéité (Sen-no-sen), qui est le but recherché. Vous serez dans le temps, mieux encore vous anticiperez et déclencherez l'attaque. Ceci vous fera admettre qu'entre l'attaque et la défense, « il n'y a pas l'épaisseur d'un cheveux ». L'attaque et la défense illustrent seulement l'aspect figé d'un comportement statique et dualiste.

La structure de la phrase : « Celui qui voudra sauver sa vie la perdra, mais celui qui perdra sa vie à cause de moi et de la bonne nouvelle la sauvera », contient trois symétries ; deux sont élémentaires, entre l'action et la réaction, la troisième inverse les mouvements des deux symétries élémentaires. Notons que cette composition existe dans la nature et tout particulièrement chez les végétaux, où se trouvent souvent disposées symétriquement deux à deux les feuilles par rapport à la tige, chaque feuille constituant elle-même avec sa nervure centrale un nouvel axe de symétrie.

3. Le Hara

LA STRUCTURE ANATOMO-PHYSIOLOGIQUE DONT DECOULE LE COMPORTEMENT HARAGEI

Le tronc extériorisation anatomique du hara (englobant la taille extériorisation du centre), est la zone maîtresse de l'anatomie humaine. En son sein se localise un axe moteur constitué :

— d'un segment vertical supérieur, la colonne dorsale basse.

— d'un segment vertical inférieur, la colonne lombaire haute.

Nous distinguons au niveau de la structure vertébrale :

— le plan supérieur constitué par le groupe des vertèbres sur lequel est rattaché le diaphragme. C'est le groupe vertébro-respiratoire compris entre D 12-L1 et L2.

— le plan inférieur constitué par le groupe vertébro-organique compris entre D6 et L2, en relation avec le plexus hypogastrique.

Au niveau de ces groupes vertébraux se situent d'une part le plan cardio-respiratoire, et d'autre part le plan élimino-digestif.

Du premier segment vertébral, rayonnent les conduits nerveux que sont notamment le phrénique et le splanchnique, ainsi que les centres sympathiques, les plexus solaire et mésentérique.

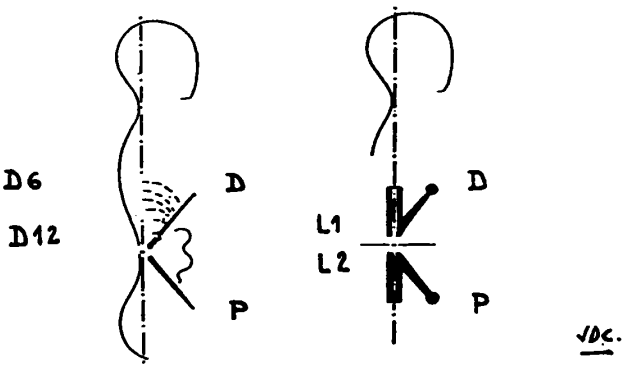
Au premier segment se rattache le diaphragme, au second les psoas, muscles qui permettent l'élévation des fémurs, mais qui fortement sollicités provoquent de douloureuses ensellures lombaires.

Le point de jonction entre les deux segments vertébraux et les plans qui s'y trouvent rattachés, se situe à la charnière d'inflexion, d'où d'une part les vertèbres s'infléchissent vers l'arrière (segment supérieur) et d'autre part s'infléchissent vers l'avant (segment inférieur). Cette charnière est constituée par D 12 et L 1 voir L 2. Sur le plan physiologique et donc du T'aï-k'i humain, le Point Unique a pour origine la zone neutre incluse entre les deux vertèbres pré-citées, et plus exactement sur L 1, au niveau de laquelle s'attache le diaphragme, et où s'arrête la moelle dans le tunnel de la colonne.

Située de part et d'autre de ce point charnière, de ce point Centrum, apparaît sur le plan vertical une structure appelée le K de Tissié. Ce K judicieusement remémoré par le Dr A. de Sambucy, est le lieu de correspondance et de coordination des fonctions respiratoires, sympathiques et viscérales.

— Le premier schéma met en relief le segment vertical inférieur de la colonne dorsale haute, et ses relations.

— Le second, porte l'accent sur la localisation vertébrale du « Point Clef ». La branche supérieure du K est une courbe ouverte vers l'avant, alors que celle de la branche inférieure est ouverte vers l'arrière. C'est la représentation du K réel, celle de la rencontre des deux mondes. Elle permet la compréhension du K, et sa mémorisation.



De la partie supérieure du K émanent les inervations qui forment le nerf splanchnique commandant tous les organes de la nutrition. La branche diagonale haute du K, représente le diaphragme qui est le moteur de la fonction respiratoire. Sa localisation permet de dire qu'il associe le monde aérobie au monde anaréobie. Le diaphragme contribue encore à masser les organes qui se trouvent dans la cavité viscérale. Bien qu'il fonctionne tout seul depuis notre premier cri, jusqu'à notre dernier soupir, nous pouvons le diriger. Ce muscle s'attache en réalité au niveau de D12 et L3. Lorsque ces vertèbres sont libérées, il s'ensuit une respiration ample. La cloison musculaire est commandée par le nerf phrénique, dont l'origine cervicale se situe au niveau de C4 qui peut être considérée tel un accélérateur et L1 tel un frein. Par les massages qu'il imprime aux différents organes de l'abdomen, le diaphragme agit sur le métabolisme. Par son action sur les poumons et le cœur, il procède au rétablissement des flux énergétiques vitaux, et en amplifiant le respir fait disparaître l'anxiété.

Toutes les pratiques posturales et respiratoires ont pour but majeur d'associer les bienfaits de la respiration à ceux de l'auto-massage et de l'auto-mobilisation ostéopatique des segments inclues dans le K de Tissié. Elles contribuent à libérer le phrénique (diaphragme), le splanchnique (fonctions viscérales), le sympathique (plexus solaire), et par là d'harmoniser les plans supérieurs et inférieurs de notre constitution. C'est de l'harmonisation et de la mise en résonnance de cette partie du corps que naît le comportement haragei.

HARA
COMPORTEMENT DE LA SPHERE HUMAINE

« Ta nature et ton destin
sont un atome de l'accord universel.

Tes enfants et tes petits enfants
ne sont pas à toi, mais au Grand Tout,
dont ils sont les rejetons.

Tu marches sans savoir qui te pousse,
tu t'arrêtes sans savoir qui te fixe,
tu manges sans savoir comment tu assimiles.

Tout ce que tu es, est un effet
de l'irrésistible émanation cosmique.

Alors qu'est-ce que tu possèdes ? »

LIE TSE.

La connaissance de la nature du Centrum, de par sa localisation et son rôle spécifique, permet de mieux définir le concept ambigu de Hara, dont nous venons de préciser la structure anatomo-physiologique.

Mais que signifie Hara, terme pour lequel nous ne trouvons pas d'équivalent en français ?

Dans un premier temps nous pouvons cerner davantage cette notion en découvrant chez certains l'existence d'un « hara naturel ». Il existe des individus qui inconsciemment ne perdent jamais leur lien d'avec la Nature, et tirent d'elle les substances indispensables à leur « assurance-innée ». Pour eux une perte d'équilibre lorsque les vicissitudes de la vie deviennent oppressantes, ne peut survenir. La puissance de leur Centrum naturel demeure le facteur primordial régissant le sentiment de leur dignité et de leur présence en tant qu'êtres conscients.

Aucun danger n'ébranle leur foi et leur confiance dans la vie. Nous pouvons affirmer en un premier temps que la présence du Hara se trouve là où la conscience rationnelle du monde extérieur est encore insuffisamment développée et notamment chez l'enfant dont la personnalité s'est développée normalement et dont la conscience de soi et des autres n'a point pour base des connaissances acquises, mais un « don ».

Puis, apparaît l'individu qui bénéficie naturellement de l'apport des forces cosmiques. Ce sujet est doué d'une puissance de travail, et d'une étonnante résistance aux fatigues et maladies, cette résistance pouvant aller jusqu'à une certaine invulnérabilité devant la mort. Cet être charme et maintient sous son pouvoir fascinant les groupes qui se constituent autour de lui. Il imprime sur ces derniers la marque de son génie, les influence et peut les amener avec lui vers le salut, ou la perte, pour autant que lui-même soit guidé par la volonté de servir un idéal élevé, ou se trouve conduit par son propre Moi inférieur, axé vers la puissance.

Cette réflexion tend bien à faire admettre que la force magique des grands rhéteurs, des dictateurs et des guérisseurs spirituels n'est pas compréhensible sans présence de Hara. La forme assise de la partie inférieure du tronc n'a rien de commun avec l'embonpoint, et le centre de gravité bien situé fait apparaître une ferme plénitude, une véritable largeur humaine, se retrouvant chez certains vieux artisans, dont la longue fidélité à leur métier et à l'art de manier les hommes, semblent s'être concentrée et demeurée en ce point physique. Ce véritable équilibre qu'il ne faut pas confondre avec le volume matérialisé de l'abdomen, confère un maintien propre aux vrais rois et vrais saints.

Cette présence particulière apparaît également chez les humbles et les bienveillants qui ont réussi à se libérer de l'arrogance de leur moi inférieur. La prépondérance du « ventre » dans les représentations sculptées ou peintes du physique humain, tant romanes que gothiques ou même figuratives de notre époque (Priking), nous permet de percevoir et d'admettre l'évidence des effets de la libération obtenue par l'humilité, porte du Ciel. Le « ventre » souligné, apparent, et perçu instantanément, signifie que son détenteur a pu ou est en train de gagner le Ciel, sans pour autant renier le Sol.

L'existence du Hara naturel révèle l'état précurseur du Hara conscient. L'expression extérieure du Hara naturel permet de voir sa présence chez l'homme droit, stable et densifié quoique souple et dégagé. Cette attitude prouve que celui qui le possède contrôle son

Hara. Une telle attitude est indéniablement liée au Centrum et nous rappellerons que chez l'homme qui a retrouvé son centre originel, le centre gravitionnel se localise progressivement au point de convergences de 3 axes précédemment définis. Le centrage enfin réalisé, les membres supérieurs et inférieurs deviennent totalement libres et peuvent agir dans toutes les directions. Les pôles, véritables « lieux » fonctionnels des membres, se trouvent enfin détendus. Le Centrum, la nuque, les épaules, le dos et les hanches retrouvent leur souplesse, le corps son port majestueux.

Nous sommes à l'image de l'arbre qui ne peut croître et s'épanouir que si son enracinement est profond. De la même manière notre développement dépend de notre fidélité envers nos racines, de l'intensité de notre communion avec notre nature profonde. Ici intervient la relation entre le Hara et notre identité véritable. En refusant, en nous désolidarisant de nos bases originelles, nous détruisons l'équilibre des forces internes, et pétris d'orgueil notre Ego nous interdit l'accès du chemin qui mène vers un développement supérieur, ce qui demeure notre véritable raison d'être. Nous devons donc par le truchement d'une Voie, re-situer l'Ego à sa juste place, de telle manière qu'il ne prenne pas la prépondérance sur notre conscience naturelle, mais conserve celle de serviteur de la Vie.

Par la recherche de notre centre naturel, nous pourrons tout à fait librement atteindre l'état qui nous est offert par la Nature. Observons à travers notre fils le comportement de l'enfant que nous fûmes, qui en developpant sa conscience rationnelle et discursive perd le sens de son unité et tente néanmoins de la recouvrir.

Retrouver l'unité voilée par les multiples oppositions à travers lesquelles notre « Moi » conscient perçoit la vie, tel doit être le but de notre existence et le résultat des recherches et expérimentations que nous entreprendrons. Par notre conscience, nous nous sentons engagé dans les oppositions telles que Ciel-Sol, Esprit-Matière, Ego-Monde, Ego-Existence, et notre vie s'écoule sous le joug d'une tension parfois extrêmement pénible, créée par ces obstacles. Aussi nous surprenons-nous à rechercher par différents modes de vie un moyen d'atténuer ces oppositions et faire disparaître la tension.

Le salut ne se trouve que sur le sentier qui unit les contraires. C'est celui de l'intégration des antagonismes qui virevoltent dans notre conscience. La Voie devient ainsi synonyme de maturité ; et le retour à l'unité signifie que nous avons retrouvé notre centre. Si la Sagesse ne se limite pas seulement à l'Asie, mais demeure universelle, nous devons toutefois à l'Orient et à l'Extrême-Orient, comme le dit G.K.

von Dürckheim, d'avoir su : « Par une expérience longuement mûrie, consolidée et entretenue par la pratique », mettre à notre disposition des techniques qui préparent à la compréhension de cette notion si difficile à concevoir, qu'est celle de « l'homme au ventre fait ; Hara-no-ôkii-hito ».

Hara détermine donc en quelque sorte un état de grâce par lequel, une fois notre centre retrouvé, nous rayonnons et nous manifestons pleinement dans toutes nos actions de la vie courante. Nous retrouvons cette compréhension dans les Arts martiaux qui sont à la fois un moyen de recherche et une possibilité d'expression. Dans la pratique de l'Aïkido, pour pouvoir au juste moment dévier ou encore mieux, désamorcer totalement l'agressivité de l'opposant (ce qui est en fait extrêmement simple, parce que naturel) il nous faut pratiquer, nous engager totalement. Pour ce faire, nous devrons conserver une attention soutenue, une volonté certaine et une fidélité à toute épreuve.

Le véritable « Jeu » ne débute que lorsque la voie du Centre est perçue. Alors seulement nous comprendrons quel blocage peuvent créer l'ambition et la crainte. Nous devrons ensuite tenter d'éluder les interférences lancées par l'adversaire le plus tenace en l'occurrence notre « moi » inférieur car ses faiblesses, son ambition et son intellect critique nuisent à l'expression de la technique acquise.

Grâce à la persévérance, la localisation du Centrum se précise, et ce dernier, enfin retrouvé, nous procure ce « quelque-chose » qui agit pour nous. Dès lors, l'intellect devient totalement inutile, la volonté se tait, les motivations et les idées antagonistes disparaissent, le calme règne et nous assure quant au résultat tant recherché. La prise de conscience et la maîtrise de la puissance du Hara obtenues, il importe de rester en communion permanente avec ce dernier et de lui concéder un total et réel abandon. Tout acte et tout art réalisés ne peuvent atteindre un niveau élevé que s'ils ont pour origine le Centre. Voilà la signification du comportement « Haragei », et l'homme qui le détient possède jusqu'à un certain stade, la maîtrise de son art. Nous pouvons juger le degré de contrôle d'un pratiquant d'après le timbre de sa voix. Si celle-ci « sort du ventre », il est possible de mener une conversation « de ventre à ventre », avec ce que cela comporte de positif et de constructif.

Haragei, sur un plan réel, peut se traduire par le comportement de l'homme qui se sentant suivi à quelque distance, poursuit son chemin sans pour autant se retourner. Il perçoit, sent que son suiveur est animé de mauvaises intentions, mais centré sur lui-même il ne s'émeut

pas. De son coté,le suiveur sent que celui qu'il voulait assaillir a décelé sa présence et ses intentions. Par le comportement Haragei de celui qu'il s'apprêtait à agresser, le malandrin pense : « Il doit être fort, abandonnons ! « Dans ce cas, il y a perception du comportement que procure le schéma corporel, de part et d'autre, et non intuition.

Cette recherche et cette expression s'étendent évidemment à la vie de chaque instant, transformée en ses moindres détails. Le contrôle du Hara confère le calme et l'autorité dans n'importe quelles circonstances. Il autorise l'inclination devant le supérieur sans affaiblissement, permet l'attente et la maîtrise au moment suprême de la mort. Pour celui qui perçoit son centre, le monde apparaît sous un aspect totalement différent. Il devient ce qu'il est, et peut vibrer à l'unisson avec ce qui l'entoure. Les peines et regrets s'évanouissent, leur absence confirme qu'il se trouve sur le chemin de l'Unité.

La volonté, le sentiment et la compréhension identifiés au centre d'équilibre corporel, n'opposent plus de résistance à ce qui est. « Devenir un être entier », tel est le but vers lequel nous tendons. Pour cela, il est nécessaire de nous armer de persévérance et de patience, de façon à éliminer toutes les contraintes qui interdisent la recherche et l'acquisition du Centrum. Ce dernier retrouvé et affermi, nous saisirons toutes les occasions pour favoriser son épanouissement.

Haragei s'exprime alors par « maturité » état où la sensibilité, la volonté et l'esprit trouvent leurs possibilités localisées et unies en un seul point du corps, le tout y étant fixé et entretenu harmonieusement par une technique de souffle. En aucun cas, cet état ne peut être perçu intellectuellement.

Nous parvenons ainsi à une définition de Hara qui est :

— L'Incarnation du Centre primordial de la vie, dans la vie consciente de l'homme.
— Le Chemin de la polarisation des oppositions se formant dans la conscience humaine.
— La Maturité de l'individu.
— Le Retour au Centre, à l'Unité primordiale.

Haragéi désigne l'état de l'individu qui ayant retrouvé le chemin de son centre, et étant certain que ce centre est la base de toute action, manifeste et rayonne ce retour à l'équilibre dans chacune de ses actions.

Parvenu à ce point, afin d'obtenir une vision totale de ce qu'est le Hara, il est bon de se tourner vers le langage qui porte en lui les traces de connaissance traditionnelle. « Hara Kara » signifie « Frère né du sein de la Mère divine », de la « Mère des choses, lien du monde et

son nœud ferme, beauté de la terre et miroir de ce qui se passe, flambeau du globe ». La Mère est l'énergie cosmique qui est dans chaque atome, dans chaque unité d'existence, elle est concentrée en leur centre. D'elle jaillit la première pulsion du mouvement cosmique qui engendre toutes les autres vibrations.

LA VIBRATION EST UN MOUVEMENT INDEFINI QUI PRODUIT UN ACCENT TONIQUE.

Cet accent est une force qui se concrétise. C'est ainsi que l'on peut dire que la « Mère » soumet à « ses rêves l'allure du monde, noue d'un nœud d'harmonie tout ce qu'elle affermit dans l'être, et du ciment de la paix, unit le Ciel et la Terre ». Retrouver le « Hara cosmique » signifie sentir qu'un invisible cordon ombilical nous relie à l'Univers. Cette perception n'est pas une vision partielle qui ferait de nous un moment et une parcelle du Manifesté, mais c'est éprouver que nous sommes le flux même de la vie. Cette étude met en lumière les rapports entre l'Homme microcosme et l'Univers macrocosme. Cette relation se situe sur un plan horizontal de l'évolution, l'homme est à la fois centre et résultante : Fils de la Mère divine, de lui rayonne la vie.

Il est également possible de transposer le problème sur le plan de l'évolution de l'homme, sur l'échelle de la Conscience universelle. Cela permet d'envisager sous un autre angle le Hara, qui devient une phase dans l'évolution de l'homme. Tout d'abord, nous poserons comme base de la conquête du Hara, le Centrum. Le retour au Centre est l'obtention de la « Maturité psychique ». Cette découverte essentielle, sans laquelle rien n'est possible, constitue le tremplin de départ sur lequel se fondera le Hara. Comme nous l'avons déjà vu, le Centrum est le point de convergence des composantes physio-psychologiques. Cette définition correspond à l'axe horizontal. L'axe vertical exprime le passage de la maturité psychique à la maturité spirituelle.

A partir de cette nouvelle vision, nous pouvons reconsidérer le lien qui unit Hara à Aïkido. Les Arts martiaux visent généralement à la maîtrise du Centrum, lieu de la Puissance énergétique humaine. Cela entraîne une certaine maîtrise du Hara selon notre conception, car la relation entre les deux est tellement étroite, que l'on agit forcément sur le second en essayant de conquérir le premier. Le Centrum qui correspond comme nous l'avons déjà vu, au niveau des vertèbres L1-D12 (liées à la respiration), peut par sa maîtrise entraîner « l'Union des souffles », le premier Aï que nous avons cité au Livre II. C'est ce que dominait parfaitement le jeune Morihei

Uyeshiba. L'énergie enroulée à la base de la colonne, étant passée par le Centre, éveille le Çakra de l'ombilic (la Mère cosmique). Ce n'est cependant qu'un stade de l'évolution. La montée de l'énergie entre D12 et D1 représente la transmutation de Aï = Harmonie en Aï = Affection. L'Aïkido est le passage de l'Etre psychique dont la maîtrise s'extériorise par la Victoire, la Puissance, la Gloire, la Majesté, à l'Etre spirituel dont les attributs sont la Justice et la Miséricorde, lui-même prémice à la naissance de l'Etre divin doté de l'Intelligence et de la Sagesse, qui engendrera le Retour à l'Un inexprimable. L'évolution du mot « Aï », nous confirme que telle fut l'Aventure du Sage Uyeshiba, en route vers la Couronne de Gloire.

Cette analyse de la notion de Hara nous permet encore de redéfinir le mot Maître. La maîtrise totale du Centrum constitue le Maître, par sa maturité psychique et technique. C'est le « Shi-Han » qui peut continuer vers une quête spirituelle. Ce terme, autrement utilisé ne peut être que de convention et de courtoisie. De la même manière que la maîtrise du Centre engendre celle de l'être psychique, la découverte du « Cœur » qui mène au « Soi » entraîne celle de l'être spirituel. Cela explique que des experts maîtrisant certes leur Centrum, aient des comportements plus que surprenants, et inversement proportionnels à la « sainteté » que beaucoup attendent d'eux.

En un mot, le secret du Hara réside dans la maîtrise du Centrum. C'est la conquête de l'immobilité dans le mouvement, de l'invariable au cœur du variable. Le Centrum est le premier moyeu de la roue de notre évolution. Le tourbillon de cette roue solaire dénoue le nœud de notre incarnation, et met en lumière le potentiel de la puissance de la Mère, et conduit l'être à un plan supérieur.

LIVRE V

L'AIKIDO : ART TOTAL

« I — A...
Quelle volonté diagonale...

Mais une aile enfonce la symétrie
fait vaciller l'ordre
et tu rencontres le désert au souffle circulaire

Ton rocher franchit la dimension terrestre
et devient sable...

Plus proche encore l'astre diagonale
indifférent et impuissant
à la poussée constante
de la volonté. »

« Go kyo » de Frantz PRIKING.

Tel est un jour Go-kyo... Il est pour lui, il est pour nous symbole. Il comprend, je comprends, nous dessinons dans l'espace avec notre corps. Et tout devient autre. Le geste libère la pensée, libère le corps et cette volonté nous rend la vue et la parole.

Nous ne sommes plus des fragments, mais ensemble une fresque, un Art total.

L'INTUITION : CONDITION ESSENTIELLE A LA VIE ARTISTIQUE

« Ce ne fut jamais un jeu d'oisif que de soustraire un peu de grâce, un peu de clarté, un peu de durée, à la mobilité des choses de l'esprit. »

Paul VALÉRY.

Plus que quiconque, l'artiste en quête de son être et de la plénitude, se doit d'avoir le courage de n'attendre d'élan, de jaillissement et de modification que de lui-même. Après la période de formation, c'est dans la volonté de puiser en lui et de projeter extérieurement son énergie que tout créateur accomplit l'acte de Retour, qui lui permet d'accéder à la maturité et à la puissance. Le génie se traduit par l'ampleur de l'œuvre.

Le Ki intensément vibrant est une force pulsante. Il fait malheureusement défaut chez la plupart des individus, pour la simple raison que peu d'entre eux osent couper le cordon ombilical. Craignant de s'affranchir par manque de puissance personnelle, ils s'accrochent désespérément à leurs maîtres et condisciples. Cette peur apparaît généralement lorsque l'étudiant sentant un besoin de libération, quitte sa première école pour se rattacher à un autre groupe, sur lequel il transfère son désir d'accomplissement.

Par contre et depuis toujours, le véritable créateur a le courage de son impérieuse solitude. Le progrès commence par l'individuation. Après avoir pris ses distances par rapport à sa communauté, un solitaire, conscient de son originalité, fraie une voie nouvelle. Il lui faut pour cela, pendant un premier temps, se tenir en retrait de toute autorité et de toute tradition. Cette période de réflexion lui permet d'approfondir sa réalité fondamentale et de prendre conscience de sa différence afin de recouvrir son identité originelle. Dès sa gestation, l'œuvre porte en elle sa propre puissance, son propre rythme, qui

exprimés lors de la naissance et de l'achèvement définiront l'amplitude de sa trajectoire vers la mort. L'œuvre est une force qui se réalise soit avec tyrannie, soit avec ruse, sans souci du devenir de l'homme porteur de la force créatrice. Tel l'arbre puisant dans le sol sa nourriture, cette force vit et croît. Malheureusement, de nombreux théoriciens dépourvus de Ki ne peuvent accéder à la lice. Ils tentent de confiner en systèmes statiques ce qui par définition ne peut qu'être prodigieusement dynamique. Les courants d'impuissance qui les paralysent, sont des signes de mort pour ceux qui ne se libèrent pas à temps. Ils n'atteindront jamais le cœur des choses.

L'art véritable est créateur, et ce qu'il crée transcende toute théorie. Les forces créatrices irrationnelles se moquent de tout effort de rationalisation car le fait créateur reste essentiellement mystérieux pour la connaissance humaine. Il peut paraître curieux à l'homme du commun qu'un individu préfère aux sentiers battus conduisant à des buts connus, une voie abrupte menant vers l'inconnu.

En définissant l'intuition comme étant ce qui donne une connaissance soudaine, spontanée, indépendante de toute démonstration rationnelle, nous désirons mettre l'accent sur les liens profonds qui l'unissent à l'Art. L'intuition offre donc en un instant ce à quoi l'intellect n'aboutit qu'après de longues réflexions et de nombreuses expériences. Alors que le raisonnement est conscient, actif et interrogateur, l'intuition est immédiate, réceptive et passive. Une intuition n'a besoin d'aucune connexion logique avec la pensée préalable, et de ce fait peut couvrir un horizon entièrement différent. L'intuition échappe au contrôle de la volonté, elle est la voix inattendue, qui se fait entendre juste au moment nécessaire. Elle guide, fait renoncer, ou provoque un brusque changement d'intention, d'opinion, de jugement ou de décision.

L'intuition est non seulement l'étincelle, mais aussi le lien secret entre l'individu et l'espèce. Par elle, nous retrouvons des faits inscrits dans le code des acides nucléiques cérébraux. Cette « mémoire » explique que parfois, croyant inventer l'individu ne fait que retrouver des idées anciennes par le jeu des souvenirs enfouis au plus profond du Moi éternel. Mais ce Moi, n'est plus celui de « l'Eve primordiale », il a subi de multiples mutations, par le jeu des unions, de la mort et des détériorations dues aux avatars. Grâce à son acquis héréditaire, l'homme re-crée. L'intuition serait ici la mémoire de l'espèce qui permet à certains de ressentir des expériences qu'ils n'ont pas vécu directement. L'intuition de l'espèce apparaît encore comme la condensation de très nombreuses expériences accumulées, et s'ex-

prime à travers des prises de conscience collective. L'homme est guidé en profondeur par l'instinct, par les lois biologiques, sans que son intellect puisse participer aux choix et aux processus de l'action dans les manifestations les plus élevées de son évolution. Il résulte de ces considérations que l'intuition opère par percée, car elle ignore les obstacles ou plutôt les franchit sans les considérer comme tels. Elle découvre les rapports secrets existant entre objets, êtres, ou plans, elle est une intelligence des harmoniques qui règnent dans l'univers. Cette faculté concerne toute la création artistique. L'artiste peut en un instant, de par la puissance de son imagination, de l'énergie vitale qu'il projette, créer thèmes et variations grâce aux éclairs intuitifs qui le traversent. L'intellect n'entre en jeu qu'au moment de la réalisation, pour la discipliner ou la critiquer.

La technique de l'artiste reste un moyen, lui permettant de capter, saisir, exprimer ses intuitions fugitives. L'inspiration du musicien, du peintre, du poète, du pratiquant d'Aïkido... se trouve orientée par un grand thème ou de grands schémas directeurs. Il s'avère nécessaire de revenir sur chaque détail de l'œuvre, car il s'agit de création animée d'une vie propre, et non d'assemblages d'éléments préfabriqués, car « Celui même qui veut écrire son rêve se doit d'être infiniment éveillé ». (Paul Valéry). Chez le véritable inspiré, la pensée jaillit originale et puissante ; et l'influence qu'elle exerce est souveraine. La forme de l'inspiration varie selon les natures. Chez les uns, le cerveau est comme un miroir qui reflète les choses cachées et renvoie les radiations de l'humanité. D'autres entendent la grande Voix mystérieuse, le bruissement des paroles qui expliquent le passé, éclairent le présent, annoncent l'avenir. Sous mille aspects, les vibrations de l'univers pénètrent les sensitifs et s'imposent impérieusement. A ce propos, Beethoven déclarait : « Je dois vivre seul avec moi-même. Je sais bien que Dieu et les anges sont plus près de moi, dans mon art, que dans les autres. Je communie avec eux et sans crainte. La musique est la seule entrée spirituelle dans les sphères supérieures de l'intelligence », et souvent : « J'ai eu une extase ! ».

Les dons intuitifs expliquent encore la tendance à la contemplation. Ils sont une tentative pour retrouver la Vibration originelle en abolissant toutes distinctions et toutes séparations. Comme l'écrit Tchouang-tze, lorsque celui qui tente l'aventure parvient à l'unité : « Se tenant à l'origine, uni à l'Unité, il connaît... par intuition dans le Principe... Dès qu'il rencontre un être, il le saisit, le pénètre, le connaît à fond. Il voit dans les ténèbres du Principe, il entend le verbe muet du Principe. Pour lui, l'obscurité est lumière, le silence est

harmonie. Il saisit l'être, au plus profond de l'être ; et sa raison d'être, au plus haut de l'abstraction, dans le Principe. Se tenant à cette hauteur, entièrement vide et dénué, il donne à tous ce qui leur convient. Son action s'étend dans l'espace et dans le temps. »

Dans son domaine particulier, l'Aïkido tente de parvenir à cette perfection absolue. Néanmoins dans un premier temps, il essaiera d'éveiller progressivement chez le pratiquant, le 6e sens, celui de l'intuition qui en toute circonstance le sauvegarde même lors du repos. Maître Morihei Uyeshiba qui possèdait ce don dans sa plénitude, agissait avec beaucoup de bonhommie dans les démonstrations de son art. Après avoir dévié au juste moment les attaques de ses partenaires-agresseurs, il leur demandait si l'action n'avait pas été trop rapide ou brutale. Il expliquait que lorsqu'une attaque était dirigée à son encontre, il percevait une boule blanche s'approchant avant que l'action physique de l'attaquant ne soit en fait engagée. Il lui suffisait simplement d'esquiver cette sphère pour être totalement à l'abri du coup. Son intuition se trouvait à ce moment-là, intimement liée à la spontanéité qui présidait toutes ses actions. Comme l'évoque le Pr A. Nocquet : « Chez tous ses élèves la confiance en sa maîtrise était absolue car il jouait constamment avec eux, faisant preuve de beaucoup d'attention, et d'une grande bonté. Ses expressions verbales à l'image de ses expressions physiques dans l'action, jaillissaient tout à fait intuitivement. Il vibrait instantanément à l'unisson avec ce qui l'entourait. »

Lors des exercices stimulateurs et amplificateurs d'énergie, ou bien ceux créateurs de vacuité, « Tori Fune no Gyo », et « Furu-Tama no Gyo », mains situées au niveau de son Centrum, il disait : « Situez-vous au commencement du Ciel et de la Terre, et inspirez seulement ! » Le Sage voulait tout simplement amener ses disciples à découvrir, qu'ils étaient eux-mêmes, comme lui, les créateurs d'un espace-temps intime et propre à leur individualité. Sa conduite d'officiant donnait son sens véritable au Dôjô, qui ne peut nullement être une salle de culture physique, mais un Temple où règne « un espace-temps » totalement différent de celui du monde extérieur.

LA PENSEE DE LA FORME

« Nous sommes les troubadours de Dieu. »

Saint François d'Assise

La psychologie moderne de la forme souligne avec juste raison, dans nos perceptions sensorielles, la suprématie du tout à l'égard de l'expérience des parties ; car le tout est d'une certaine manière plus qu'une simple addition des parties, ces dernières ne trouvant leur identité que si elles sont considérées dans le tout.

La pensée qui s'attache à la forme n'a pas fait son entrée dans la vie spirituelle occidentale avec la psychologie moderne. Elle est une attitude qui résurge et dont l'incomparable maître et initiateur est Platon.

Il s'avère intéressant et symptomatique de constater que le grand philosophe japonais, Nishida Kitaro, se sente étroitement apparenté par ailleurs à Goethe, même si dans sa réflexion il utilise fréquemment des catégories hégéliennes. Les écrits de Nishida traitant de l'arrière-plan métaphysique de Goethe, mettent en évidence un certain caractère qui, outre une description de la pensée et de la poésie de l'éminent philosophe, comparent sa manière à celle de l'Extrême-Orient.

Comme nous le savons et Nishida le rappelle, l'art oriental demeure impersonnel, parce que l'arrière-plan s'y trouve inclu comme partie intégrante, ce qui provoque : « Une vaste vibration sans forme et sans fin, semblable à un écho insonore. » Ainsi Nishida trouve-t-il typiquement chez Goethe, ce que l'Orient appelle : « Connaître le sans forme dans la forme », en d'autres termes : « Etre transporté par le formé au-delà du formé, jusqu'à une ampleur et une profondeur infinies. » La forme est cœur, et le cœur est forme : tout reste un « mystère ouvert », sans partage entre l'intérieur et l'extérieur.

Ce qui nous importe à nous pour notre réflexion, c'est le point commun de ces deux penseurs, c'est la sensation de ce mystérieusement ouvert, de ce concrètement intuitif, qui s'écoule dans l'arrière-plan d'un toujours présent demeurant insaisissable. Si l'Occident a souvent surrestimé l'action ordonnée par une pensée conceptuelle tandis que l'Orient vivait d'une pensée formelle concrète fondée sur une intuition « harmonique », il faut ajouter que ces deux façons de penser peuvent se compléter mutuellement pour devenir fécondes.

Une conception totale des êtres et des choses permet d'échapper à l'éclatement, au chaos, tout vient de l'espace et s'en retourne à l'espace. Cette expression de l'inexprimable est parfaitement suggérée par la Peinture Extrême-Orientale. L'important n'est pas ce qui est peint mais ce qui n'est pas dépeint, ce qui apparaît à travers des couleurs et des formes et qui sont évoquées par elles. Pour cela, nous avons besoin de l'Art et de ses symboles. Que ce soit en sculpture,

peinture, musique, danse ou Aïkido... il n'y a création que lorsqu'il existe un rapport entre la délinéation et la réalité exemplaire originelle, entre le schème fondamental de chaque esthétique et l'ouverture sur le caché...

C'est dans ce lien précisément que réside la grande ambition et le fondement de tous les Arts venus d'Extrême-Orient, qui dans la forme ou dans le formé perçoit le sans-forme et dans le résonnant écoute le non-résonnant.

Rappelons toutefois que le « sans-forme » en Orient n'est pas l'informe ou le chaotique, mais l'insaisissable et l'inconnaissable, en un mot le mystère... qui ne serait pas un mystère « mystérieux » mais un mystère d'expression...

CHAPITRE I

L'AIKIDO : ART MUSICAL ART D'ADAPTATION ET DE SPONTANEITE

« Nos mouvements portent leur fin en eux-mêmes. Ils sont accomplis pour créer un état. Ils participent à la musique et à la danse en raison du lien nécessaire qui lie ces arts, l'un ordonne le temps et l'autre l'espace.

Le mouvement devient musique parce que je suis prisonnier du temps et que par la grâce du rythme et des cycles je peux ainsi le transcender.

En recherchant la perfection du rythme dans le geste, le temps trouve son accomplissement dans une co-naissance avec l'instant.

Telle est l'attraction du Kata défini par des passages lents et des ictus. Il révèle le lien secret entre le rythme de mon corps et celui de mon esprit. Il est développement d'une musique intérieure, de la phrase émise par l'orchestre du cerveau enveloppé par mon souffle.

Par contraste, le Taninzu dori devient improvisation, recherche des sonorités émises par les planètes et toutes les comètes glissant et tournoyant dans la voie lactée.

La joie de la musique est inséparable de l'ivresse du mouvement...

Tenkan... Les Mouvements-Univers exécutés en tenkan font de moi une anémone de mer à qui l'eau imprimerait la moindre inflexion. Mon taï-sabaki devient le développement de mon souffle et de mon chant intérieur.

L'arc de la vague qui enroule vers le rivage cet autre prisonnier de mon cercle a la courbe de mon regard...

Avec lui, je m'agenouille sur le sol, car nous sommes sol. Il n'est pas d'autres solutions puisque c'est la première syllabe du mot soleil, il arrête les reflets de sa lumière. »

J.-D. CAUHÉPÉ

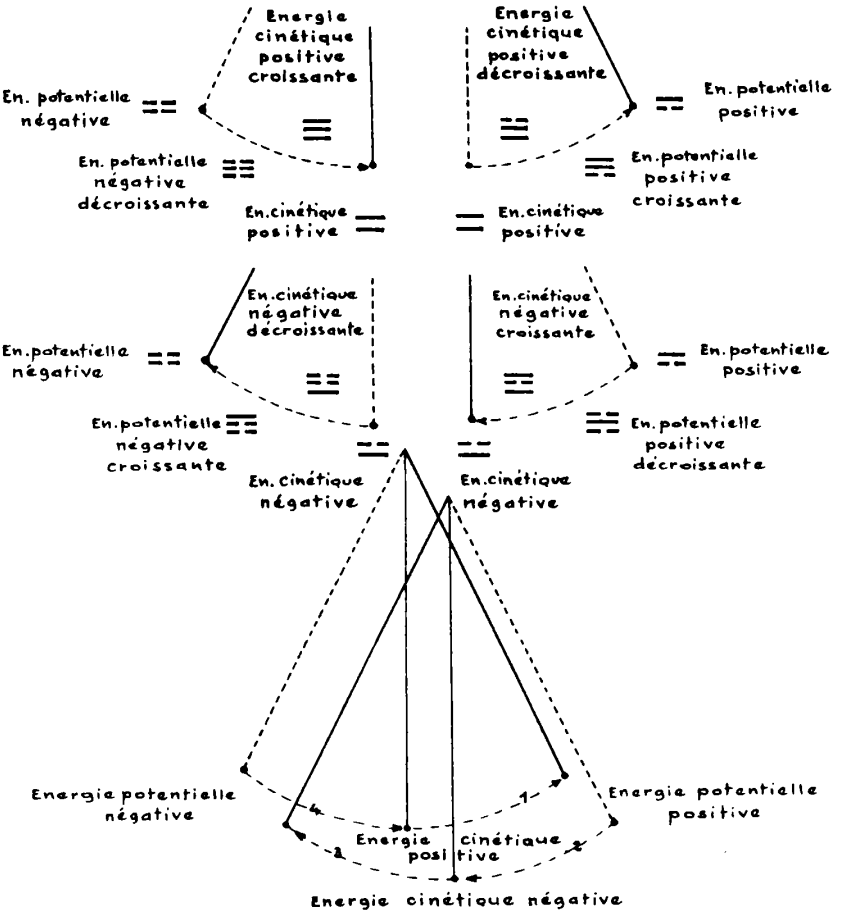
L'HARMONIE UNIVERSELLE

« Je me demande si ce n'est pas par la musique que nous entrons le plus facilement en contact avec nous-même, avec cette partie secrète de nous-même, que le monde nous cache, avec Dieu peut-être. »
J. GREEN.

L'harmonie peut être définie comme le jeu des alternances rythmées et ordonnées. Elle est aisément perceptible à travers la vibration. Le rythme régulier, l'amplitude, les temps forts, les intervalles, etc. sont la base des effets psychiques de l'harmonie musicale dans le cas du son. L'interférence des vibrations produit de nouvelles vibrations. Ceci s'étend à tous les domaines et en particulier explique la communication de l'émotion par suggestion. De la même manière, la discorde peut être attribuée à des effets contradictoires d'interférences vibratoires.

Les vibrations sont des formes du Ki, le Souffle vital de l'Univers considéré sous l'aspect d'énergie. Cette énergie ne peut être séparée de Shen, l'Esprit, source infinie et indestructible de tout changement. Elle apparaît sous deux formes, l'une potentielle, l'autre cinétique. Leur interaction produit une vibration. Les variations sont aisément perceptibles dans le mouvement pendulaire.

VIBRATIONS DU PENDULE



Crois.	Décr.	Crois.	Décr.	Crois.	Décr.	Crois.	Décr.
Positive		Négative		Positive		Négative	
ENERGIE CINETIQUE				ENERGIE POTENTIELLE			

d'après Sung. IDC.

Du début jusqu'à l'apogée de la trajectoire, l'énergie cinétique décroît, elle est convertie en potentialité. De l'apogée jusqu'au repos, l'énergie potentielle décroît et devient cinétique.

Traduit suivant la terminologie chinoise du Yi King, on obtient :

L'énergie cinétique positive : Vieux Yang

L'énergie potentielle positive : Jeune Yin

L'énergie cinétique négative : Jeune Yang

L'énergie potentielle négative : Vieux Yin

Et si l'on ajoute l'idée de croissance et de décroissance à ce tableau, nous retrouvons les Pa Koua :

+ L'énergie cinétique décroissante : ⚌ ● ○ ○

+ L'énergie potentielle croissante : ☳ ○ ○ ●

− L'énergie cinétique croissante : ☶ ○ ● ○

+ L'énergie potentielle décroissante : ☵ ● ○ ●

− L'énergie cinétique décroissante : ☱ ● ● ○

− L'énergie potentielle croissante : ☲ ○ ● ●

+ L'énergie cinétique croissante : ☳ ○ ○ ○

− L'énergie potentielle décroissante : ☷ ● ● ●

l'équilibre se situant entre : ☶ ○ ● ○ ☴ ● ○ ●

Cette rapide étude du mouvement pendulaire prouve que les alternances dans le temps et l'espace sont la clef de l'harmonie et qu'elle peut s'étendre à tous les domaines.

Dans la pensée chinoise, l'Univers est harmonie, c'est-à-dire dosage. Les différents dosages ne sont qu'une même harmonie dont les modalités, « par ordre de complexité croissante », ne peuvent être exprimées qu'au moyen d'une suite de symbole numériques. Ces emblèmes régentent un « classement par catégories » tout en figurant la disposition interne qui convient à chacune des réalisations (totales chaque fois et chaque fois spécifiques) de l'harmonie universelle.

Ceci s'exprime à l'aide de neuf mots, précédés chacun de l'un des neuf premiers nombres.

« 1 : Le SOUFFLE

— UNIQUE et en premier lieu est le SOUFFLE, KI.

2 : Les ENSEMBLES

— Deux et en second lieu sont les ENSEMBLES, que forment, en s'affrontant comme le Yang et le Yin (couple antithétique), les DANSES profanes et guerrières. Ces danses conviennent soit à l'Eté (Sud), soit à l'Hiver (Nord), (opposition simple).

3 : Les MODES

— Trois et en troisième lieu sont les MODES (poétiques) qui répartis entre les seigneurs, le roi-suzerain et les dieux, s'ordonnent

hiérarchiquement (sur une ligne centrée) : placé entre les dieux et les feudataires, le suzerain occupe une situation intermédiaire et éminente à la fois : centrale.

4 : les EMBLEMES

— Quatre et en quatrième lieu sont les EMBLEMES de danse, car les quatre Orients (disposition en carré, significative de la forme propre à l'Espace et à la Terre) fournissent, avec les danseurs et leurs insignes, les quatre types de danses.

5 : Les SONS

— Cinq et en cinquième lieu sont les SONS primordiaux : (essence de la musique, les sons appellent le classificateur 5 (emblème du Centre) et méritent d'occuper dans la progression (1 à 9) la place centrale. Affectés aux quatre saisons-orients et au Centre, ils permettent de classer l'ensemble des choses de la musique dans l'Espace-Temps (disposition cruciforme symbolisée par la sculpture de la Cathédrale d'Autun).

6 : Les TUBES

— Six et en sixième lieu sont les TUBES musicaux (ou plutôt les six couples de tubes), 6 yin doublant les 6 yang. A eux douze, ils rappellent les douze mois et réalisent la distribution de l'HARMONIE dans le Temps (symétriquement aux quatre Emblèmes qui la réalisent dans l'Espace), (arrangement en hexagone ou décagone évoquant le Temps, le Ciel et le cercle).

7 : Les NOTES

— Sept et en septième lieu sont les NOTES de la gamme (yin) figurant soit le total des Influences exercées par les Sept Recteurs astronomiques, soit une semaine de sept jours. Sept (comme cinq) donne l'idée d'un total centré, à savoir :

6 + 1 = un hexagone (cercle) envisagé avec son centre, soit :

4 + 3 = un carré (4) disposé autour d'un axe perpendiculaire (3) marquant le Haut (Zénith), le Bas (Nadir), et le Centre du Monde.

8 : Les VENTS

— Huit et en huitième lieu sont les VENTS, qui correspondent ainsi qu'à huit instruments de matière différente (les timbres entrent en considération après les intervalles), aux huit régions concrètes de l'Espace.

9 : Les CHANTS

— Neuf et en neuvième lieu sont les CHANTS, c'est-à-dire la musique et la danse dans leurs manifestations les plus sensibles ; danseurs et musiciens en plein travail évoquent les neuf activités (toutes les activités réelles) ; l'ensemble des réalisations, rendues

possibles par une activité ordonnée, entièrement hiérarchisée, occupe tout l'espace concret (8) plus son Centre idéal (UN).

Le SOUFFLE se trouve placé au début de la progression, car on voit en lui l'élément UNIQUE et premier, simple et TOTAL, du rythme, et les Neuf Chants se terminent, car ils marquent la réalisation épanouie et suprême, dernière et complète, de tout ce que le rythme contient en soi.

Ainsi l'ordre ontologique et l'ordre logique se traduisent ensemble en images rythmiques et géométriques. » (Cf. biblio. Pierre Warcollier. Aïki-Do — Les Cahiers du Budo).

L'AÏKIDO : ART MUSICAL

« La musique est une révélation plus haute que la sagesse et la philosophie. »

BEETHOVEN

Les arts sont unis par des liens étroits, quelquefois très vivants, d'autres fois très secrets. C'est ainsi que dans les Arts martiaux authentiques, l'accord parfait s'exprime dans une gestuelle sonore. Il est né du corps humain, une forme verbale et une forme gestuelle. L'expérience intérieure est devenue son, couleur, mouvement... De la sorte, l'Aïkido participe à la musique. La musique représente l'un des plus purs exemples d'un mode d'expression universel et transpatial. A son image, l'Aïkido se sert du temps (pour le rythme) et de l'énergie (pour les vibrations sonores). Grâce à elle, il est indépendant à la fois des dimensions géométriques, de la matière et des langages. La puissance des sons est d'ordre quasi magique, l'homme qui se trouve sous son emprise perd la notion de temps et d'espace. Bien qu'étant dans une large mesure, indépendant de la matière, un thème mélodique possède cependant par lui-même une certaine force structurante, que R. Ruyer compare aux forces s'exerçant dans l'embryogenèse de l'être vivant.

« Le rythme est l'ordonnance du mouvement » déclare Platon. Cette admirable définition à la fois ample et concise, s'applique aussi bien au mouvement sonore de la parole, du chant, de la musique, qu'au mouvement de la marche et de la danse, possédant tous deux une seule origine, le centre de l'homme. Aristoxène, pour sa part insiste en disant que : « La voix se meut lorsqu'elle chante, comme le

corps lorsqu'il marche ou qu'il danse. » Ainsi les Grecs employaient-ils la même terminologie rythmique pour l'un et l'autre domaine.

— Point de départ et point d'arrivée.

« Lorsque mon partenaire tente une action, je l'accueille, m'engage (Irimi)... Tout naît d'un frémissement, d'un pas, d'où jaillira le bond... Quelquefois, je lance le son « hé », qui est une sorte d'enveloppe protectrice et absorbande dont je m'entoure. D'autrefois, j'émets le son « Aï », composé du « A » dirigé vers l'infini, mais limité par le « Moyeu I », point d'équilibre entre l'Interne et l'Externe, trait d'union entre nous deux, mais également rayonnement de ma volonté d'harmonisation qui se mue en « O », énergie unificatrice ou enfin s'écoule dans un « Sa » pacifiant.

En effet, le mouvement consiste dans le passage d'un point à un autre. Il y a donc dans tout mouvement un point de départ et un point d'arrivée. Le point de départ s'appelle « arsis » ou élan, celui d'arrivée « thésis » ou repos. Toute note, expiration ou inspiration, est en soi un point de départ par rapport à celle qui la suit et un point d'arrivée par rapport à celle qui la précède, puisqu'il faut passer de l'une à l'autre pour parvenir au terme final. Mais, pour qu'il en soit réellement ainsi, il faut que deux par deux, les notes ou phases se mettent en relation de manière que la seconde soit intimement liée à la première et lui serve de point d'arrivée ou de conclusion. Une série de notes ou gestes détachés, égrainés, tous égaux en durée et en intensité, ne peuvent constituer un véritable mouvement, en d'autres termes ils ne sont pas rythmés parce que entendus et vus isolément et indépendamment les uns des autres. Chacun rentre dans le silence sans laisser l'impression d'un tout. Que de deux en deux, au contraire une note soit ou paraisse un peu plus longue, aussitôt la seconde apparaît comme le point d'arrivée de la première, elles ne sont plus isolées, mais liées entre elles, rythmées.

Toute la genèse du rythme se trouve en ces lignes, et le rythme sortira tout entier, avec toute son ampleur et sa beauté, de la jonction de tous les rythmes embryonnaires que deux notes ou gestes ont constitués. Ceci explique qu'à son origine le rythme soit naturellement binaire. Le doublement de la seconde note donne le rythme ternaire, mais il peut se composer aussi de trois notes ou trois temps simples, distincts comme les deux temps simples du rythme binaire.

— L'ictus et son rôle.

Toute note est un ictus en ce sens qu'elle est le résultat d'un coup, sur l'objet sonore qui la produit. La note qui clôt les petits mouvements binaires ou ternaires est de plus un ictus rythmique à

cause de sa fonction dans le rythme. Distinguer les petits mouvements binaires ou ternaires est la première partie de sa fonction, les enchaîner l'un à l'autre en sera la seconde. Cette prise de conscience s'effectue dans la pratique des Aïki-taiso que sont le « udefuri choyaku undo » et le « happo undo ». L'ictus est, par exemple, dans le pas de départ du « udefuri choyaku undo », et dans le pas d'arrivée du « sayu choyaku undo ». Dans le « happo undo », les pas de départ et d'arrivée sont des ictus.

Dans une série de mouvements soit binaires soit ternaires, soit binaires et ternaires mélangés, considérés non plus isolément mais unis ensemble, l'ictus rythmique sert à l'un de point d'arrivée et à l'autre de point de départ. Ils fusionnent tellement qu'à ce point de contact, la distinction entre la fin du premier et le commencement du second ne peut être que mentale. La réalité réside dans le fait que l'arrivée de l'un et le départ de l'autre constituent une unité. En effet, la jonction se réalise sur le même point et en même instant. C'est le principe de la balle, le point du sol où elle a trouvé son arrêt est en même tant pour elle le point de départ d'un nouvel élan, c'est-à-dire d'un nouveau mouvement.

— Rythme simple et rythme composé.

Les petits mouvements n'existent à l'état individuel que dans l'analyse de détail, quand nous considérons le rythme à son principe, à sa source, à sa racine. Mais quand on s'élève à un second et à un troisième degré du rythme, les petits mouvements perdent leur être individuel pour se fondre en un plus grand rythme. L'union entre les deux ou trois temps simples, devient telle que ces deux ou trois temps ne forment plus qu'un seul temps, le temps composé. Il avait suffi de deux notes ou phases pour former un petit mouvement complet, maintenant il faudra deux temps composés ou deux groupes de notes ou gestes pour obtenir un seul rythme. Le premier temps composé en sera l'arsis, le second la thésis.

Le rythme à temps composé ne diffère pas essentiellement du rythme à temps simple. Comme celui-ci, il n'a qu'une arsis et qu'une thésis, mais élargies. La musique possède également ses temps composés, ses rythmes élargis, telles les mesures à 6/8, 9/8, 12/8, véritables élargissements et synthèses de la mesure à 3/8. Un rythme à un seul arsis et à une seule thésis est un rythme simple. Plusieurs rythmes simples réunis ensembles forment le rythme composé. Ce dernier se forme de deux manières : par juxtaposition de deux rythmes simples, ou par leur fusion. Ils sont juxtaposés quand chacun d'eux garde son arsis et sa thésis, alors élan et repos se trouvent

alternés. Ils fusionnent, se contractent dès que l'alternance des élans et des repos se rompt. S'il s'agit, par exemple, d'un rythme composé qui commence par trois groupes arsiques, le second groupe qui, régulièrement aurait dû être la thésis du premier, a absorbé celle-ci, et c'est en cela que consiste la contraction.

Le rythme composé est celui de l'incise, du membre, de la phrase, de l'œuvre d'art globale, en un mot c'est le grand rythme, le vrai, le seul rythme, celui vers lequel tendent tous les rythmes intérieurs qui n'existent que par lui. Ainsi le rythme est à la fois ordonnance du mouvement par la détermination des pas rythmiques binaires ou ternaires, et il en est la synthèse par leur réunion en une seule marche rythmique. Cette manière d'envisager le rythme s'appelle l'étude du rythme nu, c'est-à-dire dépouillé de tout ornement mélodique, quantitatif, dynamique et phonétique. C'est le rythme abstrait. Rien ne prouve mieux qu'il est la forme, le principe spirituel, l'âme de la musique.

— Le rythme et le texte.

La musique est vocale ou instrumentale, ou l'un et l'autre simultanément. Notre discipline est une musique purement vocale, l'action du rythme aura un double objet, le texte et la mélodie. Peut-être plus que dans toute musique vocale, texte qui nous concerne, revêt une importance capitale. Il est le principe, le soutient, et la raison d'être de la mélodie. Il en est la racine et la tige. Détachée de sa tige, la fleur tombe et se fane, ainsi en serait-il de la mélodie séparée de son texte. Cette comparaison exprime leur étroite union et leur dépendance mutuelle.

Vous l'expérimenterez sous forme de modulations brèves dans les temps d'expiration préliminaire, puis de modulations longues, nuancées, lors de l'accompagnement du partenaire (cas d'une action concentrante), ou brève et vibrante (cas d'une expulsion).

Il sera mental et exprimera soit : « Viens... approche... je t'accueille... regarde tout est grand... ample... il n'y a que le vide... rien à quoi s'accrocher... va... continue ton chemin... », soit : « Viens... prends... tu me tiens... calme-toi... reprends tes esprits... je ne te veux pas de mal... abandonne ton agressivité... tu es intact et pourtant maîtrisé... mais je ne jouirai pas de ma victoire... il n'y a ni vainqueur ni vaincu... » Il pourra encore être très bref, sec comme l'éclair : « Va », « File », ou « Suffit », « Cesse », « Paix », ou tout autres exclamations sonores.

— La syllabe.

L'action du rythme sur le texte n'est autre chose que l'application

du rythme à la parole. La matière rythmique dans la parole, est composée des syllabes. Chacune d'elles possède la durée que réclame sa prononciation naturelle. Pratiquement dans la conversation, les syllabes se réduisent à une égalité approximative. La syllabe devient ainsi l'unité de temps dans le mouvement vocal. Donc autant de syllabes, autant d'unités égales en soi. Lors d'une conversation, à mesure que les syllabes tombent une à une, le rythme les saisit, et voici qu'elles s'ordonnent et s'unissent, s'élèvent et s'abaissent, s'alignent en mots, en incises, en membres et en phrases.

— Le mot et l'accent.

Le mot est le plus petit mouvement rythmique du discours. Deux syllabes suffisent à le constituer, la première est arsis, la seconde thésis. Dans un mot de deux syllabes, la première se trouve toujours accentuée. L'accent est l'âme du mot. Il est en fait l'unité par l'attraction qu'il exerce sur les éléments le constituant. Il entraîne dans son élan les syllabes qui le précèdent et conduit au repos celles qui le suivent. L'accent est une acuité. Il domine en élévation les syllabes qui l'entourent. De là, la distinction entre l'accent aigu et l'accent grave, d'où son nom d'accent tonique. Accent vient de « ad cantum, ad cano » (je chante). Tonique dérive de « ton » qui signifie intervalle. A l'origine, l'accent latin était purement mélodique. Il se place sur la pénultième ou l'antépénultième, jamais au-delà, ni sur la finale. La syllabe la plus importante après l'accent est la finale, car elle termine le mouvement que l'accent commence ou dont il marque le sommet. Elle devient naturellement l'ictus rythmique, celui-ci ayant pour première fonction d'indiquer la fin d'un petit mouvement. Selon sa longueur, un mot peut avoir plusieurs accents, l'un principal, les autres secondaires, et plusieurs ictus. Le point de départ des accents diffère de celui des ictus : les premiers partent de la pénultième ou de l'antépénultième, les seconds de la dernière syllabe.

— La vraie nature de l'ictus.

L'ictus appartient essentiellement à l'ordre du mouvement. C'est un posé, celui du pas rythmique. En soi, il demeure indifférent à la force ou à la faiblesse. Il prend la couleur de la note ou de la phrase et celle de la syllabe ou du geste qu'il affecte. Avec l'accent, il est fort, doux avec une syllabe, faible et impulsif avec une note d'impulsion (première note d'un groupe arsique). Il peut être encore à la fois : ictus, accent et impulsion. Ictus, il reçoit l'appui de la voix, accent il en détient l'intensité, impulsion, il produit l'élan. Les arsis nous le savons, sont des groupes d'élans. Dans une série d'arsis, il y a de l'une à l'autre, gradation de mouvements d'intensité. Une arsis pousse

l'autre. Il en résulte la gradation d'un ictus arsique à l'autre. Chacun soulève son groupe et en augmente successivement la vigueur de la sorte que le dernier groupe arsique marquera le maximum d'élan et d'intensité.

Indivisibilité du temps simple, temps composés binaires et ternaires, arsis et thésis, rythmes simples et rythmes composés, liens mélodiques, dynamiques, proportionnels et d'articulation, indépendance réciproque de l'accent tonique et de l'ictus rythmique, tels sont les principes rythmiques qui appliqués à l'Aïkido, lui rendent son exécution traditionnelle et esthétique. Traditionnelle, ils viennent en ligne directe de l'antiquité ; Esthétique, du texte et de la musique conjugués, ils font réunis, l'unité et la beauté de l'œuvre d'art.

— L'utilité du chant.

Le chant par excellence reste pour l'enfant et l'adulte-enfant, un merveilleux moyen d'éducation, qui malheureusement n'est pas suffisamment utilisé dans les Ecoles d'Art martiaux. L'enfant aime chanter et participe très volontiers. Le chant qui doit accompagner les exercices préliminaires, les balancements, les « Mouvements-Univers » et les « Taninzudori », permet de participer à l'unisson aux leçons, et offre sans doute l'unique occasion d'agir réellement.

— Différents genres.

La pratique de l'Aïkido diffère de genre et de style. Autre est le genre, autre est le style. Quels qu'ils soient, les règles essentielles d'exécution demeurent. S'il faut que le pas et les chants simples soient toujours les plus faciles à exécuter, ils demeurent les plus difficiles à rythmer. Vous devrez donc veiller à observer la hiérarchie des accents, à phraser correctement et à suivre les pas rythmiques des ictus. Dans les danses et les chants simples, pas et syllabes se réduisent à une égalité de durée approximative. De donner aux notes une valeur quelconque, imprécise, c'est rendre impossible la formation, l'unité, l'alternance variée des temps composés et la belle ordonnance du mouvement rythmique. Du même coup, l'esthétique de l'Aïkido perd sa sérénité, sa limpidité et la paix dont elle est tissée. L'exécution de cet art doit être encore très coulée, elle ne le sera jamais trop. Quant aux mouvements, ils devront demeurer empreints de rythme et de paix. Ils doivent s'adapter à l'atmosphère du moment. L'allure à adopter peut dépendre de la dimension du Dôjô, du nombre d'exécutants et du niveau de compréhension. Tout cela est affaire de goût et d'adaptation.

Différents genres, différents styles, différentes sensibilités ne sont aucunement une contradiction à l'unité de l'Art musical. Ils révèlent

une facette d'un degré atteint sur l'échelle de l'Harmonie universelle : « Le grand Souffle indéterminé de la Nature, s'appelle Vent. Par lui-même, le Vent n'a pas de son. Mais quand il les émeut, tous les êtres deviennent pour lui comme un jeu d'anches. Les monts, les bois, les rochers, les arbres, toutes les aspérités, toutes les anfractuosités, résonnent comme autant de bouches, doucement quand le vent est doux, fortement quand le vent est fort. Ce sont des mugissements, des grondements, des sifflements, des commandements, des plaintes, des éclats, des cris, des pleurs. L'appel répond à l'appel. C'est un ensemble, une harmonie. Puis quand le Vent cesse, tous ces accents se taisent... Les accords humains sont ceux des instruments à musique faits par les hommes. Les accords terrestres sont ceux des voix de la Nature... Les accords célestes, c'est l'harmonie de tous les êtres dans leur commune nature, dans leur commun devenir... Embrasser, voilà la grande science, la grande parole. » C'est ce qu'une quinzaine de siècles après Tchouang-tze, le Sage Uyeshiba a parfaitement réalisé en s'identifiant à l'Univers.

LA DANSE, SOURCE VIVE DES ARTS

« Chantant et dansant ainsi s'avance Zarathoustra. »

NIETZSCHE.

Pour vaincre dans les combats qu'ils menaient, les peuples possédaient des guerriers habiles, entraînés et courageux. L'adresse et la puissance alliées devaient permettre de dominer. Les lieux d'entraînement étaient les stades, dans lesquels s'élaboraient les forces de la communauté. Or, pour lancer plus loin le javelot, distancer l'adversaire à la course, le frapper avec plus de précision sur un endroit vulnérable, il apparut rapidement qu'il s'avérait nécessaire de mesurer, coordonner, régler tous les actes du futur combattant, et en premier lieu, d'en supprimer les efforts inutiles.

Appliquée d'abord aux gestes guerriers, la loi d'économie ne tarda pas à retentir sur tous les autres mouvements du corps ; mesure et coordination, rythme, adoptés au début par nécessité, furent recherchés ensuite par plaisir, pour devenir rapidement des qualités propres aux peuples. Que ce soit pour la guerre ou pour la religion, l'eurythmie prit possession de tous les corps et de tous les esprits, les imprégnant de sa puissance régénératrice. La beauté de l'art n'est qu'un corollaire de l'excellence d'une culture générale, née elle-même

de la culture physique, parce que dans notre conception, seulement adaptée au physique. Alors que chez les Grecs et chez les Orientaux, il n'y a jamais eu de dissociation entre esprit et physique.

Mis à part l'Inde et quelques autres pays, c'est à peine si aujourd'hui l'opinion publique commence à s'apercevoir que la danse est tout autre chose qu'un divertissement. Diverses et variées sont les danses, mais toutes ont pour moteur le rythme, et permettent à l'homme d'être conscient des multiples attitudes que son corps peut adopter. Un danseur est un corps humain en mouvement, qui a reçu au préalable une formation spéciale tentant à simplifier, épurer et ordonner les gestes. Ces qualités une fois acquises engendrent la beauté, et ont fait dire à Michel-Ange : « Le beau est le purgatoire de toute superfluité ! »

La culture du danseur et celle de l'athlète reposent en de nombreux points sur des principes identiques. Les mouvements de l'un et de l'autre sont décomposables en une succession de temps qui s'enchaînent les uns les autres dans un ordre déterminé, et peuvent être décrits chacun avec précision. La coordination des mouvements aboutit au rendement maximum, et au minimum d'effort, pour le maximum d'efficacité, ce que traduit la maxime de J. Kano : « Le meilleur emploi de l'énergie. » Le danseur use de l'espace avec précision, et pour ce, il est nécessaire qu'il possède au plus haut degré le sens de la distance et celui de l'équilibre. Qu'il s'agisse d'un équilibriste, d'une étoile déployant un adage, d'un expert d'art martial, tous sont motivés par un même et égal souci, celui de la position de leur centre de gravité.

La pratique de la dynamique gestuelle à travers les exercices de coordination psycho-somatique et d'esthétique de l'Aïkido, a pour but essentiel d'inculquer la notion de rythme en général, mais en aucune façon d'exprimer par le rythme les états affectifs. Platon disait : « C'est par l'intermédiaire du corps que l'eurythmie pénètre l'âme, et c'est la danse gymnastique qui donne l'eurythmie. » Mais jamais il n'a dit que l'eurythmie fût de la danse ! Cette eurythmie n'est pas autre chose que ce rythme personnel et total par lequel nous accordons entre elles toutes les parties de notre être, le psychique et le physique.

Il faut comprendre que l'Aïkido n'est ni l'émotion, ni la technique, mais l'émotion exprimée par la technique callisthénique et rythmique. Le pratiquant ne se bat pas contre les distances ou le temps car en ce qui concerne ce dernier, il lui est propre et intimement lié à son état vibratoire du moment. Néanmoins, il attache une grande importance au temps et à l'espace car ce combat entre dans le cadre de sa lutte

contre ses limites. Le mouvement de l'Aïkido est plus qualitatif que quantitatif. La danse, considérée dans ses actes, est avant tout une construction architecturale dans l'espace. Sur la scène, le danseur est un architecte qui fait œuvre de sa personne, en bâtissant dans les trois dimensions, une foule de mouvements jaillissant et disparaissant inlassablement. Décorateur et musicien, il agit en parfaite connaissance des rythmes. La danse est une construction dans l'espace et le temps. Elle est la synthèse de deux relativités d'Einsten.

Que vous envisagiez la danse en spiritualistes, en mystiques ou en matérialistes, en poète ou en scientifiques, vous reconnaîtrez toujours en elle un état émotionnel. Cette émotion est contagieuse parce que dynamique. La danse est une émotion qui s'exprime au moyen de gestes rythmés dans le temps et mesurés dans l'espace, c'est la raison pour laquelle elle ne peut être confondue avec la gymnastique, qui n'est qu'un exercice du corps pour le corps.

Mais comment l'émotion initiale de l'artiste s'imprime-t-elle dans ses mouvements, de telle sorte que nous puissions sympathiser avec elle et nous émouvoir à notre tour ? Il est évident qu'un mouvement ne peut être émouvant que dans la mesure où il conserve les traces mêmes de l'émotion qu'il a provoqué. Il doit être un geste, c'est-à-dire un mouvement corporel, qui se reconnaît comme étant l'expression de l'âme. Celui-ci peut être spontané et involontaire, comme dans le cas de la colère. Dans ce sens, il engendre un geste affectif. Mais il peut être fictif, et devient alors mime. L'on peut dire par conséquent que la danse doit sa forme expressive au geste, c'est-à-dire que sa vie a tendance à être de moins en moins une imitation d'un réflexe humain pour tendre à devenir un signe abstrait et conventionnel, comme ceux qui font l'objet de l'étude sur le comportement exploratoire. Que le geste garde ou non sa sève primaire et la saveur de la spontanéité, il importe qu'il s'inscrive simplement, harmonieusement dans l'espace et le temps, et qu'il satisfasse aux lois de l'optique et de la musique, à celles de la mesure et du rythme qui régissent notre intelligence du mouvement.

Telle est la difficulté que l'artiste doit surmonter, s'il veut agir par une attitude qui lui est personnelle, et ordonner à sa manière. S'il y parvient, il peut alors faire acte de conception. Cette faculté qu'il ne faut surtout pas confondre avec l'expression, réside avant tout dans la nature et le degré d'intégration de l'émotion de l'attitude. C'est à ce niveau que le tempérament de l'individu imprime sa mesure et donne un choix de dimensions et de cadences devant servir à l'écriture du geste. Pour tous les artistes, la difficulté est la même. Tous doivent

concevoir une forme parfaitement équilibrée, ce qui implique le calcul le plus froid et le plus réfléchi, pour traduire une émotion qui se présente à lui d'autant plus tumultueuse qu'elle est plus intense. Maintenant, concevez-vous mieux qu'il y ait autre chose dans la danse qu'un spectacle à regarder à travers elle. Vous découvrirez les lois générales de l'Art, car plus que tous les autres arts, la danse qui est restée humaine vous permettra de comprendre les autres formes d'expression. La danse vous offrira la véritable mesure de l'humain puisque l'homme, quelles que soient ses qualités d'esprit y fait œuvre de son corps et ne peut traduire sa spiritualité que dans la mesure où sa matière animale le lui permet.

Les dispositions naturelles congénitales du corps et les conditions matérielles du geste doivent être classées parmi les caractères propres de l'art. Cette distinction du caractère et du style n'est pas arbitraire. LE STYLE EST LA PREUVE DU DESIR DIALECTIQUE DE L'IDENTITE ET DE LA DIFFERENCE. Si deux pratiquants d'Aïkido de même race et de même niveau technique veulent exprimer un sentiment identique, ils pourront s'accomplir à travers une gestuelle de style différent, ce dernier devenant le sceau spirituel et individuel par excellence.

Nous noterons que les cultures humaines impriment à leurs danses deux caractères majeurs. A ce sujet, l'ethnologue, musicographe et chorégraphe C. Sacks confiait à Paul Bellugue, professeur de l'Ecole Supérieure des Beaux Arts de Paris, avoir remarqué une façon mâle et une façon femelle de danser. Il y a des peuples qui, hommes et femmes, dansent de façon mâle ou de façon femelle. Dans la pratique des arts martiaux, il en est de même, et cela au niveau d'un individu à l'autre, ou encore en fonction du tempérament ou du degré de compréhension de l'adepte. La manière mâle yang, est centrifuge, expansive ; la manière femelle, yin, centripète et attractive.

En principe, l'Aïkido physique se vit dans un Dôjô, où sous la conduite d'un chef d'orchestre, les « musiciens-chanteurs-danseurs », que sont les véritables pratiquants, vont élever progressivement leur rythme vibratoire, par des excercices préliminaires rythmés, puis donner libre cours à leurs aspirations, par le truchement de « Kakarigeiko » et « Taninzu dori ».

Robert J. Godet dans son remarquable « Judo de l'Esprit » dit :
« Le Dôjô est un Univers spirituel
Le Tapis, le Monde
Le Keigogi, le Mental
La Ceinture, la Volonté

Le Hara, la Foi
Le Mouvement, le Détachement
L'Attention, la Conscience
L'Adversaire, Soi-même. »

C'est au sein du Dôjô, de l'Univers, que le corps du pratiquant trace dans l'espace des trajectoires immatérielles qui sont les véritables formes de l'Aïkido. La mouvante architecture qu'il réalise relève des mêmes lois esthétiques que l'architecture matérielle et statique, car si la composition architecturale de la «« danse d'Aïki » se meut devant nos yeux de spectateurs, ce sont eux qui se meuvent pour percevoir l'architecture statique. Tout mouvement est relatif, et le danseur fait figure de statue animée, se parant incessamment des fleurs éphémères du mouvement. Mais de façon à exécuter des déplacements harmonieux, il s'avère nécessaire que le sol soit plan et uni, car sa nature influe considérablement sur la forme de la danse. Une bourrée ou une polka se sautent sur le sol inégal de la place, le menuet ou la valse se glissent sur un parquet ciré ou un dallage de marbre. De la même manière, l'Aïki-jitsu s'exécute dans les champs caillouteux et les chemins creux, tandis que l'Aïkido se pratique sur des tatami parfaitement jointés.

Apparaissent alors des attitudes fondamentales, répondant aux besoins de stabilité et de déplacements en tous sens. Leur étude est très intéressante. L'homme debout et immobile, se trouve soumis à une seule force, la pesanteur. Pour qu'il tienne en équilibre aisément, il lui faut élargir raisonnablement sa base de sustentation, de façon à éviter que les oscillations inévitables de son corps ne déplacent son centre de gravité en dehors de cette base. Dans le cas des pieds joints, c'est leur position en équerre qui réalise la base optima. Voici pourquoi elle est réglementaire dans l'attitude du garde à vous. Mais dès qu'il se déplace, l'homme crée une force nouvelle, une force balistique dont la puissance intervient d'autant plus dans son équilibre qu'elle est accrue par une vitesse plus importante. Dans ce cas, il devient de moins en moins nécessaire d'assurer l'équilibre latéral. Voici pourquoi le coureur de vitesse peut orienter les pointes de ses pieds vers l'avant. Il le doit, également, afin de se servir au maximum du levier de propulsion qu'est le pied. Cette attitude se conçoit parfaitement chez celui qui va lancer son pied pour frapper. Mais chez le pratiquant d'Aïkido qui se déplace en des directions variées, il s'avère nécessaire d'assurer l'équilibre en tous sens. Aussi, la pose des pieds en équerre, garantit-elle le mieux contre les déséquilibres. Par ailleurs, étant à quelques degrés près, moyenne entre l'adduction et

l'abduction forcée, elle se trouve la meilleure pour l'ouverture ou la fermeture, et l'orientation du segment dans un sens quelconque de mouvement. Le bon sens aidé de quelques notions élémentaires d'anatomie, de physiologie et de cinématique suffit à trancher une polémique, qui n'en est pas une. La pratique des Aïki-taiso le prouve clairement.

La composition du Taninzu-dori dans le temps pose des problèmes tout à fait semblables à ceux de l'espace mais en outre elle offre une autre particularité, car étudier les rapports de la danse et du temps, revient à étudier ceux de la danse et de la musique. Celle-ci est née de la danse, puisque tout son est la conséquence d'un mouvement. Le véritable Aïkido est parfaitement musical ; quant au pratiquant, il possède une âme musicale, et le sentiment du rythme qu'il ressent resplendit dans la force de ses impulsions.

Pour ces raisons depuis 1970, nous donnons des séminaires où les Aïki-taiso et autres mouvements fondamentaux sont accomplis sur des thèmes musicaux appropriés, tels les gymnastes chinois pratiquant en musique le « Wou Chou » (art martial).

CHAPITRE I

L'AÏKIDO : EXPRESSION DE LA DYNAMIQUE COSMIQUE

« Taninzu-Dori...

La Terre gémit,
la lave bouillonne,
voici que naît un volcan.
Crache ce feu intérieur
entraîne toutes les pierres
pour les envelopper d'incandescence.
Sagaie humaine ayant fait
connaissance avec le Ciel
incurve tes souffles et ne t'apaise
qu'après avoir rencontré la plaine,
puis redeviens lac endormi. »

J.-D. Cauhépé.

I. L'Aïkido Expression rythmée et formelle de la Dynamique cosmique

« Sa forme est partout...
Partout se déploie la danse gracieuse de Çiva...
Il danse avec l'Eau, le Feu, le Vent et l'Ether.
Ainsi danse le Seigneur,
pour l'éternité devant sa cour. »

L'humanité a créé des mythes qui identifient la Création du monde à la Danse du Créateur. Les anciens dieux de l'Inde et de la Perse avaient la même origine, ils étaient les dieux des Aryens.

Le Seigneur de la Danse, Çiva Nataraja en exécutant la quintuple danse de la Création, du Mystère, de la Préservation, de la Destruction et de la Libération, émet des ondes musicales. Il dispense la vie, puis par ses rythmes, l'anime, l'organise et l'entretient à travers tout l'univers, pour ensuite le détruire par le Feu.

A ce sujet, Ananda Coomaraswamy dit : « La signification essentielle de la Danse de Çiva est triple. Elle est d'abord l'image de son rôle de source de tout mouvement au sein du cosmos, lequel est figuré par les cercles qui l'entourent. Ensuite, le but de sa danse est de libérer les âmes sans nombre des pièges de l'illusion. Enfin, le lieu où il danse, Chidambaram, le centre de l'univers, est à l'intérieur du Cœur. »

« Dans la nuit du brahman, la nature est inerte et ne peut danser sans que Çiva le veuille. Il sort de l'extase et en dansant projette dans la matière inerte des vagues successives d'énergie qui l'éveillent ; alors la matière se met à danser elle aussi, formant autour du dieu un cercle de gloire. La danse de Çiva s'imprime dans les phénomènes de la nature et les maintient en vie. Toujours dansant, lorsque les temps sont accomplis, il détruit par le Feu toutes les formes, tous les noms, et crée un nouveau repos. Cette conception de la création relève de la poésie, tout autant que de la science. »

La danse symbolise l'union des Eléments, la ronde des étoiles, les constellations de planètes reliées aux astres fixant l'ordre et l'harmonie. Par la danse, nous pouvons nous mettre au diapason des puissances de l'univers, les capter, les faire nôtre et nous y intégrer. Le mouvement rythmé nous offre la clef qui permet de créer et de retrouver les formes supra-conscientes, de découvrir puis demeurer en contact avec les sources de la vie. C'est la raison pour laquelle la danse a toujours été la première expression culturelle de l'homme. Avant d'exprimer dans la matière nos expériences et notre compréhension de la vie, nous les traduisons et les exprimons avec notre corps, qu'il s'agisse de la naissance, de la mort, de l'amour, de la crainte, de la joie, de l'espérance et de la « re-naissance ».

Le sage de l'Aïkido, en accord avec le Yi (Fait suprême), contemple les phénomènes célestes et terrestres. Connaissant l'origine de la lumière et la cause de l'obscurité, il voit la trace des choses depuis leur commencement jusqu'à leur fin. Percevant comment l'union de l'Essence et du Souffle forme les choses, et comment la disparition de l'âme produit le changement de leur constitution, il connaît la caractéristique de l'anima et de l'animus. Entre le Ciel, la Terre et lui

existe une similitude et en conséquence aucune contradiction. Sa connaissance embrasse toute chose y compris le cours de sa vie. Il agit suivant les exigences des circonstances sans s'éloigner pour autant de leurs déroulements. Adhérant au Ciel, il connaît ses ordres et ne fait l'objet d'aucune crainte.

Identifié au Yi, dans une adaptation incessante, il complète la nature des choses. Centre et maître des alternances, il joue avec les potentialités qui défilent autour de lui. Il laisse s'accomplir seules les mutations, ou s'il le veut leur imprime à son gré accélération ou ralentissement.

Tour à tour « Eau dormante, clapotis, vent et typhon, vague ondulante, foudre et épée, abîme sans fond, roc inébranlable ou brume pacifiante... vienne la foudre fendre la montagne, s'éloigne l'ouragan sur l'océan, il ne s'en inquiète pas. »

En imitant, puis en s'identifiant à Çiva qui se déploie au Cœur de l'univers et dans les cœurs de ceux qui se délivrent de la servitude, il symbolise l'union du temps et de l'espace dans l'évolution universelle, et matérialise également l'énergie qui se manifeste dans le Créé.

Engagé dans une voie quasiment incompréhensible pour le profane, imitant tous les phénomènes naturels, les composants du macrocosme et ceux du microcosme, ainsi que d'innombrables autres visions, il tente de s'approprier de leur puissance et de leur éclat.

Parfaitement inscrit entre Sol et Ciel, et se laissant « agir », il est l'interprète du « Dynamisme Cosmique » qui lui procure l'extase en vertu même de son contact avec les puissances vitales. Cet état, au-delà de la parole et de la volonté, est celui du « clair obscur », qui le fait se mouvoir par quelqu'un d'autre que lui (Quelquefois lors d'un instant de plénitude fugitive, l'étudiant perçoit la sensation d'être « vécu par la vie ».) Maintenant et entretenant le flux de la vie, il repose dans sa quiétude.

Girant et créant le vide, devenu « vide » lui-même, il perçoit le pouvoir unificateur de la pratique qui le relie à la Source originelle. Enfin, chérissant l'esprit de bienveillance, il peut à partir de là, aimer sans réserve. Telle est l'expression rythmée et formelle de la Dynamique Cosmique, exprimée par l'Aïkido, Art qui permet à l'homme de se transformer et d'atteindre la révélation de son être par le contact avec le « Cœur ».

2. L'Espace, Lieu de Transformation et de Métamorphose

LA MATERIA PRIMA

Le tréfonds passif de l'âme fait fondamentalement partie de la Materia Prima de tout l'univers. Il s'agit de l'expression d'une hypothèse théorique de l'Oeuvre alchimique. Elle découle de la correspondance réciproque du macrocosme et du microcosme.

Le véritable secret de l'Alchimie demeure l'accomplissement de l'Oeuvre qui doit amener à la connaissance et à l'expérience personnelle de l'unité de l'âme et du monde.

La Materia Prima forme la trame originelle de la conscience personnelle, puis celle de toutes les formes de l'âme en général, sans distinction individuelle, et enfin celle du monde dans son intégralité.

La Materia Prima est symboliquement située « en bas » parce que passive. Par définition sans forme, elle est obscure, et ne peut offrir de prise à la raison. Elle ne peut être en aucun cas assimilée à « l'inconscient collectif » de la psychologie moderne, le terme « collectif » prêtant d'ailleurs à confusion du fait que ce dernier conformément à son sens étymologique, désigne une accumulation des tendances héréditaires de l'âme. Or l'héridité étant aussi une ramification, il semble difficile de déceler une entité quelconque.

La conscience comprend plusieurs niveaux :

Le premier est celui de la conscience claire et apparente. Elle recouvre un niveau plus obscur qui participe néanmoins à la conscience claire. Vient ensuite le fond de l'âme, passif et informe, empreint des dépôts laissés par les impressions et refoulements. L'essence profonde de l'âme est le miroir de son pôle opposé, l'Esprit originel.

La Materia Prima, origine et fruit de l'Oeuvre est un « chaos inconcevable » jusqu'à ce qu'elle produise les formes qu'elle contient en germe. Elle est semblable à la substance minérale opaque à l'état amorphe, qui devient claire lors de sa cristallisation.

L'âme contient d'infinies possibilités qui ne sont pas destinées à se manifester. Cette richesse est un obstacle à l'apparition de la forme essentielle où la conscience devient reflet de l'Action Créatrice, « AH ».

« Puissent les éléments de l'Ether ne pas s'élever en ennemis...
Puissent les éléments de l'Eau ne pas s'élever en ennemis...

Puissent les éléments de la Terre ne pas s'élever en ennemis...
Puissent les éléments du Feu ne pas s'élever en ennemis...
Puissent les éléments de l'Air ne pas s'élever en ennemis...
Puissent les éléments des couleurs d'arc-en-ciel ne pas s'élever en ennemis...
Que vienne le moment où tous les sons soient reconnus comme nos propres sons.
Que vienne le moment où toutes les Radiations soient reconnues comme nos propres radiations.
Que vienne le moment où le Tri-Kaya soit réalisé. »

« BARDO THÖDOL. »
extrait du « Sentier des bons souhaits pour être sauvé du dangereux passage étroit. »

LES ASPECTS CRUCIFORMES

« O croix, réconciliation du cosmos hauteur du ciel profondeur de la terre étendue de tout le visible largeur de l'univers. »

ANDRÉ DE CRÊTE

La croix est un symbole que nous rencontrons fréquemment dans la nature, et qui à nos yeux traduit l'idée de justice et de karma. Deux miroirs mis en croix, possèdent la propriété de toujours réfléchir un rayon lumineux dans la direction d'où il vient. D'après le concept karmique, tous nos actes nous reviennent tôt ou tard. La justice humaine est une tentative d'imitation de ce processus. Mais cette structure que l'on rencontre dans le grain de sénévé, symbole de la Foi, puis dans le cœur au niveau où se réalise la régulation cardiaque, se retrouve encore au niveau du bulbe rachidien, sous l'aspect d'un schiasma nerveux. Ceci permet de dire que la croix est en relation intime avec la structure d'ensemble du système nerveux, et donc de la conscience.

Les archétypes psychiques agissent semble-t-il tant sur l'inconscient collectif que sur le conscient et l'inconscient des individus. Ils sont profondément liés aux structures moléculaires de la matière vivante. Ainsi peut-on suggérer que la tétravalence du carbone jouant un rôle dans la biochimie humaine peut avoir influencé la formation des archétypes de la croix et du triangle dans les inconscients individuels et collectifs de l'humanité.

La croix est encore et principalement un symbole d'ordre chimique

situé en étages et de complexité croissante. Le type de combinaison du premier étage est donné par l'explosion du mélange hydrogène-oxygène. Ces deux éléments mélangés, constituent les deux branches situées au même niveau, donc horizontales de la croix. L'eau formée dès l'explosion, tombe, ce que représente la branche descendante. L'énergie dégagée (lumière, vibration, chaleur) tend à déterminer un mouvement ascensionnel au centre, formant ainsi la croix. L'eau branche descendante de cet étage, devient la branche horizontale de l'étage suivant, et se combinant d'une part aux métaux et aux métalloïdes d'autre part, donne naissance aux acides et bases, branches descendantes du second niveau. Les branches descendantes du deuxième étage deviennent les branches horizontales du troisième ; soit les molécules d'un acide et d'une base en solution dans un milieu. Du fait de leur polarité, il existe entre ces molécules une sorte de symétrie. En s'attirant, elles se combinent, et il en résulte d'une part, un sel, et d'autre part de l'eau. Le sel plus lourd que l'acide et la base, reste indépendant de l'un et de l'autre, puis en tombant devient le précipité. L'acide et la base, corps placés sur le même niveau horizontal, en se combinant donnent naissance à un corps qui tombe, et a une forme ascensionnelle. L'ensemble décrit un mouvement cruciforme.

La fonction respiratoire s'effectue également selon un processus identique. Sur une branche horizontale se trouve l'oxygène, sur l'autre le carbone et l'hydrogène ; sur la branche descendante, l'eau et le gaz carbonique, sur la branche ascendante, le dégagement de chaleur, de force musculaire et d'énergie nerveuse.

La croix à branches égales était depuis la plus haute antiquité considérée tel un sphragis, un sceau divin, avant d'être adoptée comme symbole par les chrétiens. Dans la gnose païenne, sous le nom de staurôs, qui signifie pieu, elle désignait également une entité du panthéon plus connue sous l'appellation d'Eon, dont la mission était d'interdire aux daïmones l'accès du divin. Cette croix délimitait la frontière existant entre les mondes du Plérôme et celui du Kénôme. Platon dans le Timée, présente sous l'aspect d'une croix inclinée, comme un khi grec, l'Ame Universelle, intermédiaire entre le Dieu Suprême et le Cosmos. Les néo-platoniciens, quant à eux, symbolisèrent cette Ame Universelle, appelée Demiourgös, par une croix grecque encerclée. Cette figure était déjà connue des Egyptiens, des hindous et des Mayas. Le Tau symbolisait quant à lui, la résurrection et l'émergence, c'est-à-dire le renouveau de la vie. C'est sans doute la raison pour laquelle dans les anciens écrits Mayas, il est

très fréquemment représenté sous l'aspect d'un arbre à deux branches, orné de fleurs et de fruits. Le symbolisme du Tau apparaissait encore en Asie et en Asie Mineure, si bien que dans certains lieux de culte, les autels servant aux offrandes de fleurs et de fruits, avaient la forme d'un Tau. Ainsi la croix a-t-elle toujours été considérée comme un symbole initiatique, et son graphisme s'est vu rehaussé parfois d'un dieu cruciforme, même crucifié.

Il semble que les quatre branches de la croix, représentent apparemment dans toutes les religions, les Quatre Grandes Forces primaires, appelées encore les Quatre Sacrées, symboles de la toute puissance de la Force Créatrice. Avec le temps, la simple croix évolua vraisemblablement en svastika, en forme de croix de Malte, puis de cercle ailé, en Pilier, en Génies qui chez les Mazdéens s'appelleront Amshaspands, Séraphins chez les Hébreux, Rabiri et Titons dans la théogonie d'Hèsiode, pour devenir chez les Chrétiens et Musulmans, les Archanges. Les Hindous, les Chaldéens, les Egyptiens, les Mayas, les Grecs et les Hébreux plus tard, éliminèrent les aspects scientifiques dans leurs récits de la Création, et ne relatèrent seulement que des faits simples, sans les commenter. La raison en est donnée par Clément d'Alexandrie qui écrit : « Les Egyptiens gardaient le secret de leurs mystères et ne dégradaient pas leur connaissance des choses divines en les confiant aux profanes ; ils les réservaient pour l'héritier du trône, et pour les prêtres qui excellaient en vertu et en sagesse » et de préciser : « Les mystères sont divulgués sous forme mystique de telle sorte que leur transmission orale soit possible. Mais cette transmission sera faite moins par des mots que par leur sens caché. Les notes que voici sont bien faibles... Du moins serviront-elles d'images qui rappellera l'Archétype à l'homme que le thyrse a frappé. » (Stromates, I, I, 13). Le thyrse, baguette enlacée de lierre et surmontée d'une pomme de pin, servait de sceptre à Dionysos-Zagreus.

Le mythe orphique était également connu des Chrétiens ; Clément de Rome en ayant donné un résumé en ses « Homélies ». Dans son « Orphée », A. Boulenger représente un gemme gnostique datant du II[e] siècle, et conservé au Musée de Berlin. La particularité de ce chaton d'hématite, réside dans le fait que sa gravure représente un homme écartelé sur une croix verticale. Au-dessus se situe un croissant, pointes en l'air, et couronnant l'ensemble, un arc de sept étoiles. De part et d'autre du crucifié apparaît l'inscription « ORFEOS BAKKIKOS ». Il s'agit donc de l'Orphée, associé aux mystères de Dionysos-Zagreus. Tous les dieux-sauveurs « crucifiés »

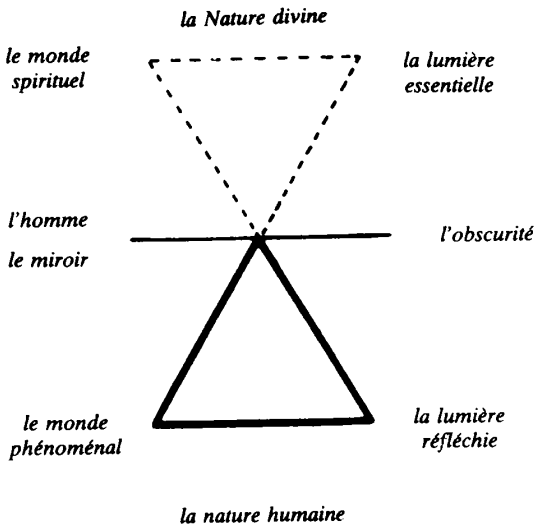
sont assimilés au Christ Cosmique et dispersés au sein des Quatre Eléments du Monde. La croix à branches égales est dans l'Alchimie traditionnelle, le symbole classique du creuset, et déposer la Matière Première de l'Oeuvre au creuset, se dit « crucifier ». Nous noterons en ce qui concerne l'Orphée crucifié, de la gemme gnostique, qu'il : « Figure schématiquement, un triangle pointe en bas, surmonté d'une croix, elle-même surmontée d'un croissant, qui n'est pas sans ressembler étrangement à l'idéogramme ésotérique de caractère prophylactique, matériel ou spirituel, qu'est le symbole de l'Eau mercurielle. » (R. Ambelain.)

La croix à deux branches perpendiculaires d'égale longueur symbolise la « danse » des Eléments, le Centre figurant le Créateur autour duquel girent toutes les Energies. Quant à la crucifixion, elle représente la stagnation, l'arrêt d'une évolution. Elle ne doit pas être confondue avec l'Ankn égyptien qui était le symbole de la vie. La crucifixion sur un Tau, croix fichée et stabilisée au Sol, dont la branche supérieure, celle de l'esprit, décapitée est ajoutée à celle de la Terre, symbolise la dépossession de la lumière propre à l'individu, et la crucifixion de l'être sur sa propre vision. Si la croix représente la souffrance, il s'agit de celle de la chair, et nullement celle de l'Homme-Esprit (Waw), qui poursuit son cycle, et ayant atteint l'Omega, par une nouvelle impulsion que lui procure Aleph, l'Absolu, renaît et participe aux structures, rythmes et cycles spiralés de l'Arbre de Vie (Samek), qui est par ailleurs au niveau de l'humain, la colonne vertébrale conductrice des énergies.

Toujours est-il que la croix est le symbole des contrastes que la substance passive contient à l'état latent. C'est la Croix des Quatre Eléments constitutifs de notre monde, soit : l'Eau, l'Air, le Feu, la Terre. Aussi et selon la démarche de l'Alchimie, il faut s'attacher au fait que le Soleil, ou l'Or, n'est pas le pôle actif en soi, mais dans certaines limites son image la plus fidèle. Le symbole du passif est totalement dépourvu de forme, la substance originelle étant par définition informe. Aussi ne peut-il être que la contrepartie, ou la rupture de l'image du pôle actif. C'est pour cette raison que le demi-cercle, la demi-Lune ou la demi-orbite du Soleil correspond à l'origine passive. L'aspect cruciforme exprime donc la Loi cosmique, car il participe de l'un et de l'autre des deux pôles. L'âme de nature passive se transforme sous l'influence de l'esprit. L'opposition s'annule sur un plan supérieur car la substance transformée n'est qu'une manifestation première du divin. Le Centre de la Croix cosmique correspond à la « quinta essentia ».

Une iconographie extrême-orientale, parallèle à l'iconographie chrétienne confirme l'universalité de ce symbolisme. Certains mandala servant de support à la méditation Shingon représentent sur une face le monde de l'indestructible et sur l'autre l'élément matriciel. Au centre de chaque face apparaît le Bouddha « Grand Eclaireur ». Dans le premier schéma, le Bouddha se présente dans une attitude contemplative, entouré d'une auréole blanche. La contemplation de cette face mène à la Voie libératrice. Dans le second schéma, il sort d'un lotus auréolé de rouge, symbole de l'action. La contemplation de cette autre face apporte la connaissance des 5 sciences cosmologiques.

La Materia Prima, reflet de l'Esprit Universel se retrouve dans le symbole extrême-oriental du Miroir. Le Miroir chinois porte sur son envers une représentation du Dragon Céleste qui correspond au Logos, ou Esprit Universel. Dans le Shinto, il est le Miroir sacré, reflètant l'image de la déesse solaire Amaterasu. Il est le symbole de l'âme pure susceptible de recevoir la vérité originelle.



Le double mouvement universel appelé « dualité », mais qui, plus précisément, est la polarisation des énergies, se trouve parfaitement symbolisé par les deux branches de la croix. Il importe encore de remarquer que sur la croix des énergies, se situent les corpuscules, et que ces corps ne possèdant pas de matérialité propre, ne sont que des quanta d'énergie manifestée. Familiarisé avec les différents aspects cruciformes, vous saurez que porter l'attention de l'esprit sur une Croix de Lumière, signifie, s'attacher à un aspect profond du Souffle.

LES DEGRES DU GRAND ŒUVRE

« Si tu veux compléter le corps de diamant sans fuite, chauffe avec soin la racine de la conscience et de la vie.
Illumine le pays bienheureux qui est toujours proche et caché là, laisse habiter ton véritable moi. »

LIOU HOUA-YANG

L'Oeuvre alchimique se réalise à travers diverses étapes. La plus ancienne des interprétations est celle qui désigne par une Couleur chaque phase de l'Oeuvre. Elles correspondent à la purification ou la coloration d'un « métal ». De la sorte au noircissement d'une substance succède un blanchissement puis une rubification. Le Noir est absence de lumière, le Blanc, symbole de la pureté, évoque la Lumière intégrale, tandis que le Rouge représente la couleur dans toute sa splendeur incandescente.

Il existe toute une gamme de couleurs intermédiaires. On remarque que les trois couleurs principales Noir, Blanc et Rouge symbolisent dans la Cosmologie indienne les trois Plans fondamentaux (Gunas) de la Matière originelle.

— Le Noir (Tamas) mouvement descendant se détourne de la Lumière.

— Le Blanc (Sattva) aspire vers l'origine de la Lumière.

— Le Rouge (Rajas) s'étend sur le plan de la Matière.

Dans l'Oeuvre alchimique, le Rouge est l'aboutissement. Il est la manifestation de l'Esprit. La conception indienne diffère. Sattva est le but, il attire et ramène tout vers son origine.

L'Oeuvre se divise en petit et grand magistère qui reflètent la dualité entre la matière et la forme, l'âme et l'esprit, la lune et le soleil. L'Oeuvre se réalise en 7 phases gouvernées par des planètes et propriétés des 7 métaux. Les planètes et les métaux s'élaborent selon

leur relation avec l'or et le soleil. L'ordre est déterminé par la course de ce dernier. Deux interprétations sont possibles. Dans la première, le petit et le grand magistère sont mêlés en couple. Dans la seconde, le petit magistère lunaire est une phase qui précède le grand magistère solaire. Le signe de Mercure est la clef de l'ensemble. Ainsi l'Oeuvre ne se divise-t-elle qu'en 6 étapes. Les trois premières se placent sous le signe de la lune et les trois autres sous celui du soleil.

Le signe androgyne du Mercure procède du Soleil et de la Lune. Il est si l'on peut dire la manifestation la plus proche de la Materia Prima. Il représente la substance psychique du Souffle vivant qui unit l'âme-corps à la Vie cosmique.

— Au commencement de l'Oeuvre dominée par Saturne, s'effectue une putréfaction, une mort, la conscience doit être arrachée aux sens. L'homme ne peut reconnaître son essence immuable qu'après avoir renoncé à son corps et à son âme intimement liés aux sens.

— La deuxième phase est régentée par Jupiter. L'âme sort du chaos originel pour déployer sa puissance. C'est l'entrée sur le plan de « Rajas », et la libération de la conscience corporelle. Cela correspond à la sublimation.

— La troisième phase est dominée par la Lune. Le croissant lunaire s'est élevé au-delà de la Croix des Eléments, et abolit leurs contradictions. Les possibilités de l'âme se sont confondues en la Pureté originelle.

Ces trois phases correspondent au petit magistère, mouvement ascensionnel régi par la Lune.

Les trois phases suivantes, celles du grand magistère, suivent un mouvement descendant, régi par le Soleil. Le Petit Oeuvre correspond à la spiritualisation du corps, à la reconquête de la Pureté originelle et à la parfaite réceptivité de l'âme. Le Grand Oeuvre est l'incarnation de l'Esprit. Il recherche l'illumination de l'âme par la révélation de l'Esprit.

— La quatrième phase, première du Grand Œuvre est dominée par Vénus. Le Soleil engloutit la Lune et sa Puissance créatrice reforme la Croix des Eléments. Cet état est précaire en raison de l'instabilité des Eléments.

— La cinquième phase est dominée par Mars. La position du Soleil dans ce signe représente une descente féconde de l'Esprit dans les couches profondes de la conscience humaine.

Alchimiquement le Noir et le Blanc symbolisent les deux aspects du carbone, dont les molécules désordonnées ne donnent que du vulgaire charbon, et ordonnées le diamant, cristal transparent et étincelant.

Selon l'Alchimie chinoise intégrée au Bouddhisme Dhyâna, on peut concevoir l'effet du Mercure de trois manières. D'après la première, le Mercure serait le Cœur, rendu liquide par la méditation (dhyâna) et ignescent par l'étincelle de l'esprit, alors que le Plomb, qu'il s'agit de transformer, correspondrait au corps. D'après la seconde, le Mercure serait l'âme et le Plomb, l'haleine. Selon la troisième, le Mercure serait le sang, et le Plomb, le sperme. Dans tous les cas le Mercure joue le rôle de l'élément qui libère et vivifie. Il est la substance qui « coule » dans toutes les formes de la pensée.

L'épanouissement du Grand Oeuvre s'effectue sous le signe du Soleil. Le cercle solaire se distingue des signes précédents par le point qui précise son centre. Ce point est la manifestation du potentiel des phases précédentes. L'élément infini apparaît à la fois visible et invisible, parfait et immuable. Lorsque l'individu réalise l'unité de l'Externe et de l'Interne en lui, il effectue une cristallisation, aspect dynamique du Grand Homme Unifié, et le déploiement de ses tonalités colorées. En retrouvant son âme, il retrouve l'Ame du Monde, et en retrouvant l'Anima Mundi retrouve « l'animisme primitif », et ses danses spontanées et sacrées.

LE FAIRE OU L'ART DE REALISER LE GRAND ŒUVRE

« Le plus Grand Maître est le plus Grand Serviteur. »

En réunissant les différentes formes d'énergies (voir schéma), il est possible de dessiner une ennéade cruciforme du fait que sur la branche verticale se situe l'aspect actif et sur la branche horizontale, l'aspect passif. Nous pouvons observer l'analogie qui existe entre cette ennéade et le Happo undo. Cet exercice pratiqué dans les 8 Vents dessine un diagramme trois fois triple, image de toute triade. La puissance vivante de ce mouvement réside dans le fait qu'il est symbole de l'Unité triple et indivisible. Il représente une application corporelle de la Réalité. Il est l'acte de Synthèse, appliqué à l'homme dans l'espace. Sa puissance potentielle s'extériorise dans le Faire au sens total de ce mot, c'est-à-dire participer en conscience à l'Unité en utilisant l'énergie créatrice retrouvée.

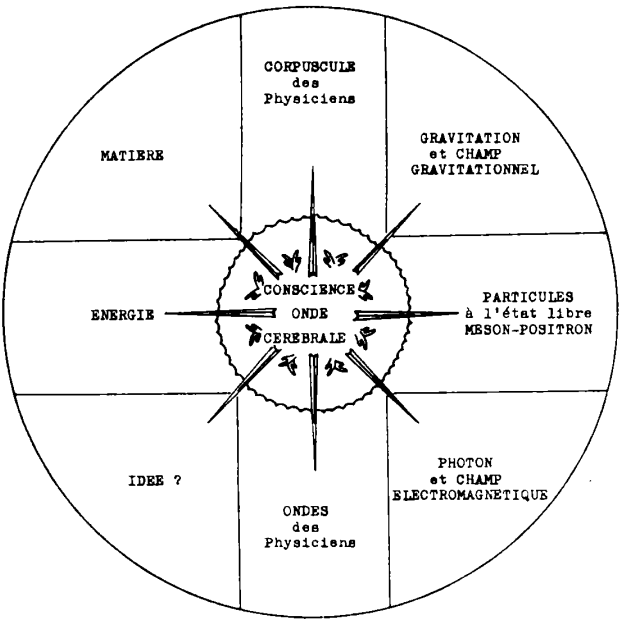
— C'est être en harmonie, au lieu d'être en opposition.
— C'est donner, au lieu de prendre.
— C'est accroître sa vie, au lieu de la diminuer.

Voici pourquoi on peut appeler action vertueuse tout acte accompli dans cet esprit et acte vicieux, tout acte ne respectant pas la loi d'évolution. Nous savons que notre cercle vital humain se trouve sur la spire évolutive de l'Univers. L'Esprit est symbolisé par le Centre de la sphère. Il s'actualise en devenant la Volonté Céleste qui se manifeste dans le rayon unissant le centre de la circonférence située sur la spire ascendante.

Lors du Happo undo, l'officiant décrit cette conception. C'est pourquoi les 8 lignes droites tracées par son corps, expriment une Action Juste grâce à l'utilisation d'une énergie dont il est le récepteur.

Cette triade se rattache à la grande Triade ; Elle est une image :

— du monde extérieur
— du monde intérieur
— de l'homme en tant que : matière-esprit-énergie.



J.D.C. d'après H.T. Richard.

En conséquence, le Happo undo, qui à ce niveau n'a plus rien de commun avec un banal exercice physique d'élévation des bras dans le

but d'arrêter un coup, est une éducation de balancement, et surtout une analyse de la Synthèse Réelle et Universelle, une Synthèse Appliquée.

CET ACTE N'EST PAS UNE SIMPLE MANŒUVRE, MAIS UN SYMBOLE DU GRAND-ŒUVRE.

Il doit faire percevoir à celui qui l'exécute consciemment, que la Nature nous sert, lorsque nous voulons bien la servir. Par contre si nous la servons avec l'arrière pensée de l'utiliser, ce simple désir contenant en lui-même une satisfaction anticipée, demeure notre récompense. Par une telle attitude nous nous payons avant d'avoir seulement obligé le Donateur. Toutefois cette pensée s'estompe progressivement dès que l'on aspire sincèrement à la Sagesse. Alors et seulement, grâce à « l'Innocence », l'Oeuvre s'accomplit dans toute Sa pureté.

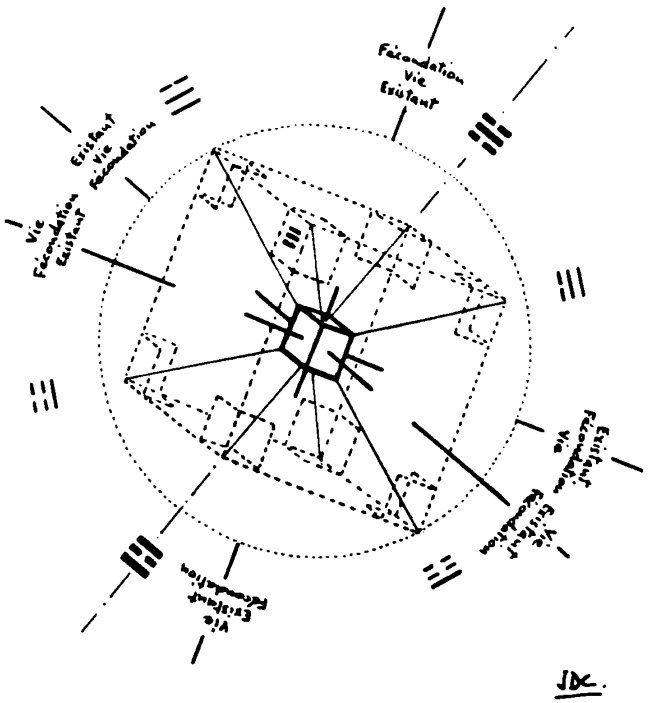
Ceci peut être résumé par la devise gravée au-dessus de porte de la tour hexagonale de l'hôtel particulier de Jacques Cœur à Bourges ; « De ma joie (anc. français : joyaux) — dire — faire — taire.», encadrée des 3 arbres du Grand Œuvre, soit le palmier vert, l'oranger blanc et le figuier rouge.

REFLEXIONS SUR LA FORME

Si nous estimons que notre corps est notre substance, c'est-à-dire la portion de vie qui nous est donnée pour subsister durant un temps donné, indépendamment de tout accident déterminé, il nous appartient de le former et de le transformer afin qu'il ne soit pas la prison de l'esprit mais son expression. Il est la matière brute dépositaire de la Materia Prima, l'instrument et le témoignage de notre œuvre. Sa souplesse ou sa rigidité traduit l'état de l'esprit qui l'anime, la puissance conquérante ou l'humble rayonnement intérieur, indique le degré de spiritualisation de l'être. Le corps est le miroir de l'âme et grâce à lui nous libérons notre âme de ses contradictions et de ses endurcissements.

C'est pourquoi, dans l'Aïkido la recherche de la « forme de corps » n'est pas une vanité narcissique mais une nécessité esthétique dans la mesure où les valeurs fondamentales sont étroitement liées. Par exemple, après des années de travail, nous constatons effectivement chez le pratiquant sincère, une fécondation du corps par l'esprit, et de l'esprit par le corps. La gestuelle d'un véritable Maître est d'un esthétisme incomparable, son idéal de paix et d'harmonie transparaît à chaque instant.

A l'inverse du règne animal qui subit sa nature, nous nous devons d'agir sur notre corps, de lui imprimer une forme au sens d'une juste disposition des différents segments qui le composent. Harmoniser les différentes parties du corps implique de distinguer l'homme dorsal de l'homme ventral. L'homme avant est dominé par les fléchisseurs qui l'apparentent à l'animal. Avant tout ce système permet les mouvements, se tordre, étreindre, fléchir, s'abriter, se cacher... en un mot d'aller vers le sol. Ce système clonique est souvent au repos. En complément l'homme arrière est gouverné par les extenseurs. Ce système est le plus récent, le plus « humain » par rapport au précédent. Il permet de se lever, de se dresser, de chercher le ciel... Il est tonique car il autorise l'immobilité et ne connaît jamais de repos, sauf la nuit. A ce niveau concret, la forme de corps est l'harmonisation de ces deux hommes en nous, un alliage de souplesse et de tonicité. Cette synthèse physique traduit la fusion des énergies qui montent de la Terre, avec celles qui descendent du Ciel, afin de mettre en mouvement le T'aï-k'i humain.



En travaillant, nous dégagerons notre forme essentielle, cachée dans notre forme apparente, c'est-à-dire notre anima, partie de l'Anima Mundi. Lorsque les « deux seront Un et le dehors comme le dedans, le Royaume sera ». Le Royaume de Dieu est au MILIEU de vous... En quelque lieu que soit le Corps, les Aigles s'y assembleront. » (Luc XVII.20.21.36.37), et (Job XXVIII.7). En considérant le « corps » tel le corpuscule de notre physique, et les « aigles » tels les ondes, nous pouvons dire en ce qui concerne le premier qu'il est Synthèse et Principe. Vu dans le sens de la Synthèse Universelle, un corps physique est un corps accompli, parfait, expression incarnée de l'Unité, de l'Equilibre et de l'Harmonie. Ce corps est une Sphère. Les corps qui n'ont pas atteint cette expression demeurent : soit en formation, soit en devenir, parce qu'ils possèdent une activité spirituelle externe. Chaque corpuscule est associé et accompagné d'une onde. Chaque onde représente un niveau de conscience.

La perception des 7 Corps constituant notre monde (voir le Zengo undo) nous apparaît grâce à :

— la perception de grandeur, différenciation matérielle,
— la perception des ondes qui rayonnent de leurs consciences respectives, différenciation spirituelle.

La compréhension de ces phénomènes fait admettre la notion d'onde de Conscience planétaire (Terre) perçue par la Conscience cérébrale individuelle, qui est susceptible de capter également et parmi d'autres, l'Onde de la Conscience Solaire et l'Onde Cosmique. Sans doute est-ce pour cela que Pythagore conseillait « d'aimer le vents », et que les Chinois considéraient le vent spiralé comme le souffle de l'Unité centrale, qui « circule sur terre à la manière d'un soleil », et « met en branle la croix des Orients ». (Granet).

L'HOMME INSCRIT DANS UNE SPHERE. AIKIDO : ART DE L'ACTION TANGENTIELLE.

Notre notion de l'homme qui attaque, ou se défend, est essentiellement visuelle et fondée sur l'apparence que procure le corps au repos. Cette idée n'étant pas réelle, fera rapidement l'objet d'une expérience chez l'étudiant. Devant lui se trouvera un homme dont il ignore le

comportement, ce qui lui permettra d'envisager l'aptitude dynamique du physique humain. Ainsi réceptif aux coups et saisies, sera-t-il amené à visualiser d'une toute autre manière son adversaire, tel que le chat ou le poisson au repos perçoivent le leur.

— Notion de l'homme inscrit dans une sphère :

L'étudiant se représentera l'homme en puissance d'action, ou en action, à l'image d'une sphère, dont les limites sont l'extrémité des doigts et des orteils. Le centre situé dans l'abdomen, tel que l'avait vu, entre autres, Léonard de Vinci dans ses études de l'homme inscrit dans un carré, un pentagone et un cercle, se déplace d'avant en arrière, latéralement en diagonale, hélicoïdalement, et entraîne sa périphérie. En perdant de vue la vision d'un aspect statique propre à l'homme de pierre, mais au contraire en le considérant comme une sphère mobile dont la puissance est extrême, l'adepte pensera tout naturellement qu'il se trouve lui aussi inscrit dans une telle sphère.

Un homme qui possède de longs bras aura un diamètre de sphère plus grand que celui d'un petit homme. Mais si dans le poing de ce dernier se trouve un objet contendant, le diamètre de sa sphère augmente. Ce diamètre augmente en fonction de la longueur des armes tenues.

Cette notion fondamentale du Ma-ai (espace-temps-énergie) nécessaire entre deux « partenaires-adversaires » permet de réaliser visuellement, que l'arme n'est que le simple prolongement du bras !

— Notion de distance d'une sphère à une autre :

La perception sphérique étant acquise, l'attention devra être portée sur l'évaluation du rayon ou du diamètre des sphères. Cette idée préside à la tenue du sabre et du bâton. En présentant l'arme de biais, en fuite, l'expert dissimule la longueur de son arme et la distance à laquelle se trouve sa pointe, par rapport aux limites des sphères.

— Notion d'action tangentielle :

Pour pratiquer vraiment l'Aïkido, il est absolument nécessaire de garder la limite de sa propre sphère, tangente par rapport à celles des partenaires. Les globes glissent les uns sur les autres à l'image d'une bille se trouvant au milieu de plusieurs autres, sur un plateau mobile. De rester tangent ou situé juste à l'extérieur de la sphère dynamique de l'agresseur, et non relativement à son buste et membres supérieurs, permet d'éviter les saisies et demeurer hors de portée des coups.

A l'encontre des autres disciplines, l'Aïkdo est tournoyant. Le déplacement du corps permet à l'adepte de rester non seulement hors

d'atteinte, mais encore de pouvoir se placer très rapidement sur le côté où derrière l'attaquant et de la sorte occuper une situation stratégique privilégiée.

Dans une action linéaire très Yang, le déséquilibre contrôlé de la masse corporelle du vis-à-vis, ne se réalise que lorsque les possibilités défensives de ce dernier à l'intérieur de son propre rayon d'action dans lequel on pénètre, sont annihilées. Dans toutes les actions tourbillonnantes préside l'action d'absorber ou dévier, guider et épouser au juste moment l'extrémité de la main, matérialisant la périphérie de la sphère voisine, de façon à l'amener progressivement à graviter autour de soi. L'impulsion est provoquée par le propre mouvement volontaire de l'attaque. Cela revient à dire qu'à la limite de la sphère, il est possible de capter un ou des satellites, auxquels durant un certain temps l'on conservera leurs vitesses de mise en orbite, avant de leur imprimer une pulsion et une direction qui les inscriront sur de nouvelles trajectoires.

Centré sur lui-même, le pratiquant pivote et entraîne ou renverse à la limite périphérique de sa sphère les masses qui l'abordent. Il peut encore s'en servir tels des boucliers mobiles, ou les orienter s'il lui plaît, les unes contre les autres. Durant toute l'action, ses attitudes demeurent naturelles et esthétiques. La conjugaison des Exigences permet le « rayonnement » du Hara, l'extension des membres supérieurs et les actions pivotantes d'enroulement ou d'enveloppement.

L'art de l'Action tangentielle s'applique dans la réalité de deux manières différentes :

— *a)* Avec effacement du corps et pivotement, dans le but de s'éloigner de l'attaquant, tout en maintenant le point d'union que représente sa saisie, au niveau du poignet, du bras, du revers de la veste... et en l'utilisant comme axe de révolution spiralée.

Maintenue fixe, durant l'effacement corporel, la saisie se transformera au détriment de l'attaquant, en une torsion au niveau de son poignet, de son coude ou de son épaule, et par effet de couple, s'amplifiera pour déséquilibrer le corps tout entier. La situation de l'agresseur se trouve ainsi complètement inversée. Au début de son action, il était relativement statique, seuls le ou les bras manœuvraient. Lorsque sa ou ses mains agrippent la veste ou le corps, elles se trouvent à l'origine de points de fixation. En tournant ni trop vite, ni trop lentement, mais à la même vitesse que la tentative, juste au

moment où les doigts se referment, l'agressé peut facilement entraîner dans son déplacement la masse de l'opposant.

Le déséquilibre étant alors amené à son paroxysme, il suffira d'abaisser progressivement le Centre de gravité en expirant pour entraîner en même temps celui du partenaire (l'unité d'action étant réalisée), dans une spire, ne lui laissant en aucune façon la possibilité de se ressaisir. Un trait caractéristique de l'Aïkido consiste à ne jamais prendre, empoigner, mais au contraire, à se laisser saisir. L'Aïkido enseigne que « si l'adversaire tient d'une main, cette dernière ne lui est plus d'aucune utilité, s'il prend avec deux mains, il ne lui reste plus que deux jambes, qui auront bien de la peine à lui conserver un certain équilibre. » Ainsi lorsqu'un individu donne un coup ou agrippe, se trouve-t-il amputé jusqu'au trois quarts de ses possibilités fonctionnelles. Le bras et le buste sont solidaires, seul tourne le bassin. Le fait d'absorber, orienter et guider, permet la compréhension du « laisser passer ».

Qu'il y ait ou non, à la fin du mouvement, une contention, le but recherché est atteint, grâce aux effets de torsion lombo-abdominales, ou scapulaires. Les articulations des poignets, bras et épaules sont vrillées par le puissant mouvement rotatif du corps de celui qui esquive, car ses mains libres n'agissent pas. Et comment par ailleurs pourraient-elles imprimer une telle puissance, tandis que la torsion provient simplement de l'esquive rotative du tronc ? En résumé, dans la première façon d'agir, l'extrémité des membres (poignets) de l'assaillant comparée à un axe de moyeu, a été sollicitée par un mouvement de torsion, entraînant les rayons (bras), et la jante de la roue (extrémité du corps se déroulant dans la chute).

b) Au lieu de s'effacer, il est possible encore, de se porter au devant de l'attaque. L'action pivotante permet la juste position latérale ou arrière, par rapport à l'attitude, ou le geste menaçant. Dans cette opportunité les deux axes verticaux se rapprochent, jusqu'à juxtaposition.

Celui de l'assaillant se déplace dans le sens de son attaque, et l'homme recherchant l'union, pivotant sur lui-même, l'engage à épouser la même circonvolution que la sienne. Il s'habille de la sphère de son agresseur. Il est encore, le moyeu, et l'adversaire la jante l'entourant.

Dans cet exemple la notion d'action tangentielle, perd-t-elle sa signification ? Non, car l'attaquant ne doit être perçu qu'inscrit dans sa sphère de forte potentialité, et seulement dans une phase d'attaque.

Cette dernière passée, il faut le reconsidérer tel qu'il se trouve dans une phase dynamique.

Quant l'agresseur saisit de très près, ou à plus forte raison latéralement ou par derrière, en aucun moment il n'est à l'image de la sphère dynamique, puisqu'axé mentalement et physiquement sur un point fixe, de saisie, de percussion et de réussite instantanée. De sphère, son expression corporelle s'est transformée en une configuration, qui géométriquement dans l'espace, s'identifie à un volume en forme de triangle sphérique, dans le cas d'une posture statique, ou d'un volume en forme de croissant.

L'Aïkido, étant par excellence l'ART de l'ADAPTATION, il est facile de se situer à l'intérieur de la potentialité fonctionnelle, et de rester tangent à elle, mais intérieurement. Ce mode d'exécution, se réalise à partir de la juxtaposition des deux axes, celui de l'exécutant entraînant celui de l'assaillant. Nous rappellons que le corps de ce dernier s'enroule autour de celui de l'attaqué, s'il est entraîné sans heurt, dans le sens où il devait aller, et si le point de fixation est maintenu.

De tranche sphérique ou de croissant, tel qu'il était perçu, l'attaquant devient sous l'aspect dynamique, semblable à une volute de vague, et se voit enroulé puis déroulé autour de l'expert, pareil au drapeau à longue banderole et courte hampe, des fêtes Suisses, ou de la représentation de l'onde marine par les artistes de l'Opéra de Pékin.

Si l'inflexion du partenaire-attaquant est ventrale, il planera vers l'avant, est-elle dorsale, qu'il se couchera sur le dos, à l'image de la banderole qui frôle le sol puis s'y pose. S'il désire se ressaisir et éviter le déséquilibre avant ou arrière, il se verra guidé, car accompagné d'un minimum d'impulsion, qui amplifiera au paroxysme son instabilité savamment entretenue. Sa trajectoire sera identique à celle du long ruban soyeux à qui l'on imprime des mouvements hélicoïdaux et des révolutions en forme de huit.

Mais si la sphère de l'homme d'Aïkido se dilate et tourbillonne sur place, en se juxtaposant à celle du partenaire, ce dernier se trouvera totalement tangenté intérieurement. Entraîné dans un déplacement de grande amplitude constamment soutenu par une « expression vibratoire » intense, l'assaillant sera guidé vers le vide, préalablement visualisé par le « maître de la situation », et sous n'importe quel angle. Il sera identifié à une banière tenue à deux mains, et qui flotte au-dessus de la tête du manipulateur. L'expert de sabre ou de bâton long, agit de la même façon. Le bâton, la lance courte matérialisent

l'axe de la sphère, lorsqu'ils évoluent devant le buste et sur les côtés, puis deviennent l'enveloppe même de cette sphère, quand les deux bras du pratiquant, allongés, les animent d'un mouvement dont l'origine est le Centrum.

De toute cette description, apparaît une notion essentielle :

Le bras armé ou non s'inscrit parfaitement dans la sphère agressive. L'expert concevant le porteur de l'arme, pareil à une boule, restera disponible pour agir, et d'aucune façon ne se laissera capter par les oscillations et trajectoires inquiétantes de l'arme. Sachant qu'aucun déséquilibre ne peut être provoqué, si au préalable l'assaillant n'est pas mis en déplacement dirigé, il n'utilisera que le pouvoir expansif de ses membres supérieurs, les mains ne saisissant que très rarement.

PRISE DE CONSCIENCE DE LA FONCTION ET DE LA RESPONSABILITE COSMIQUE DE L'HOMME

« O fils noble, le « mouvement libre » veut dire que ton corps actuel est un corps de désir, ton intellect ayant été séparé de son siège, et non un corps de matière grossière, de telle sorte que tu as maintenant le pouvoir de passer au travers des masses rocheuses, collines, caillou, terre, maison et du Mont Méru lui-même sans être arrêté.
Excepté Bouddha Gâya et le sein d'une mère, tout, même la montagne royale du Mont Méru peut être traversé par toi, en avant, en arrière sans empêchement. »

Bardo Thödol

Pour quelle raison disons-nous lorsque nous désignons les corps, des plus petits aux plus grands, qu'ils tombent, et au-delà qu'ils tournent ?

D'un point de vue objectif, il est nécessaire de savoir que c'est la même force agissant toujours dans la même direction et uniquement sa présence dans l'onde cérébrale qui fait dévier notre vision et nous fait voir des courbes là où il n'y a que des lignes droites. C'est la raison pour laquelle hors du système solaire nous pouvons à nouveau supposer des lignes droites. Cette vision est un des aspects de l'influence de la force négative qui objectivement vue, n'est que le pôle négatif de notre propre conscience polarisée, et ce qui nous

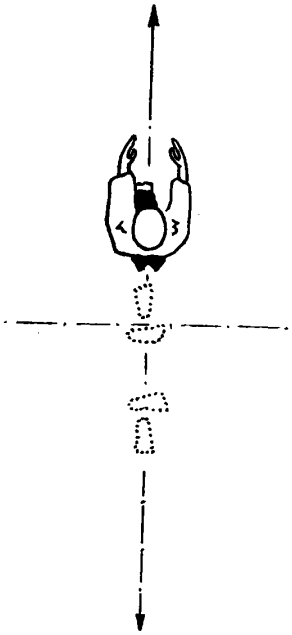
permet de comprendre pourquoi elle demeure la seule énergie à ne point posséder de masse.

Lors de l'étude et de la pratique du Zengo undo, après vous être situé sur l'échelle des Sept Corps élémentaires et vous être placé en son centre, en un premier temps regardez devant vous le dos tourné au chapelet Proton-Molécules. Vous ne verrez rien d'autre que la Lumière et les Ténèbres !

0 — PROTON NOUMEAL
I — PARTICULES NUCLEAIRES
2 — ATOMES
3 — MOLECULES

CENTRE CONTENU

(invisible
à l'œil nu)



4 — LUNE et SATELLITES
5 — PLANETES
6 — SOLEIL et CEPHEIDES
7 — COSMOS dans sa TOTALITE

(visible
à l'œil nu)

CENTRE CONTENANT

En un deuxième temps, exécutez un déplacement de 180° puis regardez devant vous dans la direction Molécules-Proton. Malgré votre bonne vue rien ne vous apparaît...

Cette simple constatation vous amène donc à concevoir votre conscience telle une « Matière Première », et vous incite à poser la question : « Que reste-t-il du monde visible ? » Sachant par ailleurs que la lune ne rayonne pas de lumière propre, mais ne fait que réfléchir celle émise par le soleil, vous vous trouverez à même de vous demander : « Que reste-t-il de moi ? » du fait que vous ignorez que la lumière se réfléchit dans votre propre conscience. Il reste que c'est en vous-même qu'un rayon de création se réfléchit, et que cet Unique Rayon de Lumière se divise au sein de votre conscience en une partie visible et une autre invisible.

C'est cette partie non éclairée de votre propre conscience que vous appellerez dorénavant Ténèbres, ce qui signifie encore qu'au-delà d'une certaine distance vous voyez les objets et vos partenaires d'Aïkido, tourner, et en deçà de cette même distance, tomber. Lorsque vous regardez votre « agresseur » se déplacer autour de vous, vous le voyez tourner parce que vous êtes l'axe autour duquel il gravite, mais lui peut vous voir tourner également et se sentir quasiment immobile, et s'il le veut, se rappeler que c'est bien lui qui tourne et non vous. Pour peu qu'il fasse encore abstraction de son instruction, s'il le désire, il lui est possible de décider que c'est lui ou vous, qui vous déplacez. Le même phénomène apparaît chez le pilote d'un satellite artificiel que vous voyez tourner autour de la terre sur laquelle vous vous trouvez situés, alors que de son côté il peut voir la planète tourner, tout en se sentant parfaitement immobile à l'intérieur de son appareil.

Le pratiquant d'Aïkido comme tout yogi peut lorsqu'il le veut universaliser cette possibilité, et de la sorte mettre en mouvement n'importe quel objet ou individu, ou les arrêter. Cette faculté lui permet tout en restant apparemment immobile de percevoir le monde tel qu'il est en réalité, et de se déplacer à traver les cosmos. Ce n'est qu'au niveau psychologique que le phénomène gravitationnel peut être perçu. Son aspect est celui de la Conscience Planétaire, et lui seul peut changer notre vision du Cosmos et de l'Univers. C'est en lui que réside exclusivement le mystère du « mouvement immobile », tout le reste ne pouvant être envisagé que comme une véritable hypnose dont l'origine est notre façon de penser, et non celle d'être.

Le pratiquant de Taninzu dori tourbillonnant demeure toujours lui-même, et sans modifier quoi que ce soit des conditions extérieures,

peut s'imaginer rester immobile et donc pour lui — être immobile — ou s'imaginer qu'il pivote, et pour lui — pivoter — ; la réciproque étant également vraie pour ceux qui le regardent. Tout ce passe encore comme lorsque nous voyons un véhicule se déplacer parallèlement à celui dans lequel nous nous trouvons, à la même vitesse, et dans la même direction. Or, bien que nous sachions par instruction qu'il y a mouvement, reste posé le problème fondamental, qu'est la manière dont nous dicernons ce mouvement. La question demeure au niveau des mots « tomber » ou « tourner » et nullement dans l'interrogation « mouvement » ou « immobilité » ?

Si vous voyez votre partenaire-satellite tourner autour de vous, c'est uniquement parce que vous savez qu'il tourne autour de vous qui êtes sa terre, alors qu'inversement il vous voit tourner. Par ces visions opposées et complémentaires, l'un et l'autre vous vous voyez tourner réciproquement, bien que sachant individuellement que votre vis-à-vis demeure dans votre propre champ gravitationnel, champ qui vue de la sorte n'est que la vision hermétique d'un inconscient collectif.

En percevant d'une part que la sensation de pesanteur puisse découler de la zone non ensoleillée de votre propre conscience et que celle-ci ne se trouve pas éclairée au même niveau chez tous les individus ; que d'autre part dès l'instant où un être humain placé dans un véhicule spatial commence à ressentir l'impression que ce n'est plus lui qui s'éloigne de la planète, mais que c'est elle qui se met à girer, alors que son propre véhicule s'immobilise, il est aisé de comprendre que les phénomènes de « lévitation » chez certains sujets « éclairés intérieurement » d'une manière normale ou accidentelle, les premiers étant appelés « mystiques » et les seconds « cas pathologiques », soient variables selon les individus. C'est la raison pour laquelle les véhicules que sont les différents aspects du Yoga, l'Aïkido et les autres Danses sacrées, permettent en tant que langage de mouvement de « déplacer les lumières en soi ».

Bien que vous vous trouviez en pleine possession de vos sens, et bien que vous participiez aux multiples sensations du monde extérieur, vous demeurez toutefois limités aux sensations perçues et localisées au niveau de votre corps physique. Ceci s'avère parfaitement insuffisant, et c'est pourquoi il vous faut franchir une nouvelle étape et percevoir deux nouvelles sensations que le corps peut parfaitement ressentir :

— La première est le Poids de votre propre corps, donc sa pesanteur ce qui est l'équivalent des Ténèbres.

— La seconde, la sensation de Chaud et de Froid, qui en dehors de la vision optique, est la perception de la Lumière par votre corps.

Avant de jouer sur les tatami, amusez-vous à mettre un peu d'eau dans une cuvette, puis avec votre main, imprégnez au liquide une très nette giration, de telle façon que l'eau incurvée au centre, développe des ondes giratoires fortement accentuées sur les bords du récipient.

Placez au centre une balle, qui s'animera de la rotation des ondes, et à quelque distance une balle de ping-pong, rattachée à votre doigt par un fil. La balle ne se déplacera pas, mais tournera sur elle-même. Elle figure la terre, ou vous pratiquant qui savez girer. Le satellite emporté par le tournoiement des ondes, tournera autour de la sphère centrale, mais le fil maintiendra son axe dans la direction de votre doigt. Vous constaterez que sa même face demeure dirigée vers vous. Pour un œil fixé sur la balle, elle semble effectuer un tour apparent sur elle-même. Dans ce cas on distinguera la face postérieure du satellite quand il est en conjonction avec le doigt, une face latérale dans la quadrature, la face antérieure dans l'opposition, et l'autre face latérale dans la seconde quadrature. Durant cette opération, la balle de ping-pong, figure la lune ou votre partenaire, et n'accuse aucun mouvement propre, tandis que la sphère tournoie toujours sur elle-même.

Si vous inversez les rôles, c'est-à-dire rendez la sphère vivante, origine elle-même de tourbillons dus à son mouvement giratoire, vous vous placerez sur la Voie. Ce sera celle de l'Univers qu'est le Dôjô au niveau de notre Monde, et du Tapis au sein du Cosmos. Maintenant si vous imposez à cette nappe d'eau tournoyante une étoile impalpable, une « étoile » dont les pointes rayonnent autour du centre où se meut la terre, et si votre conception s'étend aux masses de fluides emportées par les tourbillons du soleil, duquel émane l'étoile, il vous apparaîtra qu'à certains jours les pointes de l'une et de l'autre étoile se rencontrent pour l'établissement de courants, qui constituent leur influences réciproques inter-astrales.

L'homme est un champ de forces sphérique, en action continuelle qui réagit de façon dynamique sur de multiples autres champs de forces, de la même manière qu'une note musicale entre en vibration à l'unisson des autres notes d'une symphonie.

« L'Homo Naturae » rayonne le Ki. Il est un Cristal qui laisse passer les vents.



La « Danse d'Aïki » est une expression de cette nature originelle.

L'Aïki-budoka transcrit simplement dans son corps et dans son esprit unifiés, les 5 Principes énoncés par le P[r] K. Tohei :

- 1) Rayonner le Ki.
- 2) Percevoir l'intention du partenaire.
- 3) Adhérer à l'action du partenaire. (Respecter son Ki).
- 4) Se mettre à la place du partenaire.
- 5) Travailler dans la Foi, c'est-à-dire en Unité.

3 L'Expression rythmique de l'Aïkido

IKKYO OU LE PREMIER PRINCIPE PERMETTANT LA MISE EN HARMONIE DE DEUX PRATIQUANTS D'AIKIDO

« Même si l'on recourt à la technique la plus parfaite, si l'esprit s'arrête, on ne saurait remporter la victoire. »

YAGYU MUNENORI

L'ancienne pratique de « Ude Osae », technique ancestrale d'arrêt du bras et de fixation au sol, est devenue le premier principe d'Aïkido fort différent des techniques réalisées dans un esprit combatif qui se singularisent par une suite de phases saccadées, (arrêt du bras, poussée, écrasement au sol, percussion d'un point vital).

- Ayant abandonné toute conception agonistique grâce aux exercices de médiation et à la mentalisation du geste...
- Ayant réussi par un incessant travail respiratoire à harmoniser vos actes avec ceux du partenaire à la manière de deux coureurs se passant le témoin...
- Enfin disponible et soutenu par les énergies conjuguées émanant de tout votre être...
- Devenu balle rebondissante, vous ACCUEILLEREZ, ACCOMPAGNEREZ, EPOUSEREZ, sans contraite les mouvements REACTIONNELS de votre partenaire.

• Identifié à l'onde, ou encore au surf qui s'abandonne à la vague, vous réaliserez véritablement le premier principe d'Aïkido, du fait que par un déplacement absorbant soutenu par l'expiration, vous vous mettrez au diapason avec celui qui tente de vous frapper ou de vous saisir.

A ce stade le pratiquant non-évolué s'empare du poignet de l'attaquant et animé par la volonté de le maîtriser, déclenche et entretient une suite d'actions, qui le figent inconsciemment dans la pratique d'un Aïki-jutsu en puissance musculaire.

Par contre et selon le remarquable enseignement du P[r] Koichi Tohei, c'est à la fin de la phase d'attaque que se singularise l'expression authentique de l'Aïkido. En effet, lorsque voulant rétracter sa main qui n'a trouvé que le vide, votre vis-à-vis la bute contre la paume de la vôtre, qui se trouve ouverte à quelques millimètres au-dessus, sa réaction instinctive consistera à la retirer horizontalement. Au cours de cette réaction, il pliera son coude et adoptera une attitude qui vous permettra par un simple accompagnement de son geste, de réaliser le mouvement en souplesse et en toute disponibilité. Cet accompagnement s'effectuera par un effleurage de son poignet (ce que vous réaliserez avec les extrémités de vos doigts), et l'enveloppement de son coude par votre main opposée, qui oriente, et accompagne en une trajectoire courbe le coude et la masse corporelle de uke.

Sans aucune discontinuité, puisque soutenue par vos expirations conjuguées, une deuxième ondulation accompagnera votre partenaire qui tente de se relever. La troisième ondulation de très faible amplitude sera celle de son dernier soubressaut à plat ventre, alors que accroupi-assis vous le maîtriserez sans contact corporel permanent, et surtout sans idée de fixation, ce qui contribuerait à rompre votre propre équilibre. A ce sujet, nous noterons que **la conjugaison des Exigences rend totalement inopérantes les techniques de fixation au sol et les procédés de maîtrise quelqu'ils soient, car elle permet lorsque l'on en a fait l'expérience, d'éviter la douleur et d'échapper à la volonté d'influence de « l'adversaire ».**

Concevant différemment la gestuelle de votre art, parce que débarrassé de toute vélléité dominatrice, vous pourrez aborder l'étude du second principe « Nikyo » qui découle réactionnellement du précédent.

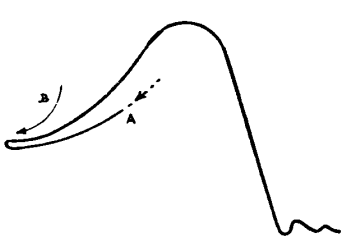
Si l'impétuosité de votre partenaire est intense, vous vous évertuerez à la canaliser de façon à la tempérer, et ce avant que le déséquilibre de votre vis-à-vis l'ait couché ventre à terre. Ce mode est

reconnaissons-le, fort différent des concepts primaires qui consistent à volontairement créer une réaction par une sollicitation articulaire douloureuse et plaquer au sol.

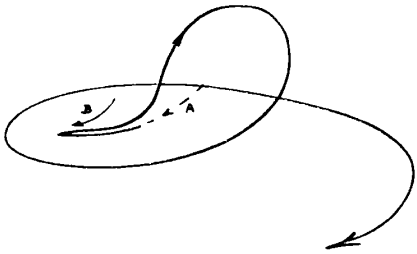
Le moteur que vous devez subtilement contrôler, avec lequel vous devez faire corps, est essentiellement l'intensité réactionnelle de l'attaquant, soit les alternances psycho-somatiques produites par le ternaire « détente-tension-détente » et les courbes d'actions engendrées identiques à d'incessants T'aï-k'i.

Que ce soit lors d'une tentative de saisie, ou à la fin d'une « frappe », l'union des deux ondes (votre partenaire et vous) se réalise à la fin de la phase expiratoire et d'absorption, au creux de la vague. Dans l'application de « shomen uchi » (frappe verticale dirigée de haut en bas), l'instant de rencontre et d'union se réalise au temps mort qui succède à l'élévation du bras, à l'instant même qui s'inscrit entre l'inspiration et l'expiration. C'est l'instant où la vague écrête, éclate... Dans l'une et l'autre de ces applications, vous danserez toujours la vague qui se creuse, s'arrondit, roule et déferle...

Dans le premier cas, cela se traduit par les expressions rythmées du premier principe exécuté en harmonie avec les mouvements réactionnels de retrait de la main, succédant soit à une tentative de saisie, soit à une attaque en frappe « shomen », ce que représentent les trajectoires :



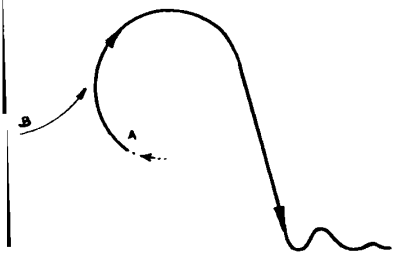
−+



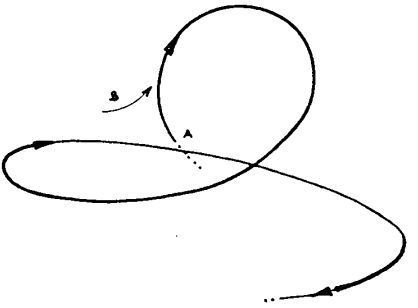
−−

A : Uke, celui qui attaque et dispense ses énergies.
B : Nage, celui qui accueille et dirige les énergies.

Dans le deuxième cas, par les expressions rythmées de « Ikkyo » exécuté en harmonie avec le mouvement d'élévation du bras précédant une attaque « shomen » (frappe dirigée du haut vers le bas) ou « Yokomen » (diagonale) ce que représentent les courbes :

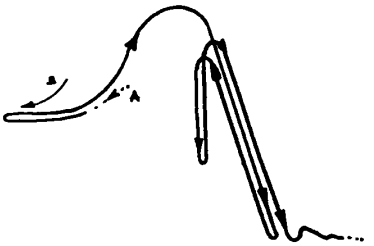


++

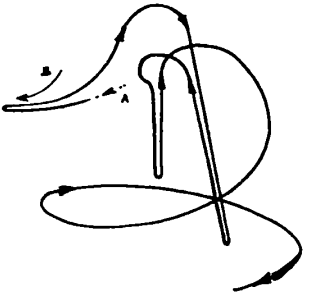


+−

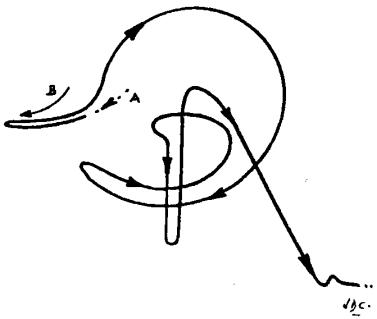
Apparaissent alors découlant tout naturellement de ces expressions « dansées », celles du second principe « Nikyo », qui après tentatives de saisies ou de frappes, font décrire au « T'ai-k'i-Uke-Nage », les circonvolutions :



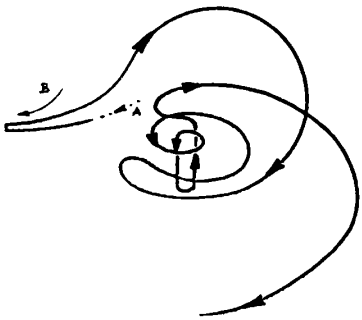
−+
−+



−+
−−

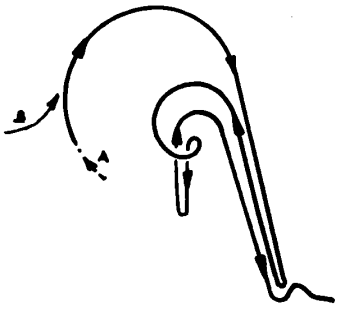


−−
−+

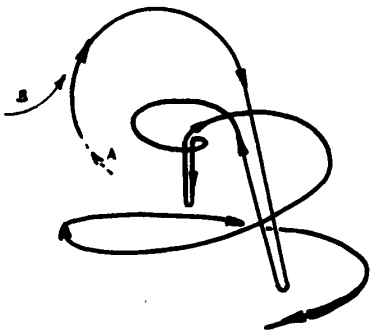


−−
−−

ou acompagnant l'élévation du bras de l'attaquant :



++
−+



++
−−

Par la pratique consciente des principes de contention propres à « l'Aïkido du Cœur et de la Sagesse », vous percevrez que l'agressivité n'est que la résultante d'inter-actions plus ou moins morbides qu'il suffit de canaliser, diriger, pacifier et transformer alchimiquement.

IRIMI - KOKYU

« La croix ne vous porte pas
il faut la porter longtemps.
Et lorsqu'elle vous porte enfin
c'est que nous nous y sommes
cloués de nos propres mains. »

François MAURIAC

« Irimi » signifie aborder, entrer, s'engager avec volonté, décision, foi et droiture dans une action, face à un partenaire ou n'importe quelle situation de la vie. Irimi veut dire encore se concentrer de façon à pénétrer les choses, et par là atteindre leur centre émotionnel « cœur-conscience ».

Cette action dynamique et positive ne peut se réaliser qu'après une phase d'expiration suivie d'apnée qui autorise la « souplesse » indispensable à la concentration prélude à l'action. Faisant suite à une imperceptible salutation, amorce de balancement et d'expiration, vous pourrez parce que libres et créatifs, vous engager d'un pas décisif. Il n'y a plus un actif (celui qui attaque), et un rétracté (celui qui subit), mais deux actifs expansifs unis dans une même action. C'est alors que l'un devient le pivot, et crucifie sur lui et dans l'espace son partenaire-agresseur. Puis pivotant sur elle-même cette double croix humaine transforme l'énergie agressive linéaire en une spirale ou T'aï-K'i alternés, qui se déroulent selon l'inspiration du guide et la puissance de l'attaque. A l'instant où l'agressivité s'estompe et où l'attaquant se relève de son déséquilibre avant, celui qui est l'axe et le maître de la situation doit coucher contre sa poitrine l'oreille de son partenaire, ce qui provoque chez ce dernier un déséquilibre latéral, achève d'annihiler son esprit combattif, par un effet de carcan et une action émolliente au niveau du pneumo-gastrique.

C'est à cet instant que se réalise pleinement le message du Sage Uyeshiba. Il se traduit par : « Viens mon fils et écoute mon cœur qui bat lentement et doucement. Calme-toi... ! »

Cette pratique de « Irimi-Kokyu » est celle de l'Aïkido. Elle n'a rien de commun avec celle du bras sur la gorge, du renversement violent de la nuque, du coup dans les reins et du placage au sol, dont le seul but avoué est sur un champ de bataille d'éléminer un adversaire pour un bol de riz, et sur les tatami de satisfaire l'égo au détriment des vertèbres cervicales.



Morihei Uyeshiba n'a-t-il pas insisté sur l'extrême importance que revêtait dans son enseignement l'aspect de « Kokoro », le « Cœur-Conscience », qui s'épanouit grâce à l'unification de l'Externe et de l'Interne, de l'Eau et du Feu, symbolisés par le Koua n° 63, "Ki Tsi" ?

En effet « Lorsque le cœur est vide d'esprit extérieur et la nature unifiée, et lorsque le corps est apaisé, alors les forces génératrices et les passions sont éteintes. Lorsque la pensée est réduite à un état de sérénité, « les trois familles s'unissent pour ne plus faire qu'un. » Lorsque la passion et la nature s'unissent, cela s'appelle l'union des éléments de Métal (Chin) et de Bois (Mu). Lorsque la force génératrice et l'esprit s'unissent, cela s'appelle le mélange des éléments d'Eau et de Feu. Lorsque la pensée est stabilisée, c'est la plénitude des cinq éléments. »

Les « trois familles » représentées par le trépied de l'Athanor semblent correspondrent au Sel, au Souffre et au Mercure de l'Alchimie occidentale, la « condition de sereine vacuité » étant vraisemblablement la réduction de la « Materia Prima » qui doit être envisagée tel un « limon » onctueux.

La fin de Irimi-Kokyu lorsque celui qui le subit sait chuter, consiste après avoir absorbé, dévié et guidé sa force, à le diriger vers la détente, soit en l'orientant vers un déséquilibre avant, soit en le laissant passer sans heurt sous votre bras. La réussite de ce mouvement, par excellence non-violent, résulte essentiellement de l'application du Udefuri Choyaku undo, pratiqué sans dualité.

Tel est l'Irimi du « Juste Milieu », le Irimi éminemment social, dans lequel celui qui est l'axe, s'identifie au centre d'un T'aï-K'i, centre immuablement stable, autour duquel vont, viennent, se balancent et alternent les actions et mouvements de l'externe.

Puis apparaît le « Irimi du Milieu Juste », celui du Tao que pratiquait Morihei Uyeshiba. C'est l'accord parfait, l'union des centres, la matérialisation du gironnement, l'harmonisation des souffles par le « grand Souffle ». Par sa pratique, l'adepte de la Voie d'entente, connaît la Joie que procure le mouvement rythmique et acquiert le pouvoir de retrouver le jeu du rythme cosmique. C'est alors que devenu acteur de ses propres expériences, l'Aïkido-Ka peut avec accuité déterminer la nature des visions engendrées par sa psyché, et de la sorte vivre tant ses actions extérieures que ses expériences intérieures, celles-ci étant indissociables les unes des autres de part leur origine commune, « la totalité intégrée. »

LA PRATIQUE DU TANINZU DORI TOURBILLONNANT

« La pratique sphérique des Mouvements-Univers de l'Aïkido est une traduction physique des interactions du T'aï-K'i, ou de la "Roue des Origines interdépendantes."

A. KUANG

Lorsque le professeur invite un pratiquant à réaliser un Taninzu-dori tourbillonnant (enchaînement libre avec plusieurs partenaires attaquant simultanément), ce dernier essayera d'appliquer les principes reçus. Ainsi se soumet-il à une règle selon laquelle le véritable enseignement se transmet de bouche à oreille et de cœur à cœur, ne participant pas seulement d'une pensée, mais d'un influx spirituel que seul confère le représentant d'une lignée.

Après un salut rituel symbolisant la frontière entre le temporel et l'intemporel, celui qui va réaliser l'expression tourbillonnante de son art, se concentre et n'écoutant plus les bruits externes, adhère à ses

propres rythmes et coordonne en lui les Exigences fondamentales qui lui assureront le succès.

A la suite d'une brève mais profonde expiration, harmonisée avec l'attaque dont il fait l'objet, il s'engage dans l'action, soutenu par une injonction rythmée. Rapidement il se fond par la giration dans le Jeu des Energies. Ce processus est décrit par Lydie Adolphe, dans « Bergson et l'Elan Vital » : quand la toupie est visible c'est qu'elle s'immobilise et que le souffle, l'élan, l'esprit, s'épuise. Plus la toupie tourne vite moins sa matière apparaît, moins sa forme se dessine ; quand la toupie est en pleine volée, forme et matière ont disparues, il n'existe même plus de toupie. »

Agissant omnidirectionnellement, son action diffère totalement de celle du pratiquant, qui non libéré, fait face successivement à chacun de ses partenaires.

C'est alors qu'apparaît en le pratiquant, une sensation de vacuité totale associée d'ailleurs à celle de tension périphérique. Nous pouvons comprendre avec « voir et ne rien voir, être partout et nulle part, sauf centré sur soi-même » ce que les éducatifs de tourbillonnement procurent tant sur le plan de la stabilité que dans ceux du contrôle du vertige et celui du régime des impulsions. Par le Taninzu-dori centrifugateur, le véritable pratiquant d'Aïkido acquiert la plénitude de l'esprit, tandis qu'à la périphérie de sa sphère rayonne une intense potentialité cinétique. Devenant vide, il crée le vide et absorbe tout ce qui gravite autour de lui. Comme le soufi derviche tourneur, percevant, puis « vivant » le vide, il atteint un état d'hyperconscience. Cette sensation est perçue par de nombreux danseurs dont le célèbre Nijinsky, qui à travers son art atteignait lui aussi le monde de l'invisible. A son sujet, le psychiatre Nandor Fodor mentionne dans son ouvrage intitulé « Entre Deux Mondes », dans lequel il relate ses entretiens avec l'épouse de l'artiste, que ce dernier ne comprenait pas bien la raison pour laquelle ses confrères ne pouvaient contrôler la rapidité de leur descente, et rester aussi longtemps que lui-même, en l'air, lors d'un saut. Et lorsque sa femme lui confia : « Quel dommage que tu ne puisse pas te voir danser ! » Nijinsky, lui répondit : « Mais je peux me regarder danser. Je suis toujours hors de moi-même. Je me fais danser de l'extérieur. »

Une telle remarque témoigne d'une totale maîtrise, mais n'oublions pas que le but de notre recherche est au-delà de la technique comme l'affirmait le Maître Uyeshiba : « Si vous voulez comprendre Aïki, enlevez la souillure, enlevez les vêtements sales de votre âme, coups de sabre ou parades contre une personne donnée ; laissez tout cela et

allez en avant sans hésiter. Votre « main-sabre » doit combiner l'acte du Yin et du Yang ; s'il y a multitude, considérez-le comme seul advairsaire, considérez-le comme une multitude ». (Cité par A. Nocquet, in « Les cahiers du Budo » 1965).

4 la Danse des Eléments

POUR CELUI QUI POSSEDE LA VACUITE SES PARTENAIRES COMME LUI-MEME DEVIENNENT DES PLASMA PSYCHIQUES

La visualisation du partenaire telle une sphère, ainsi que celle anticipée de sa trajectoire, découlent de l'état de « conscience-immobile » (Fudôshin), de celui qui a l'expérience et observe qu'il s'agit toujours de la « forme » humaine normale. Or, Forme, « Kata » en japonais, dans son sens original grec, se dit « Plasma ». C'est de la racine de ce terme que provient « plastique ». Quant à « Protoplasme », la substance primaire de la vie biologique, et « endoplasme », qui en est une différenciation, ils possèdent tous deux la même racine. Plasma en physique permet de visualiser et décrire un ensemble d'électrons et d'ions mis en forme par des champs magnétiques et capables de la conserver. Dans le domaine du psychisme, lorsque l'on veut décrire une substance perçue par les sens de la vue, du tact et de l'odorat, nous employons le terme « ectoplasme ».

Si de nombreuses visions perçues lors des phases de méditation sont des formes humaines, il en est de même lors de la pratique des exercices de giration, des taninzu dori tourbillonnants et des roulades. En effet, le pratiquant éduqué et disponible, assiste de « l'extérieur », et donc en spectateur, non seulement à ses propres évolutions, mais également à celles de ses partenaires.

Microcosmes intégrés par chaque particule au Macrocosme, nous sommes à la recherche de la prise de conscience de cette unité. Notre art intériorisé est une aventure de l'esprit. La magie de la danse des Eléments entraîne dans sa ronde notre espace intérieur, grandi à la dimension de l'univers.

Cet état ne se perçoit que par les méditations, puisque le silence a engendré toute chose, et se réalise dans l'action, fruit de la recherche.

« Le regard tourné sur soi-même, je contemple le mystère de la TERRE à laquelle j'adhère, symbole de la Mort et de la finitude. Mère féconde, elle est aussi avidité. Généreuse et opulente, elle donne sans cesse pour reprendre toujours. Ce sentiment de notre éternelle précarité n'incite-t-il pas à éloigner toute tristesse pour connaître la Renaissance ?

Puis j'inspire l'AIR, symbole de l'énergie de l'esprit, du mouvement et du combat spirituel. Je demeure un instant dans le « monde intermédiaire et des puissances qui l'animent ».

Expirant, à travers moi, l'EAU se répand. Telle un miroir où se reflète le Ciel et la Paix. Cette paix tant recherchée suit le combat et la victoire acquise sur soi-même et sur le monde. Symbole de purification et de régénération, cet élément nous préserve de toute ardeur non contrôlée et de toute ambition. Et vienne la Paix, née de l'acte accompli sans prétention, ni désir...

Puis, jaillit le FEU, image de la Compassion et de l'Amour. Vibrant par sa grâce, je m'apprête à accueillir et recevoir les énergies de mes partenaires-agresseurs afin de les sauvegarder et de les pacifier.

La mise en vibration de mon esprit (Tama-no-hireburi) crée et entretient un ruban plasmique. Il entoure ma propre sphère et sur ses volutes, j'enroule mes assaillants sans pour autant les fixer. Disponible, je suis spectateur des phases d'élévation et d'abaissement de ma giration. Je suis toute expansion et toute concentration. En un jeu, j'accueille les énergies qui convergent vers mon Centrum, amplifie leurs intensités, les absorbe puis les étend pour mieux les orienter.

Tout devient léger, les déplacements s'appellent les uns les autres toujours plus aisément, plus sûrs, à travers les trajectoires qui s'entrecroisent à la périphérie de ma sphère.

Là, le sourire devient le témoignage de la non-fixation, c'est ainsi que je peux moduler les phonèmes qui soutiennent et amplifient les actions harmonisées. Puis brusquement, par le pouvoir de l'oubli j'observe les possibilités d'anticipations qui découlent de cet état, et me font danser dans le juste-instant.

Cet élan joyeux me fait connaître le FEU lorsque mes assaillants s'approchent et s'embrasent au contact de mon bras droit tandis que ma main gauche les fait tournoyer comme des brandons incandescents. Ce souffle impétueux me fait ressentir l'AIR lorsque branches du svastika, mes bras entraînent mes partenaires dans la giration de mon Centre et leur impriment son dynamisme.

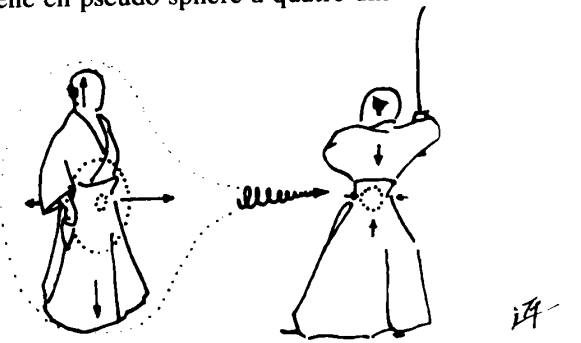
Puis tout retourne vers l'EAU, par la force du « Kiaï silencieux »

qui les pénètre jusqu'au plus intime et les mène vers l'apaisement de la TERRE où ils reposent déchargés de toutes énergies agressives.

Vides, pacifiés, ils se relèvent et nos pensées harmonisées nous font saluer et inspirer le Ki dans un parfait ensemble. »

Qu'elles soient considérées de manière objective ou subjective, les sensations décrites possèdent toutes le même point commun ; celui de la forme humaine, ce qui nous permet de dire que c'est à ce seul niveau que nous pouvons posséder quelques idées de la nature du plasma psychique.

En ce qui concerne le rapport existant entre les champs électriques des particules du corps humain et le champ du plasma psychique, il est nécessaire de rappeler qu'un électron peut être envisagé telle une sphère de quanta en rotation, dans un état d'énergie positive, ses propres champs électriques et magnétiques l'entourant. Le plasma psychique quant à lui peut être envisagé telle une véritable enveloppe sphérique, isomorphe au champ électrique du corps humain. D'autre part lorsque l'on se rapproche du centre d'une masse en rotation, la valeur de la constante de gravitation diminue de même que celle de l'attraction que cette masse exerce sur son propre champ électrique. L'affaiblissement de la force attractive sur le champ électrique provoque une diminution de l'attraction sur le champ du plasma psychique de telle sorte que celui-ci subit une expansion. Certes l'image la plus représentative de ce phénomène est celle que nous déduisons des constructions de la géométrie à quatre dimensions, voire plus précisément celle que représente la transformation tridimensionnelle en pseudo-sphère à quatre dimensions.



Etat de vagotonie
Plasma psychique en expansion
Constante de gravitation faible
Disponibilité
Vacuité mentale
Souplesse du Hara
Vision périphérique

Etat d'adrénergie
Plasma psychique en contraction
Constante de gravitation élevée
Non disponibilité
Contraction mentale
Blocage physique
Vision axiale

Les rotations rapides et soutenues, notamment lors de la pratique du Taninzu-dori tourbillonnant, permettent de mieux percevoir et comprendre le phénomène. L'amplification de la fréquence des rythmes peut être encore provoquée par une accélération adrénergique, due à une forte tension qui peut amplifier la constante de gravitation du corps physique, et donc attirer vers le champ électrique du corps, le plasma psychique. A l'inverse, dans une phase de vagotonie qui atténue la fréquence des rythmes, apparaît une diminution de valeur de la constante de gravitation, ce qui entraîne l'expansion du champ de plasma psychique. Ainsi et lorsque le champ d'un individu en adrénergie rentre en contact avec celui d'un sujet en vagotonie, apparaît une différence entre leurs potentiels de gravitation respectifs. La constante de gravitation étant plus importante chez le sujet en vagotonie, le champ de plasma psychique qui se trouve en expansion chez lui sera attiré par l'autre ce qui produira une extension axiale périphérique.

— La première figure représente la relation entre le champ électrique du corps physique et celui du plasma psychique dans l'état de vagotonie, et la seconde dans l'état d'adrénergie.

La troisième figure fait apparaître la relation qui s'établit entre les champs plasmiques psychiques, et montre que l'intensification de la force de gravitation chez un individu crée un centre d'attraction qui attire le plasma psychique de l'autre sujet. Ce qui importe, c'est que l'expansion du plasma psychique de l'attaquant puisse attirer le champ mental de celui qu'il va agresser, et le sien dans un champ qui leur soit commun, et créer de la sorte une onde stationnaire qui sera le support de toute l'action. Ceci réalisé, l'extension axiale du plasma psychique s'orientera ainsi que les lignes de force de gravitation existant entre les deux sphères, vers une onde commune.

Cette théorie permet de supposer qu'une atténuation de potentiel au niveau d'un champ de gravitation localisé, déclenche l'expansion du champ de plasma psychique chez l'individu sensible au phénomène télépathique, et penser que la sensibilité à ce phénomène, s'intensifie lors des phases de baisse du potentiel du champ de gravitation interne.

Le pratiquant d'Aïkido adopte en une première phase l'attitude que lui confère l'état de vagotonie (vide mental, conscience-immobile). En abordant la phase suivante qui est extrêmement brève et procure l'état d'adrénergie, il passe à une troisième phase celle à nouveau de vagotonie. Ces alternances entretiennent le « T'aï-K'i-Nage-Uke » dans un mouvement physico-psychique oscillant. La deuxième phase se trouve intimement liée à celle de la visualisation de « l'effondre-

ment » de la céphéide abdominale, et la troisième phase, à son explosion qui provoque « Kokyu-no-Henka » l'expansion du « plasma psychique ».

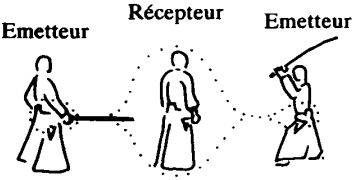
— La première phase permet d'engager le processus d'amorçage par une action qui est l'élan psychique et physique qui se traduit par la simulation de l'atemi (vision d'une attitude psychique encore non-libérée), l'ouverture de la main, l'offrande du front ou du centrum (accueil, intégration), ou le don de l'objet convoité. C'est la prise de conscience quant à la préparation de l'acte. Elle correspond à « Ac-tum » (je suis).

— La seconde phase est dominée par une très brève et intense concentration liée à une contraction de tous les groupes musculaires, sous-tendues par « l'effondrement » vertigineux du centrum et l'étincelle qui provoque l'acte. Elle correspond à « A-go » (j'agis).

— La troisième phase, longue, autorise par l'expansion, la détente, la création du vide, l'union des composants de l'ensemble, et l'approbation quant au déroulement du scénario. Elle correspond à « A-men » (j'approuve, cela est bien) : (A-A-A).

Phase de recherche et d'adaptation :

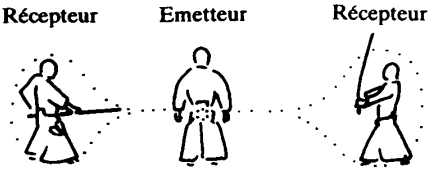
Etat d'adrénergie
Concentration intense
Plasma psychique
en contraction
Constante de gravitation
élevée



Etat de
vagotonie
Conscience immobile

— Phase d'émission :

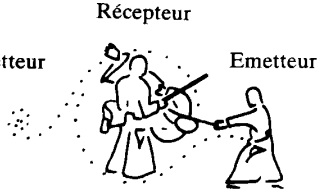
Etat de vagotonie
Plasma psychique
en expansion
Constante de gravitation
faible.



Etat
d'adrénergie
Concentration intense
Plasma psychique en contraction
Constante de gravitation élevée

— Phase d'accordement :

Dito la 1re phase
Oscillations mentales
et physiques.
Attirance par le vide



C'est la concentration mentale de l'attaquant qui attire la pensée de celui qui crée en lui le « vide ». En effet, de nos différentes et multiples expériences, il apparaît que l'acte fondamental qui consiste à émettre sur le plan psychique est la concentration. De son intensité naît la vacuité. Dans la pratique psycho-somatique et donc unifiante de l'Aïkido, celui qui va faire l'objet d'une attaque émanant d'un ou plusieurs « partenaires-agresseurs », n'émet aucune pensée, et par le « vide mental » qu'il crée, devient réceptif aux intentions formulées par ceux qui vont l'attaquer, puis en inversant brusquement le processus, anticipe et maîtrise la situation en pacificateur.

L'HELICE SPIRALE
A AXE SPIRAL INFINI

Ce n'est qu'autour d'un axe qu'une spirale peut se développer dans l'espace. Si l'axe est rectiligne, la figure prend l'aspect d'un cône directeur, sur lequel s'enroule la spirale ainsi créée. Lorsqu'une droite et un cercle sont polarisés et placés sur un même niveau d'égalité, la spirale qui se déroule autour de la droite acquiert une polarité. Il en est de même lorsqu'elle se déroule autour du cercle en s'enveloppant elle-même après un tour, en engendrant de la sorte des anneaux. Pour obtenir une spirale non-polarisée (donc totalement pure), il est nécessaire que celle-ci se déroule autour d'un axe lui-même spiralé. Cette spirale à axe spiralé appelée conque, se trouve dans de nombreux coquillages et dans les cornes de certains bovidés et cavicornes, larges et coniques à la base, pointues à l'extrémité, et constituées par une première spirale de fibres, qui s'enroulent une seconde fois encore en spirale, ce qui détermine l'aspect de la corne.

En poursuivant l'étude, nous constatons que la deuxième spirale doit se développer forcément autour d'un axe, et que si nous désirons que sa neutralité soit conservée, l'axe doit lui-même être spiralé, et ainsi de suite indéfiniment, de telle sorte que la figure qui apparaît, ne possède plus l'apparence extérieure ni d'un cône, ni d'une spirale puisque constituée d'une infinité de spirales infiniment enchevêtrées. Cette forme spiralée, impolarisée, à axe spiralé que nous pouvons appeler « spirale pure », devient sur un plan abstrait une forme géométrique simple et primordiale, et sur un plan concret extrêmement complexe. Elle nous montre qu'en son sein se rejoignent et se confondent le simple et le complexe, l'extrêmement simple et l'extrêmement complexe, comme le rouge et le violet qui sur le disque de Newton, s'unissent dans le pourpre.

Or, il faut remarquer que si une simple sphère ou une droite s'identifient immédiatement, en ce qui concerne la « spirale pure » à axe spiral infini, cette dernière reste fort difficile à percevoir, et demeure quant à ses contours apparemment informe. « La « spirale pure » est la formule de l'informe, du nuage cosmique avant même qu'il se soit condensé en nébuleuse, ou du protoplasme de l'œuf aussitôt après la fécondation quand toute morphologie s'y est atténuée dans un tourbillon de métamorphose » (F. Lefébure).

Nous remarquerons par ailleurs que la droite nous procure une première notion de l'infini du fait qu'elle nous offre la possibilité de nous éloigner d'un point et que le cercle nous offre lui la possibilité de tourner infiniment autour d'un point. Quant à la spirale elle nous donne la possibilité d'infini, séparée en droite et en cercle. La « spirale pure », la plus simple et la plus complexe des spirales par le nombre infini des spirales qui la composent, par l'enchevêtrement de leurs circonvolutions qui dépasse toute conception de l'imagination, ajoute d'autres possibilités d'infini. La « spirale pure infinie à axe spiral », est le plus complet symbole de l'infini, que nous connaissions ; c'est en fait l' $\aleph_1$ I de Cantor.

De la sorte, en nous situant sur le plan de la conscience, nous admettrons que la « spirale pure à axe spiral » est le symbole de la limite actuelle de la conscience humaine puisque personne n'a encore pu imaginer à quoi pourrait correspondre $\aleph_2$ 2.

C'est exclusivement dans la visualisation mouvante de la « spirale pure », visualisation permanente, que vous éveillerez en vous non pas la compréhension, mais un sentiment extrêmement vaste et profond, qui comme le symbole, croîtra infiniment. Ce sentiment, limite de notre conscience dans son infinie simplicité et complexité, vous ravira

et fera souffrir, car sans souffrance il ne peut y avoir de joie. Par la visualisation en vous de ce symbole, tant au niveau de votre centre cardiaque, qu'à celui du cheminement du Souffle, vous pourrez dire : « J'ai découvert la forme du Principe : Il est informe, ou plutôt, Il est les deux, formel et informel, car « Spirale pure ». C'est ce symbole, pensons-nous, qu'exprimait le Maître Uyeshiba à l'aide d'un bâton, lorsque tout en le maintenant verticalement à deux mains, il lui faisait décrire en un premier temps une ascension spiralée, accompagnée de la modulation : « O→U→A... » puis lui imprimait une descente également, mais inversement spiralée, se terminant par un mouvement de grande amplitude que soutenait : « Yi→A→I... ! »

Ce maniement du bâton totalement incompréhensible pour ceux qui ne voient en Uyeshiba qu'un très habile pratiquant de Bô, est la Synthèse des recherches du Maître profondément croyant. Le végétal à structure spiralée, qui lui servait de « guide-Ki », permettait d'établir le contact entre le Ciel et le monde, à l'image de l'Arbre de la Connaissance dont les racines se situent au Ciel.

Le Sage Uyeshiba ne conservait pour lui aucune parcelle du Souffle. Pur Médiateur, il se contentait de capter et orienter. Ainsi par la « Spirale pure de sa conscience », Morihei Uyeshiba adhérait-il à la « Grande Spirale à Axe spiral infini — Conscience Universelle », et par une « Spirale pure » de retour tentait d'imprégner de cette effluve les « Kokoro » (Cœurs-Consciences dans l'ésotérisme nippon) de ceux qui désiraient à leur tour unir leur propre « cœur spiralé », à celui de la « Spirale Universelle ».

CHAPITRE III

L'ART DU BATON ET DE L'EPEE

« Aïki-Do, Aïki-bô, Aïki-Ken...
Pourquoi ces mots, ces distinctions ?
Puisque tout est en nous.

Ces mots, ces armes sont là pour annoncer :
« Je suis le son, il est l'écho. »

Ils donnent l'ampleur et la possibilité de percevoir les positions non comme une succession d'actions mais comme des alternances d'aspect.
Lorsque mon bâton virevolte dans l'air, sa présence prouve la complémentarité de chacune de ses extrémités, qui n'ont d'existence que l'une par rapport à l'autre, et loin de s'opposer, elles se parfont.
Le moteur est mon centre qui gire sur lui-même et ordonne l'espace par le miracle d'une ligne qui se fait cercle. Ces signes tracés courent mystérieusement dans l'air à la recherche d'un nom, car :

« Tant que sa pensée demeura obscure, il n'eut point de nom,
Mais il rompit le cercle de l'ignorance et pénètra le vide. »

WOU TCHENG NGEN

« Métamorphose, Métamorphose... » s'écrie Wou k'ong.

Par la grâce du Principe Mâle et Femelle qui imprègne toute chose, mon bâton acquiert le pouvoir mythique semblable au fléau du Vieux Souen, puisqu'en effet tout bâton contient symboliquement l'histoire de notre devenir, qui comme les Saints Innocents doit être sans cesse passé au fil de l'épée des Mutations. »
(« Souen Wou k'ong » personnage légendaire du Si Yeou Ki, qui alla quérir les livres sacrés du bouddhisme, en Inde.)

L'ART DU BATON
ET DE L'EPEE

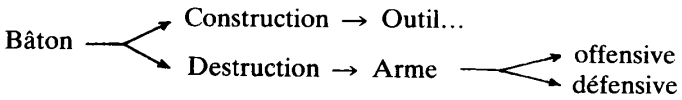
« Ceins, ton glaive à la hanche,
ô héros, pour la cause de la loyauté, de la douceur, et de la justice ».

(Psaume 45).

Un dernier aspect de l'Art et qui n'est pas des moindres apparaît avec le pratiquant qui s'exprime à l'aide d'un bâton ou d'un sabre. Celui-ci accomplit la démarche déjà évoquée dans son corps et dans son esprit, son action s'enrichit de la signification des armes qu'il fait tournoyer.

Si les singes anthropoïdes utilisaient de simples branches pour s'appuyer ou se battre, l'homme dès ses origines utilisa le bâton comme canne, pieux, étaye, pilier, pique, massue, poinçon, levier, règle, flotteur, et de la simple branche façonna une arme, créa un outil.

Néanmoins et bien qu'il existe une dualité entre l'acte de construire et celui de détruire, le bâton demeure parfaitement fidèle à la signification symbolique que défini J. Brengues, soit :



Au cours des périples de l'humanité, il semble incontestable que le bâton ait connu un véritable règne : « Le Bâton est en effet l'Archétype au sens platonicien du terme, de tous les outils auxquels s'adjoindront plus tard ceux de la Pierre... on ose à peine mesurer les innombrables siècles qu'il a fallu, pour que le sinanthrope inscrive les mesures des rapports sur le bâton ancestral, afin que ce dernier devienne un instrument de mesure... La règle ———, pour que cette première règle devienne par adjonction d'un autre instrument, la première figure plane l'Equerre, et enfin devenir la figure plane mais fermée, le triangle (...)

Et pourtant, l'homme lorsqu'il se promène la canne ou le bâton à la main, le roi lorsqu'il tient son sceptre ou le chef des bergers avec son bâton, le pontife avec sa crosse épiscopale, retrouvent les gestes ancestraux des Sinanthropes qui avaient adaptés la branche cassée pour s'appuyer. » (E. Brault).

La canne appelée « bâton à deux bouts » est dans les mains d'un expert une arme redoutable, et la simple vision d'une « makala » basque à bout ferré laisse entrevoir la terrible efficacité de l'apparent instrument de soutient. C'est dans le maniement de ce genre d'arme qu'excellait entre autres le Pr Takeda.

Dans de nombreux pays, les bergers manient encore avec une très grande dextérité leur canne, si bien que lors des fêtes, soutenus par le rythme des tambourins et des instruments à vent, ils décrivent de véritables et fantastiques ballets au cours d'assauts, dont la pureté et la décision feraient pâlir certains professeurs de canne, qui ne l'oublions pas est devenue une pratique sportive d'une grande élégance doublée d'une efficacité incontestable.

Parfois la canne cache en son sein une lame effilée, ce qui lui permet de rejoindre la redoutable famille des bâtons piquants et coupants, que sont les yari, piques, lances, nagi-nata et autres hallebardes, dont il faut le préciser, le maniement se trouve soutenu et ponctué par un rythme de manœuvre, d'une précision mathématique et musicale extrêmement rigoureuse, comme d'ailleurs celui du bâton chinois. Au maniement du bélier, engin de destruction redoutable par les ébranlements successifs qu'il occasionne, s'apparente l'attaque en « pique d'éventration » pratiquée dans le Bô-jitsu.

En ce qui concerne l'arc, l'Inde ancienne le considérait tel le symbole de la méchanceté et de la perfidité, ce qu'atteste : « Le bois de l'arc et le méchant sont durs de nature : quand ils ploient, ce n'est pas naturellement, et leur guna même ne fait que du mal aux autres. » Le Japon, quant à lui, voit dans l'arc tendu, la forme de l'Univers, l'idéogramme Yumi (arc) apparaissant dans le nom de Bouddha.

Le bâton-arme peut encore épouser la forme d'un javelot, d'une flèche ou celle d'un boomerang auquel le lanceur expérimenté imprime de nombreuses et fantastiques trajectoires.

Comme tous les instruments racés, lorsqu'ils sont maniés par le même individu, et à plus forte raison s'il en est le constructeur, le Bâton et le Boken vivent dans ses mains. Preuve flagrante, lorsque vous êtes amenés à les emprunter, vous ne les sentez pas à votre main. C'est pour cette raison notamment que vous entourez de soins attentifs vos « instruments » de recherche d'équilibre et d'exorcisme, en les manipulant avec attention comme des objets précieux, et les préservez de toute souillure par des housses, qui comme le fourreau de l'épée, en protège la pureté et l'éclat.

L'expression « se mettre à couvert » qui signifie se cacher, provient du langage même des habitants de la forêt, car ce n'est qu'à l'abri de

l'arbre creux, ou dissimulé par le couvert qu'il s'avère possible de sauver sa liberté. Le bâton et l'épée permettent également de se « mettre à couvert », et à eux seuls préfigurent le Silence et le Secret. Sachons que c'est dans cet esprit, que l'enseignement donné lors de certaines leçons, demeure apparemment « hermétiques ».

N'est-ce pas grâce à la béquille qu'Œdipe reconnut l'emblème du vieillard se déplaçant avec sa troisième jambe, le même terme s'appliquant d'ailleurs tant au bâton qu'au phallus ? C'est pourquoi le serpent que le jeune-homme sculpte sur sa canne représente un certain aspect maléfique du Bois, du fait qu'il se trouve associé au symbolisme phallique de l'arbre. Cette représentation apparaît encore avec le bâton que tenait Moïse devant le Buisson Ardent (bâton qui préfigure le Serpent d'Airain qu'il éleva dans le désert).

Mais avec le bâton d'Esculape, le serpent perd totalement sa signification maléfique, pour devenir l'emblème de la Prudence. La dualité de ce symbole s'exprime encore à travers le caducée d'Hermès (Mercure), qui sépara avec son bâton deux serpents en train de s'opposer. Domptés ceux-ci s'enroulèrent autour de l'axe, et lui conférère, le pouvoir théurgique de « LIER » et de « DELIER ». En d'autres mots, il s'agit de la transformation du chaos en cosmos, du désordre en ordre par l'effet d'un acte spirituel qui, à la fois distingue et unit.

Maître Uyeshiba se rattache à ce symbolisme tout d'abord par sa filiation au Bodhisattva Maitreya, et ensuite par son maniement ésotérique du bâton. En effet « l'homme au bâton » est « un individu capable et vertueux, qu'on craint et auquel on se soumet » (Yi-King). « Aussi la soumission du Roi par l'appui du bâton sur son pied, signifie-t-elle la prééminence de la droiture et de la force descendante spirituelle sur l'organe du mouvement horizontal, et par extension, de la verticalité sur l'horizontalité, c'est-à-dire de la force spirituelle sur le pouvoir matériel, même royal. » (P. Stables).

Le bâton, emblème du « Rassemblement » ䷬ fait retourner à la vie, à la vertu et à Celui qui est désigné par Yang. Il est « l'Epée du non-guerrier » car frapper avec « signifie conduire le régime du feu » ou autrement dit « cuire la matière ». « Dans le fruit est renfermé un noyau solide, et dans le noyau la semence qui s'appelle « Rén » « la Charité ». « Ceux qui mangent du fruit de l'arbre de l'obéissance « Fou Sang » deviennent ordinairement brûlants de charité pour les vivants. » (Chi tse).

Pour René Guénon, le Serpent est à « l'image de la plante grimpante qui au cours de son ascension vitale, enserre l'Arbre qui lui

sert de vecteur, le Serpent enroulé autour du tronc est exactement (semblable à) celle de l'hélice tracée autour du cylindre vertical (en) présentation géométrique » de telle manière qu'il figure dans sa totalité le système des cycles de la manifestation.

A ce stade, il n'est plus l'ouroboros qui se mange lui-même la queue (cycle fermé), il est l'élévation continue ou inversement la chute perpétuelle (cycle ouvert). En plan il est la représentation du Swastika à double rotation, ce que symbolise également le bâton brâhmanique à double enroulement. Dans la Pistis Sophia gnostique (dans laquelle n'apparaît aucun arbre) le corps du serpent se trouve divisé selon la progression zodiacale, ce qui contribue à mettre en évidence son symbolisme quant aux différents degrés de l'initiation.

Lové autour de l'Arbre, le Serpent représente une spire hélicoïdale, celle de la Voie indirecte de toute initiation, tandis que l'Arbre figure verticale, symbolise la Voie directe qui comprend les trois degrés que sont la racine, le tronc et le feuillage. Quant au Serpent du Jardin des Hespérides, en protégeant l'Arbre de ses anneaux, il cache le fruit, le trésor, le secret, ce qui est peut-être superflu lorsque l'on sait que l'Arbre symbolise par lui-même le dit secret.

Le bâton dont l'histoire est si intimement liée à l'évolution de l'humanité dans sa quête du spirituel, se trouve indéniablement uni au sabre, non seulement pour des raisons guerrières mais surtout pour l'accord symbolique existant entre ces deux armes. L'arbre représenté par le bâton est gardé par l'épée. La puissance vitale qui s'exhale de lui, confère la vie à qui est devenu épée, mais donne la mort à qui n'entre pas dans sa « justesse » :

> « Saisis ton épée et vas à la bataille. Combats ô mon père, tant que durera ta vie.
> Coupe la tête de ton ennemi, lui donnant ainsi une mort rapide ; puis viens et courbe le front devant le triomphe de ton Roi.
> L'homme vaillant n'abandonne jamais le combat ; celui qui s'enfuit n'est pas un vrai combattant.
> Dans le champ clos de notre corps se livre une grande guerre contre les passions, la colère, l'orgueil et l'envie.
> C'est dans le Royaume de la Vérité du contentement et de la pureté que cette bataille fait rage et l'épée qui sonne le plus haut est le glaive de son Nom. » (KABIR).

Suivant la tradition biblique, dans l'ordre social, l'Epée, attribut de Mikaël et de Melkitsedeq symbolise la puissance qui a pour but de faire régner la Justice, elle-même représentée par la balance, tandis que dans l'ordre spirituel, elle désigne la force de la Vérité.

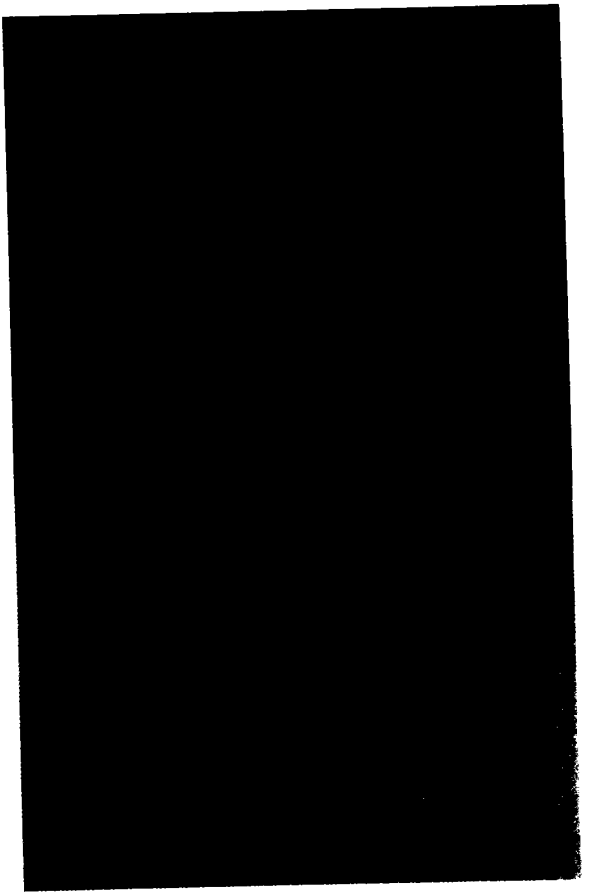
L'homme se trouve confronté à l'épée, et de ce combat il peut sortir vainqueur et échapper à la mort donnée par l'un de ces deux tranchants. Cela signifie qu'il a résolu puis pénétré au-delà de toutes les contradictions... Les lamas du Sikkim exécutent un rite de purification soit la Danse Guerrière de Kinchinjunga dans le but d'exorciser le pays :

> « Flèches, lances, épées, armes martiales sont tournées vers l'Ennemi, pleines d'éclairs et de reflets. »

La destruction de l'ennemi symbolise ésotériquement l'anéantissement de l'ignorance. De même au Tibet, le rite Chöd exprime la renonciation à la personnalité et à l'égo. Notons que tous ces rituels aboutissent à des offrandes. Lorsque l'offrande est brûlée, cela signifie que les dons sont transmués en Vide, c'est-à-dire que l'essence divine infuse toute chose...

Voilà l'aspect purement spirituel du combat intérieur représenté par l'épée. L'ancien Japon l'exprime un peu différemment. La conception nippone présente un puissant intérêt pour la simple raison que la stratégie du sabre se trouve à l'origine de l'Aïkido. Sur le plan physique, la subtilité de notre Art consiste à démontrer les lois du Ken à l'aide de notre corps, c'est pourquoi tous nos mouvements sont fondés sur l'esquive pivotante du corps, directement issue du Ken-jutsu, et c'est pourquoi nous ne connaissons pas le corps à corps.

Dans sa forme la plus épurée, le sabre est compris comme une Voie. Il n'est pas fait pour tuer l'homme mais pour détruire ce qui est mauvais en lui, et défendre la Justice. Ainsi « Kuatsu jin Ken » signifie « ramener à la vie, à la conscience, par le sabre ». Cette tentative s'accomplit à travers le mouvement associé au son. Nous ne devons pas oublier que l'épée est liée au Verbe dont elle est l'extériorisation. Elle est en acte la parole de Justice. Dans l'exercice du sabre il est indispensable de dégainer mentalement et cela ne peut s'effectuer sans kiaï. Cette interprétation du rôle du sabre exprime un des aspects philosophiques de l'Aïkido et de l'Aïki-Ken. La forge même de la lame est à l'image de la destinée de l'homme. Après un choix judicieux des minerais, l'artiste forgeait un nombre incalculable de fois, entrecoupées d'immersions dans l'eau et dans l'huile. Forger,



Yves Cauhépé (1935-1980)
6e Dan de l'Union Suisse d'Aïkido.

Ceint de Noir puisque l'homme se meurt, et que c'est par cette mort seule, purification du réceptacle, que l'Esprit pourra se manifester.
Vêtu de Blanc puisque l'homme renaît à l'Esprit et au Divin qui seul est Vie.
Celui qui porte l'épée tranche le doute et le temps.

tremper, polir, n'est-ce pas le travail qu'accomplit inlassablement l'homme en voie de réalisation ?

Plus concrètement, la forme esthétique des armes est également évocatrice de cette Voie faite de rigueur et de simplicité. Il n'en est pour preuve que les ornementations gravées sur certaines pièces :

— Sur le talon du kabuto gane : deux libellules, une blanche et une noire.

— De part et d'autre du tsuka : deux Menuki l'un représente les mouvements du feu, l'autre ceux de l'eau.

— Sur le fuchi : trois sommets, le Mont Meru, et un canard prenant son envol, symbole de la liberté dans les trois mondes, (il nage, plonge, vole et marche).

— Sur la face externe haute du tsuba : un roseau, il plie mais ne rompt point.

— Sur la face externe du tsuba : un grillon, symbole chinois de longue vie.

— Sur la face interne haute du tsuba : un papillon, symbole de la métamorphose.

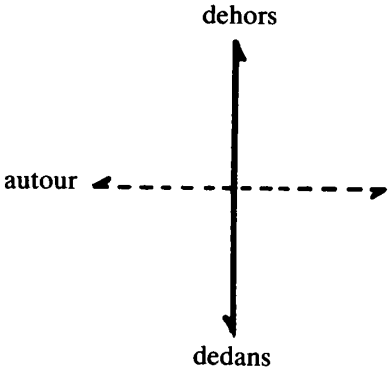
— Sur la face interne basse du tsuba : une chouette symbole de l'au-delà de la dualité et de l'antinomie Ténèbres-Lumière. Vision trine de la Connaissance.

— Sur le kozuka : un canard en vol passe devant le soleil et quelques nuages, symbole de la pluralité des dons.

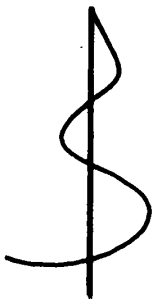
— Le mine (dos de la lame) : la Rectitude.

— L'hamono (fil de l'épée) : la Voie soutenue par l'onde imprimée par la trempe.

Cet aspect esthétique nous mène vers une autre forme de l'Art : le bâton et le sabre compris comme une danse. A partir des techniques guerrières, se sont décantés les mouvements d'une danse animiste, le Kambu japonais, qui évoque le combat des forces de la Lumière et des Ténèbres, le Jikiku-Ten en est une des représentations les plus pures. Toutes les Civilisations ont connu et connaissent de telles danses pour ne citer que le théâtre Chinois, les danses du bâton de Java, ou encore celle des Corybantes en Grèce.



Les trois mouvements essentiels



La Permanence et le changement

A la signification symbolique du bâton s'ajoute sa portée thérapeutique. Ce lien transparaît clairement lorsque le bâton entre les mains du pratiquant s'identifie au Pilier de Djed de la Tradition Egyptienne et devient l'image de la rectitude de l'axe central qu'est la colonne vertébrale humaine.

Les maniements du bâton, de la canne, du boken comme celui de la masse persane revêtent un caractère particulier au niveau du développement du thorax. La pratique des moulinets si elle assouplit et échauffe l'articulation de l'épaule et son enveloppe musculaire, en tirant sur les muscles, élève la cage thoracique dans toutes les directions, et sur le plan respiratoire s'associe aux mouvements « débloc-respir » bénéfiques de la natation, de l'escalade ou du ski de fond. C'est là qu'apparaît son rôle le plus éminent, celui que formule le Dr de Sambucy : « Le poumon est le sculpteur caché qui pousse et développe la cage thoracique intérieure. » Si les moulinets avec bâton, massues ou barre de fer étaient avec les exercices couchés sur le dos, pratiqués par les jeunes gens, nous constaterions beaucoup moins de bustes infantiles.

Les mouvements de maniement d'armes, comme les moulinets doivent se pratiquer de préférence face au soleil et dans un air froid, sec et pur. Tous ces remarquables mouvements de coordination contribuent à faire pénétrer l'énergie pulmono-psychique et permettent le rayonnement du souffle dans le dos puis le corps tout entier. Les moulinets respirés consciemment procurent même s'ils sont pratiqués sans instrument, une impression de puissance pulmonaire et mentale. Le T'aï-k'i k'iuan qui a lui seul est une synthèse de toutes les pratiques corporelles, ainsi que certains kata de kempo, tendent vers le même but.

Les pratiques du bô et du boken sont rythmées par la respiration, l'inspiration se réalisant lors de l'élévation des bras, lorsque les coudes sont portés vers le haut. Au cours des exercices d'étude, l'accent doit être porté sur l'ampleur, la répétition et la continuité des mouvements, les attitudes étant maintenues au maximum dans les phases inspiratoires ou expiratoires selon l'opportunité.

Les exercices terminés, le pratiquant remet le sabre au fourreau, en plaçant le pouce sur la garde. Cette attitude signifie être détenteur d'une grande puissance, mais savoir la maîtriser, la garder en soi et ne la présenter que comme un moyen de dissuasion. Le sabre ne peut jaillir que pour une juste et noble cause. Il est le symbole de la force intérieure.

Sur un plan ésotérique et en se référant à nos précédentes

expériences, la pratique du sabre est une opération alchimique. L'homme est un « stupa » à la recherche des Eléments qui le composent, Terre, Eau, Feu, Air... Lors du maniement du ken, il unit en lui les directions de l'espace, les Orients... ce qui lui permet d'entrer dans le jeu des Eléments. Tel est le sens des paroles de Maître Uyeshiba, lorsqu'il disait : « Fure, fure... », c'est-à-dire « remuez, remuez ». Avec des partenaires, la démarche est la même, les hommes pénètrent véritablement dans la ronde des éléments.

LIVRE VI

L'AIKIDO : UNE ASCESE

CHAPITRE I

LES MOYENS DE L'ASCESE

« En aucun cas la souffrance ne représente une fin, elle reste néanmoins indissociable de toute expérience humaine. Elle est partie intégrante d'un entraînement qui se poursuit année après année.

La peine est l'ombre des joies et l'écrin de la gemme....

L'empreinte du ciseau appose son sceau sur le désir de perfection. L'union du Ciel et de la Terre ne se ressent qu'à travers le mouvement incessant : « Oui, je me lèverai... »

« Entre deux murs s'accomplit le geste
qui fera la plaie,
L'ombre obscure d'une nuit s'abat.
L'hiver prend sa distance
et tu contemples la solitude de l'escalier interdit,
et ta plainte fait fléchir
cet immobile mépris,
mais le vent se lève au bout de la main...

L'idée devient oiseau
entre deux feux,
et tu voles
aspiré par une marche vers le cœur,
cette bouche de l'univers...

Tu plies,
tu rompts,
tu obstrues ta propre roue...
Oh ! que le Ciel est loin de ta flèche ! »

« NIKYO », de Frantz PRIKING

L'ASCESE, LA VOLONTE ET LA SOUFFRANCE

« Le but de l'étude et des pratiques n'est pas seulement d'agrandir le champ de nos connaissances, mais de former en nous le caractère... »

KAIBARA EKKEN

Une des grandes motivations humaines est de découvrir en soi une réserve de puissance spirituelle qui permette de dominer les situations critiques, et de protéger sa vie. Patanjali énumère les moyens mis à la disposition de l'humanité pour y parvenir : « soit par un don de naissance, soit par les drogues, le verbe, l'ascèse ou la concentration.

Dans le « Budo », l'accent est mis sur l'ascèse (du grec : askès = l'effort). L'expérience révèle que la pratique de la posture de méditation, celle des exercices callisthéniques, la répétition incessante des mouvements, des Taninzu-dori et des chutes jusqu'à ne plus reprendre son souffle... apprennent à dominer la douleur et le désir d'abandon. Par ce biais, nous découvrons que la maîtrise du corps et par là de l'esprit procure un sentiment de puissance, de liberté et de joie.

Afin d'approfondir cette notion, il est nécessaire de remonter aux sources de l'ascétisme qui est de diminuer toutes les « attaches naturelles », jusqu'à les faire disparaître, renoncer aux joies, à la fortune, à l'amitié, à l'estime, à la renommée, choisir l'abandon, obéir sans murmure même intérieur, est quasiment inhumain, contraire aux aspirations spontanées et opposées aux conceptions de notre époque de destruction des valeurs. Nous constatons que cette Voie est très proche, voire identique à celle des chevaliers et des moines guerriers. Il est étrange de constater que dans les pays gorgés de richesses, soumis à la volonté de puissance, des Hommes parmi les plus grands par l'esprit empruntent cette Voie étroite. Refusant de s'engluer dans le fini, fascinés par l'infini, ils choisissent les « tenailles » et le « pressoir », renoncent à tout, puis suprême effort, meurent à eux-mêmes jusqu'à effacer leur trace. C'est pourquoi l'être humain ordinaire ne peut en un instant de réflexion, concevoir, ce qu'un esprit entièrement consacré à une telle conquête, peut visualiser en un demi siècle d'efforts incessants.

Le plus ancien des ascétismes, celui de l'Inde, dit que le sage qui veut être sauvé du cycle des réincarnations, et par conséquent de la

douleur, doit apprendre, à reconnaître le caractère illusoire des sensations, des sentiments et des idées. Ainsi se doit-il de commencer par apprendre à les faire disparaître de lui-même, et par là, arriver à obtenir son propre effacement. En effet, pour l'ascèse indoue, la moindre trace d'attachement qui persisterait lors de sa mort, en son âme, fixerait celle-ci dans l'illusion de sa propre existence et par là, lui interdirait sa dissolution dans « l'abîme divin » du non-vu, non-su, non-perçu, non-connu. L'ascèse chrétienne pose également la même exigence en ce qui concerne le choix du non-vu, non-su, non-perçu, non-connu, c'est-à-dire le Créateur, vis-à-vis du monde des illusions, des sensations, des sentiments et de toutes les idées.

Le domptage du physique passe par l'étape qui consiste à penser que le corps est un instrument destiné à accomplir le travail dans la vie. Nous ne sommes pas la chair mais son dompteur. En imaginant notre corps séparé de nous-même, il est possible de le contrôler. Seule la pratique permet de subir tout en restant imperturbable. C'est dans ce but que les anciens bushi menaient une vie très simple et tenaient fréquemment des « réunions de persévérance » au cours desquelles ils s'exposaient aux plus grands froids et aux plus grandes chaleurs. La même recherche incitait Katsu Awa à pratiquer l'escrime la nuit, au sein d'une profonde forêt.

Trop habitués aux commodités, qui a la force de mener à bien une entreprise, fut-elle de sauvegarde individuelle ? Faisons donc acte d'humilité et travaillons dur, de façon à acquérir un corps qui soit à la hauteur du mental que nous désirons tant obtenir. Vaincre la souffrance et la peur, tel est le vrai combat ! Mais ceci ne signifie pas pour autant que nous devions provoquer des ébranlements et des traumatismes dont les séquelles deviennent indélébiles. La détérioration du physique est totalement incompatible d'une part, avec « l'art de prolonger la vie » et d'autre part l'esprit de réconciliation prôné par Morihei Uyeshiba et tous les Sages.

CHAPITRE II

LE JEU DE LA VIE ET DE LA MORT

LE JEU DE LA VIE ET DE LA MORT

« Cesse ô Homme, de te lamenter, de pleurer et de gémir ;
Profite de l'heure lumineuse du soleil ;
Nous dansons sur la glaciale margelle de la mort,
Mais la danse en est-elle pour autant moins amusante ? »

Sir R. BURTON

Au début de l'époque Edo, Yagyu Munenuri (1571-1646) enseignait l'art du sabre à la Shinkage-Ryu. Cette Ecole que fréquenta O Sensei Uyeshiba eut une influence déterminente sur l'évolution de ses techniques. Aux yeux de Yagyu le véritable guerrier ne pouvait perdre le contrôle de lui-même face au danger. Il agissait comme s'il transcendait la vie et la mort en permanence. Connaissant parfaitement le secret des Arts martiaux, il ne lui était plus nécessaire d'en étudier les détails, et insistait sur le fait que le maniememt d'armes n'apportait plus rien au maître !

Recevant un jour la visite d'un homme encore jeune qui le priait de l'accepter comme élève, Yagyu, qui par la pratique de son art, avait atteint un haut degré de perspicacité et de discernement, répondit : « Vous venez me demander de vous instruire, et néanmoins je perçois en vous quelque-chose qui me prouve que vous avez déjà étudié assidûment quelque discipline ? » Le visiteur confessa que depuis son enfance, il s'était familiarisé avec l'idée de la mort, ce qui l'avait conduit à un état d'équanimité avec la vie (intermédiaire entre l'extinction du Moi ou Retour à l'Unité, et l'acceptation fataliste de la

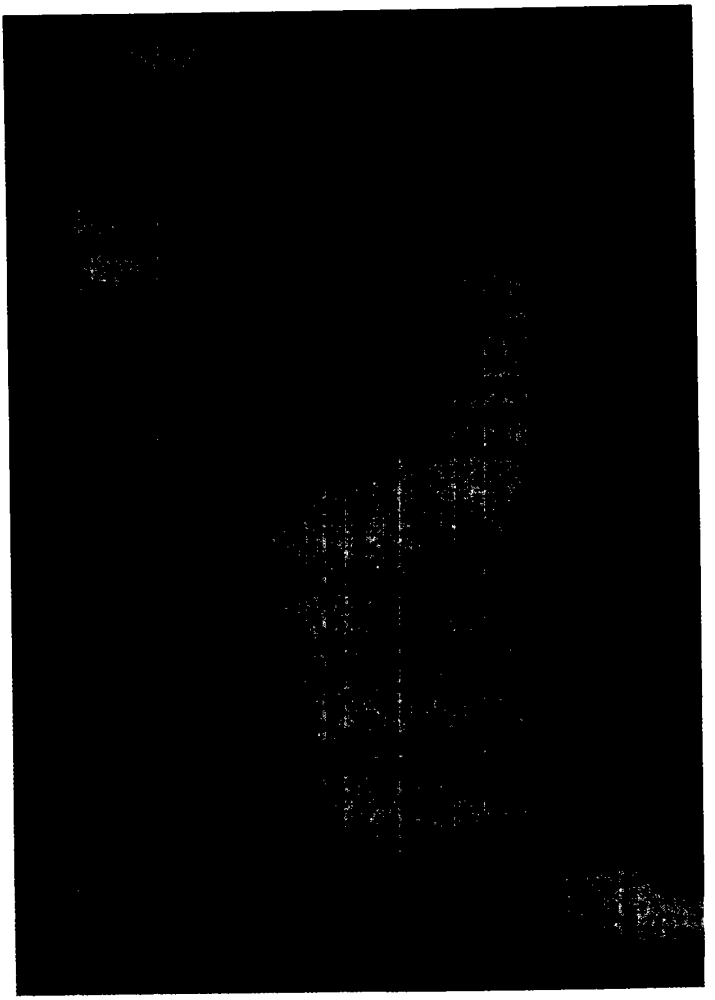
mort si commune en Extrême-Orient, mais bien au-delà de l'attrait pour cette dernière existant chez le guerrier nippon). Cette découverte fit répondre à Yagyu : « Ma perception s'avérait exacte, il n'est pas nécessaire que vous étudiez mon art ! Vous avez déjà découvert ce qu'est le but de mon enseignement... » ; et il lui remit un diplôme de parfait épéiste.

En jouant magistralement avec le paradoxe de délivrer un certificat à un homme ne sachant pas manier les armes, Yagyu affirmait la primauté de la découverte de l'essence sur la connaissance du jeu de la manifestation.

LE VIDE OU MOMENT INTERSTITIEL

La connaissance de la loi du changement et de la discontinuité porte à réfléchir sur l'instant qui lie deux phénomènes et à ses conséquences concrètes sur le comportement. « L'espace entre Ciel et Terre, c'est comme un soufflet de forge ! Il est vide, mais ne tarit pas ; en mouvement, il ne cesse de produire » (Lao tse). De même entre deux pensées, entre une expiration et une inspiration, une action et une réaction, se trouve un « vide », un moment interstitiel appelé dans le bouddhisme indien et le Védenta « Vide de Turya ». Le vide qui apparaît entre deux images d'un mouvement décomposé d'une séquence filmée, est une expression simple de la discontinuité universelle.

Mais pour saisir ce « vide » à « l'instant juste », posséder une « juste vue » et « laisser agir », il est absolument nécessaire d'éliminer toute agitation mentale. Dans l'action tourbillonnante propre à l'Aïkido, la vision des partenaires devient différente de celle que procure le déplacement linéaire. Certes le pratiquant « libéré » pense, mais ses pensées et ses visions ne sont plus complices d'un désir de durée. Elles disparaissent lorsque cessent les circonstances qui les ont engendrées, et ne laissent aucun « résidu ». Telle est la conception de la délivrance de la loi de cause à effet, et de l'asservissement. Alors et seulement s'éveille et s'acquiert un comportement différent ! Cette découverte se trouve intimement liée à la maîtrise du Centrum, ce que précise : « Les trente rais d'une roue ont en commun un seul moyeu : or c'est là où il n'y a rien (dans le creux) que réside l'efficacité du char. On façonne l'argile en forme de vase : or c'est là où il n'y a rien que réside l'efficacité du vase. On perce des portes et des fenêtres pour se



faire une maison : or c'est là où il n'y a rien que réside l'efficacité de la maison.

Ainsi, nous croyons bénéficier des choses sensibles (yeou : le visible et le palpable), mais c'est là où nous n'apercevons rien (wou : le vide) que réside l'efficacité véritable » (Lao-tse). Le « Vide » n'est autre chose que le Wou, l'absence de qualités sensibles qui caractérise le Tao. Ce « Vide » est efficace parce qu'il est comme le soufflet, capable de produire du souffle à volonté... Le « Vide » est efficace encore parce que, comme le moyeu, ou le vase, il est un réceptacle. L'image des trente rayons qui convergent vers le vide du moyeu est fréquemment utilisée

pour symboliser la vertu du chef qui attire à lui tous les êtres, l'Unité souveraine qui ordonne autour d'elle la multiplicité. Cette image peut encore évoquer le Taoïste qui, lorsqu'il est vide, c'est-à-dire purifié des passions et des désirs, se trouve totalement imprégné du Tao ou comme l'exprime Ho-chang-kong, « habité par les esprits vitaux qui animent le corps ».

En ce qui nous concerne, l'éveil spirituel du tact se traduit par un sentiment de vide, qui est une forme très profonde de communion avec le Tout. Seul le « Vide » autorise le « sen-no-sen », l'action au juste-instant, le moment interstitiel, ce qui confirme : « Celui qui pourrait faire de soi-même un vide dans lequel les autres pénétreraient librement, deviendraient maître de toutes les situations. » (Lao-tse).

LA COMPASSION

« Par l'Aïki, étendons nos forces
pour accomplir l'harmonie pacifique
avec le monde.

Par tes actions spirituelles,
conduis-nous, absous-nous
Dieu-Universel.

Détruit l'ennemi qui est caché dans le corps.
Laisse toutes choses crier « hurrah ! »

Par le chemin de la Vérité
perfectionne et apprend la Vérité,
« l'Unité de toutes choses visibles et invisibles. »

O SENSEI M. UYESHIBA.

Les Saints et les Sages d'Extrême-Orient retracent leurs expériences spirituelles par images ou symboles. Ils n'agissent pas pour leur glorification, ils ne se confient que pour notre édification ou notre enseignement. Nous ne prétendrons donc pas expliquer l'enstase * de Maître Uyeshiba, ce serait la réduire, d'autant plus que ce Sage n'a pas prêché une foi, il nous a donné en héritage les fruits de sa réalisation, l'Aïkido, c'est-à-dire une œuvre de compassion. Nous nous limiterons à analyser ce qu'un extrême-oriental culturellement et spirituellement en recherche peut comprendre.

Le vieux Maître a légué son expérience à ses compatriotes puis à tous ses contemporains en livrant de son vivant à la traduction, des clefs qui se réfèrent à sa culture, plus particulièrment au Shintoïsme et à l'ésotérisme bouddhique d'inspiration Shingon. Nous l'avons déjà écrit, il ne se rattache nullement au Zen comme beaucoup d'occidentaux et comme certains propagandistes zélés tendent à le faire croire, car cette secte qui appartient également au Mahāyana (Grand Véhicule) a pour but la réalisation au-delà des antinomies... et elle recherche la libération par la méditation sur notre propre pensée. Nous nous attacherons donc aux paroles du Sage citées par son fils (Aïkido de K. Uyeshiba) et essayerons de discerner ce que recouvrent les mots.

Resituons les faits, en 1925, Morihei Uyeshiba quitte ses solitudes et l'un de ses premiers contacts aboutit à une altercation violente et un duel où sa maîtrise technique l'emporta sans blessure de part et d'autre.

C'est alors qu'il se rendit « dans un jardin voisin où se trouvait un kaki ». Quel est cet arbre dont le nom scientifique est « Dyospyros kaki » et la traduction japonaise « Chinzuka », et dont il existe plus de 150 variétés poussant de l'Inde au Japon en passant par la Chine ? Déjà le « Mahā-Parinirvāna Sūtra » (Livre bouddhique rapporté de l'Inde par Hokken qui y séjourna de 405 à 411) utilise cet arbre comme symbole. Il relate une histoire appelée « Parabole du Karachinzu » où les fruits savoureux du Chinzuka sont opposés à ceux vénéneux du Karaka. Les fruits représentent les moines qui observent ou violent les préceptes de la Loi. Il est dit que les fruits de ces arbres sont difficiles à distinguer : « Nombreux sont ceux qui usent de ces huit erreurs (karaka) pour un seul homme qui observe les défenses (chinzuka) et connaît le mal qui s'accumule dans les hommes, mais ils sont ensemble et ne se séparent pas ».

Dans le « Canon bouddhique », somme des ouvrages consignant l'Enseignement du Bouddha (sūtra et vinaya), (jap. Taishō Shinshū Daizōkiō), il est mentionné : « On appelle Chinzuka, ceux qui produisent correctement la pensée de l'Eveil, Karaka ceux qui ne la produisent pas correctement... Chinzuka, ceux qui connaissent bien le passage de l'obstacle, Karaka, ceux qui ne les connaissent pas... Chinzuka, ceux qui sont d'une endurance inébranlable, Karaka, ceux qui manquent d'endurance... »

Dans le « Sutra du Dirghāgama » (rédigé au début de notre ère et cité dans Hōbōgirin, livre IV) le Chinzuka devient un arbre

extraordinaire se rattachant à la géographie cosmologique et dont « les feuillages s'étendent sur 50 lieux dans les 4 directions ».

Il serait donc surprenant que ce soit « par hasard » sous un kaki que Morihei Uyeshiba se soit senti « comme enraciné dans le sol » et « frappé de stupeur ». Ces mots évoquent le « Bodaiju », terme qui désigne l'arbre sous lequel un être obtient l'Eveil, également connu comme le « Dôju » ou arbre de la Voie. A ce sujet les textes canoniques déclarent que par le Moyen de la perfection de Sapience, il apparaît sous les formes les plus diverses, et « lors de l'Eveil d'un Bouddha, sa racine est d'or, son tronc a pour matière les sept joyaux, et son feuillage est lumineux ». Ceci est évidemment allégorique.

Telles sont les premières indications permettant d'approcher l'expérience du Maître ce jour-là.

Mais qu'est-ce que l'Eveil ? Le « Kathâvatthu pali » qui se rattacherait au concile d'Asoka tenu à Pataliputra en 253 av. J.C., réfute la thèse que la « Bodhi » (l'Eveil) consacre le Bouddha. L'Illumination se définit comme une intuition des « Quatre Chemins ». S'éveiller consiste à parcourir les étapes qui vont de l'ignorance au Salut. Par ailleurs, les Ecritures bouddhiques distinguent un nombre impressionnant de nature et de degré d'éveils.

A la lumière de cette précision, il est intéressant de penser que la réalisation du Maître Uyeshiba se doit de correspondre à la symbolique de son arbre. En effet, chaque grand Sage découvre la Vérité sous un arbre particulier, tel Sákyamuni sous « l'ásvatha » (banian) ou Maitreya sous le « nâgapuspa » (en japonais ryûge) que nous approfondirons plus loin. Il est donc logique, cela est confirmé par son enseignement ultérieur, de penser que l'instase de Morihei Uyeshiba concerna la moralité de l'acte.

Poursuivons notre analyse, égrenons les souvenirs du vieux Maître : « Il essuyait la sueur de son visage » (Aïkido de K. Uyeshiba page 155) ou « il s'aspergea le corps d'eau et leva les yeux au ciel » (What is Aïkido de K. Tohei page 99) Ce fait relaté quelques trente trois ans plus tard ne peut non plus être sans signification.

Les rites de purification par l'eau, « Misoghi-haraï », constitue un des procédés de l'expérience mystique en usage dans le monde et d'une pratique immémoriale dans le Japon shintoiste antérieur aux influences taoistes et bouddhiques. D'autant plus que suivant le témoignage de ses proches : « il allait au sommet d'un rocher vêtu d'une robe blanche et se mettait à prier, quelquefois il s'agenouillait au faîte d'une montagne en récitant des prières shinto » (K. Uyeshi-

ba), et aussi il méditait « sous une cascade » pour « ouvrir les yeux de son âme » (K. Tokei).

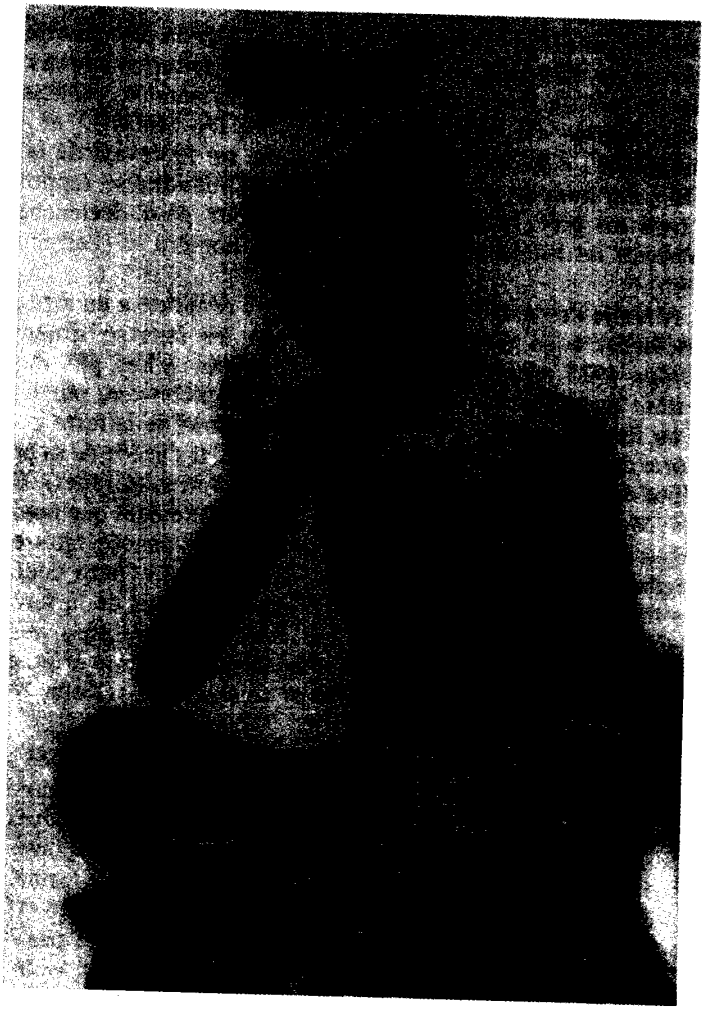
Afin d'évoquer une autre influence spirituelle possible, lors de la cérémonie de « l'Abhiseka » (onction), l'adepte du Shingon accomplit des rites propitiatoires dans le but d'éliminer toutes ses fautes (la colère par exemple), en particulier on verse de l'eau (kaji-sui) sur la tête du disciple.

Ajoutons un détail curieux. Bien que l'expression des expériences spirituelles se diversifie à l'infini suivant les cultures, notons que l'Islam déclare : « Du fruit qui se fendait apparemment, jaillissait la lumière comme de l'eau » (Masravi de Dj. Molavi), et plus concrètement : « il s'agit de tracer une ligne sur le devant de la tête avec la main humide. La tête, le devant et l'humidité se rapportent tous trois au pôle Nord qui se fend en deux pour déclencher le mouvement de la croissance de l'arbre de lumière ». (Ferreydoun Farrekh).

Le symbole de l'eau et de l'arbre se trouve rapporté à un aspect de jaillissement, à ce propos, rappelons que les faits se situent au printemps 1925 après un retraite de sept ans. « Les philosophes admettent que pendant tout l'hiver, le Yang circonvenu par le Yin subit au fond des sources souterraines au-dessous de la terre glacée, une sorte d'épreuve annuelle dont il sort vivifié. Il s'évade de sa prison au début du printemps en frappant le sol du talon ». (Granet). Or ce jour là, Morihei Uyeshiba avoue : « Je sentis subitement que l'univers tremblait et qu'un esprit doré en sortait... » La pensée taoiste qui imprègna toute l'Asie du Nord au Sud et de l'Est à l'Ouest déduirait de ses mots ceci : « la foudre éclate et sort au-dessus de la terre, la positivité commence par être cachée dans la terre, puis vient le mouvement et elle sort hors de la terre en faisant éclater le bruit, enfin elle s'étend librement avec concorde et tranquillité » (Koua 16. Yi King. Trad. Philastre).

Néanmoins, Morihei Uyeshiba n'explicita pas son expérience selon la pensée taoiste. Il se déclara « inspiré et se sentit comme une incarnation du Bodhisattva doré Maitreya » (Aïkido de K. Uyeshiba page 15). Cet état fut fugitif puisqu'ultérieurement Maître Uyeshiba n'émit aucune prétention dans ce domaine. Cette entité se rattache au bouddhisme ésotérique Shingon et plus particulièrement au « Mahā-Vairocana Sutra » (jap. Dainichikyō) rapporté de Chine par Kobo Daichi, parti chercher la Loi en l'an 804. Cette école du Mahāyana utilise comme moyen de libération, la méditation sur des mandala, en particulier sur la « Cour centrale dans le Cercle des Eléments »,

cérémonie liée à une circumambulation rituelle. Ce diagramme représentant le Plan de la Matrice place, sur les quatre directions principales, des Bouddha, symbolisant les quatre mérites de l'Eveil. Ceci n'est pas notre propos, nous nous attacherons à la tradition concernant les Bodhisattva des directions intermédiaires.



Maitreya (Miroku). Monastère Kōryu-Ji,, Kyōtō.

Nous constatons qu'à Maitreya (jap. Miroku ou Jishi Bosatsu) est dévolu le Nord-Est. Il est représenté tenant une aiguière (l'eau) nommée « sceau prodiguant promptement ». Il personnifie la Grande Compassion qui fait croître l'arbre de l'Eveil. Il se révèle être le Moyen, serviteur de la Sapience. Son nom est le Victorieux (Ninshoja) puisque solaire il a vaincu Mara. Il est également « Celui qui viendra » et qui inspire ceux qui le prient en ces temps de fin de cycle. Il émet « les pensées illimitées » par lesquelles après avoir accompli le vœu originel on veut faire parcourir aux autres cette même Voie. (Tajima. Deux Mandala). C'est pourquoi dans le « Vimalakîrti-nirdesasutra », il est écrit : « Si Maitreya atteint l'Eveil correct, complet, sans supérieur, tous les êtres doivent l'atteindre. Pourquoi cela ? Tous les êtres ont le caractère d'Eveil... O Maitreya ! fais donc en sorte que ces fils de Dieu abandonnent la vue d'un Eveil particularisé... »

Remarquons également que l'iconographie lui attribue l'hexagramme Khien ䷀. Ceci équivaut à la force d'action et s'assimile à la Voie suivie par le Dragon, « l'Homme sage » qui unit le Ciel et la Terre : « La Voie rationnelle de l'activité, c'est la modification et la transformation, elle maintient en s'y accordant l'extrême harmonie » (Koua I). Thsou I commente ainsi le symbole : « Les feuilles de l'arbre commençant à pousser, c'est l'action de la cause initiale, les fleurs s'ouvrant, c'est la liberté d'expansion, les fruits qui se nouent, c'est le bien, ces fruits se développent et mûrissent, c'est la pureté ou perfection ».

Or nous avons noté que l'arbre de l'Eveil de Maitreya s'appelle « Riûge » soit les idéogrammes 龍華, le premier signifie le Dragon, le second, la Fleur. Cette précision confirme ce que nous avions précédemment écrit. Les diverses symboliques des arbres des Bouddha et des Sages n'existent que pour faire comprendre les différences de réalisation. Le Yi King précise : « Le Dragon, considéré comme un être, c'est une intelligence dont les modifications sont illimitées... L'éther de la positivité diminue ou croît, l'Homme saint avance ou recule... Le Sage considère qu'il doit réaliser son humanité (Jen), il en résulte qu'il n'y a pas un être qui ne soit compris dans son amour. » (Koua I).

Puis Maître Uyeshiba ajoute : « J'étais capable de comprendre le murmure des oiseaux ». Nous pouvons peut-être rapprocher ceci des Ailes de l'Eveil développées dans le « Prajnā Pâramitâ Sutra ». Elles peuvent par la force de la perfection de la Sapience transformer la vérité mondaine en « Nirvana » de fruit. Ce chant n'est pas sans

rappeler le « Kalavinka » (jap. Myôoncho) de la littérature bouddhique. Cet oiseau chante les vérités de la douleur, du Vide et de l'impermanence.

La Maître déclara ensuite : « La terre entière est ma maison et le soleil, la lune et les étoiles sont toutes des choses qui me sont propres ». Approfondissant l'esprit d'Eveil (Bodaishin), le Canon bouddhique de Taisho Issikyo note : « Il est la terre en tant qu'il porte le monde entier ; il est l'eau en tant qu'il nettoie toutes les souillures des passions ; il est le vent en tant que rien ne peut l'arrêter ; il est le feu en tant qu'il consume toutes les mauvaises vues ; il est le soleil en tant qu'il brille sur toutes les espèces d'êtres ; il est la lune en tant que toutes les essences blanches y sont en plein... » D'autre part, nous trouvons dans le Mahā Vairocana Sutra tout un symbolisme astral, selon lequel le soleil représente la pensée de l'Eveil dans sa pureté originelle et les quartiers de la lune correspondent aux phases de la pratique de l'Eveil. De plus, ceci est important, le texte lie ces symboles au cercle issu du Lotus. Il le compare à la réalisation par captation dans le cas du passage de l'Eveil à la pratique ; et encore il l'assimile aux diférents niveaux spirituels découlant les uns des autres à partir du centre.

Pour parfaire ces quelques remarques, il est dit qu'au centre de ce cercle se tient le « Roi tournant la Roue » (jap. Tenrinnō). On peut ajouter que si comme nous l'avons écrit, Maitreya est une entité symboliquement solaire, l'iconographie représente « Acala Vidyarāja » (jap. Fudō-Myōō) dans la lune. Or le même Sutra recommande d'invoquer Fudō-Myōō qui personnifie la Fermeté du Cœur de Bodhi, avant toute méditation, afin de nous débarasser de toutes nos souillures. (Mahā Vairocana Sutra, trad. Tajima).

Nous voici devant une expérience spirituelle d'une étonnante richesse, dont nous ne pouvons juger de la force qu'à travers la beauté de l'œuvre et de ses fruits qui furent authentiquement ceux de la Compassion dans l'action, et ce dans un monde qui n'est pas sans évoquer la « Matrice » (Tai) que le Bouddhisme comprend comme un réceptacle de sang, lieu impur et douloureux qui porte cependant en lui le creuset de boudhéité.

Ajoutons également que la transformation de Morihei Uyeshiba est attribuée à un Bodhisattva (Maitreya) et non un Bouddha (tel Sakyamuni). Précisons que le Mahāyana confère le nom de Bodhisattva à un grand nombre d'entités. Ce terme signifie « Etre de la Bodhi ». ou encore plus puissament exprimé par l'appelation tibétaine « Héros de la Bodhi ». Ces Bodhisattva se définissent comme des

traits d'union entre nous et la Voie, comme des Bouddha en devenir qui renoncent à l'entrée dans le Nirvana. Ils ont traversé des océans de douleur. Cette connaissance leur inspire un retour à l'action afin de sauver les hommes dans un incommensurable mouvement de Compassion.

Ceci est une indication sur les choix de Maître Uyeshiba. Cependant n'oublions pas qu'il existe deux Voies chez les Bodhisattva, celle de la Compassion et celle du Vide. L'esprit de la Compassion engendre une pitié infinie et les Bodhisattva forment le vœu de sauver tous les êtres. Mais l'esprit de Vide achève l'esprit de Compassion.

A ce sujet, le Vide que nous avons abordé comme état spirituel est une réalisation ultra-paradoxale de nous-même, de l'Etre suprême et de l'univers soumis, lui, à un relativisme le plus extrême. Ajoutons également, ce Vide ou encore ce « Néant » : « est le sein où se repose, se cache « et sort » tout être et c'est pourquoi il ne peut être lui même compris dans ce qui est... en lui, toutes les contradictions se rejoignent dans l'harmonie parfaite ». (M. Heinrichs). Nous précisons « et sort » car comme l'a remarqué l'Auteur de notre Préface, le Vide peut être Yin et Yang et créateur également, car sans cela la définition est insuffisante et erronée.

Afin de mieux faire comprendre à un occidental cette approche de l'Absolu originel, rappelons que certains théologiens chrétiens définissent Dieu par des négations, plus exactes que des affirmations à son sujet. Ils sont amenés comme les Bouddhistes à dire de Dieu qu'il est un Néant, un Vide, c'est-à-dire un Vide de formes étroites, limitées. Lorsqu'en Occident, nous disons que Dieu est infini, cela signifie qu'il est hors du système qui définit et limite, transcendant le temps, l'espace et tous les autres aspects.

Il nous reste les fruits qui sont de moralité et de droiture nés d'un cœur débordant de charité. Dans le Mahā Vairocana Sutra, il est écrit : « La Bodhi et la Connaissance omnisciente doivent être recherchées par chaque être dans son propre cœur... le Cœur, la sphère de l'espace et la Bodhi, ces trois choses ne sont qu'une seule. Elles ont la Compassion pour racine et la Paramitā de Moyen pour accomplissement... La Grande Compassion est la racine et les Moyens salvifiques sont l'aboutissement... On appelle « Mandala » le lieu mental de « Mahāsattva » (Libération), quand le pratiquant connaît le Chemin du Cœur, les couleurs deviennent resplendissantes et le pratiquant voit le Bouddha parfait... Connaissant l'infinité du Cœur, tu connaîtras l'infinité du Corps ».

Pendant ces quelques instants l'être du Maître a été bouleversé à un tel point que nous pouvons dire qu'il a reçu « l'Abhiseka » (onction) du cœur. Cette réalisation qui lui faisait dire bien des années après : « Pendant la nuit la Divinité lave ce cœur et le matin il est à nouveau tout neuf et on recommence à l'offrir à ses frères de vie » (O Sensei Uyeshiba de A. Nocquet) ; lui a aussi permis d'appliquer les principes spirituels auxquels il adhérait à un art martial : « enveloppez votre adversaire dans votre cœur ».

* (Instase : mot créé par M. Eliade, désigne un état intériorisé où la pensée se centre sur elle-même pour devenir conscience lumineuse.)

VERS LE SILENCE

Au terme de cet ouvrage qu'avons-nous recherché ? En vérité, une transmutation. Voir éclore le papillon après la maturation de la chenille :

« L'esprit de l'épanouissement sur toi s'est rué.
Peux-tu rester bourgeon encore ? »

TAGORE

Paradoxalement, cette recherche de la vie est un affrontement de la mort. Elle impose une mort aux apparences, à un certain monde des choses, des êtres et de soi-même fondé sur le tien et le mien.

Aussi, comme nous le savons, l'épée symbolise-t-elle cette queste. Elle est l'arme tranchante qui fend l'égo, libère des liens que sont les objets, les sens et les pensées. Elle est le fil créateur du non-attachement et du renoncement. Ces mots peuvent demeurer des concepts vides de réalité si l'on ne précise pas que cela concerne l'apprentissage de la mort dans l'instant. Mourir dans chaque geste, dans chaque frémissement, pour rendre à cet instant sa dimension d'éternité. Sacraliser le présent, afin que chaque inspir-expir reflète l'harmonie de l'univers et participe à sa création et à sa dissolution. Un moment de perfection a surgi, tout est accompli dans la gratuité et la sérénité :

« Là où le cercle des multiples joies danse autour du Créateur,
là sont les jeux de l'éternelle félicité.
Quand nous les connaîtrons, alors le cycle de toutes nos acceptations et de tous nos renoncements sera achevé. »

KABIR

Pénétrer cette mystérieuse vision est éprouver le simultané état de repos et de changement. Dans le repos, l'on goûte la paix du cœur permanente qui accueille la vraie Réalité. En ce même temps, le changement se fait écrin du repos :

« Celui qui dans l'action voit l'inaction et qui dans le non-agir voit le prolongement de l'action est le sage véritable. »

(BHAGAVAD GÎTA)

La fluidité du geste unie à la paix de l'esprit exprime la symbiose universelle, car cette fluidité traduit la relaxation mentale, la non-fixation qui autorise le Non-agir puisque sans intention, ni but. Et parce que la vraie nature du mental est la pureté, l'immensité cosmique devient le lieu de la pratique. Les traits de lumière continus ou discontinus que dessinent les mains dans l'espace sont les preuves immatérielles de la Présence qui se cache dans l'Absence. D'« épais », le geste est devenu « subtil ». Il a traversé les éléments. Il a vaincu les formes pour devenir impalpable, après l'immolation du grossier, du technique, de la rigueur, du symbole et du signe.

Depuis le commencement, le lieu de cette mort est notre corps et notre esprit.

Dans un premier temps, le but de notre discipline est le développement de nos énergies afin qu'elles jaillissent sans partage, sans discontinuité, flot impétueux de notre centre retrouvé. Ce long cheminement offre la puissance et l'apparente maîtrise. Ce centre recèle le secret de la force créatrice, torrent de l'être né à lui-même et encore balbutiant.

Cette recherche ne doit pas nous faire oublier que l'Aïkido est un instrument que nous pouvons utiliser sur plusieurs plans et qu'il peut se vivre suivant une gamme infinie liée aux diverses personnalités.

Au terme de cet ouvrage, rappelons tous les moyens qui peuvent être successivement ou simultanément employés.

Tout d'abord, nous avons usé d'une voie technique. Pratiquée comme une fin en soi, elle débouche sur un contrôle du corps physique et une vitalité. Cette pratique, ne l'oublions pas, est un obstacle à des buts plus élevés. Ceux qui empruntent ce chemin ne pratiqueront qu'un Budo corporel (kaku no budo) et comme le disait le Maître Uyeshiba, jamais son Budo spirituel (kon no budo).

Nous avons également recherché un contrôle de l'esprit par un travail de concentration sur le Centrum. Davantage, nous avons essayé d'harmoniser notre corps avec l'univers en recherchant les

alternances du Yin et du Yang, qui permettent la maîtrise de nos propres énergies et d'accueillir, guider et orienter celles de nos partenaires.

Puis nous avons approfondi la dimension cosmique par l'utilisation des symboles des gestes des mains et du corps entier.

Mais comme nous ne vivons pas seulement de nos actions mais de leur sens, nous avons aspiré à l'action juste qui conduit à l'émancipation dans le renoncement au fruit de nos actions.

Par ces multiples exercices, nous avons essayé de parvenir à un état de Quiétude afin de dépasser une conscience microcosmique et nous unir à la conscience macrocosmique.

Durant cette ascèse, pour avancer d'un pas, il s'agit de mourir sans cesse aux fruits de l'avoir, mourir à la puissance, au pouvoir et à sa création. Que ce nouveau corps et ce nouvel esprit ne soient plus, tel est le renoncement à la terre, à la Beauté de la Forme, à la jeunesse, porteuse d'espérance et au devenir.

Il nous faut franchir les Portes, traverser nos déserts, espaces-temps où nous sommes livrés à la tentation de Puissance, de Possession et de Jouissance... abolir ces instants de rencontre du oui et du non où nous tremblons du désir de laisser des traces...

Alors, peut-être au bout de nombreuses années, aurons-nous accès à la Sagesse de la Terre... Sagesse de l'Egalité puisqu'à tous elle donne et reprend.

Nous entrerons à cet instant, dans la Sagesse de l'Eau... Sagesse semblable au Miroir, puisque nous contemplons le Ciel et nous-même en elle.

Nous obtiendrons, s'il se peut, la Sagesse du Feu... Sagesse du Discernement qui brûle toute ignorance et toute erreur...

Afin de pénétrer dans la paix de la Sagesse de l'Air... Sagesse du tout accomplissement, au seuil du non-vu, non compris, de la Sagesse de l'Ether somme de toutes ces Sagesses.

Tout au long de ces épreuves, le SILENCE a pris lentement la place, ne serait-ce que parce que c'est dans le Silence que nous veillons nos morts, que c'est par le Silence que meurent nos démons et que c'est dans un immense Silence que renaît la Vie. La mesure-étalon de cette démarche, l'étoile polaire de cette route reste l'HUMILITE qui incarne humainement le concept métaphysique de la Vacuité.

Alors, simplement nous dirons que comme un exorcisme, nos « Mouvements-Univers » jouent le jeu de l'illusion à la surface de l'océan de l'Esprit. Les lignes de nos gestes s'enfuient puisque :

« Le Vide n'a pas de forme, pas de perception, pas de sentiment, pas de tendances, pas d'yeux, pas d'oreilles, pas de nez, pas de langue, pas de corps, pas d'esprit, pas de forme, pas de son, pas d'odeur, pas de goût, pas de toucher, pas de qualité... »
Car :
« Il n'y a pas d'ignorance, il n'y a pas de victoire remportée sur l'Ignorance... Dans le même sens, il n'y a pas de douleur, il n'y a pas de mal, il n'y a rien à retirer, il n'y a pas de sentier, il n'y a pas de sagesse, rien à atteindre ou ne pas atteindre... »

AVALOKITESVARA PRAJNÂPÂRAMITÂ

APPENDICE

A L'ORIGINE de l'AIKIDO : LES ECOLES

Les méthodes et stratégies propres aux différentes disciplines martiales japonaises, se confondent avec la naissance du Grand Yamato et sa légende.

Malgré la complexité de l'histoire de ce pays, il est possible de reconstituer les origines de certaines Ecoles grâce aux documents tels le Nihon-Shoki (VII^e siècle), le Kojiki (VII^e siècle), le Honchô Bugei Shodan (VIII^e siècle), le Nihon Chûko Bujutsu Keifu Ryaku (fin du XVII^e siècle), le Shinsen Bujutsu Ryûkô Roku (1843), et les synthèses qui en furent publiées.

Les procédés connus initialement sous les vocables de :

- Kumi-shiku et Yawara : manières pour terrasser et immobiliser par l'adresse,
- Wajutsu : techniques pour ligoter,
- Jun no jutsu, Torite, Shubaku et Hakuda : technique pour arrêter et maîtriser,
- Taï-jutsu : technique de combat au corps à corps,
- Kempo : art de la lutte à mains nues,
- Kempo (homonyme) : stratégie en escrime,

furent à l'époque de Hojô (1210-1336) plus communément désignés sous le terme général de Jû-jutsu.

- Jû signifie adaptation, céder, adresse, souplesse, et
- Jutsu : méthode, procédé, moyen, art.

Toutefois le terme de jitsu : moyen, pratique, naturel, réel, entre dans celui de Jûjitsu, compris comme art de la lutte englobant des procédés spéciaux.

Cette liste ne couvre pas toutes les méthodes de combat. Il existe également les disciplines de maniement d'armes : l'art de la lance, de l'escrime, du tir à l'arc, du bâton, de l'équitation, de la natation, de l'éventail de guerre, et autres procédés mineurs, sans oublier les enseignements occultes.

KOGUSOKU : UNE PROTECTION ET UNE IDEE

Ecrite en 1714 par Hinatsu Shigetaka, « la brève histoire des arts martiaux japonais » comprend dix volumes traitant chacun d'un art : Kogusoku, Jûjutsu, Epée et sabre, Lance, Tir à l'arc, Equitation, Armes à feu, Tactique, Manœuvre et Etiquette.

Dans son « Histoire des guerriers japonais », Kendo Yokoyama signale que Kogusoku est une cotte de mailles placée sous l'armure, mais signifie également l'état mental de celui qui s'apprête à la revêtir. Ainsi en temps de guerre, chaque combattant se trouvait être en Kogusoku. Ce terme peut encore être pris dans le sens de l'épée courte car dans le « Meitokoku », il est mentionné : « Attaquez les soldats avec Chokosoku », ce qui atteste que l'épée longue s'appelait Chokusoku (cho signifiant long). Aussi logiquement pouvons-nous en déduire que l'épée courte pouvait s'appeler Kogusoku (ko : court), ce qui se trouve parfaitement justifié dans les archives de l'Ecole Takeuchi.

A l'époque de Muromachi (XVI^{e} siècle), les assauts entre guerriers revêtus d'armures, évoluèrent pour devenir beaucoup plus mobiles, du fait de l'apparition des longues lances et des mousquets. Si le sabre long demeurait supérieur dans le cas des charges de cavaliers, la plupart des combattants à pied, revêtus d'armures légères, préfèraient l'arme courte, de maniement aisé et rapide. C'est vraisemblablement pour ces raisons qu'évolua le Kogusoku, puisqu'issu des techniques et esprit traditionnels, propres aux pratiques de l'épée courte, de la lance, de la dague et de l'art de maîtriser.

Si à l'origine Kogusoku était le nom d'un vêtement porté sous l'armure, il est devenu avec le temps un état mental qui protège autant, bien que d'une autre manière.

TAKEUCHI - RYU

La Takeuchi-ryû connue également sous le nom de Takenouchi-ryû est semble-t-il, la première Ecole (ryû) de l'histoire du jûjitsu. A ce propos, il convient de préciser que Ryû signifie méthode, manière du clan, style...

Cette méthode fut élaborée par Takeuchi (Nakatsuka Sadayû), fils d'un daïmyo (seigneur) de la province de Mimasaka. En 1532, selon la légende, lors d'une retraite au Temple de Sannomiya, consacré à la divinité Atago, il observait un jeûne rigoureux en s'adonnant au maniement du sabre, lorsqu'à la septième nuit, complètement épuisé, il s'endormit. Un étrange Yamabushi lui apparut alors. Le moine errant lui enseigna des techniques de Hobaku (art d'arrêter et de maîtriser), lui démontra la supériorité du sabre court et lui recommanda d'en adopter l'usage. Après lui avoir expliqué d'autres secrets, il lui demanda de prendre le nom de Toichiro Takeuchi.

A l'âge de 51 ans, il confia la succession à son fils Isamori qui quelques années plus tard, put démontrer devant l'Empereur Gomizo, l'art de maîtriser avec des cordelettes. Fort impressionné, le souverain reconnu son remarquable talent en lui accordant le « Cordon de pourpre ». L'Ecole prit alors le nom de « Hi-no-Shita-Kaisan Ryû », c'est-à-dire « L'Ecole du Champion de l'Empire ».

Par la suite son petit-fils, prénommé également Isamori, fut le seul compagnon du fameux Musashi Miyamoto.

Cette Ecole enseigne 630 techniques fondamentales auxquelles viennent s'ajouter 150 corollaires conçus par le disciple Tokizawa. L'art de « maîtriser » fut ultérieurement connu sous le nom de Kogusoku, et est actuellement enseigné par le Pr Takeuchi Tojuro représentant de la douzième génération, qui réside à Okayama et possède un Dōjō au village de Haga, lieu de naissance de son grand ancêtre.

Débutant par des exercices respiratoires, d'accroupissements, de balancements, de rotations et de déplacements rapides, les leçons sont données sur parquet et l'hiver dans la neige.

De la Takeuchi-ryu sont nées vers 1950, les branches Takeuchi Santo-ryu, Rikishin-ryu et Sosuishitsu-ryu créée par Nijo Hannosuke, dont le descendant Sato Sho-Ichiro sensei enseigne au Kodokan.

DAITO RYU AIKI-JUJITSU

La très réputée Daito Ryu, connue sous l'appellation de « Trésor national secret », en raison de sa valeur, possède une fort longue histoire.

Elle aurait été fondée par le Prince Teijun, sixième fils de l'Empereur Seiwa (850-880). Grâce à son fils Tsunemoto Sadazumi (874-916), les techniques introduites dans le clan Minamoto, se transmirent de générations en générations dans la plus puissante des familles féodales, fondatrice du shogunat de Kamakura (1183-1331).

L'art parvint jusqu'à Shinsa Saburo Yoshimitsu, cadet de Yoshiie Minamoto. Cet homme fort doué, améliora l'efficacité en observant l'habilité des pièges de l'araignée, et en étudiant l'anatomie à partir de guerriers morts au combat afin de déceler les points faibles du corps humain.

Son second fils Yoshikiyo, vint s'installer à Takeda, dont il adopta le nom et le rendit célèbre. En 1574, Takeda Kunitsugu partit pour Aizu où il enseigna la méthode qui fut alors connue sous le nom d'Aizutodome.

Au début de l'ère Meiji (1868), Sokaku Takeda (né en 1830), commença à enseigner la discipline en dehors du clan en voyageant à travers tout le Japon. Il finit par s'installer en Hokkaido et fonda le Daitokan Dōjō à Abashiri.

On raconte à son propos qu'en 1867 lors de la rebellion contre le shogunat de Tokugawa, le seigneur d'Aizu envoya ses troupes pour secourir l'Empereur, mais les positions défendues par les guerriers d'Aizu furent balayées par le nombre des opposants, équipés de mousquets et de canons. Parmi les valeureux combattants, se trouvaient de jeunes garçons appartenant au « Byakko Taï » ou « Troupe du Tigre blanc ». Voyant la défaite, le commandant de la place ordonna à ces jeunes gens de s'échapper. Après un refus, ils optempérèrent. Mais au lieu de rejoindre les troupes amies, ces jeunes (13 à 16 ans), se regroupèrent sur une colline, et après la défaite se transpercèrent mutuellement, ou se firent « seppuku », pour sauver leur honneur.

En souvenir de cet événement, Takeda se ceignait la taille d'une étoffe maintenant un papier spécial, ayant pour but de se préserver, et portait constamment une dague fixée sur sa poitrine. Il semble que le « Tessen », (éventail de guerre à lamelles métalliques), fut son arme favorite. Mais il excellait encore dans le maniement de la canne de fer.

Lorsqu'il se rendait dans un lieu ou une maison, il prenait soin de regarder dans le jardin, les pièces, les placards et choisissait la place qu'il désirait occuper. Il ne mangeait ni ne buvait ce qui lui était offert, et se confondant en excuses, disait avoir apporté ce qui lui était nécessaire. La préparation de ses repas revenait au meilleur disciple.

C'est auprès de ce féodal que Morihei Uyeshiba étudia la méthode, dont il fut diplômé en mai 1916 à l'âge de 33 ans.

KITO RYU JUJITSU

La Kito-ryu jujitsu présente des origines complexes. Miura Yojiemon Yoshitatsu, Fukuno Hichiroemon Masakatsu et Isogai Jirozaemon, tous trois ronin (samouraï sans suzerain), étudièrent le kempo auprès du chinois Chen Gen Pin, connu également sous le nom de Chen Tsu-U, venu au Japon en 1621. Chacun fonda son Ecole. De la Fukuno-ryu nacquit la « Tenshin-ryu Wa-jitsu, créée par Terada Kan Emon Mitsuhide qui utilisa le premier le terme de « Judo » ! La Kito-ryu serait issue de ce courant par l'intermédiaire de Terada Kan Emon Masashige, 3e descendant de Fukuno. La personnalité de Fukuno aurait beaucoup influencée l'Ecole. Ce samouraï sans ressource fut admis auprès du bronze Takuan, personnage très influent dans le milieu guerrier de l'époque, et auteur des livres « Hontai » et « Seiko ».

Fukuno s'inspira des principes philosophiques et les mit en application. « Hontai » se traduit par la maîtrise du corps par l'esprit, pouvoir forger le mental tout en contrôlant le physique, sans en tenir réellement compte. L'acquisition de cet état permet de percevoir la force et la faiblesse de l'adversaire. Parvenu à ce degré, le pratiquant doit pouvoir vaincre tous ses ennemis et triompher de toutes les situations dangereuses. Plus tard, Fuji Yoshimura, qui accrut la renommée et la popularité de l'Ecole précisa les aspects négatifs et positifs contenus dans le terme « Kito ». Son travail a mis l'accent sur la primauté de la souplesse par rapport à la force. La victoire devait découler de l'utilisation de la puissance adverse sans dépense d'énergie. L'adversaire était perçu comme un « mobile ». Cette notion était déjà développée par Takuan qui écrivait : « Le mental atteint alors le plus haut degré d'alacrité et peut diriger l'attention partout où il le faut ».

Trois ouvrages « Terre », « Ciel » et « Homme » exprimèrent sa

compréhension personnelle des écrits de ses aînés. Ses travaux marquèrent la tradition de la Kito-ryu. Hota surpassa son maître et sa réputation s'étendit dans tout l'Ouest du pays. Il mourut en 1724 et fut enterré au Temple Saiho de Rakuto (Kyoto). Deux disciples lui succédèrent, Takino et Terada. Takino Sadataka naquit en 1695 à Kyoto. Lorsque ses connaissances en jujitsu furent jugées suffisantes il entra à la Kito-ryu. Durant une vingtaine d'années il travailla avec assiduité puis créa son propre Dōjō, à Edo (Tokyo). Il eût trois mille élèves. Son avant-dernier successeur Tsunetoshi Iikubu, enseigna vers la fin de la période Edo.

C'est au sein des Ecoles Kito et Chokushin que le terme « Judo » fut encore employé pendant l'époque des Tokugawa (1615-1867). Puis, grâce à l'interprétation et à l'effort de diffusion de Kano Jigoro Shi-Han qui reçut l'enseignement du Maître Fukuda, la renommée du Judo devint mondiale (1884).

L'adaptation de « Midare keiku » (randori et kata) et la prépondérance de « Nage waza » (déséquilibre) sur celle des « atémi waza » (percussions) distingua des autres cette prestigieuse Ecole. La méthode possèdait environ une centaine de techniques dont beaucoup ressemblaient à celles de la Tenjin Shinyo ryu.

YOSHIN RYU

Cette Ecole porte le nom de son fondateur Yoshin Miura, médecin à Nagasaki. Ce praticien considérait le Jujitsu comme une gymnastique et un procédé de coordination du corps et de l'esprit. Il définit avec deux de ses élèves 51 techniques « d'arrêt ». Une autre thèse prétend que Shirobai Akiyama, également médecin dans la même ville aurait été en 1690 le véritable fondateur. Il serait parti dans l'Empire du Milieu, étudier auprès d'un chinois appelé Bukan, des techniques de Kempo et de Kwappo (art de réanimation). Malheureusement les efforts qu'il entreprit pour populariser sa méthode ne connurent aucun succès, les techniques étant trop peu nombreuses et ses 28 procédés de réanimation peu attractifs. Réalisant les points faibles de son enseignement Akiyama se retira au Temple Daizafu Tenjin dans l'île de Kyushu pour y méditer. C'est alors qu'il remarqua la souplesse des branches de saules sous la neige et dans le vent. Il imagina 303 techniques et fonda la Yoshin-ryu, de « Yo » le saule, l'osier, et de « Shin », l'esprit, le cœur.

TENSHIN-SHINYO RYU

Le fondateur de l'Ecole, Iso Mataemon Masatari fut élève du renommé Hito tsuyanagi, maître de la Yoshin ryu. A la mort de son professeur il poursuivit ses études de Jujitsu auprès de M. Honma qui lui confia les secrets de la Shin-no-Shindo ryu. Après avoir voyagé dans le but d'améliorer sa méthode, il s'établit à Kusatsu dans la province de Koshu, et durant plusieurs années enseigna son jujitsu aux habitants. A la suite d'un combat qu'il mena avec ses meilleurs élèves pour chasser une bande de brigands, il remarqua l'extrême importance que revêt l'atémi dans un combat inégal. Ces réflexions l'amenèrent à concevoir une méthode, amalgame de différents procédés. Après avoir mis au point 124 techniques, et s'être rendu au service du Shogun Tokugawa à Tokyo, il ouvrit un Dōjō à Kanda et y forma plus de cinq mille élèves.

SHIN-NO-SHINDO

Cette Ecole fut fondée par Yamamoto Minzaemon Hidehaya qui avait fréquenté la Yoshin ryu. Policier à Osaka, il eut l'idée d'adapter différents procédés et établit de la sorte 63 nouvelles techniques. L'enseignement est aujourd'hui perpétué par M^me^ Tobari Kazu.

TENSHIN SHODEN SHINTO RYU

Créée par Choisai Iizasa (1387-1488) samouraï du Clan Ashikaga Yoshimasa de Kyoto, cet institut d'escrime et de jujitsu est également connu sous le nom de Katori Shinto ryu. Elève de Kabuseto Guobu Shoyu, Choisai partit à Katori, véritable capitale des grands escrimeurs de l'époque, et s'adonna au perfectionnement de son art. Son style lui procura la renommée. La tradition de l'Ecole se trouve actuellement entre les mains du P^r^ Otake.

SHINDO - MUSO RYU

Le fondateur de ce ryu, Muso Gonnosuke, fréquenta les Ecoles Katori et Kashima. Fort habile dans l'art du Bō, il provoquait les experts des autres obédiences, jusqu'au jour, où le redoutable Miyamoto Mushashi le vainquit. Il ne dût la vie qu'à la clémence de ce dernier. Après une retraite à Kyushu, il s'adonna au maniement du bâton court (Jo) et mit au point une douzaine de mouvements. Sa recherche lui permit de vaincre à son tour Mushashi et en juste retour des choses, de l'épargner.

Nous citerons encore parmi les nombreuses tendances :

— Araki ryu : sabre et naginata.
— Chikkishin-Kage ryu : naginata enseigné actuellement par Mme Shimada Teruko.
— Hozo In ryu : yari (lance) et bâton.
— Itto ryu : sabre.
— Maniwa Nen : lance et bâton.
— Muso ryu : escrime, art du Iaï et bâton.
— Niten Ichi ryu issue de Enmei ryu créé par Mushashi (Ecole des deux sabres).
— Tendo ryu : bâton et lance.
— Toda Ha Buko Naginata Jutsu ryu : naginata et bâton.

BIBLIOGRAPHIE

ET

OUVRAGES CONSULTES

Astronomie. Astrophysique. Biologie. Cosmologie. Energétique. Physique nucléaire. Physiologies diverses. Rythmologie.

Adam M., *La vie et les ondes ;* l'œuvre de Georges Lakhosky (F. Chiron, Paris, 1936).

Charon J.-E., *Du temps, de l'espace et des hommes* (Le Seuil, Paris 1962). *Relativité générale* Ed. de la Grange Batelière, Paris, 1963). L'*Etre et le Verbe* (Planète 1965).

Costa de Beauregard O., *Le second principe de la science et du temps.* (Ed. du Seuil, Paris, 1963).

Danchin A., *Ordre et Dynamique du Vivant* (Ed. du Seuil, Paris, 1978).

Delattre, *Système, structure, fonction, évolution. Essai d'analyse épistémologique. Recherches interdisciplinaires* (Maloine, Paris, 1971).

Deleuze G., *Différence et Répétition* (P.U.F. Paris, 1968).

D'Espagnat B., *A la recherche du Réel. Le Regard d'un physicien* (Gauthier-Villard, Paris, 1979).

Dobzhanski T., *L'Hérédité et la Nature humaine* (Flammarion, Paris, 1963).

Hoyle F., Wickramasinghe N.C., *Le nuage de la vie. Les origines de la vie dans l'univers* (Albin Michel, Paris, 1980).

Jastrow R., *Des hommes, de la vie, des astres* (Ed. du Seuil, Paris, 1972).

Kervan C.-L., *A la découverte des transmutations biologiques* (Le Courrier du Livre, Paris, 1966).

Lamouche A., *Rythmologie Universelle et Métaphysique de l'Harmonie* (Dunod, Paris, 1966).

Lakhovsky G., *La Nature et ses merveilles* (Hachette, Paris, 1925).
Lefébure F., *Les Homologies. Architecture Cosmique, ou la Lumière secrète de l'Asie devant la Science moderne* (Aryana, Paris).
Levasseur-Regourd A.C., *L'atmosphère et ses phénomènes* (De Vecchi, 1981).
Lupasco S., *Les trois matières.* (Ed. Julliard, Paris, 1962).
Martin C.-N., *L'Atome, maître du monde* (Les Productions de Paris, 1959). *Le cosmos et la vie. L'infini des mondes et vies* (Encyclopédie Planète. Revue Planète, Ed. Retz, Paris 1965).
Needham J., *La Science chinoise et l'Occident. Le Grand titrage). (Ed. du Seuil, Paris, 1973). La tradition scientifique chinoise.* (Col. Savoir, Hermann, Paris, 1974).
Oster G., *La Spirale.* (La Recherche n° 44 avril 1974 p. 317).
Pinel E., *La relativité en biologie* (Maloine, Paris, 1975). *L'électromagnétisme et l'énergie dans la cellule vivante* (Recueil des communications au 1er Congrès mondial des Médecins de l'énergie, Paris, 1977). *Vie et Mort. Conséquences de la Relativité en Biologie* (Maloine Paris, 1978).
Prat H., *La métamorphose explosive de l'humanité* (Encyclopédie Planète Ed. S.E.D.E.S. Paris, 1960).
Reinberg A., *Des rythmes biologiques à la chronobiologie* (Bordas, Paris, 1980). *Rythmes et reproduction* (Masson, Paris, 1980).
Rossier A., *Traité de Rythmologie. La prévision scientifique de la destinée* (Ed. Ere Nouvelle, Lausanne).
Ronay J. (de), *Les Origines de la vie, de l'atome à la cellule* (Le Seuil, Paris, 1966).
Schrödinger E., *Qu'est-ce que la vie ?* (Ed. de la Paix, Paris, 1951).
Targ R. et Puthoff H., *Aux confins de l'esprit* Albin Michel, Paris, 1978).
Tocquet R., *Cycles et Rythmes* (Encyclopédie Planète, Dunod, Paris, 1969).
Vernet M., *La Vie dans l'Energie Universelle* (Les Productions de Paris, 1966).
Wiener N., *Cybernetics* (Hermann, Paris, 1948).
Zukav G., *La danse des Eléments. Un survol de la nouvelle physique* (R. Laffont. Paris, 1982).

Acupuncture. Anatomie. Anthropologie. Cinésiologie. Ethologie. Gymnastique . Psycho-physiologie. Psycho-sociologie. Psycho-

somatique. Psychologie sportive. Psychotronique. Sciences humaines diverses. Sociologie. Structure comportementale. Traumatologie.

Académie de Médecine traditionnelle Chinoise. *Précis d'Acupuncture Chinoise* (République Populaire de Chine, 1977).

Alexander F., *La médecine psychosomatique, ses principes et ses applications* (Payot, Paris, 1962).

Ardrey R., *Les Enfants de Caïn* (Stock, Paris, 1961). *Le Territoire.* (Stock, Paris, 1971). *La Loi naturelle* (Stock, Paris, 1971).

Bachelard G., *La poétique de l'espace*(P.U.F. Paris, 1957). *L'air et les songes* (Corti, Paris).

Balandier G., *Sens et puissance* (P.U.F. Paris, 1981).

Barnier M., *L'analyse des mouvements* (P.U.F. Paris).

Bastide R., *Le Sacré sauvage* (Payot, Paris, 1976).

Baudoin H., *Suggestion et autosuggestion* Delachaux et Niestlé, Neuchâtel, Paris, 1939).

Bellugue P., *Introduction à l'étude de la forme humaine. Anatomie plastique et mécanique* (Maloine, Paris).

Bennett J.-G., *Subud ou le contact avec la Grande Force de Vie* (La Colombe, Paris, 1958).

Berne E., *Des jeux et des hommes. Psychologie des relations humaines* (Stock, Paris, 1975).

Bergès J., *Les gestes et la personnalité* (Le Seuil, Paris, 1975).

Bernheim., *De la suggestion* (Retz., C.E.P.L. Paris, 1975).

Bloom A., *L'Ecole de la prière* (Le Seuil, Paris, 1972).

Bonvallet M., *Système nerveux et vigilance* (P.U.F. Paris, 1966).

Bossu H. et Chalaguier C., *L'Expression corporelle* (Ed. du Centurion, Paris, 1974).

Bouet M., *A propos de la combativité* (*in* volume de comptes rendus du Colloque international de Vichy. Secrétariat d'Etat Jeunesse et Sport, Paris, 1965, p. 175-182).

Boule M. et Vallois H.-V., *Les Hommes fossiles. Eléments de paléontologie humaine* (Masson, Paris, 1952).

Bour H. et Aumont M., *Le troisième âge, prospective de la vie.* (P.U.F. Paris, 1969).

Bourdel L., *Groupes sanguins et tempéraments* (Maloine, Paris, 1960). *Les tempéraments psychobiologiques* (Maloine, Paris, 1961).

Bugard P. Henry M. et Joubert L., *Maladies de civilisation et dirigisme biologique* (Masson, Paris, 1962).

Bouteiller M., *Chamanisme et guérison magique* (P.U.F. Paris, 1950).
Bouthoul G., *Le Phénomène-Guerre* (Payot, Paris, 1962).
Bovet P., *L'instinct combatif.* (Flammarion, Paris, 1928).
Brachfeld, *Les sentiments d'infériorité* (Ed. du Mont-Blanc, Genève).
Brelet C., *Les médecines traditionnelles sacrées* (Retz, Paris, 1975). *Les étonnantes techniques chinoises* (Retz, Paris, 1977).
Brosse T., *Etudes instrumentales des techniques du yoga. Expérimentation-psychosomatique,* précédée de, *La Nature du Yoga dans sa tradition,* par le Pr J. Filliozat (Ecole Française d'Extrême-Orient, Paris, 1963. Vol. LII, XXVIII). *La science expérimentale du yoga et le problème de la civilisation contemporaine* (Extrait de *Approche de l'Inde. Les Cahiers du Sud,* Paris, 1949). *Psycho-physiologie du yoga et problèmes d'hygiène mentale, Yoga science de l'homme intégral* (*Les Cahiers du Sud,* Paris, 1953).
Buytendjik F.-J., *De la douleur* (P.U.F. Paris, 1951). *Attitudes et mouvements.* (Desclée de Brouwer, Paris, 19).
Chateau J., *Le Réel et l'Imaginaire dans le jeu de l'enfant* (Vrin, Paris, 1946).
Chauchard P., *Hypnose et Suggestion* (P.U.F. Que sais-je ? Paris, 1951). *Mécanismes cérébraux de la prise de conscience* (Masson, Paris). *Notre corps, ce mystère* (Beauchêne, Paris, 1962).
Cannon W.B., *La Sagesse du corps* (Ed. Nouvelle Revue Critique, Paris, 1946).
Cayeux A. *L'homme en surexpension* (Bul. Soc. Préhist. Française, 1951).
Chauvin R., *Le Comportement social des animaux* (P.U.F. Paris, 1961). *Les Sociétés animales, de l'abeille au gorille* (Plon, Paris, 1963). *Techniques de combat chez les animaux* (Hachette, Paris, 1965). *Le Comportement* (Masson, Paris, 1968). *L'Ethologie.* (P.U.F. Paris, 1975). *Les Surdoués* (Stock, Paris, 1975).
Chauvin R. et B., *Le Monde animal et ses comportements complexes* (Plon, Paris, 1977).
Chomsky N., *Essais sur la forme et le sens.* Le Seuil, Paris, 1980).
Corman, *Diagnostic du tempérament par la morphologie* (A. Legrand, Paris, 1947).
Corraze J., *Problèmes psychologiques des sports de combats.* (Assise de médecine sportive Tours. 1966). *Shéma corporel et image du corps* (Privat, Toulouse, 1973). *Les communications non-verbales.* (P.U.F. Paris, 1980).
Danchin A., *L'inné et l'acquis. Une théorie sélective de l'apprentissage.* (La Recherche, n° 42, Fév. 1974 p. 184).

Daniaud J., *Les points Weihe. Les points douloureux cutanés en rapport avec la symptomologie homéopathique et leur utilisation diagnostique ou thérapeutique* (G. Doin, Paris, 1957).
Das N.M. et Gastaut H., *Variations de l'activité électrique du cerveau du cœur et des muscles squelettiques au cours de la méditation et de l'extase yogique. Conditionnement et réactivité en électo-encéphalographie.* (Masson, Paris, 1957).
Delay J., *Les dérèglements de l'humeur* (P.U.F. Paris, 1956).
Delmas A., *Voies et Centres nerveux. Introduction à la neurologie* (Masson, Paris, 1975).
Desoille R., *Entretiens sur le rêve éveillé dirigé en psychothérapie.* (Payot, Paris, 1973).
Dubos R., *L'homme et son adaptation au milieu* (Payot, Paris, 1973).
Eysenck H.J., *Les Dimensions de la personnalité* (P.U.F. Paris, 1950).
Fast J., *Le langage du corps* (Stock, Paris, 1971).
Feldenkreiss M., *La conscience du corps* (Ed. R. Laffont, Paris, 1971).
Fessard A. Gastaut H. Léontev A.N. Montpellier G. (de) et Piéron H. *Le conditionnement et l'apprentissage* (P.U.F. Paris, 1958).
Filliozat J., *Magie et médecine* (P.U.F. Paris, 1943).
Filliozat J. et Huard P., *Médecine et Magie. Médecine du corps et médecin de l'âme en Asie* (La Nef, juil-sept. 1965, n° 23).
Fontanet J., *Le Social et le Vivant.* (Plon, Paris, 1977).
Frétigny R. et Virel A., *L'Imagerie mentale* (Ed. du Mont-Blanc, Genève, 1968).
Godel R., *Vie et rénovation* (Gallimard, Paris, 1957).
Goffman E., *Les rites d'interaction* (Ed. de Minuit, Paris, 1974).
Gondal I.L., *Parlons ainsi de la Voix et du Geste* (Anc. Librairie Poussielgue, Paris, 1912).
Gouguenheim A. et Lermoyez M., *Physiologie de la voix et du chant.* (A. Delahaye et E. Lecrosnier, Paris, 1885).
Grapin P., *L'anthropologie criminelle* (P.U.F. Paris, 1973).
Graven J., *La pensée non humaine* (Encyclopédie Planète, Ed. Retz, Paris, 1963).
Guillaume P., *La psychologie de la forme* (Flammarion, Paris, 1958).
Guirdham A., *La communication silencieuse.* Trad. C. Brelet (Payot, Paris, 1972). *Les facteurs cosmiques de la maladie* (Fayard, Paris, 1974).
Hacker F., *Agression-Violence dans le monde moderne.* (Calmann-Levy, Paris, 1972).
Hecaen H., *Introduction à la neuro-psychologie, langue, geste et*

perception (Larousse, Paris, 1972).
Hecaen H. et Jeannerod M., *Du contrôle moteur à l'organisation du geste* (Masson, Paris, 1978).
Hall E.T., *Le Langage silencieux* (Mame, Paris, 1973).
Hinde R.A. et Huxley J., *La ritualisation et la communication sociale chez les singes Rhésus. Le comportement rituel chez l'homme et l'animal* (Gallimard, Paris, 1971).
Jacob H., *Sagesse orientale et psychothérapie occidentale* (Payot, Paris, 1964).
Jeanneau A., *La cyclothymie. Etude psychanalytique* (Payot, Paris, 1980).
Janet P., *L'évolution psychologique de la personnalité* (Chabrinne, Paris, 1929).
Jousse M., *L'Anthropologie du geste.* (Gallimard, Paris, 1974).
Jouvet M., *L'unité de l'homme, Invariants biologiques et universaux culturels.* (Ed. du Seuil, Paris, 1974).
Jung C.G., *L'Homme à la découverte de son âme.* Préface et adaptation du Dr R. Cahen (Ed. du Mont-Blanc, Genève, 1943). *Types psychologiques.* Préface et traduction d'Yves Le Lay (Librairie de l'Université, Genève, 1950). *Métamorphoses de l'âme et ses symboles.* Préface et traduction de Y. Le Lay (Librairie de l'Université, Genève, 1953). *L'Energétique psychique.* Préface et traduction d'Y. Le Lay (Librairie de l'Université, Genève, 1956). *Psychologie et religion.* Traduction de M. Bernson et G. Cahen. (Buchet-Chastel, Paris, 1960). *Psychologie et éducation.* Traduction d'Y. Le Lay (Buchet-Chastel Paris, 1963). *Les Racines de la conscience, études sur l'archétype.* Trad. d'Y. Le Lay (Buchet-Chastel, Paris, 1971).
Jung C.G., et M.L. von Franz, J.L. Henderson, J. Jacobi, A. Jaffé. *L'Homme et ses Symboles* (R. Laffont, Paris, 1964).
Kirschner M., *Parole et Mouvement dans l'Eurythmie thérapeutique* (Revue Triade, Paris).
Köler W., *La Psychologie de la forme* (Gallimard, Paris, 1964).
Kohlrausch W., *Massage des zones réflexes dans la musculature et dans le tissu conjonctif* (Masson, Paris, 1965).
Koressios M.T. et Marchal M., *Essai de mesure des phénomènes électriques accompagnant la pensée émotive et l'influence* (Maloine, Paris, 1946).
Kourilsky, Soulairac et Grapin., *Adaptation et agressivité* (P.U.F. Paris, 1965).
Kretschner E., *La structure du corps et le caractère* (Paris, 1930).

Laborit H., *Réactions organiques à l'agression et au choc* (Masson, Paris 1955). *Les comportements* (Masson, Paris, 1973). *L'Inhibition de l'action. Biologie, physiologie, psychologie, sociologie* (Masson, Paris, 1979).

Lavier J.A., *les Bases traditionnelles de l'Acupuncture Chinoise* (Maloine, Paris, 1964). *Médecine chinoise Médecine totale.* (Grasset, Paris, 1973). *Bio-énergétique chinoise* (Maloine, Paris, 1976).

Leakey et Ardrey, *L'homme ce tueur* (Dialogue sur) *in* Psychologie Today et Revue Psychologie, Paris).

Le Kim Giang, *Contribution à l'étude de la traumatologie dentaire dans la pratique des sports de combat. Traitement d'urgence. Prévention* (Thèse de doctorat en chirurgie dentaire, Paris V. 1977).

Le Ny J.F., *Le conditionnement* (P.U.F. Paris, 1961).

Leroi-Gourhan A., *Evolution et technique* (Albin Michel, Paris, 1943). *Le Geste et la Parole* (Albin Michel, Paris, 1964).

Lorenz K., *L'Agression. Une histoire naturelle du mal* (Nouvelle Bibliothèque scientifique. Flammarion, Paris, 1969). *Essais sur le comportement animal et humain* (Le Seuil, Paris, 1970).

Luria A.R., *Les fonctions corticales supérieures de l'homme* (P.U.F. Paris, 1979).

Maccagno A.L., *La Kinésiologie respiratoire* (Masson, Paris, 1970).

Maigne R., *Douleurs vertébrales communes et articulations interapophysaires* (Médecine orthopédique, Médecine physique, Rééducation fonctionnelle. Panorama médical, n° Spécial, 1973).

Maigre A. et Destrooper J., *Education psychomotrice* (P.U.F. Paris, 1975).

Mamo H., *La douleur* (Les Cahiers Baillère, Paris, 1968).

Marrou H.I., *Histoire de l'Education dans l'Antiquité* (Le Seuil, Paris, 1950).

Merle P., *L'homme et la verticale* (La Colombe, Paris, 1960).

Merleau-Ponty M., *La structure du comportement* (P.U.F. Paris, 1942). *La phénomologie de la perception* (Gallimard, Paris, 1945).

Mesnard P., *Education et caractère* (P.U.F. Paris, 1963).

Meulders M. et Boisacq-Schepens N. *Abrégé de neuro-psycho-physiologie.* Tome II : *Comportement* (Masson, Paris, 1979).

Moreau P., *Les accidents du Judo et leur mécanisme* (Thèse de médecine, n° 804, Paris, 1957).

Morin E., *Le Paradigme perdu. La nature humaine* (Le Seuil, Paris, 1974).

Morin E., Piattelli-Palmarini M., *L'Unité de l'homme* (Ed. du Seuil, Paris, 1974).

Mussat M., *Les Mouvements d'énergie en Acupuncture. Le Yi-King* (Librairie Le François, Paris, 1974).
Niboyet J.E.N., *Traitements des algies par l'acupuncture et certains massages chinois* (J. Lafitte, Paris, 1959). *La pratique de la médecine manuelle* (A. Maissonneuve, Paris, 1968).
Osborn A., *L'Imagination créatrice* (Dunot, Paris, 1971).
Osty E., *Lucidité et Intuition* Alcan, Paris, 1913).
Petit C. et Prévost G., *Génétique et évolution* (Hermann, Paris, 1968).
Pichon J.C., *Luttes et Jeux* (Gedalge, Paris, 1959).
Piret S. et Béziers M., *La Coordination motrice. Aspect mécanique de l'organisation psychomomotrice de l'homme* Masson, Paris, 1971).
Pöl W., *La suggestion, sa nature, ses formes fondamentales* (Payot, Paris, 1956).
Puharich A., *Les états seconds. Biologie du paranormal* Tchou, Paris, 1970).
Quarti C. et Renaud J., *Neuro-psychologie de la douleur* (Hermann, Paris 1971).
Regimbeau C., *Réflexothérapie manuelle et électrique du rachis* (Maloine, Paris, 1980).
Regnault J., *Le Kuatsu et le Kiaï. Méthodes de réanimation japonaises.* (Le Monde médical, nov.-déc. 1952).
Richard G., *Le Comportements instinctifs* (P.U.F. Paris, 1975).
Rhine J.B., *La double puissance de l'esprit* (Payot, Paris, 1952). *Les voix secrètes de l'esprit* (Payard, Paris, 1970).
Sambucy A. (de), *Pour comprendre le Yoga et les lois brahmaniques. Synthèse Orient-Occident. Analyse du Kong-Fou. Le bon et le mauvais Yoga* (Dangles, Paris, 1973). *Etude et Emploi du Yoga Iranien et Egyptien. La Statuaire pharaonique. Les Cathédrales et la Messe. Les clefs du nez et du diaphragme. Postures commentées* (Dangles, Paris, 1973).
Sandoz Laboratoire, *L'Agressivité. Pulsion ou réponse à l'environnement* (Les Entretiens de Rueil. Cahiers Sandoz, n° 28, nov. 1974. Rueil-Malmaison).
Schaer P., *Contribution à l'étude des traumatismes dento-maxillo-faciaux dans la pratique des arts martiaux* (Thèse de doctorat en chirurgie dentaire. Aix-Marseille, 1979).
Sivadon P. et Gauteret, *La rééducation corporelle des fonctions mentales* (Ed. Sociales Françaises. 1969).
Solié P., *Médecines initiatiques, aux sources des psychothérapies* (Ed. Epi, Paris, 1976).
Tibayrac, *Les méthodes d'entraînement du Karaté français actuel :*

Traumatologie aiguë et chronique qui en résulte. (Thèse de doctorat en médecine. Paris VI, 1975).
Tocquet R., *Les pouvoirs secrets de l'homme* (Ed. Les Productions de Paris). *La guérison par l'esprit et autres prodiges* (Ed. Les Productions de Paris).
Thomas M., *La notion de l'instinct et ses bases scientifiques* (Vrin, Paris, 1936).
Thooris A.E.A., *La médecine morphologique* (G. Doin, Paris, 1937).
Thomatis A., *L'oreille et le langage* (Le Seuil, Paris, 1963).
UNESCO, *La Violence et ses causes* (Presses de l'UNESCO, 1981).
Vandervael F., *Analyse des mouvements du corps humain* (Maloine, Paris, 1966).
Van Gunsteren W., Richemont O. (de) et Van Wermeskerke L., *Rééducation musculaire à base de réflexes posturaux* (Paris, 1968).
Van Steen L., *Le Réflexe vertébral. Technique des Percussions et thérapeutique* (Maloine, Paris, 1979).

Aïki-Do. Eurythmie. Relaxation. Science du Respir. T'aï-k'i k'iuan.

Aboulker P. Chertock R. et Sapin M., *La relaxation, aspects théoriques et pratique* (L'expansion scientifique française, Paris, 1958).
Abe T. et Zin J., *L'Aïkido, l'arme et l'esprit du Samouraï japonais* (Ed. Chiron, Paris, 1958). *L'Aïkido, la Victoire par la Paix* (Ed. Chiron, Paris, 1960).
Bergese J. et Bounes M., *La relaxation thérapeutique chez l'enfant* (Masson, Paris, 1974).
Brieghel Muller G., *Eutonie et Relaxation* (Delachaux et Niestlé, Paris, 1973).
Bungé G. et C., *La Science du Respir, Valeur et Rôle de la Respiration pour la Culture de l'Individu dans toutes les Races et Civilisations* (Les Ed. Mazdéennes, Paris, 1937).
Cauhépé Y., *Qualité et personnalité* (Aïki-Do — Les Cahiers du Budo. Publ. du Budo-Club de la Varenne Saint Maur, 1969).
Constantin J., *Aïki-Do et Légitime Défense en Droit français.*

I. Etude Juridique de la Légitime Défense. L'Agression. La Défense. Effets de la Légitime Défense. 2. Application de l'Aïki-Do à la Légitime Défense. Position du Problème. Théorie de la Défense Morale. Technique de la Défense Morale (*in* Aïki-Do — Les Cahiers du Budo, 1965).

Da Liu, *T'ai Chi Ch'uan and I Ching* (Harper and Row, 1972).

Delza S., *Corps et âme en harmonie par les secrets de la Chine millénaire* (Denoëlle, Paris, 1962).

Despeux C., *T'aï-k'i K'iuan. Technique de longue vie, technique de combat.* (Mémoires de l'Institut des Hautes Etudes Chinoises. Collège de France, Paris, 1975).

Deshimaru T., *Za-Zen, la pratique du Zen* (Seghers, Paris).

Eliade M., *Techniques du Yoga.* (Gallimard, Paris, 1948). *Le chamanisme et les techniques archaïques de l'extase* (Payot, Paris, 1950).

Fong L.T., *Sil Lum Kung-Fu. The Chinese Art of Self-Defense* (Ohara Publ. Inco. Los Angeles, 1971).

Giordano E., *La respiration et son rôle dans la relaxation* (Maloine, Paris, 1966).

Greslé J., *A Tokyo chez Maître Uyeshiba* (*in* Aïki-Do — Les Cahiers du Budo, janv. 1966, et Sélection des articles de fonds de la revue Aïki-Do). *Percevoir* (*in* Aïki-Do — Les Cahiers du Budo, 1969).

Huard P. et Wong M., *Soins et Techniques du Corps en Chine, au Japon et en Inde* (Berg International Editeurs. 1971).

Kodokan, *Judo Kodokan Illustré* (Dai-Nippon Yubenkai Kodansha. Tokyo, 1955).

Lee Shing-Nan, *Aïkido graphic* (Taipei, Taiwan, 1973).

Lee Ying-arng, Yen Te-hwa. *Pa-Kua Chang for Self-Défense* (Pan American Books Co. Taipei).

Lum A.C.L., *Advanced Tai Chi Chuan* (Golden Unicorn, Honolulu, 1975).

Maisel E., *La gymnastique chinoise T'aï chi chuan. Tai chi healt.* (M.C.L. Paris, 1969).

Mifune K., *Canon of Judo* (Seibundo-shinkosha Publ. Co. Tokyo, 1956).

Mochizuki M., *Manuel complet de Aïki-Do.* Adaptation Marcelin et Lamotte (Ed. privée, Paris, 1956). Ma méthode d'Aïkido Jiu-Jitsu. (I.I. Yoseikan, Shizuoka-Shi).

Nocquet A., *La réalisation de l'Aïkido par Maître Uyeshiba* (*in* Aïki-Do — Les Cahiers du Budo, 1965. *Le Message du Maître Morihei Uyeshiba, Fondadeur de l'Aïkido* (Lettre, Paris, 1972). *O*

Sensei Morihei Uyeshiba. Présence et Message (A. Nocquet, Paris, 1975). *« Le Aïkido du Maître Uyeshiba »*, suivi de *« Mécanisme rationnel du Aïkido » (in* Budo magazine, Paris).

Souen Lou-T'ang, *Pa-koua k'iuan hio.* (Tapei, Taïwan, 1968).

Tch'en kouang-tche, *T'ai-ki k'iuan tsong heng t'an* (Taipei, Taïwan, 1971).

Tohei K., *AIKIDO. The Arts of Self-Defense* (Rikugei Publ. House, Tokyo, 1961). *What is AIKIDO ?* (Rikugei, Tokyo, 1962). *AIKIDO in Daily Life* (Rikugei Publ. House, Tokyo, 1966). *This is AIKIDO.* (Japan Publ. Inc. Tokyo, 1968). *Ki no seiza ho. Ki Méditation.* (Ki no Kenkyukai H.Q. Tokyo, 1974). *Ki no to itsu ho. How to unifi Ki* (Ki no Kenkyukai H.Q. Tokyo, 1974). *Ki no shu ren ho. How to develop Ki. Coordination of mind and body* (Ki no Kenkyukai H.Q.Tokyo, 1975). *Book of Ki. Co-ordinating Mind and Body in Daily Life* (Japan Publ. Inc. Tokyo, 1976).

Tondriau J., *Contribution à l'étude des saints hommes indous, tibétains et ceylanais ainsi qu'à celle des phénomènes à effets physiques. Du yoga au fakirisme* (Presses Académiques Européennes, 1960).

Uyeshiba K., *AIKIDO* (Hozansha Publ. Co. Tokyo, 1963).

Warcollier P.R., *L'AIKI-DO* (Les Cahiers de Marottes et Violons d'Ingre n° 68 revue réservée au Corps médical. 1964). *AIKI-DO — Les Cahiers du Budo, années 1965 à 1970. La notion de Do* (janv. 1966). *A propos du Centrum* (1966). *Etude Morale et psycho-somatique de l'Aïki-do* (Déc. 1966). *De l'Aïki-Do, de la Morale et de la Légitime défense dans les sports de combat* (Conférence, faite aux 5e Assises Nationales de Médecine Sportive 28 oct. 1966, Tours). *Origine du mouvement et mouvement de retour à l'origine* (n° 11. Déc. 1966). *L'Aïki-Do, art de l'action tangentielle* (*in* Revue F.F.J.D.A. Paris). *Extériorisation du Ki et Kokyu* (avril-mai 1967). *Qu'est-ce que l'Aïki-Do ?* (octobre-novembre 1968). *L'Esprit de l'Aïki-Do. Le présent et le retour aux Sources.* (octobre 1965). *Avantage, physiques et psychologiques de la pratique de l'Aïki-Do* (juin-juillet 1971). *Réflexions sur les formes ;* (février-mars 1972). *L'Aïki-Do* (*in* Soins et Techniques du Corps en Chine, au Japon et en Inde. P. Huard et M. Wong, Berg International Editeurs, Paris, 1971). *Non-Résistance et Non-Violence* (Sélection des Articles de fond de la Revue Aïki-Do — Les Cahiers du Budo).

Wen-Shan Huang, *Fundamentals of Tai chi Ch'uan.* (The East and West culture Institute Hong Kong, 1973).

Abd al-Karîm al Djili, *de l'Homme universel.* Trad. T.B. (Alger-Lyon. 1953).

Alleau R., *Aspects de l'Alchimie traditionnelle* (Ed. de Minuit, Paris, 1953). *De la nature des symboles* (Flammarion, Paris, 1958).

Ambelain R., *L'Alchimie spirituelle* (La Dif. scientifique française, Paris, 1961).

Batfroi S., *Alchimiques métamorphoses du Mercure universel.* (Guy Trédaniel. Ed. de la Maisnie, Paris, 1977).

Berthelot R., *La pensée de l'Asie et l'astrobiologie* (Payot, Paris, 1938).

Burckhardt T., *L'Alchimie, Science et Sagesse. Trad. Ossipovitch A.* Introduction S. Hutin. Notes marginales de T. d'Athis. (Encyclopédie Planète, Paris).

Corbin H., *Le livre du glorieux de Jâbir ibn Hayyân, Alchimie et Archétypes.* in « Eranos-Jahrbuch, WVIII, Zurich, 1950).

Corpus Hermeticum, Trad. par Festugière A.J., (Les belles lettres, Paris, 1945).

d'Espagnet J., *L'œuvre secrète de la philosophie d'Hermès.* (Bibliotheca Hermetica, Retz-Denoël, Paris, 1972).

Eliade M., *Forgerons et Alchimistes* (Fayard, Paris, 1959).

Faivre A. et Tristan F., *Cahiers de l'hermétisme* (Albin Michel, Paris, 1979).

Festugière A.J., *Le sage et le saint.* (Ed. du Cerf, Paris, 1974).

Filliozat J., *Taoïsme et Yoga.* (*in* Dân Viet-Nam, n° 3, Août 1949).

Flamel N., *Œuvres.* (Bibliotheca Hermetica, Retz-Denoël, Paris, 1970). *Le livre des figures hiéroglyphiques.* (*ibid.* 1972).

Fulcanelli, *Les demeures philosophales.* (J.-J. Pauvert, Paris, 1965).

Grison P., *Le Traité de la Fleur d'Or du Suprême Un* (Ed. Traditionnelles, Paris, 1975).

Hesteau de Nuysement C., *Les visions hermétiques* (Bibliotheca Hermetica, Retz, Paris, 1974).

Limojon de Saint Didier, *Le Triomphe hermétique* (Bibliotheca Hermetica, Retz-Denoël, Paris, 1971).

Le Trevisant B., *La parole délaissée,* (in « le Voile d'Isis », Paris, 1931).

Lu Tsou, *Le Secret de la Fleur d'Or,* suivi du *Livre de la Conscience et de la Vie* (Trad. Lou Tse Houa) (Librairie de Medicis, Paris, 1969).
Maspéro H., *Le Taoïsme* (Publ. Musée Guimet, Paris, 1950).
Mathé J.J., *Le plafond symbolique et hermétique de l'hôtel Lallemant à Bourges* (Ed. de Baucens, Braine-le-Comte, Belgique, 1976).
Mély F. (de), *L'Alchimie chez les Chinois et l'Alchimie grecque.* (in Journal des savants Paris, 1895).
Muhy Ed-Dîn Ibn Arabi ; « Hilyatu-L-Abdâl ». Trad. M. Valsan. (Chacornac, Paris, 1951).
Steinilber Oberlin E., *Les Sectes bouddhiques japonaises, (Paris, 1930).*
Wirth O., Le symbolisme hermétique dans ses rapports avec l'alchimie et la Franc-Maçonnerie (Le symbolisme, Paris, 1931).
Zhao Bichen, *Traité d'Alchimie et de Physiologie taoïste* (Weisheng Shenglixue mingzhi). Introduction, traduction et notes par Catherine Despeux (Les Deux Océans, Paris, 1979).

Civilisation. Ethique. Historique. Sociologie

Akamatsu P., *Meiji-1868. Révolution et contre-révolution au Japon* (Calmann-Lévy, Paris, 1968).
Bersihand R., *Histoire du Japon, des origines à nos jours* (Payot, Paris, 1959).
Chang Ch'i-Yun, *China's Ancien Military Géography* (Chinese Culture, VII, n° 3. Déc. 1959. Taipeh, Taïwan).
Cholet E., *L'Art militaire dans l'Antiquité chinoise* (Charles-Lavauzelle, Paris, 1922).
Elisseff V. et D., *La Civilisation japonaise* (Arthaud, Paris, 1974).
Frédéric L., *La vie quotidienne au Japon à l'époque des Samouraï.* (1285-1603).(Hachette, Paris, 1968).
Gaillois R., *Lois de la guerre en Chine. Preuve,* (1956).
Guillain R., *Le Peuple Japonais et la Guerre. Choses vues : 1939-1946* (Julliard, Paris, 1947).
Hara K., *Histoire du Japon, des origines à nos jours* (Payot, Paris, 1926).
Hearn L., *Le Japon inconnu.* (Albin Michel, Paris, 1927).
Herail F., *Fonctions et fonctionnaires japonais au début du XI^e siècle.* 2 vol. (Publications orientalistes de France, Paris, 1977).

Mabire J. et Breheret Y., *Les Samouraï.* (Balland, Paris, 1971).
Maruyama S., *Judo No Hacchi-ju Nen, in « Ju-Do » du Kodokan.* (Printemps 1951, Tokyo, Paris).
Mutuel J., *Histoire du Japon. « La Fin du shogunat et le Japon de Meiji, 1853-1912* (Hatier, Paris, 1970).
Naudeau L., *Le Japon son crime et son châtiment* (Flammarion, Paris, 1946).
Nitobe I., *Bushido. The Soul of Japan.* G.P. Putnam's Sons, New York, 1927 (Payot, Genève, 1927), (Charles E. Tuttle Co. Publ. Rutland and Tokyo, 1969).
Reischauer E.O., *Histoire du Japon et des Japonais. Des origines à 1945.* 2 vol. (Editions du Seuil, Paris, 1973).
Renondeau G., *Histoire des moines-guerriers du Japon* (Paris, 1957).
Ryusaka. Tsunuda. De Bery and Keene. *Sources of the Japanes Tradition* (Columbia University Press. New York, 1958).
Sakaï S., *Samouraï* (Presse de la Cité, Paris).
Sawa I., *La perception aiguë du maître d'art martial* (Revue Judo Kodokan. vol. VI. n° 4 sept. 1956).
Sieburg F., *Les Fleurs d'acier* (Grasset, Paris, 1942).
Sun Tzu, *L'art de la Guerre* Traduit par F. Wang. (Textes politiques. Flammarion, Paris, 1972).
Turnbull S.R., *The Samurai : a Military History.* (Macmillan, New York, 1977).
Werner E.T.C., *Myths and Legends of China.*

Ethnologie. Métaphysique. Mythes. Philosophies.
Religions et Spiritualités Asiatique Chrétiennes,
Islamiques et Judaïques. Rites. Symbolisme.

Alleau R., *La Science des Symboles* (Payot, Paris, 1976).
Arnold P., *Le Zen et la Tradition Japonaise* (Denoël, Paris, 1973).
Histoire des Roses-Croix (Mercure de France, Paris, 1955).
Auzanneau J.-M. *A la Gloire des Templiers-Chevaliers de Dieu,* XI-XIII[e] siècles (Ed. Le Cercle d'Or, Paris, 1980).
Avallon A. (Sir J. Woodroffe), *La Puissance du Serpent* (Dervy-Livres, Paris, 1950).
Bardet J.G., *Le trésor secret d'IShRAEL* (R. Laffont, Paris, 1970).
Bary Wm. T (de) *Sources of Japanese Tradition.* (Colombia

University Press, New York, 1958).
Bloch J. Renou L. Filliozat J., *Canon bouddhique pàli* (Tipitaka), (Maisonneuve, Paris, 1949).
Bonaventure (Saint), *Itinéraire de l'esprit vers Dieu* (Trad. H. Duméry. Vrin. Paris, 1960).
Brengues J., *La Franc-Maçonnerie du Bois* (Abi. 1973).
Brosse Th., *La Conscience — Energie. « Structure de l'homme et de l'Univers »* (Présence, Paris, 1978).
Brunton P., *L'Inde secrète* (Payot, Paris, 1938). *La Sagesse du « Moi Suprême »*. Traduit de l'anglais par R. Jouan (Payot, Paris 1958).
Bugault G., *La notion de « Prajña » ou de Sapience selon les perspecives du « Mahāyāna ». Part de la Connaissance et de l'Inconnaissance dans l'anagogie bouddhique.* (Ed. de Brocard, Paris, 1968).
Caillois R., *L'Homme et le Sacré* (Gallimard, Paris 1950). *Les Jeux et les Hommes* (Gallimard, Paris, 1958).
Cavin A., *Le Confucianisme* (Col. Les Grandes Religions du monde. Cercle du Bibliophile).
Chenique F., *Le yoga spirituel de Saint François d'Assise* (Mystiques et Religions. Dervy-Livres, Paris, 1978).
Chochod L., *Occultisme et magie en Extrême-Orient* (Payot, Paris).
Choisy M., *La métaphysique des Yogas* (Ed. du Mont-Blanc, Genève, 1964).
Chow Yih-Ching, *La philosophie morale dans le néo-confucianisme* (P.U.F. Paris, 1954).
C.N.R.S. *Sources Orientales : Les danses sacrées* (Ed. du Seuil, Paris, 1963).
Cohen M., *Le système verbal sémitique et l'expression du temps* (Paris, 1924).
Coomaraswamy A.K., *La pensée du Bouddha.* (Ed. Corréa, Paris, 1949).
Corbin H., *Histoire de la philosophie islamique.* (Gallimard, Paris, 1968).
David - Neel A., *Les enseignements secrets dans les sectes bouddhistes tibétaines, la vue pénétrante* (Adyar, Paris, 1951). Textes tibétains inédits (La Colombe, Paris).
Davy M.M., *Initiation à la Symbolique romane* (XII[e] siècle) (Flammarion, Paris, 1969). *L'homme intérieur et ses métamorphoses* (Epi, Paris, 1974).
Dechanet R.P., *Les Voies du Silence* (Desclée de Brouwer, Paris, 1968).

Demiéville P., *Le Miroir Spirituel* (*in* Sinologica, vol. I. Bâle, 1947).
Deguchi N., *Scripture of Oomoto* (Oomoto, Kameoka, 1957).
Deguchi O., *Miti-no-shiori* (Guide de la vie spirituelle) (1925). *A Guide to God's Way* (Oomoto. Central Office, Kameoka, 1957).
Do-Dinh P., *Confucius et l'humanisme chinois* (Le Seuil, Paris, 1958).
Doresse J., *Les livres secrets des gnostiques d'Egypte* (4 vol. Plon, Paris, 1958-61).
Dunstheimer, *Les danses sacrées.* (Le Seuil, Paris, 1963).
Dürckheim K.-G. (von), *Hara. Centre vital de l'homme* (La Colombe, Paris, 1961). *Pratique de la Voie intérieure* (Le Courrier du Livre, Paris, 1968). *La Percée de l'Etre ou les Etapes de la Maturité* (Le Courrier du Livre, Paris, 1971). *L'Homme et sa double origine* (Le Cerf, Paris, 1977).
Duthuit G., *Mystique chinoise et peinture moderne* (Ed. Chronique du jour, Paris, 1936).
Eliade M., *Traité de l'histoire des religions* (Payot, Paris, 1948).
Evans-Wentz W.Y., *Bardo Thödol. Le Livre des Morts Tibétains ou les Expériences d'après la mort dans le plan du Bardo.* (Edité par le Dr Evans-Wentz. Traduction française M. La Fuente. Adrien Maisonneuve, Paris, 1970). *Le Yoga tibétain et les Doctrines Secrètes ou les Sept livres de la Sagesse du Grand Sentier suivant la traduction du Lama Kazi Dawa Samdup* (Ed. par le Dr Evans-Wentz, Trad. française de M. La Fuente. Jean Maisonneuve, Paris, 1977).
Evdokimov P., *La Connaissance de Dieu selon la tradition orientale* (Xavier Mappus, Lyon, 1967).
Evola, *La doctrine de l'Eveil* (Adyar, Paris, 1956).
Fedora M., *Equilibre, ou l'ère divine et le secret de la vie* (Ed. M. Cauvin, 1956).
Filliozat J., *Les éléments scientifiques dans la philosophie indienne* (Centre de doc. universitaire. Paris, 1956). *La Force organique et la force cosmique dans la philosophie médicale de l'Inde et dans le Veda* (in Revue Philosophique Paris, 1933).
Fondation Otani et Wada., *Hōbōgirin. Dictionnaire encyclopédique du Bouddhisme d'après les sources Chinoises et Japonaises.* (Maison Franco-Japonaise, Tokyo, 1929).
Fong yeou Lan, *Précis d'histoire de la philosophie chinoise* (Payot, Paris, 1952).
Gernet J., *Entretiens du Maitre de Dhyâna Chen-Houei du Ho-Tsö.* (Ecole Française d'Extrême-Orient, Paris, 1977).
Giegeler, *Le Mythe du Dragon en Chine* (Leroux, 1917).

Glasenapp H. (von)., *Mystères bouddhistes* (Payot, Paris, 1944).
Godel R., *Essais sur l'expérience libératrice* (Gallimard, Paris, 1952). *Vie et Rénovation* (Gallimard, Paris, 1957).
Godet R.J., *Le Judo de l'Esprit* (Paris, 1964, et Planète n° 28).
Granet M., *La pensée et la Civilisation Chinoise* (2 tomes Albin Michel, Paris). *La Pensée Chinoise* (La Renaissance du Livre, Paris, 1934). *Danses et Légendes de la Chine ancienne* (P.U.F. Paris, 1959).
Grison P., *Le Traité de la Fleur d'Or du Suprême Un* (T'ai-yi kin-houa tsong tche). Version française annotée, précédée d'une étude introductive par P. Grison. (Editions Traditionnelles, Paris, 1975).
Guénon R., *La Grande Triade* (La Table Ronde, 1946). *La métaphysique orientale* (Paris, 1946). *Le Symbolisme de la Croix.* (Véga, Paris, 1957). *Les Etats multiples de l'Etre* (Véga, Paris, 1932). *Aperçu sur l'ésotérisme islamique et le Taoïsme* (Gallimard, Paris, 1973).
Haguenauer M.C., *La danse rituelle dans la cérémonie du Chinkonsaï,* in Journal Asiatique, CCXVI, 1930.
Hakeda Y.S. *KŪKAI : Major Works.* (Colombia Univ. Press. New York, 1972).
Harvard-Yenching Institute Sinological. *Combined Indice to the Authors and Thiles of Books and chapters in for collections of Buddhistic Literature. Pekin 1933, réed. Taipei 1966).*
Heinrichs M., *Théologie catholique et pensée asiatique* (Casterman, Tournai, 1965).
Herbert J., *Aux sources du Japon : le Shinto* (Albin Michel, Paris, 1964). *Les dieux nationaux du Japon* (Albin Michel, Paris, 1965). *Dieux et sectes populaires du Japon* (Albin Michel, Paris, 1967). *La Cosmogonie japonaise* (Col. Mystiques et Religions, Dervy-Livres, Paris 1977).
Hsi Yun et P'ei Hieou, *Le Maître Hsi Yun. Le mental cosmique, selon la doctrine de Huang Po, selon les annales de Pei Hsiu* (Adyar, Paris, 1951).
Houang (Kia-tcheng) et Leyris P., *Lao-Tseu. La Voie et sa Vertu* (Le Seuil, Paris, 1949).
Joüon des Longrais F., *La Réfutation Bouddhique de la Permanence des choses (Sthirasiddhidūsna) et la Preuve de la momentanéité des choses (Ksanabhangasiddhi). (Institut de Civilisation Indienne, Paris, 1976).*
Köhler E., *L'Aventure chevaleresque. Idéal et réalité dans le roman courtois.* (n.r.f. Gallimard, Paris, 1974).

Lacroix G., *Théorie de la Dialectique Cosmique* (Lauzeray International, Paris, 1979).
Lao tze, *Tao Te Ching* (Derain, Lyon, 1951). *Tao Te King. Traité sur le principe et l'art de la vie des vieux Maîtres de la Chine* Introduction, traduction, glose, commentaires et notes par J. Lionnet (Librairie d'Amérique et d'Orient, Adrien Maisonneuve, Paris, 1962). *Tao tö King* Traduit du chinois par Liou Kia-Hway (Connaissance de l'Orient N.R.F. Gallimard, Paris, 1967).
Leisegang H., *La Gnose* (Payot, Paris, 1951).
Leonard J.N., *Le Japon Médiéval.* (Ed. Time. U.S.A. 1972).
Lie Tseu., *Le vrai classique du vide parfait* Traduit par B. Grynpas (Connaissance de l'Orient n.r.f. Col. Unesco/Gallimard, Paris, 1961).
Linssen R., *Danse et spiritualité* (Ed. « Etre libre », Bruxelles, 1975).
Liou Kia-Hway, *L'Esprit synthétique de la Chine* (P.U.F. Paris, 1961).
Munenuri Y., *Hei-ho-kaiden-sho.* (Commentaires de Yutaku Yoshida. (Tokuma-Shoten, Tokyo, 1968).
Ohsava J.G., *Le Livre du Judo* (Seika seihu Kyokai, Yokohama, 1953).
Percheron M. *Le Bouddha et le Bouddhisme* (Col. Maîtres spirituels. Ed. du Seuil, Paris, 1968).
Picoli D., *Histoire de la chevalerie, des croisades et de l'ordre de la milice de Jésus-Christ* (Tobra et M. Simonet, Paris, 1905).
Philastre P.L.F., *Le Yi-King. Annales du Musée Guimet* (2 vol. 1885-1893, et Adrien Maisonneuve, Paris, 1975).
Prem Krishna, *The Yoga of the Bhagavadgita* (J.M. Watkins, London, 1958).
Ramana Maharshi, *Oeuvres Réunies. Ecrits originaux et adaptations.* Trad. C. Couvreur et F. Duquesne (Ed. Traditionnelles. Villain et Belhomme, Paris, 1976).
Rambach P., *Le tantrisme japonais* (Ed. Skira. Flammarion, Paris).
Scholem G.G., *Les origines de la Kabbale.* Pardès. (Ed. Montaigne, Paris, 1966).
Sérouya H., *La Kabbale.* (Grasset, 1947).
Silburn L., *Instant et Cause, le discontinu dans la pensée philosophique de l'Inde.* (Paris, 1955).
Stable P., *Deux clefs initiatiques de la Légende dorée. La Kabbale et le Yi-King.* (Ed. Dervy, 1975).
Suarès C., *Les clefs du Sacré.* (Ed. du Mont-Blanc, Genève, 1971). *Les Spectrogrammes de l'alphabet hébraïque.* (Ed. du Mont-Blanc, Genève, 1975).

Sung Z.D., *The Text of « Yi King »* (and its Appendixes). (Changaï, 1935).

Suzuki D.T., *Le Non-Mental selon la pensée Zen.* (Le Cercle du Livre, Paris, 1952). *L'Essence du Bouddhisme, avec une étude de C.G. Jung.* (Le Cercle du Livre, Paris, 1955). *Le tir à l'arc, mis en lumière par G. Braque.* (Ed. L. Broder, Paris, 1960).

Tajima R., « Zo-Kan taiaku Dainichikyō-jūshin-bon ». (Trad. japonaise du premier chapitre de la version tibétaine du Mahâvairocana-Sūtra ; Tokyo, 1927). *Les deux grands mandala et la doctrine de l'ésotérisme Shingon* (Maison franco-japonaise, Tokyo, 1959).

Tchang-Tcheng-Ming B., *L'Ecriture Chinoise et le geste humain.* (Geuthner, Paris, 1937).

Thurston H., *Les phénomènes physiques du Mysticisme.* (Gallimard, Paris, 1961).

Tomii M. A. , *Le Shintoïsme, sa mythologie et sa morale,* (in Annales du Musée Guimet, Paris, 1886).

Tourniac J. *Symbolisme maçonnique et tradition chrétienne.* (Dervy-Livres, Paris, 1965). *Principe et problèmes spirituels du Rite Ecossais Rectifié et de sa Chevalerie Templière.* (Dervy-Livres, Paris, 1969). *De la Chevalerie au Secret du Temple.* (Ed. du Prisme, Paris, 1975).

Tsuda I., *La voie du Dépouillement. Ecole de la respiration.* (Le Courier du Livre, Paris, 1975).

Tucci G., *Théorie et pratique du Mandala. (Fayard, Paris, 1974).*

Rawson P., Tao, la philosophie chinoise du Temps et du Changement. (Le Seuil, Paris, 1973).

Renondeau G., *La doctrine de Nichiren* (P.U.F. Paris, 1953). *Le bouddhisme japonais* (Albin Michel, Paris, 1965). *Le Shûgendô, histoire, doctrine et rites des anachorètes dits Yamabuschi* (Cahiers de la Société asiatique, XVIII, Paris, 1965).

Richard H.T., *La Tradition ésotérique et la Science* (La Colombe, Paris, 1965).

Ruchpaul E., *Philosophie et pratique du Yoga* (Encyclopédie Planète, Ed. Planète, 1969).

Saint-Martin L.-C (de) *Tableau naturel des rapports qui existent entre Dieu, l'homme et l'univers.* Int. P. Lavastine. Ed. Griffon d'Or, Paris, 1946). Ecce Homo (Derain, Lyon, 1959) *L'Homme de désir* (Coll. 10-18, Paris, 1973).

Sauriau E., *La correspondance des arts* (Flammarion, Paris, 1947).

Saussure de L., *Les origines de l'Astronomie chinoise* (Ch'eng wen Publ. Taipai 1967).
Schwaller de Lubicz. R.A., *Du symbole et de la Symbolique* (Dervy-Livres, Paris, 1979).
Schuon F., *L'Unité transcendante des religions* (Gallimard, Paris, 1948). *Les stations de la Sagesse* (Buchet-Chastel-Corêa, Paris, 1958). *L'œil du cœur* (Dervy-Livres, 1974).
Shibata M. et M., *Les Maîtres du Zen au Japon et leurs sermons.* (Maisonneuve et Larosa, Paris, 1969). *Ko ji ki, Chroniques de choses anciennes* (Maisonneuve et Larose, Paris, 1969). *Dans les monastères zen au Japon* (Hachette, Paris, 1972).
Shiran, *Pages de Shiran, traduites par Otani Chojun* (Bul. de la Maison Franco-Japonaise, Nouvelle série, Tome IX n° 1 P.U.F. Paris, 1969).
Souzenelle A. (de), *De l'arbre de vie au schéma corporel. Le symbolisme du Corps humain* (Ed. Dangles, Paris, 1977).
Toshihiko I., *Unicité de l'Existence et Création Perpétuelle en Mystique Islamique* (Ed. Les Deux Océans, Paris, 1981).
Verbeke G., *L'évolution de la doctrine du pneuma du stoïcisme à St-Augustin, étude philosophique* (Desclée de Brouwer, Paris, 1945).
Waley A., *Trois courants de la Pensée chinoise antique* (Payot, Paris, 1949).
Walter J.J., *Psychanalyse des rites* (Coll. « Médiations », Gonthier-Denël, Paris, 1977).
Wentz W.E., Le Yoga tibétain *(Ed. Maisonneuve, Paris, 1938).*
Wieger L., *Les Pères du Système Taoïste. Lao-tzeu : Tao-Tei-King. Lie-tzeu : Tch'oung-Hu-Tchenn-King. Tchoang-Tzeu : Nan-Hoa-Tchenn-King* (Cathasia, Paris, 1935).
Wosien M.G., *La Danse Sacrée. Rencontre avec les dieux* (Ed. du Seuil, Paris, 1974).
Wou-Men, *Passe sans Porte.* (Wou-men-kouan). *Texte essentiel Zen.* (traduit et annoté par Masumi Shibata) (Ed. Traditionnelles, Paris, 1979).
Yüan - Kuang (Maître), *Méthode Pratique de Divination Chinoise par le « Yi-King ».* (G. Trédaniel. Ed. de la Maisnie, Paris, 1977).
Zafiropulo J. et Monod C., *Sensorium Dei* (Ed. Les Belles Lettres, Paris, 1976).