

4 septembre 2012

Un rêve intense me réveille net. Quelques secondes me sont nécessaires pour comprendre dans quelle réalité je me trouve. Il est 6H10. Etrangement, je ne suis pas dans les brumes. Mon rêve, en s'arrêtant, a agi comme un interrupteur. J'ai les yeux grands ouverts. Une tasse de café et la rue m'attend.

Je redécouvre la ville à peine éveillée. Voilà quelques temps que je ne suis pas allé au dojo. Le chemin qui m'y conduit dure entre cinq et dix minutes. C'est le temps de la contemplation de la fin de la nuit, le regard porté sur les silhouettes ou les visages qui partagent avec ce temps protégé. Une jeune fille dans le bus. Une pratiquante du dojo me dépasse sans me voir à vélo. Je fume ma première cigarette avec délectation, d'un pas lent. Je m'aperçois que mon corps se redresse. Chien de Pavlov. Il sait où je l'emmène.

Ne rien mettre dans le haut du corps. Tout dans le centre. Le centre est un puits d'où l'énergie, le ki s'écoule. Il faut lâcher, lâcher, pour pouvoir tremper à nouveau ses mains dans l'eau.

J'arrive au dojo. Moins d'une dizaine de personnes sont là. Avant même de fermer la porte, je reconnais la voix de mon maître. Soulagement.

En m'asseyant à la table, je me dis que les dix dernières années m'ont vu pratiquer ici un nombre incalculable de fois. Et encore. Ma pratique est très hachée depuis un an et demi. Mais pourtant. Une certaine réalité, autre que celle du rêve, autre que celle de la rue ou du travail, une réalité claire demeure entre ces murs.

Je vais me changer un peu plus tôt que les autres. Le corps continue à se redresser. La respiration se pose quelque peu. Quelque peu.

Mon partenaire est massif, dynamique. On s'entend bien et en entrant tout à l'heure, je m'étais dit que j'aimerais bien pratiquer avec lui. Cela se fait naturellement.

Il n'y a rien d'extraordinaire dans cette séance. Une séance relativement technique, où je n'ai pas l'impression d'être trop à la rue. C'est déjà ça.

Le centre est un puits. Le reste du corps est mouillé de cette eau. Autrement, il se durcit, l'argile sèche. Mon partenaire force, je me garde de le corriger sauf sur certains détails. Je laisse faire. Je laisse faire. Je goûte au simple fait d'être là.

Cet été, une semaine de stage intensif avait réactivé en moi une ancienne sensation: celle me disant que la pratique pouvait se suffire à elle-même. Qu'elle était, en soi, un terrain de recherche tellement ample que je n'avais pas besoin du théâtre, ni de l'écriture. Ce qui importait, c'était d'avoir un terrain à défricher.

Aujourd'hui je relie le dojo au quotidien, sans encore savoir si cet ancrage va se stabiliser ou si je me dirige vers une année supplémentaire en dents de scie. Qu'importe. Je réfléchis assez peu, essaye de ressentir. Cela passe à peu près.

Je dois sûrement trop forcer. Mon partenaire chute et je crains un instant de lui avoir fait mal. Le mouvement n'est pas faux, il est seulement trop appuyé, comme une phrase que l'on soulignerait inutilement.

Trouver l'entrée juste, le positionnement juste. Il existe dans l'attaque du partenaire une sorte de point aveugle, un point de vulnérabilité extrême qui fait que lorsqu'on s'y place, l'affaire est réglée sans presque avoir fait un mouvement. Je le sens sur une attaque circulaire au couteau: Yokomen. Bien sûr, les bras contrôlent la main qui tient le couteau, l'empêchant de pénétrer. Mon maître précise que c'est un contrôle et non un arrêt. Différence passionnante. L'arrêt suppose la construction d'un mur, le contrôle est vivant, épousant le ki du partenaire et le guidant. Il faut trouver ce point aveugle. Se rapprocher encore de l'homme au couteau. Ne pas s'en éloigner. Entrer quasiment en lui. Je trouve l'endroit. C'est désarmant, dans tous les sens du terme. Mon partenaire devient une porte ouverte. Je peux agir à présent de plusieurs manières. Je tâche de le guider et exécute la technique. Mon maître vient me voir, me dit que je ne passe pas assez derrière. Il se met face à moi pour que je réalise la technique sur lui. J'attendais cela. Un bon moyen de vérifier sa stabilité. Face à lui, elle est toujours défaillante, mais j'arrive tout de même à trouver l'entrée. Je poursuis la technique. «Pas assez derrière». Effectivement, comme ça, je ne peux pas le déplacer. J'avance donc derrière lui. Ca y est, ça passe.

Ce genre d'erreurs est récurrent. C'est un peu comme si on s'étirait pas suffisamment. On connaît la sensation d'aller au bout de son étirement, le matin. Là, c'est un peu pareil. Parce que le corps est raide, parce que l'on ne respire pas assez, parce que l'on ne s'en préoccupe pas, le mouvement ne va pas jusqu'au bout de lui-même. L'étirement est coupé avant sa pleine réalisation. Etrange de voir que lorsque va jusqu'au bout, le mouvement semble se résoudre de lui-même, nous disant ce qu'il faut faire.

La séance se poursuit, jusqu'au mouvement final. Kokyu Ho. Assis en seiza, les deux mains saisies par son partenaire en face de soi, il s'agit de s'ouvrir et de le renverser. De prendre le centre encore une fois.

Mon maître passe derrière moi. «Trop dans le haut du corps. Tout mettre dans le centre». Cela ne va durer longtemps, mais il reste quelques instants près de moi. Il touche mon dos, je le détends aussitôt, comprenant qu'il n'y a rien à mettre là-dedans. Le centre, le centre. Et là, effectivement, le puits se remplit et irrigue tout le corps. Comme si l'on commençait enfin dans l'ordre. C'est infiniment plus simple, plus reposant, plus efficace.

Le haut du corps et particulièrement le dos est un champ de bataille pour moi. Je goûte au plaisir de laisser le champ vide. Tellement de tensions, de raideurs accumulées. Psychiques et physiques c'est la même chose. Quelque chose m'enjoint à fermer les yeux. Revenir dans son centre, c'est revenir à sa propre source. Mon maître a mis le doigt sur un endroit particulièrement intéressant pour moi. Réduire le mouvement, moins s'agiter, et tout faire partir du centre.

La séance se termine. Je quitte le dojo avant les autres, pour être à l'heure à l'école. C'est le jour de rentrée des enfants. Quand je sors du dojo, la ville est devenue la ville telle qu'on la connaît. La vie sociale a repris ses droits.

Je me dirige vers l'école d'un pas rapide. Les ateliers en prison m'attendent cet après-midi. Travail sur le Hagakure de Yamamoto. Encore une autre réalité. Tout l'intérêt consiste les relier toutes.