

Aucune difficulté à me lever ce matin à 6 heures. La semaine passée sans pratiquer, pris dans un corps à corps physique avec l'écriture du prochain projet m'a vidé. A quatre heures j'étais réveillé. C'est une clarté du désir, rien de plus. Quand bien même il n'y aurait que deux heures de sommeil. Ou à l'inverse, si le désir n'est pas clair, douze heures de sommeil ne changeront pas la difficulté à sortir du lit et le sentiment d'être fatigué. C'est simple et c'est cela qui parfois est le plus insupportable. C'est simple.

Pratique ce matin avec un homme que je vois pour la première fois. Je l'ai vu entrer, je me suis assis derrière lui juste avant de commencer et nous avons fait la séance ensemble.

Je m'aperçois que je commence à voir les manques dans la façon de pratiquer. Ce qui ne veut pas dire que je peux corriger ou même, que ma pratique est exempte de déséquilibres. Loin de là.

L'attaque de mon partenaire était fermée. J'entends par là que le coup est porté sans être porté, le coup est porté pour la forme. Si on part du principe qu'on travaille à partir de ce que donne l'autre, il est difficile pour quelqu'un qui est à la lisière de la respiration comme moi de transformer le mouvement en une vraie fusion. Les anciens sont capables de cela. Donner la voie de la fusion à partir de n'importe quel mouvement.

Mais là, l'attaque n'allait pas jusqu'au bout d'elle-même et j'avais du mal à la conduire; J'essayai pour ma part d'être clair dans mon attaque, mais je crois que j'ai éprouvé le problème inverse. A trop vouloir être dans l'attaque, on se raidit et on souligne. Là aussi, la souplesse et la respiration peinent à trouver leur place.

Il est passionnant de s'apercevoir que ce qu'on croit nécessaire est déjà trop. On peut être là, parfaitement là sans appuyer le mouvement, la respiration, le rythme. Toujours moins et paradoxalement, plus présent.

J'ai tendance à me laisser entraîner dans des mouvements rapides, des chutes, des attaques et des techniques réalisées franchement. Je rentre un peu dedans. Un peu trop. N'étant pas encore suffisamment centré, la force physique prend encore trop de place. Cela devient raide. Forcé. J'en ai conscience, beaucoup plus qu'il y a quelque temps. Mais je ne suis pas encore capable d'infléchir cette inclinaison. Peut-être n'ai-je pas à le faire d'ailleurs, mais à pratiquer sans réfléchir et laisser faire.

Il est vital de s'apercevoir que ce qu'on croît être la souplesse n'est en réalité que le premier pas timide vers la souplesse. Sentir quelle océan de manœuvre existe en soi. C'est parfois dur, rageant, mais cela vaut le coup.

Tu peux encore lâcher. Tu ne perdras rien. Sortir des oppositions classiques et des postures de corps qu'elles impliquent. Au cours de la séance, j'ai volontairement ralenti certains mouvements pendant la séance, pour aller chercher le centre de mon partenaire. Se dire qu'il n'y a pas de rythme imposé et que la couleur de la pratique dépend du choix intime que l'on fait.

Dans un cas comme dans l'autre, de la respiration à la raideur, c'est une histoire de contagion.

Dans un cas, c'est laisser la brutalité du monde parler à travers soi. Dans l'autre, c'est s'en défaire lentement.

Je suis heureux de savoir qu'il y a du chemin. Que de belles découvertes à venir. Et puis, en y regardant bien, je ne me sens pas dans l'immobilité de celui qui ne sait pas choisir. J'ai choisi mais je comprends chaque jour ce que signifie ce choix. Comme si je redécouvrais la beauté d'un langage.

La pratique avec mon partenaire était souriante, parfois un peu brouillonne, un peu « coqs » aussi. Mais cela est passé tranquillement au final. Et puis, sur le tout premier mouvement que nous appelons « solfège » et qui consiste à emmener son partenaire au sol, puis le relever en coordonnant les respirations, je me suis senti vraiment bien, là et abandonné en même temps.

Le basho ou tournoi de sumo à Kyushu (Japon) a commencé depuis dimanche. Je le suis chaque jour par internet (sumofr.net). Je me passionne pour cette discipline de combat depuis quelques temps et j'aurai l'occasion en Juillet et Septembre prochains d'aller assister à deux tournois. Pour ceux qui ne connaissent pas, je recommande la lecture du monde du sumo et d'aller voir quelques vidéos de combat. Le champion suprême actuel, le Yokozuna est un mongol, Asashoryu. Le voir combattre est un évènement. Le sumo est un système complexe où visible et invisible se côtoient en permanence où la préparation de l'acte est plus importante que l'acte lui-même, une représentation magnifique, ancestrale, sacrée. J'y reviendrai sûrement très bientôt.

Par ailleurs à conseiller, une interview de Mike Tyson sur planetboxe.com. Enfin une interview de Tyson qui montre l'homme en dehors des lumières médiatiques habituelles. Il reste à mes yeux le combattant par qui tout arrive et tout est arrivé. Sa récente retraite le rend encore plus touchant à mes yeux. Je garde en moi les combats et les nuits blanches à voir ses combats de trente secondes, sa reconquête du titre mondial face à Bruno et puis sa chute magnifique, son naufrage absolu, sans aucune retenue. Tyson est au commencement de ma passion pour le combat. Loin d'être un modèle, c'est plutôt une icône, une figure lointaine et étrangère, incompréhensible, sur lequel la lumière se reflète.