



En souhaitant à tous et à toute une bonne saison, je profite pour attirer votre attention sur quelques points au sujet de l'Aïkido. Certes, c'est un art martial et on peut le pratiquer pour se maintenir en forme. On peut aussi en faire un mode de vie en essayant d'appliquer au quotidien, ce qu'on apprend sur le tatami.

Le respect : tout être, quel que soit son âge ou sa condition est une entité et à ce titre, mérite la considération qui lui est dû. Ainsi doit-il en être pour les objets et les lieux du cadre de vie.

La loyauté : respecter les autres et se respecter soi même, c'est aussi faire ce que l'on doit ou ce que l'on a dit, même si ça crée une contrainte.

L'honnêteté : Donner ce qui est dû, même si on ne vous le réclame pas, respecter le bien d'autrui.

La franchise : dire les choses sans crainte, assumer ses actes sans peur.

La générosité : se réjouir du bonheur des autres.

Le courage : surmonter sa peur (ou sa douleur).

La litanie pourrait être plus longue, mais je laisse à celui qui le veut, faire le parallèle entre l'apprentissage de l'Aïkido et le code moral du budoka. Je rappelle toutefois que les anciens sont là pour répondre à vos questions.

R. Matteï



Histoire de budoka

Le maître de kendo dit à son nouvel élève :

- Dès aujourd'hui, chaque jour tu couperas du bois dans la forêt et tu puiseras de l'eau à la rivière.

Le jeune homme s'exécuta et obéit à la demande du maître pendant trois années au bout desquelles il lui demanda :

- Maître, je suis venu pour apprendre l'escrime et je n'ai pas encore franchi les portes de votre dojo.

-Aujourd'hui, suis moi dans le dojo, fut la réponse du maître, et fait le tour de la salle en marchant sur la bordure des tatamis sans jamais la dépasser.

L'élève fit consciencieusement cet exercice mais au bout d'un an il, il se mit en colère et s'écria :

- Je pars, je n'ai rien appris de ce que je voulais apprendre.

Le maître alors invita son disciple à le suivre et précisa :

- Aujourd'hui, je t'enseigne la voie.

Ils se rendirent dans la montagne et s'immobilisèrent devant un précipice qu'un tronc d'arbre lancé au dessus du vide enjambait.

- Traverse ! Ordonna le maître. L'élève fut saisi de panique à la vision de l'abîme qui s'ouvrait sous lui, et le vertige le paralysa.

Alors survint un aveugle qui, cherchant son chemin avec sa canne, qui s'engagea sans aucune hésitation sur la passerelle et franchit d'un pas tranquille le précipice.

Cet incident révéla au jeune disciple le secret de la voie et abandonnant toute peur de la mort, il s'avança sur le tronc d'arbre, passa calmement au dessus du vide, se retrouvant ainsi sur l'autre bord.

- Maintenant, tu as maîtrisé le secret : abandonner l'ego, ne pas craindre la mort. Le bois que tu as coupé, l'eau que tu as puisée chaque jour ont développé tes forces et ton corps ; la marche attentive sur la bordure des tatamis a rendu tes gestes précis et délicats. Et tu viens aujourd'hui de comprendre le secret de la voie du sabre. Vas, tu seras le plus fort.

REISHIKI

La conduite à tenir sur le TATAMI est dictée par l'étiquette. Le REISHIKI nous permet donc d'observer la même attitude sur le tatami que l'on soit gradé ou non, nouveau ou ancien au sein du club. Il incombe aux anciens d'enseigner l'étiquette aux nouveaux. D'ailleurs le professeur reprochera à un ancien une faute d'étiquette commise par un nouveau. Même si celle ci varie en fonction des clubs, voici le canevas généralement à observer sur le tatami :

Tout pratiquant salut en entrant (et en sortant) sur le tatami puis gagne soit directement sa place, soit en profite pour s'échauffer ou réviser (en souplesse) une technique ou mieux encore pour demander des conseils techniques à des pratiquants plus « expérimentés » que lui. Mais en aucun cas le tatami ne doit servir de parloir, si le sujet est autre que les « arts martiaux ».

Quand le professeur se dirige vers son emplacement, pour le salut, les élèves doivent se précipiter à leur place pour être en position avant lui. Après avoir rectifié leur tenue et sur l'initiative du SENSEI, ils saluent le KAMIZA, puis à l'instigation du plus gradé les élèves saluent le Senseï. Il en sera exactement de même à la fin du cours.

Pendant le cours quand le Senseï montre une technique les élèves doivent rester en SEIZA, quand le Senseï a fini la démonstration, ceux ci doivent attendre qu'il salut son UKE pour saluer à leur tour et exécuter la technique en SILENCE.



URA OMOTE

Une technique en Aïkido a deux aspects : ura waza - omote waza.

Ura représente principalement l'envers, le verso, le dos, l'aspect caché des choses.

Omote : l'endroit, la surface, l'extérieur, la façade, l'aspect apparent des choses.

Dans tout il y a omote-ura. L'homme lui même a une face et un dos.

On peut également utiliser omote-ura dans le sens : intérieur extérieur. On peut avoir le visage souriant et le chagrin au cœur, ou encore l'apparence du bouddha et être dépourvu de sang et de larmes.

En classifiant Grossièrement, on diras omote waza des techniques exécutées entrant face à l'adversaire et ura waza des techniques exécutées en entrant derrière l'adversaire. Certaines techniques sont possibles en ura waza et omote waza, d'autres en omote waza seulement ou au contraire en ura waza.

J'entends par là que placé dans la réalité du combat, ces techniques qui manquent sous certaine forme n'ont pas d'application pratique. Ces classifications ont probablement été introduite pour faciliter l'entraînement, cependant une part essentielle de la pratique consiste à rejeter cette classification, à refuser de s'y laisser enfermer.

M° N.Tamura

LES ARMES de l'Aïkido

Le Boken ou bokuto : sabre en bois ayant les dimensions et les courbures d'un katana (1m environ). Actuellement, on les utilise pour l'entraînement, mais Myamoto Musashi remporta son premier duel avec un boken en ébène et vainquit son adversaire le plus dangereux avec un boken qu'il avait taillé lui-même dans une rame.

Le tsuburito : Boken surdimensionné ayant le poids du katana.

Le jō : bâton court de 1m 28 de long et de 22 mm de diamètre. Sa longueur permet de garder les mains hors de portée d'un sabre et son diamètre permet d'atteindre le cerveau par le trou oculaire. Arme favorite des policiers il permettait de désarmer sans trop de violence une personne armée d'un sabre.

Le Tanto : poignard à lame triangulaire et très épaisse. Les samourais s'en servaient surtout pour percer les armures de leurs adversaires. Ils sont en bois pour l'entraînement. Il ne faut pas les confondre avec les kogai ou les kogatana qui pouvaient se lancer.

Juken : Baïonnette, O Senseï enseignait beaucoup cet art (juken jutsu) avant la 2° guerre mondiale.

Le Bo : Bâton long, très peu usité en aïkido.

