



L'AIKIDO ET LES ARMES

Il est frappant de constater combien la question de la relation du travail aux armes et du travail à mains nues en aikido est récurrente. Depuis plusieurs dizaines d'années, ce thème fait l'objet d'articles et de réflexions dans différentes revues d'arts martiaux, de débats passionnés sur de nombreux sites internet.

Peut-être que la permanence de ce questionnement manifeste un paradoxe qui pèse sur notre pratique et qui pourrait se formuler ainsi :

«Pourquoi la pratique des armes en aikido pose-t-elle tant de questions alors qu'il y a un accord unanime sur le fait que l'aikido est né des armes» ?

Tenter de résoudre ce paradoxe constitue l'objet de ces lignes.

Après avoir réfléchi aux différentes places occupées par le travail aux armes, on devrait pouvoir en dégager une définition de l'aikido, les armes constituant l'essence de l'aikido.

La situation actuelle

On n'utilise pas les armes au Zaidan Hojin Aikikai, Aikido so Honbu, maison mère de tous les aikidokas. De ce fait, de nombreux techniciens qui s'y sont formés poursuivent dans cette voie.

Dans ce contexte, la question du travail aux armes en aikido prend un relief particulier. On constate qu'il se développe en dehors de l'enseignement de l'aikido. Certains groupes, tel celui d'Iwama Ryu, transmettent depuis des années l'aikiken et l'aikijo.

Pourtant, Tamura sensei, dans un article paru dans une revue d'arts martiaux, répond à la question : «En aikido, le travail des armes est-il important ?» de la manière suivante : «c'est O Sensei qui a créé l'aikido et chaque fois qu'il démontrait l'aikido, il utilisait les armes. Ce n'est pas à nous, ses disciples et élèves, de décider ou pas s'il faut pratiquer les armes».

Les armes à l'origine de l'aikido

Toutes les biographies de O Sensei soulignent l'importance de leur étude dans l'éducation donnée au jeune Ueshiba. Son père, Yoroku Ueshiba, était maître d'armes de la famille Kii et dépositaire d'une tradition martiale : le Ai Ryu Jujutsu. C'est lui qui l'initia dès 1893, à l'âge de dix ans, au maniement de la lance et du sabre.

Il pratiqua plus tard le kenjutsu sous la direction de Masakatsu Nakai, maître de l'école Yagyū Shinkage. Sous la direction de Masakatsu Nakai, il pratiqua cette tradition du sabre. Il en assi-

mila les principes et les techniques. Cette étude commencée en 1903 s'acheva en 1908 lorsque le maître Tsuboi Masa Nosuke lui remit le Menjo de l'école.

Les armes, symboles de l'aikido

Pendant un cours d'aikido, le professeur place ses armes (ken, jo et tanto) au kamiza, mur d'honneur du dojo. Ce moment souligne que l'aikido est un budo dont l'essence même vient des armes.

Cette place au kamiza devant le portrait de O Sensei rappelle que le travail qui va se faire est placé sous le signe de la lame du sabre, symbole de vigilance, de recherche du temps juste, de vie et de mort.

Kanai shihan affirmait que «la technique doit être aiguisée comme un katana».

Le travail aux armes débouche, par une pratique régulière, sur une purification (misogi), le sabre symbolise la recherche d'une technique débarrassée de tous ses aspects inutiles et redondants pour atteindre le mouvement juste dans le temps juste. Il en est de même pour le pratiquant qui doit éliminer ses peurs, ses craintes, ses angoisses, travailler avec n'importe quel Aite et donc s'adapter.

Tamura shihan affirme fréquemment que l'ennemi, c'est soi-même. Le sabre symbolise, là-aussi, le travail de coupe et de nettoyage de l'ego.

Le travail aux armes, partie de l'aikido

La place du travail aux armes est également reconnue par la réglementation actuelle des examens de grades. En effet, la nomenclature technique fédérale du 03 mai 2004 comporte, dès le grade de shodan, une interrogation sur tanto dori, jo dori et jo nage waza.

Le travail en tachi dori, kumitachi et kumijo apparaît au programme des examens de grades sandan et yondan.

Dans cette acception, le professeur enseigne la pratique des armes dans un cours spécifique différent de celui de l'aikido

Le travail aux armes, moyen d'enseignement

Dans cette perspective, les armes sont au service de l'enseignement de l'aikido, elles sont un outil pédagogique pour l'enseignant.

Il est intéressant de dresser la liste des expressions utilisées par nos professeurs pour décrire l'apport des armes dans leur enseignement. On peut mesurer ainsi toute la richesse de ce qu'elles peuvent amener :



- elles facilitent la visualisation de la technique,
- elles font comprendre le sens de la coupe,
- elles illustrent les techniques,
- elles façonnent le corps,
- elles augmentent la vigilance,
- elles mobilisent Tori et Aite
- elles développent les réflexes,
- elles améliorent la sensation de la distance,
- elles corrigent le travail à mains nues,
- elles éclairent le sens de l'aikido,
- elles renforcent le sens de l'étiquette,
- elles contribuent à travailler les fondations, (shisei, kamae, ma ai, etc...).

Dans ce cadre, l'enseignant effectue des allers-retours entre le travail aux armes et le travail à mains nues, l'un éclairant l'autre ainsi qu'il est indiqué ci-dessus.

Nul doute que le travail aux armes, grâce à des exercices qui structurent la pratique, permet d'incarner les fondations décrites par Tamura shihan dans son livre «Aikido».

Toutefois, le travail à mains nues ne saurait être une pure et simple transcription sans arme du travail avec arme, ce qui complique singulièrement la tâche du professeur.

Aikido sans les armes

Dans cette optique, les techniciens considèrent le travail des armes comme quelque chose d'autre, un complément de formation correspondant à un choix personnel et non pas lié à la nécessité de la discipline. Le technicien, dans son parcours de formation, suivra alors l'enseignement d'une école de son choix.

Ainsi les armes peuvent-elles être à l'origine de l'aikido, le symbole de l'aikido, une partie de l'aikido, un moyen pédagogique ou une autre discipline que l'aikido. Toutes ces approches ont un point commun : elles postulent un clivage fondamental entre l'aikido et les armes, postulat accepté implicitement avec cette formulation de la question.

Si on remet en question ce postulat, les armes et l'aikido pourraient être une seule et même discipline.

Les armes sont l'aikido, l'aikido est le travail aux armes

Il n'y a qu'une réalité, l'aikido : on retrouve le travail avec arme dans le travail sans arme. L'aikido, tel qu'il est montré par Tamura shihan est, semble-t-il, de cette nature. Il se présente comme une épure, débarrassé de la gangue des aspects secondaires et «inessentiels» de la technique. Son travail se situe sur le fil du sabre, à mains nues ou avec une arme.

On retrouve là, très probablement, te-gatana, la main-épée, que Kisshomaru Ueshiba, successeur d'O Sensei, décrivait ainsi dans son livre Aikido : «Il y a peu de différences entre les mouvements de l'aikido et ceux de l'escrime japonaise. Donc la main est utilisée comme une épée».

Dans cette perspective, puisque l'aikido est un, qu'il prenne la forme d'un travail à mains nues ou aux armes, quelle définition peut-on en donner ?

Définition de l'aikido

Tamura shihan, dans son premier livre, définissait l'aikido comme «un art martial», cette définition minimale faisant l'unanimité. Pourtant ne recèle-t-elle pas en son sein le paradoxe posé initialement ?

Le mot «art» promeut une idée de création et de liberté, de recherche de beauté.

Certains techniciens s'inscrivent dans cette mouvance en comparant cette discipline à la musique, à la peinture. L'aspect martial ne devient qu'un prétexte soit au service d'une relation avec autrui, le rapport avec Aite étant alors privilégié, soit au service de l'idéal du geste pur, la recherche de l'esthétique primant sur celle du fond.

Certes, dans cette perspective, l'aikido n'est pas une création manifestant une liberté sans bornes. Il faut entendre par création la marque d'une individualité qui s'affirme ainsi que Tamura shihan l'indique quand il définit le sens des grades dans les supérieurs (voir page 12).

A l'opposé, le mot «martial» évoque ascèse, rigueur technique, travail sur soi. Grâce à la répétition de formes codifiées, le corps se façonne, se pétrit à l'aide d'exercices «normés» dans le keiko, «apprendre en pétrissant». Avec les années, le pratiquant passe progressivement de la maîtrise de la connaissance formelle des techniques à la compréhension des principes qui régissent l'aikido.

Il devrait en découler l'intériorisation des fondations et la prise de conscience des bases. A l'évidence, il ne s'agit pas d'une révélation qui provoquerait l'arrêt du cheminement du pratiquant. L'ascèse propre à cette démarche se poursuivra. Les bases ne sont jamais définitivement acquises, elles continueront d'être mises à l'épreuve et questionnées par le travail au dojo.

Ainsi, l'aikido oppose dans sa définition comme art martial : liberté et rigueur, création et répétition, spontanéité de l'instant et travail sur soi dans la durée. La tension permanente entre ces deux pôles, quelles que soient les formes qu'elle prend, constitue l'essence de l'aikido.

L'opposition «travail avec armes» et «travail sans armes» n'en est qu'une des manifestations. Le paradoxe posé au début de ce travail a son origine dans l'essence même de l'aikido, d'où sa pérennité.

La résolution de ce conflit pourrait être l'aboutissement d'un travail de plusieurs dizaines d'années au terme duquel, le pratiquant devrait obtenir la rigueur dans la création et la liberté dans le travail technique codifié. Ainsi, avec le temps, le conflit initial se résoudrait pour le pratiquant dans une unité où les deux termes qui s'opposaient se mêleraient étroitement.

La résolution de ce conflit pourrait prendre aussi une dimension morale : Tamura shihan affirme souvent que le but ultime de la pratique de l'aikido est la construction d'un homme.

L'opposition entre le pôle de la liberté et celui de la rigueur devrait contribuer à l'émergence de valeurs morales. Par le travail sur le tatami, se créerait progressivement un homme avec des qualités telles que le respect, la modestie, l'humilité, le courage, la fidélité.





LES ARMES DANS LA PRATIQUE

Armes et keïko

L'aïkido créé par Morihei Ueshiba est inspiré de différents arts martiaux. Les techniques au sabre, au bâton, constituent une partie de son étude et de nombreuses références apparaissent encore dans notre pratique.

Ainsi shisei (position), kamae (garde), sont directement issues du travail aux armes.

Les formes d'attaque les plus utilisées (shomen uchi, yokomen uchi) proviennent de coupes au sabre.

Il en est de même des différentes saisies que l'on réutilise, plus tard, pour créer une faiblesse chez celui qui saisit.

Ces références aux armes donnent un sens à la pratique. Elles facilitent la compréhension, chez le débutant, des notions de vigilance et obligent à être présent à tout instant dans le dojo. Elles doivent nous faire considérer chaque moment comme un moment important dont vie et mort peuvent dépendre.

Pratiquer avec l'idée qu'à tout instant le sabre peut être dégainé installe une vigilance, un regard aiguisé sur l'espace autour de soi, utiles lors des exercices à mains nues.

Cette conception de l'étude incite alors à travailler en utilisant toute notre énergie mentale, toute notre énergie physique de manière rationnelle, dès l'entrée dans le dojo et donne du sens à l'étiquette que nous respectons. Cet héritage que nous transmet Tamura sensei prend encore plus de profondeur par le travail aux armes.

Ainsi, dès le début de l'apprentissage, proposer un travail d'étude sous forme d'exercices de coupe (suburi) au ken, de piques et de katas au jo facilite l'apprentissage de techniques, en montre les points communs.

Comment mieux illustrer shiho nage qu'en coupant avec le sabre ? Comment mieux illustrer les concepts irimi et hitoemi qu'avec une pique au jo ? Le travail aux armes doit être le socle sur lequel se pose notre pratique.

Intégrer pleinement et le plus souvent possible les exercices au jo, et au ken permet d'illustrer les techniques, de faciliter leur compréhension pour les débutants et pour

les plus anciens, de réfléchir à un déplacement, à un transfert de poids de corps.

Prenons l'exemple suivant: la posture hitoemi et le déplacement irimi prennent tout leur sens lors d'une attaque au jo. La menace de l'arme oblige à se mouvoir encore plus rapidement et permet d'assimiler par le corps et l'esprit ces mouvements de base.

L'étude de shiho nage sur une attaque shomen uchi est un autre exemple. Uke monte son ken pour attaquer, Tori d'un seul geste passe sous la garde de Uke et, avant le contact ken contre ken, coupe Uke sous les bras puis pivote pour se retrouver derrière lui.

Le même déplacement se retrouve dans le travail à mains nues. Varier les deux formes de pratique permet de prendre conscience du ma ai, de la direction du déplacement, des appuis sur le sol.

Armes et zanshin

Le travail aux armes est à la genèse de notre pratique. Oublier nos origines amène à construire sur du sable. Il est vrai que sabre et bâton ne sont plus portés mais leur symbolique martiale doit être préservée pour donner du sens à notre recherche.

L'image qui vient à l'esprit est celle utilisée par Tamura shihan pour décrire l'attitude qui doit prévaloir sur les tatamis : nous devons pratiquer sur le fil du sabre, trop à droite ou trop à gauche de quelques millimètres et notre travail n'a plus de sens. Entre self-defense et simple gymnastique, le travail aux armes peut nous aider à trouver notre voie, cette voie qui permet de se connaître soi-même.

Le corps est pétri dans les répétitions d'exercices mais c'est le cœur qui est visé. Le travail aux armes oblige, invite, à toujours être prêt, à s'engager complètement dans l'action. Cette attitude doit être la même dans le travail à mains nues.

Construire le pratiquant est ce que doit viser en premier la pratique. C'est d'ailleurs le sens profond de «keïko» où, en pétrissant le corps, on apprend par la sueur. Il faut donc répéter inlassablement les exercices, seul, à deux, faire cent une fois ce que les autres ont fait cent fois.

Dans le travail à deux, l'autre révèle nos erreurs. On pourrait s'en prendre à lui (on le fait d'ailleurs souvent !), dans les exercices individuels aux armes, on ne peut s'en prendre qu'à soi !

Rechercher l'attitude juste, percevoir et s'éduquer à la verticalité, ressentir les petits détails de placement du corps qui facilitent le mouvement voilà la richesse que nous apporte le travail aux armes.

Dans la pratique à mains nues, c'est le rapport à Aïte qui, par ses exigences, fortifie le corps puis affine nos sensations. L'exemple du diamant qui ne peut être poli que par un diamant de même dureté est remarquable: une pierre trop molle ne permet aucune modification, une pierre trop dure casse le fil du diamant. Dans le travail aux armes, on peut retrouver les mêmes sensations. Les exercices à deux, en particulier, imposent d'être sincère dans l'attaque. Ils disciplinent le corps et l'esprit, ils rendent ce dernier plus serein. La relation entre l'étude des armes et de la pratique à mains nues ne se situe pas au niveau de la forme mais des sensations. Tamura shihan le formule ainsi : «Pratiquez à mains nues comme si vous teniez une arme».

Armes et shisei

A partir des répétitions d'exercices au ken sous forme de suburi, au jo sous forme de katas, d'exercices divers, se révèlent des sensations sur sa propre position, son attitude, ses blocages musculaires. La recherche d'un libre écoulement de son énergie nécessite une attitude correcte, un shisei qui se construit progressivement et que la pratique à mains nues illustre.

Le buste est droit, les épaules relâchées, les appuis de pieds légers, le corps trouve son axe.

Cet axe, que l'on peut appeler centre, facilite la réalisation de techniques aux armes ou à mains nues. Notre énergie circule aisément, notre respiration se place. La position la plus avantageuse pour soi par rapport à Aïté peut alors être mieux perçue, les mouvements peuvent se dérouler comme se déroule une pelote de laine dans un geste d'abord très ample, très visible pour devenir progressivement de l'ordre de l'interne.

L'harmonie que nous recherchons passe, et c'est là l'ambiguïté de notre pratique, par des moments pleins

d'agressivité, de danger, de violence. Le travail aux armes l'illustre bien. Aller au-delà de cette violence pour construire des individus responsables, loyaux et à l'écoute des autres, voilà ce que nous offre une pratique martiale.

Armes et ma ai

L'étude des armes amène aussi à la notion de ma ai, à l'idée d'un espace-temps sans cesse différent selon l'attaque, l'arme utilisée et les qualités des protagonistes. Cette notion est celle qui semble la plus présente lors de la pratique des armes et beaucoup de pratiquants s'y réfèrent pour la justifier. Le jo, le ken et le tanto obligent à modifier la distance physique avec l'autre. Ils permettent aussi de percevoir des positions, des successions d'actions de manière parfois plus claire.

Il semble qu'une recherche plus poussée amène aussi à ressentir le vide dans l'attaque de l'autre, voire de le provoquer et agir alors de manière spontanée. Les distances sont différentes selon la pratique mais le sentiment doit rester le même. L'adversaire sera toujours trop près si on craint son attaque, et toujours trop loin si on n'a pas d'appréhension. Il en est de même pour sa vitesse d'attaque et il devient difficile de séparer distance et temps. La richesse apportée par les exercices aux armes n'est donc pas seulement liée au rythme, elle est aussi liée à l'acceptation de l'autre et de son agressivité qui doit rencontrer le vide.

Armes et mains nues

L'étude des armes est indissociable de la pratique à mains nues car fondamentale, le tout constituant l'aïkido, cela pour au moins deux raisons :

- L'étude des armes constitue les fondations de la pratique. Sans cette référence, la pratique n'est plus guidée. Ce serait construire un édifice sans fondations. Plus on monterait en étage, moins on saurait sur quoi on bâtit. Et un jour...

- La pratique aux armes développe les sensations qui font le pratiquant d'aïkido. Elle permet de repenser et remettre en question la technique. C'est d'ailleurs cette direction que nous indique Tamura shihan, dans ses illustrations lumineuses aux armes... et à mains nues.

