

21 juin 2010.

« La voie parcourue s'efface derrière celui qui la parcourt ; elle s'évapore. Il ne reste rien. Aucune trace. » Je feuillette après la séance un livre sur l'interprétation des kanji utilisés en Aïkido. Sur le terme DO, la voie, le chemin, je lis cela.

Le chemin s'évapore au fur et à mesure qu'il est parcouru. A bien y réfléchir, c'est parfaitement vrai. Si l'on enlève les traces que l'on garde, le plus souvent pour se créer des points de repère, il ne reste rien. Le plateau est imparable en ce sens. C'est sans doute une des raisons pour lesquelles je le pratique avec autant d'intérêt, de passion. Je n'ai toujours pas compris ce mystère. Nous travaillons pendant des mois, des années parfois, à préparer un projet, nous le jouons quelque soirs et il ne reste rien. Ce rien-là est magnifique autant qu'il est insondable ou parfois même effrayant. Métaphore de notre condition.

Il y a trois jours, je suis retourné au dojo. Les derniers mois ont été vécus loin des tatamis. J'ai senti un manque grandir, au fur et à mesure. Le dojo me paraissait loin, sur une autre rive, sur une terre que j'avais foulée mais qui s'était éloignée, en peu de temps, à une distance quasi inaccessible.

J'ai laissé le manque grandir jusqu'à ce qu'il me réclame des comptes. Le dojo s'est mis à prendre une place de plus en plus importante dans mon esprit. J'ai dû me rendre à l'évidence. J'ai besoin de cet endroit, de cette pratique, j'ai envie de continuer à creuser cette direction.

La première séance depuis un long temps m'a littéralement laissé sur les genoux. Mon corps a complètement perdu l'habitude de se réveiller tôt, (6 heures 10 en semaine, 7 heures le week-end). Je dois combattre avec moi-même pour m'extraire et me mettre en chemin vers le dojo. La séance en elle-même se passe bien. J'ai parfois le souffle un peu court, mais je tiens la cadence. Je retrouve mon maître, je retrouve les tatamis, la pratique solitaire et celle avec un partenaire que j'ai depuis oublié. Ce n'est qu'après, au sortir du dojo, que le corps me lâche. Une fatigue inattendue me prend, m'empêche de voir au-delà et je peine à me traîner dans la matinée. Les jambes sont douloureuses, je n'ai qu'une envie : dormir. Je me couche après le déjeuner pour récupérer, une petite heure me dis-je. J'ouvrirai les yeux 3 heures et demie plus tard. Une séance d'une heure et quelques le matin et c'est toute ma journée qui en est bouleversée. Pour autant, je n'abandonne pas mon désir de reprendre la pratique. Je constate seulement à quel point je suis à la rue.

Lorsque je me réveille ce matin à 6 heures, j'agis automatiquement. J'ai une vingtaine de minutes de périphérie à faire pour me rendre au dojo. Pas de sentiments. Je trace. J'arrive au dojo légèrement en avance, le temps de prendre un café dans cette ambiance si particulière d'avant séance. Je mets mon kimono, mon hakama. Assis sur les tatamis, je rentre en moi-même pendant quelques minutes avant que la séance ne commence. Un endroit de recueillement. C'est cela le dojo. Notamment cela. Mais cette dimension est capitale. On ne peut la trouver dans un club il me semble. On ne peut la trouver que dans un dojo. Lieu de la recherche, lieu de la voie. Le plateau est pareil. Il devrait être pareil, de mon point de vue.

Ma partenaire est sensiblement du même niveau que moi. Ma pratique n'a pas trop perdu il me semble. Le souffle est là, je tâche d'agrandir le centre, de ne pas me river sur une succession de mouvements. Mon placement n'est pas très bon. Mon maître vient me corriger. Je tâche de maintenir une attention importante sur le centre. Difficile encore d'englober la partenaire. Je ne peux que constater le niveau médian où je me trouve. Difficile encore de

savoir comment évoluer. Mon maître ne nous suit pas en permanence. Parfois, il nous laisse pratiquer et ne vient pas nous corriger. A nous de faire le chemin. Cela me paraît juste. Ma partenaire et moi enchaînons les mouvements. Aux trois quarts de la séance, je sens que j'ai du mal à reprendre mon souffle et que mes jambes sont douloureuses. Mon corps me rappelle encore à l'ordre. Et dire que pendant le stage d'été, nous allons faire trois séances par jour...

De mon point de vue, je manque d'ouverture. Ma base est relativement stable quoique imprécise techniquement. Mais c'est surtout l'amplitude qui n'est pas suffisante. Le centre doit être le point de départ et la source qui alimente tous les mouvements. Parfois, on tient le centre au début du mouvement, et puis l'on se perd dans des enchaînements plus ou moins hasardeux. Ou oublie son centre et alors ce n'est plus qu'une suite de mouvements dans lesquels le risque de passer en force est grand. Passer en force ou au contraire, être tellement loin de son centre que la technique ne peut pas fonctionner.

La séance s'achève. Ni content, ni pas content. Ma partenaire me porte, dos à dos, comme à la fin de chaque séance. Lorsqu'à mon tour je la porte, à la fin du mouvement, nos deux corps se redressent de concert. Nous sommes debout, dos contre dos, la technique est achevée et pourtant, quelque chose se passe. Nous gardons le contact, comme si l'étirement pouvait se poursuivre, plus profondément. Nous penchons la tête légèrement en arrière, ma main vient se poser sur le haut de son front. Pendant une respiration, nous sommes ensemble. Ensemble d'une manière totalement inattendue, imprévisible et pourtant extrêmement intime. Je connais cela. Je sais que mon maître a traduit Aïkido par « fusion de sensibilité ». J'ai déjà ressenti cela sur certaines techniques, avec certains partenaires. Et là cela arrive soudainement, parce que l'un comme l'autre avons été capables de suivre une sorte d'intuition qui nous a ouvert la porte. Il y a quelques années encore, j'aurais été incapable de sentir une telle porte, un tel appel d'air qui est absolument subtil. Aujourd'hui cela vient, cela dure une respiration, inspiration et expiration, puis s'achève aussi naturellement que cela était arrivé. Ma partenaire et moi nous saluons et allons prendre place en seiza pour la fin de la séance.

Les yeux fermés, je reste longtemps assis, recueilli en moi-même. Rien de tout cela n'est extraordinaire. C'est la base de la vie, d'une certaine perception de la vie. Nous avons tellement perdu cette forme de perception que cela nous paraît aujourd'hui incongru, suspect, étrange, mystique ou je ne sais quoi d'autre. A chacun son chemin je serai tenté de dire. La vie est suffisamment ample pour contenir toujours plus de dimensions que ce que nous croyons.