



Janvier 2022

COMMISSION ENSEIGNANTS - EXAMINATEURS

Fiche n°5

Au vu des retours de nombre d'Enseignants en ce début d'année 2022, il ressort que la morosité d'hier, non seulement ne se dissipe pas, mais semble planer plus lourdement sur les dojos, jusqu'à finir par atteindre l'enthousiasme des plus vaillants.

En effet, contraintes sanitaires qui perdurent, incertitudes qui planent toujours, prudence et crainte pour les pratiquants de venir se « mêler au groupe », cours dispensés avec un effectif très restreint, tout cela se conjugue au point que les indications données en début de pandémie ont perdu leur effet d'antidote.

Que faire quand on se sent ainsi désarmé ?

« Quand on ne peut pas changer les choses, on peut changer notre regard sur les choses ».

C'est un conseil que TAMURA Senseï prodiguait souvent lorsque nous étions en bute avec une situation perçue comme insoluble. (Cette sentence demeure très présente dans la culture japonaise et bien ancrée dans le comportement de nos amis du soleil levant, ce qui explique sans doute leur meilleure adaptabilité. Cette sentence est ainsi devenue une règle de vie dans le domaine du Budo ; il paraît donc bien naturel que TAMURA Senseï n'eut de cesse de la rappeler chaque fois que nécessaire).

Aujourd'hui notre désir, si louable soit-il, de « reprendre comme avant, ne vient-il pas affecter notre moral dès lors que le rendez-vous n'est pas là, et ce en dépit de nos efforts constants ?

« Changer notre regard » est un exercice difficile, car il nécessite une prise de distance (« Ma-Aï » ?), une remise en cause de nos modes de pensée bien établies et nos réflexes émotionnels (« Mu Ga Mu Shin ? »). « Changer notre regard sur les choses » demande également d'accepter l'idée qu'une vision autre, et jusqu'alors inconnue, serait plus efficiente au cas particulier.

N'est-ce donc pas le moment de suivre cette recommandation afin que notre regard soit en adéquation avec cette situation que nous ne pouvons changer ? Plus l'Enseignant y parvient, mieux les élèves seront à même d'amorcer cette transformation, n'est-ce pas.

«D'abord accepte puis change ».

TAMURA Sensei utilisait cette phrase lapidaire, avec grand calme, lorsqu'il nous voyait englués dans un refus véhément devant une directive ministérielle (notamment) dont nous avons grand mal à admettre un quelconque bienfondé.

« Si ce n'est pas *omote*, c'est *ura* ». Pour sentir si c'est *ura* plutôt que *omote*, n'est-il pas indispensable d'avoir accepté l'attaque de *Aïte* afin de ne pas être « englué » dans notre mouvement ?

L'on sent bien la justesse de la remarque de Sensei lorsque qu'il s'agit de la pratique sur les tatamis. Mais n'est-il pas judicieux en cette circonstance de « *d'abord accepter* » ? car accepter n'est pas être résigné, mais être disponible pour changer et rester libre dans toute situation, quelle qu'elle soit. N'est-ce pas en fait ce que l'Aïkido nous enseigne, ce que nous sommes venus chercher pour nous-mêmes, et ce que les pratiquants souhaitent découvrir à travers l'Enseignement que nous dispensons ?

Il semble bien que cette période soit tout à fait propice pour mieux nous ouvrir et apprivoiser ce que renferme l'Aïkido. Parmi les *Doka*(*) de O'Sensei, une indication très forte est donnée à l'intention de tous les Aïkidoka ; et elle demeure d'une étonnante actualité :

- « Constatant le triste état du monde,
- « Cessons de geindre indéfiniment
- « Aidons-nous de cet état de fait
- « Pour poursuivre notre Chemin avec vaillance ».

Sachez que nous maintenons une attention forte à votre égard. Si l'heure n'est pas venue de parler « technique », nous en préparons les prémices. Ainsi, nous souhaitons une très Belle Année 2022 en poursuivant ensemble notre Chemin avec vaillance.

(*). *Doka* : littéralement « *Chants de la Voie* » sont des poèmes organisés selon le schéma japonais traditionnel des vers et rédigés par les Grands Maîtres du Budo. Comme la plupart des grands Maîtres, O'Sensei utilisait les *Doka* pour transcrire son Message.
