

Dimanche 25 septembre 2022

Cela faisait longtemps.

Revenir au dojo comme on revient sur une plage à l'automne ou en hiver. Une étendue plate et monochrome qui offre au regard le plan d'eau à l'infini. Ici, pas d'océan mais cette même sensation océanique lorsque le silence se fait, après que l'on se soit changé dans le vestiaire, noué son hakama pour les plus anciens, assis en rang face au Tokonoma.

L'espace des tatamis est un seul tapis beige, dont la couleur invite déjà à l'entre deux, à la nuance. On est assis face à un grand mur blanc au milieu duquel trône la calligraphie. Pas besoin de savoir le sens, je l'ai oublié ce matin.

Le vêtement, kimono blanc et hakama noir, l'espace, l'horaire matinal, le silence rythmé par les bruissements, les glissements des lanières des hakamas. Quelque chose est à venir. Sans y penser, la respiration change légèrement.

Le maître entre. Il s'assoit à un angle de la pièce. Au théâtre, on dirait au lointain jardin, avant son entrée. L'acteur Yoshi Oida disait qu'une entrée de jardin à cour est plus puissante qu'une entrée de cour à jardin. C'est vrai. Je ne saurais pas l'expliquer, mais c'est vrai.

Lorsque le maître entre, c'est un peu comme si chacun entendait la résonance d'un diapason. La séance va commencer. Dans l'Aïkido tel qu'il est pratiqué dans mon école, il s'agit souvent de tenter, de chercher et de parvenir à se synchroniser.

On tend à entrer en résonance. Cela peut être avec soi, avec l'espace, avec l'autre. mais dire cela, c'est délimiter un périmètre qui, forcément, sera réducteur. C'est une découverte à faire, au fur et à mesure, une découverte qui change de corps, d'amplitude.

Le maître s'assoit. Dans le silence, j'observe mon écoute, mon attention qui se balade, qui part en promenade. Dehors. dedans. Qui joue à l'équilibriste sur ligne de crête entre le dehors et le dedans. Je ne saurais dire s'il s'agit d'écoute ou de concentration. La concentration aurait tendance à se densifier sur un point, là où l'écoute, plus légère, plus diffuse, aurait tendance à ouvrir l'espace. Sans doute un peu des deux.

La séance commence. Les mêmes mouvements, dans le même ordre depuis bientôt 25 ans. Et toujours le présent qui est convoqué.

Le maître fait face à la calligraphie, le bokken à la main, s'assoit.

Je perçois clairement comment l'attention, l'écoute peut tenir comme équilibre, à la lisière de soi, ouverte sur les profondeurs intérieures, et sensible tout autant à tout ce qui se passe autour de soi. Ce n'est pas spectaculaire, loin s'en faut. Un léger mouvement derrière moi, de celle qui va être ma partenaire pour la séance. Un bruit venant de l'autre côté du dojo. Une évolution dans la lumière qui passe à travers les fenêtres de toit. Et cela mêlé à la perception du souffle, des légères douleurs dans le dos, du poids des mains posées comme abandonnées là, inertes, sur les cuisses.

En ce moment, la concentration me paraît trop fermée. je préfère l'écoute. La concentration ramène à soi. L'écoute ouvre à autre chose, qui peut entrer en dialogue avec soi. Il faut accepter le sans trop d'effort. Pas toujours simple.

Le maître récite le norito. Evocation des dieux shinto. On ne s'attarde pas, on s'est jamais attardé sur le sens. Itsuo Tsuda, le maître de mon maître qui avait lui même reçu l'enseignement du fondateur de l'Aïkido, n'avait pas jugé utile de la traduire aux occidentaux. Seule la résonance importait.

Le maître nous tourne le dos. Il est, comme nous, face à la calligraphie. On salue, plusieurs fois, dans sa direction.

Je n'ai jamais prié, sauf peut-être dans l'enfance. Je n'ai jamais adhéré à aucun dogme. J'ai toujours trouvé cette maxime de Lin Tsi merveilleuse : « Si vous voyez le bouddha, tuez-le ». Rien n'est en dehors de toi.

Et pourtant, s'incliner, c'est aussi aller à contre courant d'une idée d'auto-suffisance, d'autonomie fantasmée de l'humain. Il faut chercher ailleurs. Flouter les frontières, les rendre comme de la buée. Je pense au plateau vide. A l'espace nu avant les montages des spectacles. A la bête harassée que l'on soulage en la délestant de son attelage de métal et de tissu, après le spectacle. Le plateau vide et cet amour immense qui m'étreint à ces moments là.

Le dojo vide, sans artifices. Juste les présences et un ou deux signes pour guider. Je m'incline vers la calligraphie dont j'ai oublié le sens, l'espace vide qui contient la séance à venir, le silence qui nous relie. Ici, j'ai trouvé le soulagement d'une forme de dissolution sans nom. J'étais assoiffé. Je suis assoiffé de quelque chose qui manque. Une nostalgie. « Nostalgie de la lumière » titrait Patricio Guzman.

Etre au dojo, être simplement là, c'est aller chercher l'eau du puits, comme dans la maison de mon enfance. Et à chaque fois, avec surprise, en tirer une eau glacée, vivifiante. Le puits de la maison n'était jamais vide, sans doute alimenté par quelque nappe phréatique invisible, souterraine, insoupçonnée. Le dojo comme un puits de l'enfance.

Incliner le haut du corps, puis l'ensemble dans l'expiration, les mains ouvertes à plat sur le tapis, paumes vers le ciel, prêtes à accueillir le front qui s'y dépose comme une feuille.

La pratique respiratoire démarre. Une succession de mouvements que l'on fait seul. Mais depuis que la séance a commencé, on est à la fois seul et on l'est pas. Quelque chose se manifeste ou se perçoit dès lors que le groupe est à l'unisson. Le maître est comme le chef d'orchestre, d'une certaine manière. Là aussi, on se tient sur la ligne de crête entre la solitude et l'être ensemble.

Combien de fois ai-je connu ce cas de figure, cette équation parfois si délicate à résoudre, que les présences sur scène doivent être autonomes et, dans le même temps, échapper à leur propre autonomie pour se rendre poreuses à plus ample qu'elles.

Je m'amuse parfois à visualiser certains mouvements comme un appel au jeu que je lancerai aux kamis du lieu. Réveillez-vous! Venez jouer! Ils sont dans les murs à ma gauche, à ma droite, au dessus de moi, jusque dans le sol. L'habitude fait que le souffle se cale sur chaque mouvement, et accroît son amplitude, sa densité. Debout! Venez jouer!

L'Aïkido a noué un lien avec quelque chose de l'enfance en moi. De l'enthousiasme d'aller jouer. De dépenser son énergie. De rouler, bondir, jouer à. Attaquer, se battre, faire semblant de. Le plateau aussi, à l'origine. Les années ont permis de préserver cette part tout en ouvrant, heureusement, des terrains d'une plus grande profondeur.

Mais de temps en temps, je reviens à cette énergie première qui me donne invariablement le sourire. Viens. On va s'amuser. L'occasion aussi de se foutre de l'excès de sérieux qui parfois rend raide, inquiet, ou méfiant.

La pratique respiratoire se poursuit et le souffle est là, stable. Les mouvements suivent. Puis vient la séance avec la partenaire. On travaille sur une saisie arrière avec étranglement. Bien sûr, on n'étrangle pas, mais la saisie du col du kimono doit être réelle, et placée de telle manière que la contrainte est ressentie. Pas d'excès de zèle, mais pas de complaisance non plus.

La saisir avec étranglement arrière permet de ressentir la magie de la technique. Les poignets, avant bras et bras se lèvent sur l'inspire, créant de fait une ouverture dans la saisie, et comme la souris, on se faufile dans la brèche ouverte. Puis la main qui avait saisi le poignet se retrouve à son tour dans la main de celui ou celle qui subissait la contrainte. De là, on guide au sol et on applique une immobilisation.

Ma partenaire du jour m'arrive à l'épaule, est ceinture noire, et bien plus âgée que moi. Ici, par de fioritures. Les mouvements sont précis, clairs. Je m'aperçois à quel point le travail de « Uke »,

celui qui va recevoir la technique, c'est à dire celui qui attaque au démarrage, demande de l'attention. Lorsqu'on est « Tori », celui qui va faire la technique, on sait qu'on a à agir. Uke applique l'attaque, la saisie, et Tori réplique.

Ce qui est intéressant, passionnant pour le coup ce matin, c'est l'écoute en tant que Uke et comment, bien qu'on reçoit la technique, il est important d'être à l'écoute de la moindre ouverture pour, éventuellement, s'y glisser. Vouloir rentrer à tous prix serait idiot, et empêcherait l'autre de pratiquer sereinement, mais attendre que l'autre fasse la technique, c'est comme si on ne jouait pas vraiment le jeu. On se retrouve alors avec un partenaire mou, une saisie molle qui n'a de contrainte que le nom. Il n'y a pas la base dont on a besoin pour travailler. Comme si, à peine lancée, l'attaque battait en retraite.

Là aussi, j'ai l'image d'une ligne de crête sur laquelle il faut marcher pour être dans l'attaque ou la saisie de la bonne manière et surtout dans une constance tout au long de la technique. Ainsi, je cherche la petite bête, je joue le sournois et ma partenaire sourit. Elle sait que je suis là, et que je reste là, y compris quand elle applique la technique. Elle l'applique donc sans me laisser une seule fenêtre d'entrée et je vais au sol.

Inversion des rôles. Je bouge trop le bras et pas assez le corps, mon maître me fait remarquer. j'ajuste aussitôt. Ça passe. Je connais cette technique depuis longtemps. mais il faut remettre à jour, inlassablement, ne serait-ce que parce que l'état de corps est différent, mais aussi parce que chaque technique est en soi une porte, une ouverture possible vers autre chose, un autre univers. Plus dans le centre. Le non agir. Pour l'instant, je me contente d'être centré et de ne pas faire d'erreurs.

On change de partenaire. Une autre tonalité. Une autre couleur. Un autre goût. C'est assez fascinant. La technique est la même, mais l'arrivée d'un autre, d'une autre, lui donne une résonance totalement différente.

Une autre femme vient. Je la connais bien. Très bien même. Elle aussi. Intimement. Le temps de quelques minutes, nous pratiquons ensemble, et ja sens là, pleinement. Cela faisait bien longtemps, tu sais. Bien longtemps que je m'étais éloigné du dojo et là, je revois comme depuis la mer sa rive qui se rapproche, et celle et ceux que je connais, dont les visages se dessinent plus nettement, peu à peu, devant mes yeux. Je revois ton visage dans le matin d'un dimanche d'automne et on est encore là, tous les deux. La technique raconte autre chose.

Je reviens à ma partenaire initiale. Pas besoin de force, on ne va pas trop vite, et on fait attention aux chutes avant. C'est posé, ça respire. C'est très bien ainsi.

On change encore de partenaire. Je me retrouve avec un homme, ceinture noire. On choisit sans se le dire de passer sur un mode plus dynamique. On a suffisamment d'expérience et de confiance l'un dans l'autre pour y aller franchement. On y met plus d'énergie, et plus de vitesse. Les chutes sont plus rapides, la voix sort. Je retrouve ce goût enfantin d'y aller, de me jeter dans le jeu.

Je suis étonné de comment la même technique peut prendre des formes si différentes. C'est comme si l'on peignait le même paysage avec des couleurs différentes, changeantes. Comme si une histoire différente se racontait. Le changement de partenaire est précieux, il nous pousse à accueillir plus amplement en soi. Et l'espace dévolu à l'autre en soi, cet espace que l'on croyait acquis, brusquement s'élargit ou va creuser sous la terre pour y lancer des racines invisibles. On se met en jachère.

Je reviens avec ma partenaire du début. La séance se poursuit, en grande partie consacrée à la même technique. Je ne vois pas le temps passer.

Longtemps j'ai été loin. Longtemps j'avais laissé la rive s'éloigner de mon regard. Le chemin m'a reconduit ici. Cet espace des tatamis, foulé depuis tant d'années.

Et ce matin, la sensation de cet espace est un peu parente de celle que j'ai du plateau. L'espace

cent fois foulé, qui contient, comme le puits de l'enfance, l'accès à une source profonde qui se renouvelle d'elle-même.

Le courant. C'est peut-être cela que je sens ce matin. Etre pris dans un léger courant.

Le mouvement libre clôture la séance. Comme une forme d'improvisation. On attaque de la manière qu'on souhaite, le partenaire doit y réagir. Cela se passe de façon fluide, sans accroc. Sans intensité particulière et cela ne me gêne pas. J'ai appris à me méfier de la recherche d'intensité. Elle empêche de voir des éléments plus subtils.

La séance s'achève. On reprend nos places du début. Une boucle dans le temps. Ainsi, chacun retourne à sa position initiale et l'on se retrouve tous face au monochrome de temps, de silence et d'immobilité du matin naissant.

Je m'incline, les tempes en sueur. Et comme souvent, à peine la séance finie, j'aimerais qu'une autre suive. Je vais vers ma partenaire, la salue, plie son hakama. Puis je plie le mien.

Il y a une certaine joie à accomplir ces mêmes formes ritualisées qui, bien que venant d'un autre temps, d'une autre culture, correspondent à quelque chose en moi de présent.

Sans doute est-ce parce qu'elles sont basées sur l'étiquette, une sorte de colonne vertébrale des comportements au dojo, qui me convient. Et aussi parce qu'elle créent, pour moi occidental cérébral contemporain, de façon très simple, du poème. Et la poésie m'est nécessaire.

Un des anciens me donne quelques minutes de son temps pour poser ses mains sur mon dos allongé. Il a vu que mon corps est tendu, brouillé, j'imagine. En effet, les dernières semaines ont été dures. Je me doute que le corps a encaissé.

J'ai toute confiance dans son regard. On trouve un coin un peu à l'écart sur les tatamis. La séance est finie. Les kamis sont retournés dans les murs, ou batifolent loin de mon regard. Je m'allonge au sol, ferme les yeux. Je sens le contact de ses deux mains dans mon dos.

Le dojo est vide à nouveau. Nos deux respirations flottent dans l'espace, à peine audibles.