

修
明
館

SHU
MEI
KAN

AIKIDO
CULTURE
JAPONAISE

Décès de Rumiko Tamura



Madame Rumiko Tamura, épouse de Nobuyoshi Tamura Shihan, est décédée dans sa maison de Saint-Maximin-la-Sainte-Baume, dans la nuit du 9 au 10 avril 2020. Ses funérailles familiales se sont déroulées le mercredi 15 avril 2020.

L'École Nationale d'Aïkido et la Fédération Française d'Aïkido et de Budo – Aïkikai de France s'associent pour lui rendre hommage.



École Nationale d'Aïkido
Fédération Française
d'Aïkido et de Budo

N°25

SOMMAIRE

ÉDITORIAL

ENA/FFAB

A la source de l'Aïkido

- Paroles du fondateur : La voie de l'Amour
O'Senseï Morihei Ueshiba

Hommage à Rumiko Tamura

- Lettre à Rumiko Tamura
Yamada Shihan
- Rencontre avec Rumiko Tamura
Rumiko Tamura
- Hommage du Consulat du Japon

Aïkido : le sens de la pratique

- Finalité de l'enseignement
Nobuyoshi Tamura Shihan
- Pratiquer l'Aïkido sans attachement
Kizaburo Osawa Shihan

Témoignage de sempaï

- Gagner la « Vérité » ?
Claude Pellerin Shihan
- Le Aï de O'Senseï
Jacques Bonemaison Shihan
- Se nettoyer soi-même pour entrer dans la non-dualité
Gilbert Milliat Shihan

Shumeïkan

- Remerciements
Xavier Boucher

Madame Tamura nous a quittés, doucement, sans bruit, comme elle a vécu à nos côtés, comme elle a pratiqué, notamment depuis la disparition de son mari, soit à Shumeïkan, soit lors des stages un peu partout en France et au Japon, comme elle a accompagné les activités la Commission Féminine FFAB, dont elle était membre d'honneur.

Nous l'avions rencontrée le samedi 11 janvier dernier à Shumeïkan à l'occasion de Kagami Biraki, en présence de Madame la Consule, chargée des affaires culturelles du Consulat du Japon à Marseille. Chaque année, Madame Tamura se faisait un point d'honneur de participer à cette invitation, désirant, par cette présence, nous faire partager les liens avec le Japon. Fidèle à elle-même, présente auprès de tous, elle savait engager la conversation avec chacun et ne pouvait s'empêcher d'aider afin que tout soit parfait. Shumeïkan était sa seconde maison (n'apportait-elle pas, très souvent, une marmite de potage à partager avec tous !). Elle participait souvent aux Assemblées Générales de l'ENA et côtoyait régulièrement le personnel du siège FFAB avec qui elle partageait chaque année le repas de nouvel an.

Depuis la disparition de Senseï, Madame Tamura a toujours été à nos côtés aussi bien dans nos relations avec Doshu que lors de nos visites à l'Aïkikaiï, ou encore lors de l'accueil d'experts Japonais ! Une page se tourne pour nombre de pratiquants qui l'ont côtoyée en France et de par le monde. C'est une grande tristesse ressentie pour nous tous.

Eu égard à la situation sanitaire actuelle, les funérailles ont été sobres, dans le cadre familial. Les dirigeants de la FFAB et de l'ENA partagent cette grande peine et transmettent à la famille leurs plus vives condoléances. Nous vous rappelons aussi la possibilité des condoléances sur la page Facebook intitulée « Rumiko Tamura » créée par la famille.

Ce numéro de la revue Shumeïkan est donc un numéro commun, tout comme cet éditorial FFAB/ENA, dédié en partie à un hommage à Madame Tamura et qui sera diffusé tant aux adhérents de l'ENA qu'aux clubs et instances de la FFAB. Une autre orientation viendra demain..., avec l'information annoncée par Xavier : la revue Shumeïkan, diffusée jusqu'à présent sous l'égide de l'ENA, cessera de paraître dans sa forme actuelle après ce n° 25.

D'une volonté commune de ne pas voir disparaître cette revue de qualité, les Présidents de la FFAB et de l'ENA devraient vous proposer une nouvelle orientation avec, d'une part la diffusion rapprochée (électronique) d'une lettre d'information adressée aux clubs, d'autre part une contribution commune FFAB/ENA pour cette revue Shumeïkan, avec des articles de fond comme le proposait l'équipe de Xavier depuis 12 ans. Mais cela c'est demain...

En ces temps difficiles, et qui le seront encore de nombreux mois, vos dirigeants vous apportent tout leur soutien et ne manqueront pas d'être aux côtés des clubs pour les assister quant à la reprise.

Tous ensemble, clubs, pratiquants, acteurs fédéraux, nous pourrons faire face et reprendre avec joie le développement de l'Aïkido : ce sera notre mission commune.

J.-P. Horrie, Président de l'ENA et M. Gillet, Président de la FFAB.

Revue Shumeïkan ISSN : 2101-4922.

Directeur de publication : J.-P. Horrie.

Rédacteurs en chef : X. Boucher,
S. Fassetta.

Comité de rédaction : M. Beaugrand,
F. Lefèvre, J. Bonemaison, M. Gillet.

Photo de couverture : Gilbert Girard.

Merci aux photographes, contributeurs et à
S. Fassetta, Co-rédacteur.

Remerciements particuliers aux équipes
de relecteurs qui, avec minutie et rigueur,
contribuent à la qualité de cette revue.

Maquette - PAO : E. Ranchoup et S. Cruz.

Imprimée par : Imprimerie IDO,
ZA Le placier Route de Bonson
42680 Saint-Marcellin-en-Forez,
04 77 52 80 64

ÉDITORIAL SHUMEÏKAN

Madame Tamura est décédée.

Et notre monde est différent.

Le monde est différent pour notre famille d'Aïkido. Profondément, j'ai le sentiment que Nobuyoshi et Rumiko Tamura ont construit autour d'eux une famille, quelles que soient les difficultés que cela a pu comporter. Ils ont construit une famille et nous ont transmis un Aïkido où la famille est l'environnement naturel dans lequel peut se développer notre pratique et s'épanouir notre recherche. Une famille qui offre un soutien majeur pour entrer et rester en contact avec ce qui tisse, de manière essentielle, notre vie humaine.

Yamada Shihan l'exprime d'une manière magnifique dans cette lettre à Rumiko Tamura, écrite au moment de son décès. Elle me semble évoquer si simplement, si directement la profondeur des liens qui les unissaient. C'est un très beau message sur ce qui est essentiel dans notre pratique et dans la vie. En écho, Madame Tamura nous le dit une dernière fois : « L'Aïkido, c'est la vie ». Cette lettre a été écrite, suite à une demande des enfants de Madame Tamura, du fait que Yamada Shihan ne pouvait pas être présent physiquement pour la cérémonie funéraire. Ce message a été déposé dans le cercueil de Madame Tamura et l'accompagne dorénavant.

Madame Tamura est donc le cœur de ce numéro très particulier de Shumeïkan. Sans l'avoir décidé, avec sa discrétion unique et si humble, elle est aujourd'hui notre cœur. Il y a quelques mois, nous ne savions encore presque rien de ce qui l'affectait et elle-même envisageait de longues années de pratique encore. Mais, pour la première fois ou presque, elle avait accepté de nous ouvrir un peu plus personnellement son propre parcours de vie. Il s'agit d'une interview réalisée par Maryse Morin, pratiquante bretonne et l'un des piliers du stage de Lesneven où se rendait chaque année Rumiko Tamura. Ce texte, peut-être pouvons-nous le regarder comme les derniers messages que nous envoient Maître Tamura et Madame Tamura, pour construire l'avenir ?

Madame Tamura est au cœur de cette publication, qui sera le dernier numéro de Shumeïkan dans son esprit et sa forme actuels, avec l'équipe que je coordonne. Cette évolution importante n'est aucunement induite par le départ de Madame Tamura. Mais nous l'avions discutée avec elle depuis quelques mois, et nous avons pris cette décision indépendamment de son décès qui vient d'intervenir. La revue Shumeïkan était indissociable de l'esprit Shumeïkan, exprimé par exemple dans l'ouvrage posthume « Nobuyoshi Tamura, son Message, son Héritage ». Et le monde de l'Aïkido a déjà profondément changé depuis 10 ans. Nous espérons que l'avenir permettra de faire vivre de nouveau le même esprit : nous gardons profondément en nous cette transmission, kokoro no kokoro. Quant à la suite de cette revue portée jusqu'à présent par l'ENA, l'ENA et la FFAB vous informeront de la manière dont la continuité sera assurée.

Nous avons préparé ce dernier numéro de Shumeïkan, en point d'orgue des trois derniers numéros consacrés au « Do », à la « transmission », au « chemin de connaissance de soi », en terminant par le thème « Aï », souvent traduit de manière trop réductrice dans notre pratique. Quel est ce sens « Aï » de l'art porté par Morihei Ueshiba ? Comment ce sens nous a-t-il été transmis de génération en génération ? Comment pouvons-nous engager la suite du chemin, dans le respect de cette transmission ? C'est la question que nous avons posée à certains de nos sempaïs parmi les plus aguerris. Ainsi, dans ce dernier numéro, avec le sens de « l'esprit d'amour » que nous insuffle le message de Ueshiba, avec l'éclairage très explicite et synthétique de Nobuyoshi Tamura puis de Osawa Shihan sur le cœur du chemin proposé par l'Aïkido, trois shihans de la FFAB nous expriment également leur propre cheminement à ce sujet : Claude Pellerin Shihan, Jacques Bonemaison Shihan et Gilbert Milliat Shihan nous font part de leur perception actuelle de ce chemin.

Je clôturerai ce parcours de 12 ans au service de l'esprit Shumeïkan, par mes remerciements à vous tous, exprimés à la fin de cette revue.

Xavier Boucher, rédacteur en chef.

Paroles du
fondateur :

O'Senseï
Morihei
Ueshiba



AMOUR (AI). Calligraphie tracée par O'Senseï

O'Senseï a expliqué sa vision de l'Aïkido à l'occasion de plusieurs cours et conférences, explications rassemblées ultérieurement par son fils Kisshomaru Ueshiba.

Ces textes présentent des enseignements internes du fondateur de l'Aïkido : empreints de culture japonaise traditionnelle, ils sont profondément marqués par la connaissance et la pratique spirituelles de Morihei Ueshiba.

Les extraits cités ci-après sont publiés au sein de l'ouvrage « Aïkido, Enseignements Secrets », Budo Editions.

L'Aïkido est l'esprit de l'Amour

« Comment est-il possible de bannir le mal au plus profond de nous, de purifier nos cœurs et de s'harmoniser avec le mouvement du cosmos ?

En tout premier lieu, vous devez vous convaincre que votre esprit individuel et l'esprit universel ne font qu'un. Qu'est-ce que l'esprit universel ? Au-dessus et en dessous, dans les quatre directions, dans le passé et le présent, l'esprit universel a toujours participé d'un seul grand idéal : l'amour.

L'amour ne combat jamais. L'amour n'a pas d'ennemi. Tout ce qui fait naître l'animosité ou crée la discorde n'a rien de commun avec l'esprit universel [...].

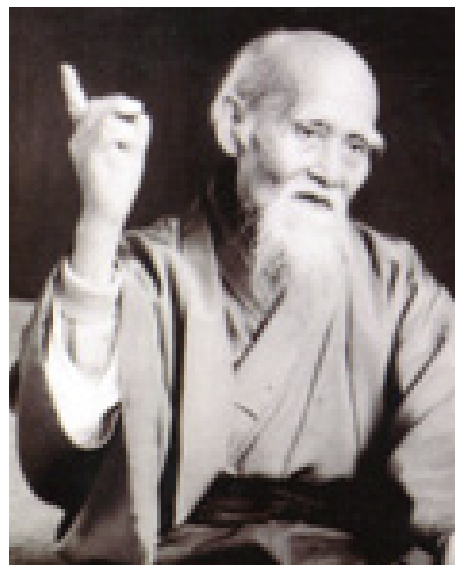
L'authentique Budo n'a pas d'ennemi. L'authentique Budo est la manifestation de l'amour. L'amour ne tue jamais ; l'amour nourrit. L'amour permet à toute chose de s'accomplir. L'amour est l'ange gardien de tous les êtres vivants. S'il n'y a pas d'amour, rien ne peut s'accomplir. L'Aïkido est la matérialisation de l'amour ».

La voie de l'Amour

« La finalité de la pratique de l'Aïkido n'est pas de tuer les autres. J'ai fini par comprendre que Aï (harmonie) est en fait Ai (amour) : l'Aïkido, "la voie de l'harmonie", est en réalité l'Aïkido, "la Voie de l'amour". Ce que je sous-entends par le terme Aïki est fondamentalement différent de ce qu'il impliquait pour les anciens maîtres d'arts martiaux. Ils voyaient l'Aïki comme une technique martiale efficace. Je le vois comme une fonction de l'amour. Prenez le temps d'y réfléchir attentivement ».

Créer la paix et l'harmonie

« L'amour est la source qui anime cet univers : toutes les actions sont une fonction de l'amour. L'Aïkido est l'expression la plus pure et la plus directe de cette vérité. C'est le chemin original qui permet d'agir de manière constante pour créer la paix et l'harmonie entre tous les hommes et toutes les cultures du monde ».



O'Senseï Morihei Ueshiba.

Extraits de l'ouvrage « Aïkido, Enseignements Secrets », Budo Editions.

Lettre à
Rumiko Tamura
Yamada Shihan

Yamada Shihan, frère de cœur de Tamura Shihan et grand-frère de cœur de Rumiko Tamura, a écrit cette lettre en réponse aux enfants de Mme Tamura, du fait qu'il n'était pas autorisé à se rendre physiquement à la cérémonie funéraire. Ce message a été déposé dans le cercueil de Mme Tamura et l'accompagne dorénavant.

April 12, 2020

Dear Rumiko-san,

I cannot believe what I'm doing now. Why, why, why?

It's only ten years ago we all cried together to say goodbye to your husband Tamura Sensei and now it's for you. Again, why, why? I can't believe it. I have known you for over 60 years. You were a college student and very cute. Then you married Tamura Sensei and I was so happy for you. As Sensei's wife, you helped and supported Sensei's difficult mission all over the world and I was happy that I was a part of it.

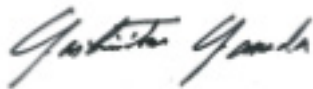
We shared a lot of good times together. We practiced together, drank together, traveled together and sometimes cooked together. What a wonderful time we had together. But now you are gone. You are gone before me and you can't do that.

You know I consider myself a part of the Tamura family. That means your children and grandchildren are mine as well. Please allow me to look after them.

Please sleep in peace. Don't forget we love you and miss you.

Yours,

Y. Yamada.



Très chère Rumiko,

Je ne peux croire ce que je suis en train de faire. Pourquoi, pourquoi, pourquoi ?

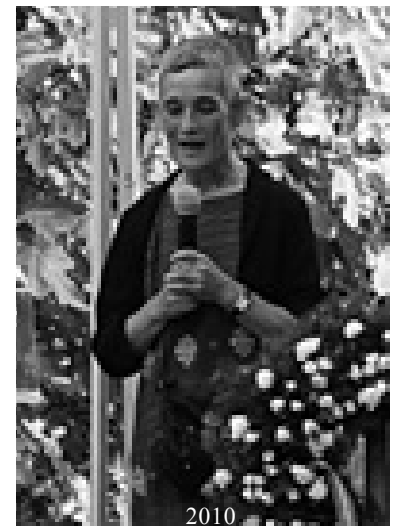
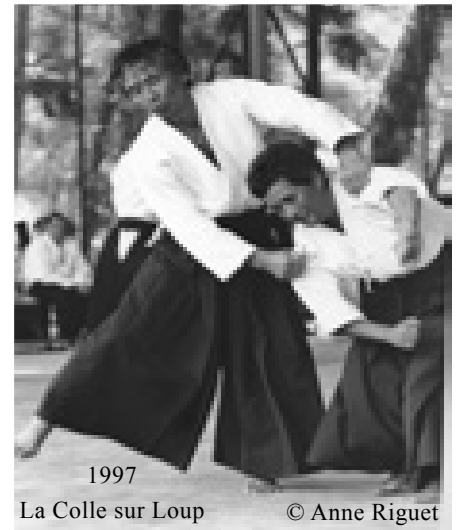
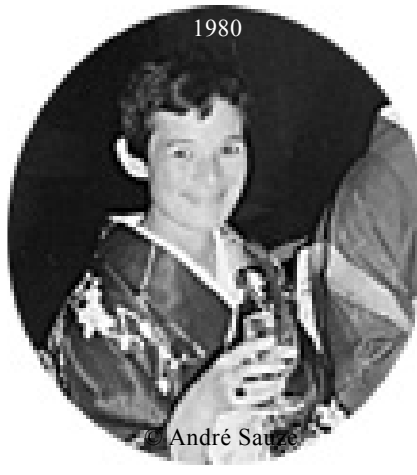
Il y a de cela presque dix ans, nous avons tous pleuré ensemble pour dire au-revoir à votre mari Tamura Sensei et maintenant c'est pour vous. Encore une fois, pourquoi, pourquoi ? Je ne peux m'y résoudre. J'ai fait votre connaissance il y a plus de 60 ans. Vous étiez une lycéenne, très charmante. Plus tard, vous vous êtes mariée avec Tamura Sensei et cela m'a rempli de bonheur. En tant que femme de Sensei, vous l'avez soutenu et aidé dans sa difficile mission dans le monde entier et j'étais heureux de contribuer à cette mission.

Nous avons partagé énormément de bons moments ensemble. Nous avons pratiqué ensemble, nous avons bu ensemble, nous avons voyagé et parfois cuisiné ensemble. Quels magnifiques moments passés ensemble ! Mais dorénavant vous êtes partie. Vous êtes partie avant moi et vous ne pouvez pas faire cela.

Vous savez que je me considère comme un membre de la famille Tamura. Cela signifie que vos enfants et vos petits-enfants sont les miens aussi. S'il vous plaît autorisez moi à en prendre soin.

S'il vous plaît dormez en paix. N'oubliez pas que nous vous aimons et que vous nous manquez.

Yoshimitsu Yamada Shihan.



Rencontre avec
Rumiko Tamura
Janvier 2020



© Bruno Germain

Nobuyoshi et Rumiko Tamura

C'est dans sa maison à Saint-Maximin-la-Sainte-Baume, devant une tasse de thé et près d'un feu de cheminée, que cette rencontre s'est déroulée.

Je remercie Rumiko Tamura d'avoir accepté cet entretien, d'avoir accepté de parler de son enfance au Japon, de sa vie en France.

Une grande dame discrète, attentive, attentionnée et toujours passionnée.

Ces propos ont été recueillis par Maryse Morin.

Pour commencer, pouvez-vous nous parler un peu de votre enfance, de votre jeunesse au Japon ?

Ma jeunesse s'est déroulée après la guerre : ma maison natale était entièrement brûlée et il restait juste le terrain. Mon père a rapidement reconstruit une petite maison. Et je peux dire que mon enfance était vraiment très heureuse... notamment parce qu'il y avait un grand terrain. Auparavant ce terrain était un joli jardin, mais après la guerre tout était brûlé, si bien que ce terrain est devenu un grand lieu d'aventure : on était tout le temps dehors et on s'amusait beaucoup sur ce terrain tout brûlé ! J'avais tout le temps des petites blessures et on ne se soignait pas vraiment, si ce n'est avec un peu

de mercurochrome... Mais c'était vraiment une période magnifique !

Juste à côté de notre maison, sur le même terrain, mon père a construit une autre demeure pour la maman de ma mère et pour son frère. Nous avions à peu près le même âge que leurs enfants (mes cousins et cousines...), si bien que l'on s'est beaucoup amusé dans cette grande famille durant toute mon enfance : on était tout le temps ensemble, filles et garçons, à jouer sur ce grand terrain en ruine.

J'ai vécu toute mon enfance à Tokyo : on n'avait rien, mais on était très heureux !

Quelle scolarité, quelles études avez-vous suivies ? Et comment êtes-vous venue à la pratique de l'Aïkido ?

Avec ma sœur, du primaire jusqu'au secondaire, pendant neuf ans, nous étions à l'école privée des filles et cela s'est très bien passé. Par la suite je suis rentrée au lycée, à l'école de musique.

J'ai commencé le violon à l'âge de 9 ans, mais je pense que c'était déjà un peu tard pour commencer. C'est à force de travailler que j'ai commencé à aimer le violon ; mais, malgré ces progrès, il me semble que je n'étais pas exactement faite pour cela. Après

le lycée, j'ai continué à l'université, là aussi pour étudier la musique. J'ai donc suivi 3 ans de lycée et ensuite 4 ans de conservatoire à l'université de musicologie, qui était juste à côté de l'école des beaux-arts.

J'ai commencé l'Aïkido à l'âge de 18 ans.

Après les cours à l'université, on rentrait la plupart du temps à la maison avec quelques collègues. Et parfois, un sempai qui s'appelait Monsieur Araï (il est de Takasaki), prenait le même train que nous. Un jour, il me dit : « Je me rends au dojo d'Aïkido maintenant, si tu veux venir pour regarder ». Alors, avec quelques copains, on l'a suivi et c'est la manière dont j'ai découvert l'Aïkido pour la première fois. Je ne connaissais absolument rien à cette pratique et cela m'a intéressée. Et puis, des garçons japonais qui portaient un kimono avec un hakama... je trouvais cela très chic et très beau : c'est sans doute aussi pour cela que j'ai commencé. Même si je ne m'en souviens pas très bien, je crois que la première fois que j'y suis allée, c'était le cours de mon (futur) mari !

C'était au Hombu Dojo ? Qui donnait les cours ? Quels senseïs avez-vous connus et avec lesquels

avez-vous le plus pratiqué ?

Oui, je pratiquais en effet au Hombu Dojo. Lorsque O Senseï était à Tokyo, il assurait le premier cours à 6h30, sinon le cours était donné par le premier Doshu Kisshomaru Ueshiba Senseï. C'est aux cours du Doshu auxquels j'ai assisté le plus souvent. Bien sûr, bien d'autres personnes enseignaient encore au Hombu Dojo. Chaque cours était différent et, par exemple, j'ai également participé assez fréquemment aux cours de Osawa Senseï de 8h à 9h (le père de Hayato qui enseigne actuellement à l'Aïkikai).

J'ai connu tous les senseïs de cette époque. Tous étaient encore là : Yamada Senseï qui était kayoi no deshi, c'est-à-dire qu'il ne dormait pas au dojo mais venait pratiquer tous les jours ; par contre Tamura Senseï, Kanaï Senseï, Sugano

Senseï, Chiba Senseï étaient uchi deshis ; il y avait aussi Tada Senseï, Arikawa Senseï. Mon (futur) mari avait un cours le mercredi après-midi (me semble-t-il...). Tous les uchi deshis donnaient d'ailleurs un cours l'après-midi.

J'ai commencé au mois de mai, en démarrant la pratique une fois par semaine. Ensuite, les vacances scolaires de juillet-août sont arrivées et, même si le dojo restait ouvert, je ne m'y suis pas rendue durant cette période. C'est au mois de septembre que j'ai commencé plus sérieusement : cette fois, j'y allais presque tous les jours, le matin dès 6h30 jusqu'à 7h30 et ensuite en fonction des horaires de cours à l'école. Parfois je pratiquais de 8h à 9h et après je me rendais à l'école ; ensuite quand je terminais les cours à l'école assez tôt, j'y retournais.

Cela dépendait donc des jours, mais dès que je pouvais je me rendais au dojo.

A cette époque, y avait-il déjà des femmes pratiquantes d'Aïkido au Japon ?

Non, peu de femmes pratiquaient l'Aïkido à cette époque. Juste quelques-unes le matin et un peu plus l'après-midi et le soir, avec un bon niveau. Ce sont des bons souvenirs et j'aimerais bien les revoir, mais j'ai reçu peu de nouvelles et j'ai perdu de vue certaines de ces pratiquantes. Comme les femmes étaient peu nombreuses, tout le monde était très attentionné avec moi, comme avec toutes les femmes de cette époque.

Cependant, nous étions également confrontées à des difficultés, notamment parce que les garçons japonais ne voulaient pas prendre comme partenaires les filles débutantes. Du fait que nous débutions, pratiquer avec nous les intéressait peu, surtout le matin : assez souvent j'étais la seule fille et personne ne voulait travailler avec moi.

Et votre rencontre avec Tamura Senseï, pouvez-vous nous la raconter ?

A cette époque mon (futur) mari était le responsable des uchi deshis. Personne n'osait l'inviter pour pratiquer et souvent il restait lui aussi tout seul. Il me proposait alors d'être sa partenaire de pratique. Je travaillais souvent également avec Saotome Senseï.

Il se trouve qu'un jour, mon (futur) mari donnait le cours et a pris comme partenaire Araï Senseï. A cette époque mon mari était 5^e dan et Araï Senseï 1^{er} dan. Mon (futur) mari faisait chuter Araï Senseï de manière intensive et, à un moment, le pied de Araï Senseï est venu me percuter dans le ventre ; alors je me suis plainte à mon (futur) mari, il m'a dit : « Pour m'excuser, je t'invite à boire le café ». Je lui ai



Pendant la pratique...

répondu : « Ah, juste le café ? ». Plus tard, il m'a également invitée à un repas et ce fût notre première sortie.

Nous nous sommes mariés en mai 1964, après la fin de mes études, puis nous sommes partis en France au mois d'octobre : j'avais alors 22 ans.

La légende dit que vous êtes partis en France pour votre voyage de noces ?

[Rires...] Après la cérémonie de mariage (environ deux jours après) nous sommes partis en voyage de noces un peu vers le nord du Japon, d'abord à Akita parce que mon mari avait un premier ami aikidoka qui avait un hôtel et un second ami une auberge de style japonais à Sendai. Tous deux nous ont invités et cela nous a permis de ne payer que le prix du train, car nous n'avions que peu d'argent.

En fait, j'ai peu travaillé au Japon : juste quelques mois dans l'orchestre du Japon. C'était embêtant, parce que les responsables de l'époque prenaient rarement des filles, du fait que leurs mariages les conduisaient souvent à s'arrêter de travailler. Cela s'est vérifié dans mon cas : j'ai travaillé quelques mois dans l'orchestre du Japon et j'ai ensuite arrêté parce que nous partions en Europe.

Avant notre départ, mon mari travaillait pour l'Aïkikaï. Il intervenait, ainsi que Yamada Senseï et Sugano Senseï je crois, dans les bases américaines autour de Tokyo et dans quelques universités aussi. C'est à cette même époque que tous les uchi deshis ont commencé à enseigner au Japon mais aussi de par le monde : c'était une belle époque ! Mais, c'est aussi à cette époque que tous les uchi deshis ont quitté le Hombu Dojo, voire même le Japon : toute une génération d'uchi deshis de haut niveau, qui avait connu O'Senseï, s'est ainsi éloignée.

Pouvez-vous nous raconter les circonstances de votre arrivée en



Avec Yamada Shihan à l'occasion de ses 80 ans, Lesneven 2018

France ?

J'avais de la famille en Allemagne car ma grand-mère était allemande. Le rêve de ma famille était que je continue à étudier la musique là-bas. Mais, en même temps, Maître Noro, qui vivait à Paris et Nakazono Senseï, qui était encore en France, avaient écrit à mon mari à propos de leur projet de construction d'un dojo à Paris. Ils avaient demandé à mon mari de venir pour enseigner l'Aïkido dans ce dojo et c'est ce qui nous a conduits à venir nous installer en France.

C'est ainsi que nous avons pris le bateau en direction de Marseille. A cette époque tout le monde voyageait en bateau. Nous sommes arrivés à Marseille après un mois de traversée et de nombreuses escales : Hong-Kong, Saïgon, Singapour, Bombay, Colombo, Djibouti et Barcelone. C'est seulement une fois arrivés à Marseille que nous avons appris que le dojo de Paris n'était pas construit et qu'il n'était plus question de nous installer à Paris. Heureusement, Nakazono Senseï nous a gentiment accueillis avec sa famille.

Par la suite, Nakazono Senseï a amené mon mari en stage pour le présenter aux pratiquants français.

Et quelques années après, Nakazono Senseï est parti à Paris. Plus tard, il s'est également rendu aux Etats-Unis, à Santa Fe. Quant à nous, nous avons décidé de rester sur Marseille où Jean Zin a proposé à mon mari des cours d'Aïkido dans son dojo de Marseille, ainsi qu'un logement au-dessus du dojo. C'est ainsi que nous avons démarré.

Quelques années plus tard, nous sommes venus nous installer à Saint-Maximin-la-Sainte-Baume. Nous avons fait construire la maison où je vis encore actuellement et cela a duré quatre ans : elle a été construite avec l'aide d'amis aikidokas qui venaient chaque week-end pour y travailler. Pour la finir on a toutefois fait appel à des artisans... car la famille commençait à s'agrandir.

Quand vous êtes arrivée en France, vous ne parliez pas un mot de français ?

C'est vrai : ni français, ni anglais. Par contre, j'avais appris un peu d'allemand en lien avec la musique et avec les racines familiales que j'ai évoquées. Au début, on avait en effet pensé aller vivre en Allemagne ou à Zürich, où nous avons eu aussi quelques propositions.

Pouvez-vous nous parler de votre vie de femme et de mère au foyer en France par rapport au Japon ?

C'est une situation similaire : auparavant les femmes japonaises, tout comme les femmes françaises, n'avaient pas besoin de travailler et elles s'occupaient des enfants et du foyer. Aujourd'hui, en France comme au Japon, elles sont obligées de travailler pour subvenir aux besoins de la famille, pour payer les études des enfants...

Ne vous êtes-vous jamais arrêtée de pratiquer l'Aïkido ?

Si, je me suis arrêtée une quinzaine d'années pour élever mes trois enfants (ce dont je suis très fière !) et pour préparer la valise de l'infatigable voyageur qu'était mon mari. D'ailleurs, je faisais pratiquement tous les week-ends la route entre Saint-Maximin et l'aéroport de Marseille !

Mais après cette période, dès que j'ai pu, j'ai recommencé un petit peu, juste une fois par semaine, de temps en temps. Et maintenant, tant que je pourrai marcher, je continuerai à pratiquer l'Aïkido : le plus longtemps possible j'espère !

Vous est-il venu à l'esprit de retourner vivre au Japon ?

C'est une question que je me pose aujourd'hui, car j'ai vieilli et il arrivera sans doute un moment où je ne pourrai plus m'occuper toute seule de la maison. Peut-être devrai-je entrer en maison de retraite et dans ce cas je préfère une maison de retraite au Japon, notamment parce qu'il reste difficile pour moi de m'exprimer correctement en français. Mais bon, rien ne presse, on verra...

Vous retournez régulièrement au Japon, voir notamment votre sœur. Avez-vous conservé des relations avec la famille de votre mari ? Et profitez-vous de votre séjour à Tokyo pour pratiquer l'Aïkido ?

Je retourne au Japon régulièrement au moins une fois par an, pour voir ma sœur et également rencontrer la famille de mon mari, sa sœur et ses deux frères. Je revois aussi mes cousines et mes cousins avec lesquels j'ai passé une grande partie de mon enfance ; nous nous retrouvons à chacun de mes séjours au Japon. Nous sommes toujours très contents de nous retrouver, nous nous entendons vraiment très bien et nous rigolons beaucoup.

Et bien sûr, j'en profite également pour aller pratiquer au Hombu Dojo.

Depuis le décès de Tamura Senseï, vous êtes restée fidèle au stage d'été de Lesneven, vous pouvez nous expliquer pourquoi ?

[Rires...] Eh bien... parce que j'aime bien les Bretons et que l'on se sent bien là-bas. Ce stage apporte toujours une bonne ambiance et j'ai tellement de magnifiques souvenirs avec mon mari tout comme avec les enfants. Durant bien des années, cette semaine-là représentait une période de vacances en famille, même si mon mari travaillait.

Et puis, il est vrai que l'équipe s'occupe bien de moi pendant ce stage. Il y a également la présence de Yamada Senseï, que je considère comme mon grand frère. Je viendrai à ce stage tant que je pourrai...

Au mois de juin, un grand stage est prévu à Lyon en hommage à Tamura Senseï avec la participation de Yamada Senseï et Osawa Senseï [Note : stage annulé ultérieurement compte tenu du coronavirus]. Que vous évoquent ces deux senseïs ?

Je considère Yamada Senseï comme mon grand frère et je l'estime beaucoup. J'ai également beaucoup fréquenté Osawa Senseï (père) quand j'étais encore au Japon. Et lorsque je vois le travail d'Osawa Senseï (fils) j'ai parfois l'impression de revoir le travail de son père.

Comment définiriez-vous l'Aïkido ?

L'Aïkido c'est la vie.

Qu'est-ce que l'Aïkido vous a apporté ?

Beaucoup de plaisirs, de nombreuses rencontres...

Tant de bonheur !

Un dernier mot ?

Que ce soit au Japon ou en France, j'ai eu une vie très heureuse.

Cet entretien terminé, nous avons regardé une vidéo où nous voyons Tamura Senseï monter sur le tatami : il n'était pas en kimono... mais en costume-cravate lors d'un stage en Autriche [cela a beaucoup fait rire Rumiko] et pendant presque une heure il a fait le cours. Au bout d'un moment, il a tout de même laissé tomber la cravate et relevé les manches de sa chemise.

Un très bon moment passé avec Rumiko Tamura !

Auteure : Rumiko Tamura, pratiquante d'Aïkido, épouse de Nobuyoshi Tamura Shihan

Interview : Maryse Morin, pratiquante d'Aïkido FFAB, ci-dessous avec Rumiko à Lesneven en 2019.



2012 - Kangeiko



2013



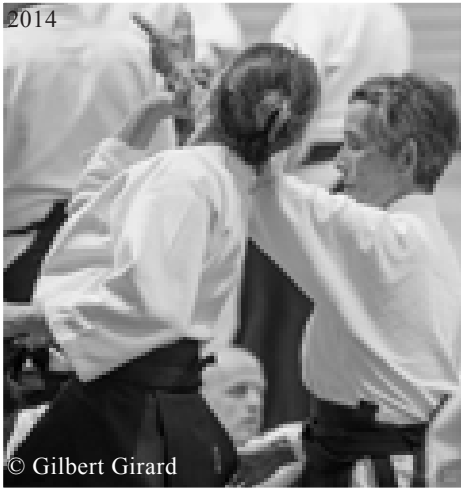
© Gilbert Girard

2013 - Stage à Lyon avec Yoshimitsu Yamada



© Yannick Bruneau

2014



© Benjamin Thomas

2015 - Kagami Biraki



© Yumiko Kondo

2015



© Cédric Chort

2015



© Mireille Hébert

2017



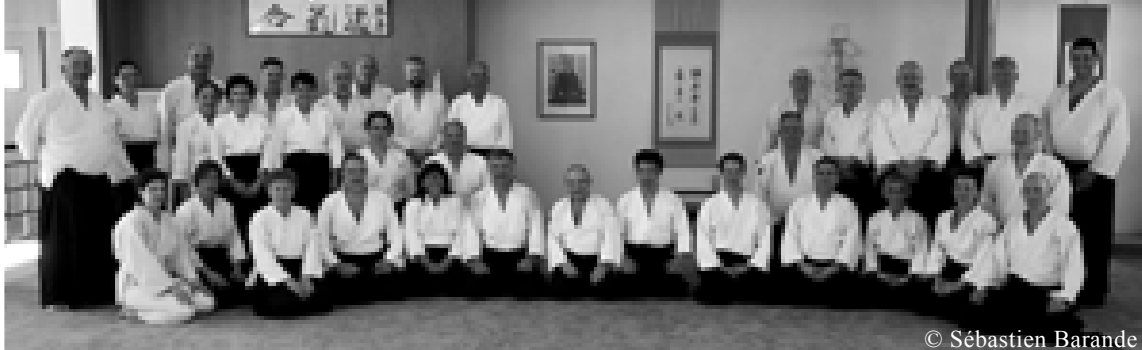
© Benoît Olivier

2018



© Benoît Olivier

2019 - Avec Masamichi au dojo Shumeïkan



© Sébastien Barande

Hommage du
Consulat
Général du
Japon

A tous les membres du Dojo Shumeïkan.

C'est avec une immense tristesse que nous avons appris le décès de Madame Rumiko TAMURA.

Cette nouvelle nous a profondément choqués et émus.

Madame TAMURA, ainsi que son époux feu Maître Nobuyoshi TAMURA, avaient ensemble grandement contribué à faire découvrir non seulement l'Aïkido mais aussi la culture des Arts Martiaux et du Japon aux habitants du Sud de la France.

En lien avec l'association « Les Japonais de Provence », elle était devenu un intermédiaire inestimable entre la communauté japonaise et les français.

Nous ne pourrions compter les occasions au cours desquelles le Consulat lui-même a recouru aux talents et à la gentillesse de Madame TAMURA, nous lui en sommes à jamais reconnaissants.

Sans doute avez-vous partagé avec Madame TAMURA, outre la pratique de l'Aïkido, de nombreux et précieux souvenirs et nous partageons votre peine.

Nous vous présentons nos plus sincères condoléances et nos meilleurs sentiments.

Nous sommes profondément désolés que les circonstances actuelles nous obligent à la brièveté et à la simplicité.

Nous vous prions humblement de bien vouloir transmettre à la famille de Madame TAMURA nos respectueuses condoléances.

Consulat Général du Japon à Marseille



Mme Tamura recevant en 2011 des mains du Consul Général du Japon la décoration de l'ordre du Soleil Levant, rayons d'or et d'argent, décernée à feu Nobuyoshi Tamura par le gouvernement du Japon

Tamura Shihan
Finalité de
l'enseignement



O'Senseï et N. Tamura, ancien Aïkikai, 1959

Ce texte de Nobuyoshi Tamura éclaire de manière très explicite et très synthétique le cœur du chemin proposé par l'Aïkido. Dans un premier paragraphe, Tamura Senseï va droit au but pour exprimer la voie de l'Aïkido qui conduit le pratiquant vers l'homme vrai. Puis Senseï précise ce chemin de manière très explicite : le travail sur le corps, le développement de la vertu par le Bujutsu, le travail au-delà de nos limites mentales, puis le sens de l'étiquette... Tous ces éléments nous conduisant à vivre l'Aïkido à chaque instant de notre quotidien. Pour Tamura Shihan ces mots n'expriment pas un « sens idéaliste », mais la manière de pratiquer et de vivre concrètement l'Aïkido. Ce texte a été publié par Tamura Shihan dans l'ouvrage « AÏKIDO - ÉTIQUETTE ET TRANSMISSION » publié en 1991 aux Editions du Soleil Levant.

L'Aïkido est une voie ascétique qui montre la direction de l'accomplissement de l'humanité au moyen de ki-iku, toku-iku, tai-iku (formation et développement de l'essence : ki, de la sagesse et de la vertu : toku et du corps : tai). Par cette éducation qui comprend et unit le corps et l'esprit, on dépasse les notions de race et de frontière pour former un homme vrai.

Développement du corps

Les mouvements de l'Aïkido sont souples comme sont souples ceux de la nature car ils sont emplis de kokyū ryoku. Ils augmentent la puissance physique, améliorent la santé et la beauté du corps. De même, la souplesse, la résistance à l'effort, les réflexes, la rapidité, etc. sont développés et affûtés.

Les leçons du Bujutsu

En s'imprégnant des méthodes de « préservation de la vie », on acquiert confiance en soi et tranquillité et l'on parvient à la paix de l'esprit en même temps que se développent la volonté d'entreprendre, la persévérance et le sens de l'organisation.

Aspect mental

Il faut surmonter les plus grands ennemis du Budo, la colère, la peur, la crainte, le doute, l'hésitation, le mépris, la vanité et développer une grande fermeté d'âme et un grand courage. Il faut être pénétré de la nécessité de la victoire sur soi-même. C'est par la répétition de la pratique quotidienne que l'on peut vaincre la fatigue, la lassitude et connaître le goût de l'effort, l'importance de la persévérance et la joie de vaincre la difficulté.

Étiquette

Au sein d'une société qui fait

facilement grand cas des techniques, de la force et de la puissance, les règles de l'étiquette permettent de sentir qu'il existe des valeurs supérieures qu'il importe de respecter sans avoir à se forcer. Elles sont la condition sine qua non de la survie d'une société.

Le principe de l'Aïkido et son application à la vie quotidienne

Le principe de l'Aïkido appliqué au travers de Irimi Tenkan, Ki, Kokyū, de la dualité apparente Moi - Adversaire, du travail un contre plusieurs, enseigne le sens de l'unité, de l'harmonie, de l'amour et de la paix.

L'Aïkido exprime au moyen du corps l'ordre de l'univers. Si l'ordre de l'univers est correctement appliqué au corps, la technique et la santé s'épanouissent naturellement. Si l'ordre de l'univers est correctement appliqué à la vie quotidienne, l'éducation, le travail et la personnalité s'épanouissent naturellement. Si l'ordre de l'univers est correctement appliqué à la société, l'harmonie sociale et la relation entre soi et les autres s'épanouissent naturellement. L'humanité, comme une seule famille, œuvrera alors pour le rétablissement du monde dont l'harmonie est aujourd'hui troublée.

Nobuyoshi Tamura Shihan.

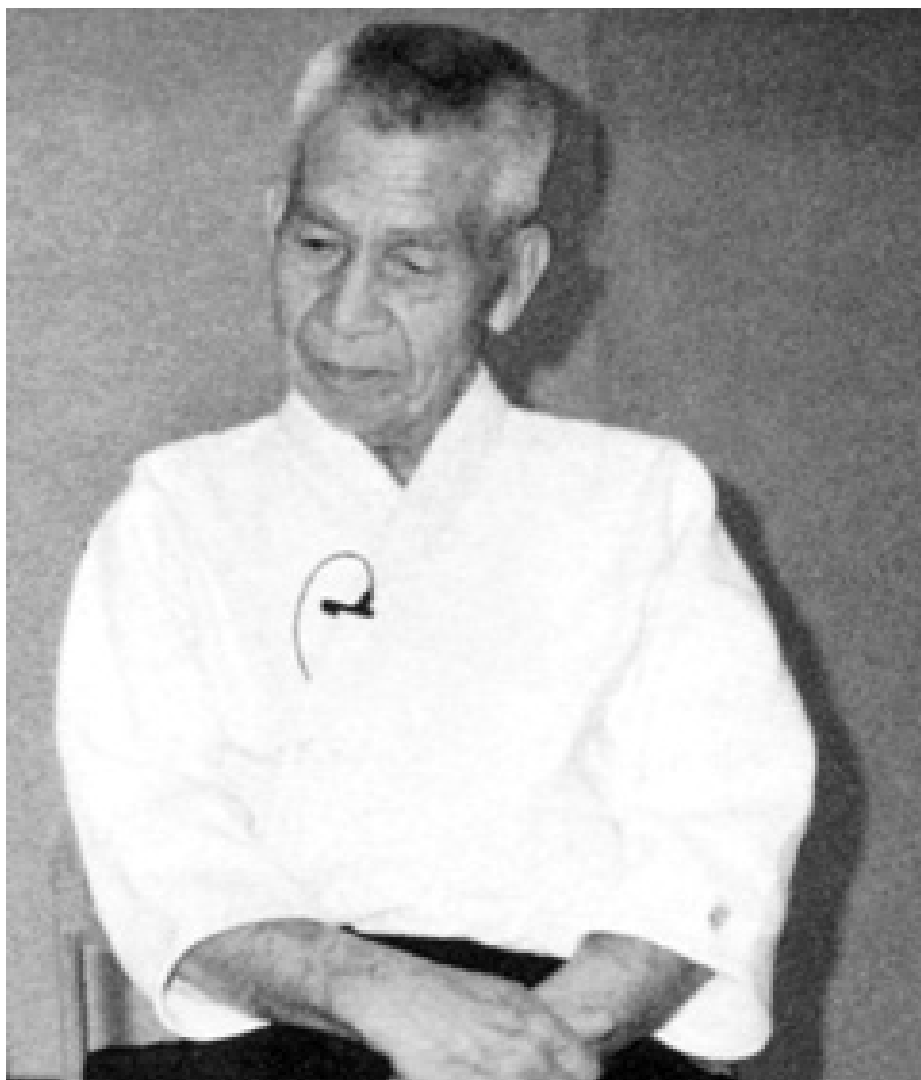
Osawa Shihan

Pratiquer
l'Aïkido sans
attachement

Ce texte a été écrit par Stéphane Benedetti, d'après un entretien avec Osawa Kisaburo Senseï alors directeur du Sekai Aïkido So Hombu Dojo. Stéphane Benedetti est lui-même élève direct de Tamura Shihan qu'il rencontrera à l'âge de 15 ans en 1966 et dont il suivra l'enseignement jusqu'à son décès en 2010. Orientaliste par des études de japonais, chinois, sanscrit et historien des religions par sa formation, il a vécu neuf ans au Japon où il a étudié sous la direction de Nonaka Shihan à Miyazaki et de Kobayashi Shihan à Osaka. Ce texte a été publié en avant-propos du livre de Tamura Shihan dans l'ouvrage « AÏKIDO - ETIQUETTE ET TRANSMISSION » publié en 1991 aux Editions du Soleil Levant.

Maître, pourriez-vous nous dire comment la pratique du Zen a influé sur votre pratique de l'Aïkido ? D'autre part, accepteriez-vous d'écrire une préface au prochain livre de Maître Tamura ?

Je pratique le Soto-Zen. J'ai été disciple de Sawaki Kôdô Rôshi, le maître de Deshimaru Rôshi. Le Zen-Soto n'est pas la poursuite du satori, de l'illumination... C'est s'asseoir tout simplement, disait-il. Etre clair et limpide comme un miroir qui



Osawa Kisaburo Shihan

réfléchit tous les aspects du monde sans rien chercher à retenir ni à garder par devers soi. Plus pur est le miroir, moins il y a d'attachement. C'est le concept mu-sho-toku central au Soto-Zen. Quand le miroir n'est pas parfaitement limpide, il transforme le monde qu'il reçoit.

De même, dans notre esprit, la moindre trace d'ego s'attache au monde et cherche à s'en saisir pour le faire sien et le figer. Je cherche à pratiquer l'Aïkido sans attachement, comme un miroir.

L'attachement fait naître l'esprit combatif ; or l'Aïkido est une recherche de la liberté véritable, recherche qui se fait en pétrissant le corps comme un bon boulanger pétrit son pain, et non une méthode de destruction. Dans l'Aïkido, il y a

la liberté du miroir.

Bien sûr, nous devons, s'il y a bien un miroir à polir, pratiquer l'Aïkido dans ce sens, chacun aidant l'autre à cette tâche. C'est pour cela qu'il est paradoxal de transmettre l'Aïkido au moyen d'un livre car un livre n'est pas un miroir, c'est une manifestation de l'ego qui voudrait fixer le reflet du monde.

Vous me demandez d'écrire, or on ne peut rien fixer par écrit !

Essayez plutôt de noter mes paroles...

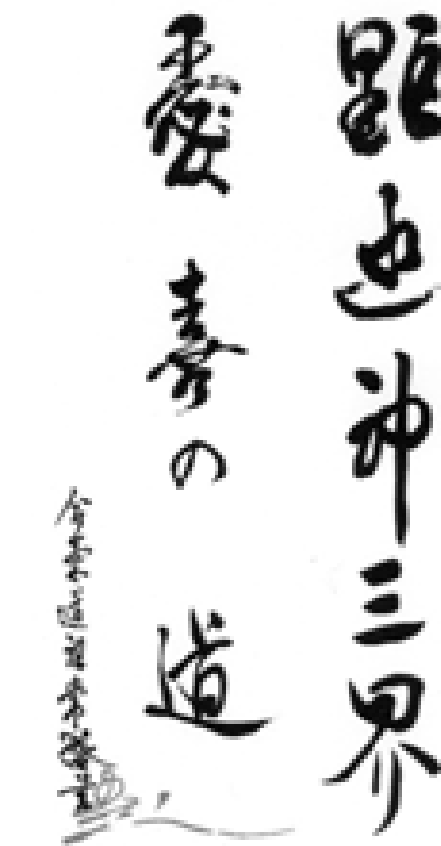
Maître Osawa nous a donc laissé la responsabilité de jouer les miroirs sales.

L'auteur : Stéphane Benedetti Shihan, 7^e dan Aïkikâi.

Gagner la
« Vérité » ?

Claude Pellerin Shihan, CEN FFAB 8^e dan, a débuté la pratique en 1969 pour devenir rapidement un proche et fidèle élève de Maître Tamura. Il a été président du département technique de la FFAB jusqu'en 1992 et il est actuellement responsable de la Commission Haut Niveau, Chargé d'Enseignement National. Il enseigne au Dojo Shumeïkan de Bras ainsi que dans ses dojos à Marseille et aux Pennes Mirabeaux. Il contribue au développement de l'Aïkido en Europe en intervenant régulièrement, depuis de nombreuses années, pour les différentes Fédérations (AMI-RABAT, AKP, AETAIKI, AIKAN ESPAGNE, VAV, JBN-NCA, FSA, OAV) et pour les dojos Ken Shin Kai (Munich) et Shumeïkan de Vienne.

Cette calligraphie de O'Senseï (« Ken yu shin san gai Aïki no michi ») exprime trois mondes et place l'Aïkido entre monde spirituel et monde matériel. Cette calligraphie me rappelle une démonstration réalisée à Paris, en présence des Maîtres Tamura, Yamada, Chiba et de Kisshomaru Ueshiba, pour la Fédération Internationale d'Aïkido. A cette occasion, Shirata Shihan était venu à Paris et avait participé à la démonstration. Il avait simplement fait une démonstration avec le



Ken yu shin san gai Aïki no michi

Calligraphie de O'Senseï Morihei Ueshiba.

Texte de O'Senseï, traduit par Tamura Nobuyoshi :

Un monde aux formes définies, un monde sans forme définie, le monde des esprits. C'est dans ces trois mondes que transmigrent les êtres sensibles. La raison d'être de l'Aïkido est de faire en sorte que ces trois mondes puissent coexister au mieux. Aïki est la voie de l'amour et de la joie. La voie d'Aïki est un monde par-delà les conflits, les guerres, les compétitions et les épreuves de force !

bokken, en coupant dans les quatre directions avec le kiaï. Il avait ajouté ce message : « L'Aïkido est une discipline spirituelle, ce n'est pas une discipline physique ».

J'ai gardé ce souvenir gravé en moi. Aujourd'hui, au Dojo Shumeïkan, nous avons cette calligraphie qui situe l'Aïkido entre monde matériel et monde spirituel. Après le départ de Senseï, j'avais proposé à Madame Tamura de re-parcourir symboliquement le chemin que Senseï suivait lui-même et donc de remettre chaque année au kamiza du Dojo Shumeïkan une des calligraphies que Senseï y avait placées. Chaque année, il disposait une calligraphie particulière de O'Senseï au kamiza. A cette époque, Senseï s'occupait de tout et je n'étais pas si attentif à l'importance de ce travail, même si j'interrogeais bien sûr Senseï sur le sens de chacune de ces calligraphies. C'est quand

Senseï est parti que j'ai commencé à me poser des questions et peut être mieux comprendre... Chaque année, Senseï disposait une calligraphie dans son dojo et cela devait lui servir de compas pour la pratique de l'année, cela donnait le sens de sa propre recherche.

Il me semble que cette calligraphie « Ken yu shin san gai, Aïki no michi » s'inscrit pleinement dans le sens du message de Shirata Shihan, et, finalement, les autres calligraphies que Senseï a placées au Kamiza du Dojo Shumeïkan vont dans le même sens. Si on observe la pratique de Tamura Shihan, on peut établir le lien concret avec ce sens de travail.

Quand j'ai commencé la pratique avec Senseï, à Marignane, après les cours on allait boire un verre. De mon côté je commençais l'Aïkido et mes questions allaient un peu dans tous les sens. Je ne me souviens plus de

ma question, mais il avait fait cette réponse : l'Aïkido c'est « quitter soi-même, gagner soi-même, gagner la vérité ». Je n'ai jamais oublié cette réponse et cette réponse est toujours restée un guide pour ma pratique. Cela n'a rien à voir avec un sport de combat, ce n'est pas non plus une philosophie, mais plutôt quelque chose entre les deux. C'est ce qui m'intéressait et qui m'a fait rester dans l'Aïkido à long terme, lié bien sûr à ce niveau technique de Senseï un peu extraordinaire : donc également, sous-tendues, une autre recherche et une autre démarche dans la pratique. Cela rejoint ces calligraphies du Dojo Shumeïkan qui donnent un sens à cette démarche où nous engage l'Aïkido.

Mais, dans la pratique de Tamura Shihan, comment faire le lien entre cette dimension plus « spirituelle » et la pratique physique en tant que telle ?

J'ai apporté aussi cette deuxième calligraphie du Dojo Shumeïkan : Katsu Haya Hi. Elle exprime ce message : « Dans l'Aïkido, il n'y a ni temps, ni espace, il n'y a que l'univers ».

Par exemple, dans les « fondamentaux », on dit entre autres d'étudier le Ma Ai, et cette calligraphie se place hors du Ma Ai. Si on regarde avec plus d'attention la pratique de Senseï, avant qu'il ne commence on avait l'impression que tout était déjà fini. Souvent je donnais cette image : avant même l'attaque, on avait la sensation que tout était fait, que le paquet cadeau était prêt, il avait déjà mis le papier, l'étiquette, le tampon... Avant même de commencer, tout semblait déjà fini. C'est une manière d'exprimer que sa pratique se situait à un autre niveau que ce que l'on pratique nous-mêmes habituellement. Cela rejoint ce qui est exprimé par ces calligraphies : « Il n'y a ni temps, ni espace, il n'y a que l'Univers », ou encore : « L'Aïkido entre monde

KATSU



HAYA



HI



Katsu Haya Hi

Calligraphie de

O'Senseï Morihei Ueshiba

Dans l'Aïkido, il n'y a ni temps, ni espace. Il n'y a que l'univers.

C'est cela Katsu Haya Hi.

matériel et monde spirituel », c'est-à-dire que l'Aïkido est une discipline « spirituelle ».

Cela rejoint cette autre remarque que faisait souvent Senseï : « Il t'a touché, il t'a coupé ». Dès lors que l'on est touché, c'est déjà fini, inutile de continuer... Et donc on pratique avec les armes ou sans les armes avec ce même sens.

Cela illustre la notion de « sen no sen ». Cette notion avait été apportée par une question de Daniel Boubault dans sa lettre de motivation pour participer au stage Haut Niveau. Daniel avait vécu au Japon et parlait très bien le japonais. Senseï me demandait toujours de lui lire les lettres et posait quelquefois des questions. J'avais demandé à Senseï ce que signifiait « sen no sen » et il m'avait répondu : « Sen no sen c'est : avant... avant ». J'avais éclaté

de rire ; Senseï m'avait laissé rigolé, et puis, il avait rajouté : « O'Senseï disait que, pour l'Aïkido, "sen no sen c'est déjà trop tard" », ce qui avait eu l'effet d'une douche froide pour moi...

On retrouve donc ce sens « spirituel » sur lequel on peut s'ouvrir grâce à la pratique technique. Le sens est donc bien celui-là, le sens de la pratique « sen no sen » ou encore le message de Shirata Shihan. A mains nues, comme aux armes, la pratique s'engage avant la saisie, avant le contact ; avec le bokken, le sabre, le jo, le tanto, c'est encore plus évident : quand Aïte fait l'attaque c'est trop tard, c'est quand il décide qu'il faut déjà être engagé ; c'est bien la même démarche...

On peut retrouver ce sens de travail partout, par exemple, dans les derniers exercices de respiration introduits par Senseï. Avant d'inspirer, on commence par expirer complètement puis l'inspiration arrive alors d'elle-même. Pour moi, il s'agit d'un exercice pour mettre les personnes en phase avec leur respiration, avec la respiration : ce n'est plus nous qui décidons, c'est l'inspir qui arrive de lui-même. En démarrant comme cela, en répétant l'exercice, on se met en phase avec notre propre respiration, avec la respiration. Si tout le monde pratique ensemble, on se met tous en phase avec le dojo.

Puis après avoir repris la respiration normale vient cet exercice : la respiration avec les mains jointes comme pour la saisie du sabre et l'idée de garder une balle suspendue à un fil, qui est vraiment très, très riche. On travaille bien sûr pour débloquer le diaphragme et relâcher l'intérieur, mais bien plus encore. Ce qui m'avait marqué quand Senseï pratiquait cet exercice, c'était la puissance de l'inspir. On avait l'impression d'un ballon qui était vidé, et qui se remplissait spontanément en un seul temps. J'ai souvent l'impression que les

gens pratiquent mal cet exercice, ils semblent se cramponner et bloquer ; au contraire, il s'agit d'arriver à tout relâcher et lâcher pour la sensation de tout, au-delà de son propre espace...

Enfin, pour le dernier exercice, Senseï nous disait : « Respiration normale », il rajoutait quelque fois : « Comparer entre avant et après ». Pour moi, c'est un moment magique. Dans le dojo, cela me donne la sensation que toutes les « cervelles » communiquent ensemble. La communication se met en place. Ainsi cette préparation appuyée sur ces exercices de respiration met en place ce qui est nécessaire (entre autres dans nos cervelles) pour ce niveau de pratique que développait Senseï, une pratique dans une dimension autre que seulement la technique.

Donc il ne s'agit pas de passer à côté de ces exercices de respiration. Cela prend du temps, bien sûr. Mais cela nous permet ensuite de pratiquer dans le temps de l'Aïkido et d'essayer de rejoindre « Katsu Haya Hi » : ni temps, ni espace.

Ensuite on continue avec la pratique technique en s'efforçant de conserver ces éléments. Mais si on pense à la technique, dans la pratique, déjà on sépare, on s'est coupé et séparé de l'autre. La pratique à deux, je la considère maintenant un peu comme le « petit exercice », mais le « grand exercice », c'est plutôt ce moment où l'on pratique tous ensemble, où l'on propose les exercices de respiration et tout le monde suit, tout le monde pratique ensemble. Lors de la venue du Doshu en 2016, il y avait beaucoup de monde sur le tatami. Pour la partie de pratique que j'ai dirigée j'ai proposé pour la préparation ces exercices de respiration avec tous : cela a fonctionné, tous ont pratiqué ensemble ! J'ai utilisé la « méthode Tamura » : ne rien dire et juste pratiquer... et tous ont suivi, c'est à la portée de chacun ! C'est ce que

j'appelle le « grand Aïkido ».

Au début on travaille avec les saisies, en essayant d'abandonner la force (c'est un peu comme la connexion avec fil) pour, progressivement, l'appliquer aussi à distance (un peu comme la connexion sans fil). Et donc, si on suit ce cheminement, la pratique de l'Aïkido se situerait là et l'on pourrait dire que l'Aïkido est une discipline « spirituelle » à part entière pour s'ouvrir à cette dimension. Dans ce que Tamura Shihan nous a légué, on trouve tous les éléments nécessaires pour s'ouvrir à cette « spiritualité » et la développer.

Il s'agit également d'aller bien plus loin que ce que j'exprime aujourd'hui. Ce que j'exprime est

seulement ma prise de conscience actuelle, ce n'est qu'une ouverture, il s'agit d'aller bien plus loin que cela... Bien sûr, cette démarche ne peut être dissociée, ne peut que s'appuyer pleinement sur une recherche constante dans l'exigence du réalisme de la technique, pour cela il faut veiller à la qualité des attaques : attaque et défense une même pratique, une même recherche ! La pratique ne peut devenir une chorégraphie et n'est pas une compétition : Senseï disait : « Un Budo ».

Tu as aussi apporté la calligraphie Sunao. Exprime-t-elle pour toi le même sens de pratique ?

Oui, la calligraphie Sunao était certainement liée à la recherche



Sunao
Calligraphie de Maître Kuwahara
Simplicité-Sobriété-Pureté

personnelle de Tamura Shihan. Il avait abordé cette notion à l'occasion du dernier stage Haut Niveau avant son décès. Il était à l'hôpital, déjà très malade. Il m'avait demandé d'aller chercher Michel. Pour le stage Haut Niveau, il nous a dit : « Vous travaillez les bases » et c'est à ce moment là qu'il a abordé cette notion de Sunao. Il nous a indiqué de travailler les bases et pour Sunao, que nous avions du mal à traduire malgré l'aide de Madame Tamura, il nous a dit uniquement : « Sunao, c'est simple » avec un geste de la main. Nous le traduisons maintenant par cette idée « Simplicité, Sobriété, Pureté » : c'était très certainement sa recherche dans chaque geste de l'Aïkido et dans le quotidien.

Tu évoques le quotidien. A titre personnel, dans ta propre recherche, comment pratiques-tu l'Aïkido dans le quotidien ?

Le travail dans chaque moment du quotidien est incontournable. Il est indissociable de cette recherche. On ne peut pas uniquement pratiquer sur le tatami et ensuite arrêter la pratique, cela n'a pas de sens. Au contraire, la pratique sur le tatami est un moment d'exercice privilégié ; ensuite on quitte le tatami et ce que l'on a travaillé fait écho : il y a des choses qui se manifestent d'elles-mêmes. Parfois sur le tatami on découvre quelque chose, puis on sort du tatami et, en dehors de la pratique technique, cela fait écho également : on prend conscience que cela fonctionne aussi comme cela. Ce sont des découvertes, des prises de conscience, qui arrivent d'elles-mêmes, grâce à la pratique. On peut dire que la pratique nourrit la pratique et enrichit la pratique.

Souvent j'utilise cette formule : « sans tirer, sans pousser, sans penser », et j'oriente les exercices dans cette direction de travail. Cette manière de faire est venue d'elle-même, grâce aux autres, grâce à la pratique avec Aïte. On essaie sans tirer : c'est bien mais cela ne

fonctionne pas encore, donc on essaie sans tirer, sans pousser... mais, dès que l'on pense, cela bloque encore, donc il faut arrêter de penser !!!

On rejoint donc cette pratique « spirituelle » évoquée auparavant : si on pense cela bloque tout, on ne peut plus communiquer, on ne peut plus percevoir l'intention de l'autre. Lorsque l'on pense, on veut faire ceci, on veut faire cela, tout est séparé par cette volonté de faire. Si l'on arrive à ne pas penser, les choses se mettent en place d'elles-mêmes.

A titre d'exemple, c'est un exercice que j'ai développé sur Yokomen Uchi en faisant attaquer sur le côté. Si l'on utilise la pensée (« Va-t-il attaquer ne pas attaquer ? »), on est toujours ou trop tôt ou trop tard. Par contre avec l'exercice proposé, on peut amener tous les pratiquants à s'exercer sans penser et, progressivement, tout le monde y arrive. On peut juste montrer, sans rien dire et les pratiquants le font : c'est une compétence à la portée de tout le monde. C'est plutôt de trop penser qui empêche d'ouvrir la porte, toute la présence toute la conscience sans « penser » !

Est-ce que cela rejoint la notion d'unification « corps et esprit », évoquée par O'Senseï ?

Souvent Maître Tamura disait : « Tout ensemble ». Mais il unifiait vraiment tout en lui et avec l'autre et cela avec une autre dimension que je ne sais exprimer. Dire cela est facile ; mais pour le réaliser il faut beaucoup de travail... et sur soi... Si on pense, alors on ne peut pas unifier. On pense au pied, à la main, etc. Mais ce n'est ni le pied, ni la main : c'est tout ensemble. Ce sont les éléments de la pratique de l'Aïkido.

Il faut sans doute des années de maturation pour entrer dans cette pratique ?

Senseï disait : « Deux jours ou vingt ans ». En fait notre compétence est déjà présente. Il ne s'agit pas d'aller la chercher de l'autre côté de la Terre,

mais plutôt à l'intérieur. Mais il reste difficile de faire ressortir ce qui est à l'intérieur de nous. Le trouver, le découvrir, aller au fond des choses...

Bien sûr on apprend les techniques, avec tout l'éventail très vaste de l'Aïkido : les saisies, les attaques, le bokken, le jo. Jusqu'au quatrième dan on apprend cela : copier, répéter, réciter, copier, répéter, réciter... Mais après, il s'agit d'oublier la technique. Quand on a mis tant de temps à se consacrer à cette étude technique, oublier, abandonner, se libérer est un passage difficile que l'on peut franchir ou ne pas franchir : maintenant il faut lâcher, accepter ce lâcher-prise prend du temps... Avec un peu de chance, le pratiquant lâche, mais pourquoi faire ? Sans doute la même chose ! Mais différemment. Le pratiquant a trouvé ses bases, il continue sa recherche à partir de cela. Il fait toujours Ikkyo, mais ce n'est plus la même pratique : arriver à faire par soi-même.

Dans les derniers temps, Senseï disait : « Pour moi l'Aïkido, c'est Shiseï/Kokyu ». C'est une expression magnifique. Je pense que cela rejoint Sunao, l'efficacité de sa technique toujours portée par cette sobriété et cette pureté du geste. Mais quand lui-même l'exprime, c'est complètement différent de ce que moi-même je peux exprimer en disant « Shiseï/Kokyu », ou bien de ce qu'un débutant pourra répéter en disant « Shiseï/Kokyu ». Selon notre pratique, le sens que portent les mots que l'on utilise est très différent.

Tout cet enseignement passe par une manière de vivre l'Aïkido, afin de pouvoir partager cette richesse de générations en générations. D'où l'importance d'un dojo ?

Le Dojo Shumeïkan joue un rôle très important en ce sens. Souvent je l'exprime en disant : « Poser les valises et recharger les batteries ». Poser les valises à l'entrée, c'est tout lâcher. Et puis la pratique est là pour recharger les batteries. Des

choses se passent sur le tatami. Et beaucoup de choses aussi en dehors du tatami : tout ce qui est autour, les moments de convivialité et tous les autres moments ensemble dans le dojo. C'est tout cet ensemble qui est essentiel pour la transmission. Ce que chacun vient prendre au dojo, ce n'est pas pour le garder pour soi, mais pour le partager, pour le donner aux autres.

En même temps, chacun s'enrichit lui-même. Par exemple, c'est ce que j'ai vécu lorsque Senseï a commencé à m'envoyer diriger des stages d'un côté ou de l'autre. En quelque sorte, je faisais du décodage de Senseï : j'avais perçu quelque chose et je le partageais en stage. J'avais la chance de voir Senseï chaque semaine, d'autres ne le voyaient qu'une ou deux fois par mois ou moins. Donc mon rôle était de réaliser ce décodage. Mais ce travail nécessaire de décodage pour les autres m'enrichissait beaucoup, m'ouvrait les yeux, sinon, il y a le risque de perdre le sens : on pratique, on pratique... On ne sait plus pourquoi, mais on continue. Il est souvent difficile de prendre conscience de cela. Et ce travail en stage pour retransmettre aux autres m'a aidé en ce sens et m'a permis d'avancer dans ma propre recherche.

Pour ce travail de transmission, il faut prêter attention aux débutants et surtout ne pas trop les charger. C'est le problème des anciens, qui souvent voudraient tout expliquer aux débutants. Mais c'est trop et le débutant se retrouve bloqué, il n'arrive plus à bouger, il se démotive et fini par ne plus revenir au dojo. Cette attitude ne rend pas du tout service à l'Aïkido. Au contraire, il faut laisser faire le chemin par lui-même et sans bloquer. Puis, après, cibler certains points et les améliorer progressivement.

Pour la dernière carte de vœux que Senseï a proposée en janvier 2010, c'est lui-même qui avait tracé cette calligraphie :

GENKO ICHI : « La parole et les actes la même chose ».

On peut prendre le sens au premier degré et essayer de l'appliquer, ce qui n'est déjà pas mal !

Mais son message apporte une autre ouverture encore bien plus riche...

Claude Pellerin Shihan, CEN FFAB, 8^e dan CSDGE, 7^e dan Aïkikai.

Interview : Xavier Boucher.

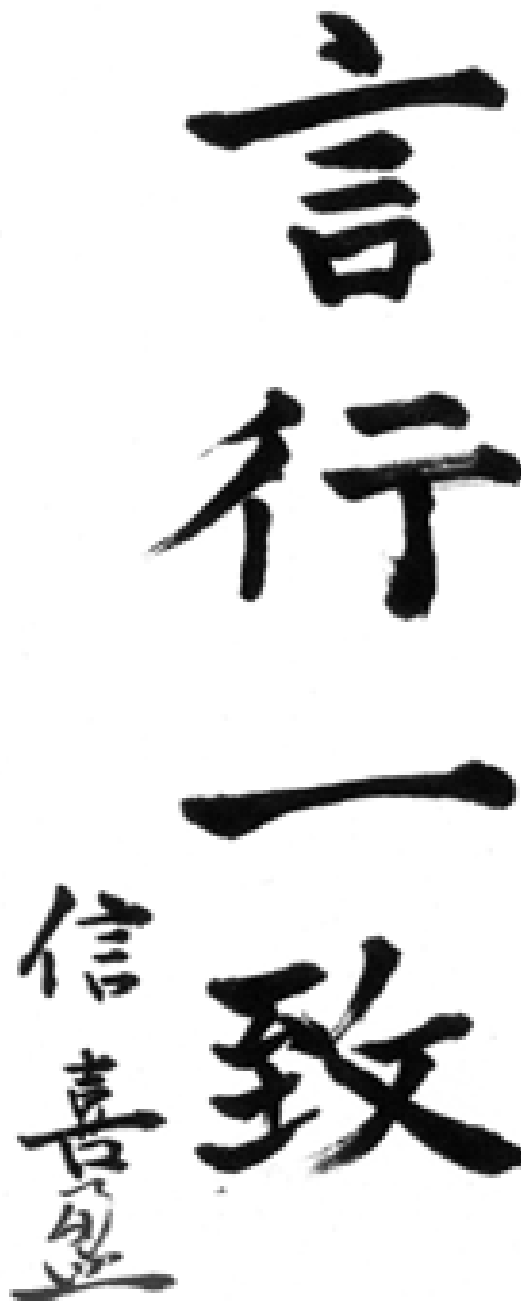
Genko Ichi

言 **gen** est la parole,

行 **ko** l'action,

一致 **ichi** indique qu'au moins deux choses sont en concordance.

Parole et action ne font qu'un. Les mots révèlent le cœur de celui qui parle. « Parole et action ne font qu'un » veut dire qu'il s'agit de faire coïncider intention et action, d'atteindre son but, de tenir la parole donnée.



Le Aï de O'Senseï

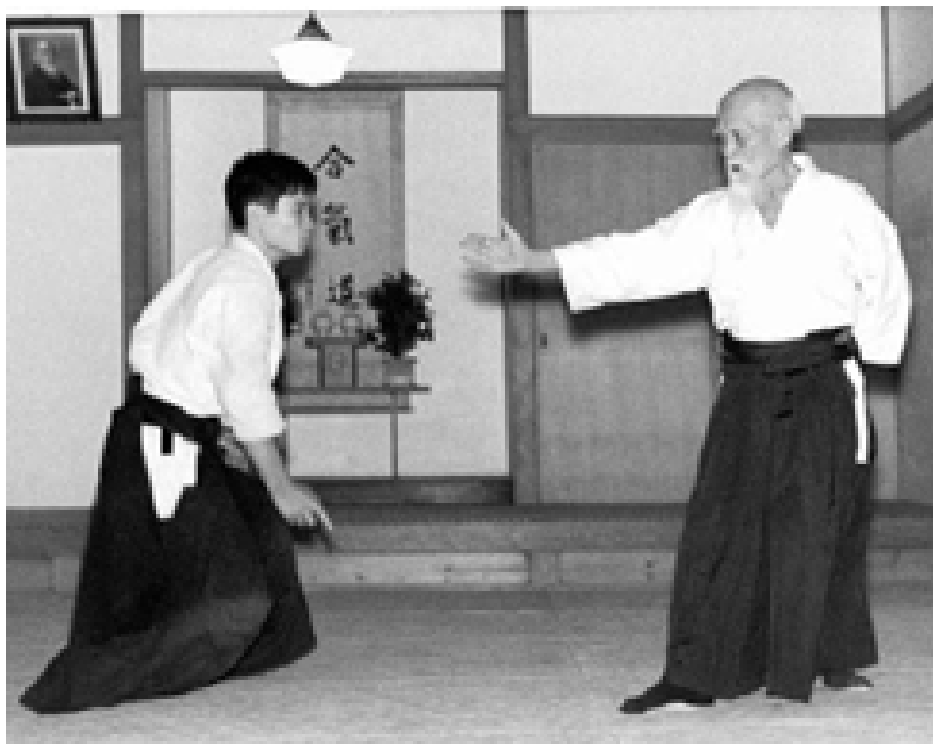
Jacques Bonemaison Shihan, CEN FFAB 7^e dan, a été un élève proche de Tamura Shihan durant tout son cheminement dans l'Aïkido.

Il enseigne à Paris et anime régulièrement des stages en France et à l'étranger. Il est membre de la CSDGE et participe au Comité Directeur de l'Ecole Nationale d'Aïkido (ENA) qui gère le Dojo Shumeïkan.

O'Senseï affirmait que l'Essence de l'Aïkido est « l'Amour divin ». Comment ressens-tu cette assertion ?

Aussi étonnant que cela puisse paraître à première vue, « Aïkido est Amour ». C'est bien ce que O'Senseï signifiait on ne peut plus clairement. Mais peut-être sommes-nous encore très loin de percevoir l'Aïkido dans la plénitude du Message qu'il contient. Sans doute la tendance est-elle d'évacuer le Message au motif qu'il est difficile à entendre, parce que lier Art martial avec Amour semble pour le moins paradoxal, ou simplement que l'on est soi-même peu réceptif à tout ce qui renvoie au divin ?

Cette notion « Aï - Amour » est pourtant bien au cœur du Message de O'Senseï. Maître Ueshiba n'eut de cesse de revenir sur cette notion



O'Senseï ne laissait pas de place à la dualité

et ce, de manière particulièrement signifiante, en utilisant pour « Aï » l'idéogramme « Amour » plutôt que celui, plus connu, de « rencontre, union » qu'il utilisait pour écrire « Aïkido » ou « Aïki » (et c'est bien ce kakemono « Aï - Amour » que Tamura Senseï plaçait souvent au kamiza dans son dojo).

Mais quel message voulait-il faire passer ?

Peut-être chacun reconnaîtra plus aisément le kakemono mis régulièrement au kamiza du Dojo Shumeïkan : « ken yu shin sangaï Aïki no michi » (1), kakemono peint par O'Senseï et qu'il expliquait ainsi : « Un monde visible, un monde invisible, le monde des esprits. C'est dans ces trois mondes que transmigrent les êtres sensibles.

La raison d'être de l'Aïkido est de faire en sorte que ces trois mondes puissent coexister entre eux. Aïki est la voie de l'Amour et de la joie. La voie de l'Aïki est un monde par-delà les conflits, les guerres, les compétitions et les épreuves de force ».

Qu'entends-tu par « Unité » ?

Le premier pas qu'il importe d'effectuer quand on emprunte le chemin de l'Aïkido, peut-être le plus difficile, est de se dépouiller de cette sempiternelle dualité qui maintient et enracine l'idée de confrontation, qui se diffuse à travers la pratique et, par là même, au public une image de l'Aïkido bien éloignée de son propre Message.

Moriteru Ueshiba, l'actuel Doshu, vient de rappeler tout récemment dans un très beau texte rédigé à l'attention de tous les aikidokas du monde entier : « En ce moment, surtout en ce moment, nous devons favoriser l'esprit d'harmonie et ne pas perdre notre sens moral à la peur du virus... Ne perdons pas notre réflexion humaine et notre gentillesse » (2).

Aussi convient-il de noter que ce concept d'Unité ne consiste pas à instaurer directement une harmonie entre soi-même et le partenaire. En effet, si généreuse soit-elle, celle-ci est insuffisamment enracinée et risque de voler en éclat à la suite

d'un évènement extérieur qui viendrait contrarier cette construction humaine. Schéma difficile à percevoir il est vrai : il s'agit d'être Uni avec l'Energie Universelle et c'est par ce « canal » que l'harmonie avec le partenaire devient une réalité vécue. Pas de « raccourci » donc en tissant directement entre Tori et Aïte un lien affectif si sympathique et séduisant soit-il, parce que conforme aux bonnes mœurs du moment.

Il s'agit d'une « boucle transcendante » qui passe au travers du cycle d'Energie Universelle qui, que l'on en soit conscient ou non, irradie tout être vivant, et donc bien évidemment le partenaire. Pour y parvenir, la pratique assidue de notre Art, c'est-à-dire « pétrir le corps » comme aimait le rappeler Tamura Senseï, est faite pour ouvrir progressivement l'esprit à cette dimension car, même si notre culture occidentale n'a pas toujours établi de rapport entre corps et esprit, il est clair que le lien entre les deux est bien réel. Et ce « pétrissage » du corps, peu à peu, permet de dépasser la dualité et ouvre la voie à la découverte de l'Unité.

C'est donc bien l'Union avec l'Energie de l'Univers qui permet l'unification de Soi avec l'Autre.

Penses-tu qu'il existe des méthodes qui puissent conduire les pratiquants à développer consciemment ce travail d'unification ?

Je ne sais pas si l'on peut parler de « méthodes ». Je verrais néanmoins trois éléments qui me paraissent essentiels :

1. Il est vain de chercher à imposer

Ceux qui veulent, prennent. Certaines graines mettent parfois du temps à émerger. A chacun son moment. Ce n'est pas une question de niveau, grade ou autre. Le temps est nécessaire, n'est-ce pas, pour bien forger sa lame.

Par ailleurs, je ressens profondément le fait que la transmission s'effectue avec ce qui est intégré en soi, de par ce qui vit en soi, ce qui émerge de soi. Sans cela, même les meilleurs outils pédagogiques demeurent inopérants. Le vrai guide en montagne n'est-il pas celui qui a « un temps d'avance sur le chemin », et vit fortement la montagne en lui ?

2. Sans cesse se remettre en cause, soi-même, et sa propre pratique

Prenons l'exemple de « nage », traduit généralement par « projection ». O'Senseï disait : « Ne faites pas tomber le partenaire, il doit tomber de lui-même. Le faire tomber est déjà un pas vers la compétition ». En effet, le fait de vouloir « faire » tomber le partenaire (comme si « cet exploit » était la conséquence d'une technique réussie), n'indiquait-il pas que l'esprit demeure englué dans la dualité, le geste trahissant un besoin de dominer, expression de l'ego qui engendre inévitablement confrontation puis désordre ? Cette situation est d'autant plus regrettable que le fait de « vouloir faire tomber » implique qu'Aïte demeure toujours en bonne posture ; et donc, malgré les apparences, l'efficacité semble pour le moins douteuse...

Par contre, en travaillant sur soi-même, en se donnant le moyen de « laisser couler l'Energie », Aïte trouve ce qui devient, non plus une « chute » qui renvoie à une notion d'échec, mais l'« ukemi » qui est la forme subtile de la protection du corps. De fait, le lien entre Tori et Aïte ne saurait être rompu, il perdure de mouvements en mouvements et, grâce à cette pratique, se développe de façon naturelle une gamme d'ondulations créatrices. N'est-ce pas ici qu'il faut chercher le fameux Chemin de l'Harmonie Universelle au bout duquel le sens de la Paix finirait par germer ?

3. Peut-être aussi revisiter notre façon de « guider »

Si l'enseignant se met ostensiblement dans le rôle du « sachant », de fait il y a dualité et les remarques peuvent parfois blesser, humilier, même sans intention. Tandis qu'une démarche d'humilité va finalement atteindre le pratiquant dans sa propre humilité. La dualité aura laissé place à l'Unité et ainsi on peut « avancer ensemble ». C'est peut-être ce que voulait dire Tamura Senseï lors d'un stage CEN à Lyon : « Vous, vous enseignez. Moi je n'enseigne pas, je cherche ».



Aï - Amour, calligraphie tracée par O'Senseï

Durant cette période de confinement, tu as beaucoup pratiqué des exercices de respiration et méditation. Cela a-t-il modifié ton regard sur l'enseignement ?

Sur l'enseignement (je préfère le terme « Art de transmettre »), j'avancerais volontiers l'idée « d'attention profonde », laquelle apparaît comme une attitude incontournable afin que la transmission soit effective.

Prenons simplement l'exemple du mouvement de respiration que Tamura Senseï nous a inculqué (mains accolées, yeux fermés, on descend en soi selon un rythme bien ritualisé). Senseï l'a pratiqué systématiquement pendant ses dix dernières années en insistant sur l'importance. « Ça change tout » disait-il. Nous le pratiquons donc ensemble depuis 20 ans. Ce mouvement est censé être connu, seulement, rien n'est visible de l'extérieur... Seules les explications créent un pont nécessaire à la compréhension. Mais force est de constater que certains pratiquants, bien que gradés, ne parviennent toujours pas à simplement fermer les yeux et ne demandent jamais d'éclaircissements. Ils attendent que les choses se passent...

L'on pourrait maugréer (il m'est arrivé de le faire...!). Or, lors d'un stage récent sur l'île de la Réunion où diverses cultures cohabitent intelligemment, les questions « fusaient »... Alors, j'ai pu prendre conscience que, face aux réalités subtiles ou invisibles, les comportements diffèrent selon les cultures et dans notre culture occidentale il est très difficile d'avouer n'avoir pas compris. On considère que les questions sont réservées aux enfants car ils ne savent pas. Mais l'adulte, surtout s'il est gradé, ne sera pas enclin à faire montre de son ignorance. Alors c'est à nous, enseignants, de sentir



© Bruno Germain

« Ça change tout »

et (comme exprimé plus haut), dans une démarche d'humilité, d'atteindre l'autre dans son humilité afin que l'ouverture se fasse et qu'un lien de confiance se tisse peu à peu.

Il faut passer par l'ascèse ? Mais est-ce possible de nos jours ?

Il semble que le mot ascèse fasse peur. Pourtant « ascèse » vient du grec « askeo » : exercice qui a une dimension intérieure, qui passe par le corps en vue d'atteindre la perfection. C'est un chemin difficile certes, et de nos jours, il est vrai que la tendance serait plutôt de privilégier la facilité, l'absence d'effort. Or « ce qui est facile n'est pas intéressant » affirmait Senseï, car l'Aïkido ouvre en nous une Porte donnant sur une réalité Merveilleuse, qui est là, mais sans un travail personnel profond, elle ne nous est pas accessible. Comme ce simple caillou qui doit être longuement poli pour qu'il devienne diamant.

Lors de ce dernier stage à l'île de la Réunion, un historien passionné nous expliquait qu'un groupe d'esclaves, arrivant enchaînés sur le bord de l'île et prenant conscience de ce qui les attendait, levèrent les

yeux et, regardant la montagne qui se dresse très abrupte et d'une hauteur à donner le vertige, pensèrent : « Si l'on franchit cette montagne si difficile d'accès, on sera libres ». Belle image qui permet de méditer sur le choix entre facilité et ascèse...

La « rencontre » serait-elle « Amour » ?

Il convient de remarquer que cette notion d'Amour insufflée par O'Senseï n'a rien de « fumeux » ou d'inaccessible, encore moins réservée à un groupe d'illuminés.

Indira Gandhi, par exemple, dont la grande sagesse tout comme l'efficacité de sa politique ne sont plus à démontrer, avait déclaré : « Si le pouvoir de l'Amour dépassait l'amour du pouvoir, le monde serait en Paix ». On peut citer d'autres personnes comme cette Maîtresse spirituelle contemporaine de l'Inde, plus précisément de la province du Kerala, qui, bien que hindoue d'origine, déclare que sa « seule religion est l'Amour, que nous sommes tous Un et de la même Essence » (il est en outre intéressant de constater que son Enseignement repose sur... la non-dualité).

Il convient donc de reconnaître que toutes les vraies sagesse, bien conduites, aboutissent au même constat. Mais le génie de O'Senseï est de nous avoir donné les clés qui nous permettent, avec la pratique de son Art, de découvrir et intégrer la substance de son Message.

Comment y parvenir... Comment recevoir le Message ?

1. Une nécessaire prise de conscience

Notre pratique est toujours l'expression de notre état mental du moment. Dès lors, il nous faut travailler notre ouverture de cœur vers cette dimension de non dualité et s'ouvrir progressivement à la perception de ce Message qui ne saurait être optionnel, voire relégué

à des lendemains qui seraient incertains.

Cette prise de conscience est à l'image de cet esclave réunionnais qui ne se satisfaisait pas du sort qu'on lui imposait, et réalisa instantanément que la Liberté d'Être passe par la dure ascension de la montagne. Aujourd'hui dans cette société d'abondance, il s'agit de prendre conscience que l'Aïkido n'est pas à la carte, que la Liberté d'Être pour un aikidoka passe par la réceptivité et le mûrissement en lui-même du Message.

2. Sortir de la dualité et ouvrir notre cœur

Si le cœur demeure fermé, les idées de refus viennent d'elles-mêmes et ferment la porte à l'émergence du possible. C'est alors que des idées toutes faites, avec leur sombre décor de négativité, sont accueillies chaleureusement par l'ego qui les fait siennes afin de mieux justifier son impact.

Comprendre pourquoi, l'expliquer, travailler et ressentir que le mouvement émerge de soi et traverse Aïte. Il ne s'agit en aucun cas de « contrer Aïte », ou « gagner sur Aïte ». La première étape est donc de ne pas alimenter la dualité, d'éviter tout esprit de confrontation. Il s'agit de se placer dans cette ouverture car, se positionner dans le refus de ressentir cette Unité fait naître ipso facto la division face à nous-mêmes, à l'environnement humain, à l'autre, à Aïte qui alors n'est plus que « l'Uke de service ».

3. Apprendre à « entrer en soi »

Pour ce faire, il importe d'apprendre à « entrer en soi », aller à la rencontre de la vie qui existe en soi, aller la découvrir, découvrir qu'avec l'expir-inspir (en clair, le Kokyu) le lien est établi, discret et immuable. C'est cet état immuable qui est, et demeure, avant que toute confrontation ne naisse. C'est à ce stade qu'il est donné de ressentir

qu'entre le moment où Aïte a l'intention d'attaquer et le moment où il attaque, il y a un espace immense.

4. Ressentir et vivre cet état d'Unité

En pratiquant avec le partenaire, grâce à lui, on approfondit l'Unité avec soi-même... Plutôt que d'entrevoir cette notion d'Unité comme une idée lointaine, le fait de la découvrir comme étant une réalité qui coule de source rend le Message de O'Senseï beaucoup plus clair. Car en fait (est-ce la récompense ?), c'est un état de plénitude qui progressivement s'installe et ne laisse plus de place à l'ego (celui-ci apparaissant trop sombre, bloquant, voire carrément désagréable pour soi-même).

Bel exercice ! Difficile mais indispensable : soit on reste en bas de la falaise à la merci des imbroglios fomentés par les humains, soit on grimpe la montagne.

C'est alors que le sens de « Aïkido est Amour » peut être compris ?

Un Doka (3) de O'Senseï paraît à cet égard particulièrement signifiant :

| | |
|--------------------------|--------------------------------------|
| <i>Aiki to wa</i> | L'Aïki, |
| <i>Ai no chikara</i> | Se fondant sur la vigueur de l'Amour |
| <i>Moto ni shite</i> | Fait prospérer cet Amour |
| <i>Ai wa masumasu</i> | Et doit le rendre |
| <i>Sakae yuku beshi.</i> | De plus en plus puissant. |

1. Ce Chemin est long à accomplir

Lors d'un stage CEN au Dojo Shumeïkan, tandis que le temps se montrait plutôt clément, Senseï nous invita à prendre le Jo pour aller pratiquer dans le parc. Après le rituel



Aï - rencontre, union

du Salut, Tamura Senseï, le Jo dans la main, laissa celui-ci doucement se poser sur le sol. Senseï et le Jo offraient une verticalité parfaite d'où se dégageait une osmose dans un silence inhabituel. La nature elle-même semblait se taire... Puis Senseï se mit à parler. Très calme, le visage concentré, il commença à s'exprimer sur « L'Origine des Choses », en évoquant le Kojiki(4). C'est alors que deux d'entre nous se mirent à chuchoter discrètement. Senseï s'arrêta net et dit, tout aussi calmement : « Bon, ça ne vous intéresse pas ». Et il nous fit pratiquer des mouvements de Jo. A la fin du cours, j'exprimais mon regret à un collègue et ami en ces termes : « Dommage que Senseï se soit arrêté de parler ». Réponse de mon ami : « On n'est pas prêts ».

2. Ce Chemin est à accomplir aujourd'hui

Au cours d'une récente émission : « Un nouveau monde à construire », la question existentielle fut posée, non pas à un aikidoka, mais à Pierre Rabhi, cet homme plein de sagesse : « Quelle est selon vous la première chose pour élever l'humanité ? ». La réponse fut sans ambages : « Il n'y a pas de changement de société sans changement de l'humain. Et pas de changement de l'humain sans changement de chacun. J'espère que l'Humanité comprendra enfin

que la grande mutation sera celle de l'Âme humaine ». Et de préciser sans détour : « L'Amour, cela peut paraître ringard, mais l'Amour est la réelle Energie qui permet de nous transformer » (5).

3. Un magnifique exemple de Chemin accompli

A l'heure où se termine cette interview, Madame Tamura entame son Chemin dans le Monde de l'Invisible.

Tandis que les messages affluent de toutes parts, celles et ceux qui l'ont connue retiennent de leur rencontre « son sourire », « sa gentillesse », « son Attention à l'autre », « son Amour pour les gens ».

Un bel hommage entre mille autres indique : « Beaucoup d'Amour et de chaleur envers nous tous.

J'espère que vous sentez aujourd'hui à quel point cet Amour, qu'elle a semé en nous, grandit. Merci du fond du cœur pour toutes ces années d'Amour ».

En aikidokate accomplie, Madame Tamura vivait l'Aikido en permanence, sur les tatamis et en dehors.

Permettez-moi de citer une anecdote : tout en écoutant une discussion entre anciens et qui portait sur la question de la progression dans la pratique, elle avait lancé d'une voix douce, avec un petit brin de malice : « Moi, il y a bien longtemps que je ne cherche plus à progresser ».

Madame Tamura était toujours sur les tatamis, et le fait d'avoir su intégrer le Message d'Amour et le vivre lui a permis de toucher le cœur des aikidokas.

C'est ce qu'ils retiennent aujourd'hui... On ne peut le nier, ni douter de son efficience : « L'Aikido est Amour ».

Jacques Bonemaison Shihan, CEN FFAB, 7^e dan CSDGE, 7^e dan Aïkikaiï.



© Michel Gillet

Doshu, son épouse (à sa gauche), Mme Tamura (à sa droite) au Dojo Shumeïkan, avec au kamiza, le kakemono « Ai - Amour » !

(1) « *Ken yu shin sangai Aiki no michi* », *Les trois mondes* - Cf. explications détaillées revue *Shumeïkan* n°22.

(2) *Message du Doshu* du 02 avril 2020, à tous les Aikidokas du monde entier, à propos du coronavirus.

(3) *Les Dokas*, littéralement « *Chant de la Voie* » sont généralement utilisés par les Grands Maîtres pour diffuser leur Enseignement (ici, le *Doka* n°4).

(4) *Kojiki*. Littéralement « *Chronique des Choses Anciennes* ». Recueil des mythes fondateurs du Japon, écrit en l'an 712, qui demeure essentiel pour comprendre le lien établi par O'Senseï entre la mythologie shinto et l'émergence de l'Aikido.

(5) « *Un nouveau monde à construire* » - Emission « *La grande librairie* » du 08 avril 2020.

Se nettoyer
soi-même pour
entrer dans la
non-dualité

Gilbert Milliat Shihan, 7^e dan Aikido, est aujourd'hui l'un de nos sempai les plus aguerris. Il débute l'Aikido en mai 1968 sous la direction de Pierre Almand à Annecy où il aura la chance de rencontrer Maître Tamura, Maître Nakazono, Maître Tada, Maître Noro, Maître Asai, Maître Itchimura durant la période 1968 - 1977.

Disciple de Tamura Shihan pendant plus de 40 ans, il recevra en janvier 2013 le titre de Shihan. Il est actuellement Chargé d'Enseignement National en charge des formations Haut Niveau et membre du Bureau Technique FFAB.

Ma proposition est de rassembler plusieurs témoignages de shihans autour de la notion de Aï. Dans ce sens, nous venons de pratiquer avec toi et tu as abordé la notion de « non-dualité » dans ton cours...

Oui. Si nous avons la capacité de développer la non-dualité, je crois que nous pouvons avancer vers une certaine unité. Je crois que cette unité peut devenir une manière d'être où le conflit s'annule. Il s'agit d'être ensemble. Dans la sensation de la pratique, cela nous amène à un état de sérénité, apaisant, dans lequel les moments de pratique sont ressentis comme confortables. Cette sensation et cet état sont intéressants pour soi,



© Gilbert Girard

mais je pense qu'ils sont également intéressants pour Aïte.

Je ressens cet état lorsque j'arrive à réaliser certaines techniques où le temps est juste, où tout se met en place et fonctionne ensemble. Dans ces moments, il n'y a plus de tensions, il n'y a plus de craintes. C'est un moment qui est parfois court, mais qui est profondément apaisant : tout simplement, on se sent bien.

Est-ce un état que tu cherches à construire, vers lequel on peut guider les pratiquants ?

La réussite de cet instant dans la pratique technique arrive presque naturellement. Ce n'est pas réellement un état que l'on peut rechercher. Il ne peut pas être calculé, mais arrive spontanément du fait que toutes les choses sont en place au moment précis où il faut qu'elles soient placées.

Parler de non-dualité n'est sans doute pas très adapté au débutant. Comment l'amener à cela ?

Pour qu'il y ait non-dualité, sans doute faut-il commencer par reconnaître et expérimenter qu'il y a effectivement des oppositions. Donc d'abord prendre conscience de ces oppositions. Et, ensuite, la question consiste à travailler pour gommer progressivement ces oppositions, de manière à ce qu'aucun conflit ne vienne surgir et perturber le « vivre ensemble » dans l'instant de pratique.

Cela signifie donc de commencer la pratique par go no geïko, pour bien ressentir les forces et oppositions ?

Oui, bien sûr. Je crois qu'on ne peut pas commencer directement par la compréhension de l'unité. Cette compréhension vient d'elle-même quand on a d'abord bâti différentes choses. Il y a en premier lieu des bases à mettre en place. Dans la pratique, on démarre toujours avec des mouvements heurtés, avec moins de finesse, avec une utilisation excessive de la puissance physique et sans assez tenir compte de l'autre.

La dualité vient souvent du fait que l'on n'accepte pas complètement l'autre. Et cela génère le conflit.

La recherche de non-dualité peut être comprise dès le départ intellectuellement, pour certains. Mais tout l'intérêt de la pratique est au-delà de l'intellect. On cherche notamment à contrôler les aspects négatifs de nos émotions, les émotions de crainte, de peur, de colère, de jalousie qui perturbent notre pratique et notre façon d'être. Par la pratique, on cherche à réaliser un nettoyage de soi-même, de tout ce qui nous gêne. Si cela se met correctement en place, on en récolte un mieux-vivre qui est incontestable. Mais ce mieux-vivre ne peut être apprécié que lorsqu'on arrive à cet état de non-dualité.

Tu parles d'état. C'est un état d'être ?

Oui c'est un état mental. Cela s'accompagne de tolérance, d'une certaine forme de compréhension du monde..., sans que soi-même on ne conserve de faiblesse.

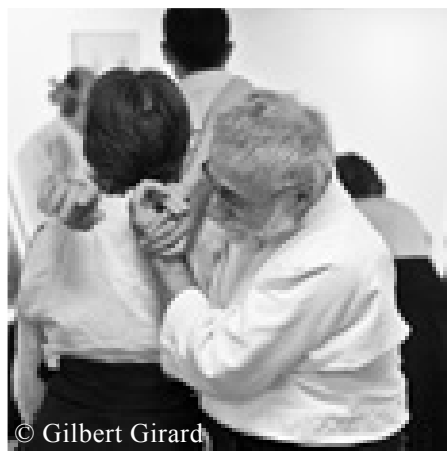
Ce point est également important. Il ne s'agit pas d'une forme de complaisance recherchée à tout prix, pour plaire à tous et pour décider intellectuellement d'éviter à tout prix les conflits. La notion d'harmonie peut être à double tranchant...

Cet équilibre est ce qui ressort de notre pratique de l'Aïkido. C'est ce qui m'intéresse aujourd'hui, où je commence à comprendre le sens profond de la pratique et je le perçois comme un chemin de vie : les techniques n'ont été que des outils pour arriver d'une part à se connaître soi-même et, d'autre part, à essayer de rayonner positivement sur notre entourage.

Je ne conçois pas que l'on puisse parler de Aï, d'unité ou bien d'harmonie sur un tatami et que, dans la vie quotidienne, on puisse développer une autre manière d'être. Cela fait partie d'un tout. Et moi-même, je me sens bien à la fois lorsque

j'arrive sur le tatami pour essayer de faire au mieux et lorsque, dans la vie courante, je tente de développer la même sensation, de ne pas gêner l'autre, de ne pas créer de tension par l'incompréhension, l'orgueil ou le « vouloir dominer »..., alors, qu'en fait, il n'y a pas besoin de dominer.

Par notre simple attitude on peut induire de la violence en face de nous. Ou bien, au contraire, par une attitude plus apaisée et dans le respect de l'autre, même en cas de désaccord avec l'autre, on peut arriver à calmer la situation. Je pense important de chercher à approfondir cette attitude, cette capacité, pour que notre état d'esprit (et donc la partie interne de notre être), puisse devenir extrêmement fort. On avait l'exemple avec Maître Tamura qui, au-delà du tatami, nous le montrait en permanence par sa présence et sa manière d'être. Cela signifie que sa pratique technique de l'Aïkido était complètement en accord avec son état d'esprit, à tout moment de la vie.



Cela signifie peut-être aussi que, sur le tatami, tu développes dans l'exercice une forme de conscience de toi particulière ? Comment peut-on développer cet état d'être que tu évoques ?

Mon souci actuel, dans la pratique, est de développer un Aïkido fluide qu'on pourrait associer à l'image de l'eau. C'est ce que je recherche en ce moment. Je n'y arrive pas toujours. J'ai bien sûr en permanence l'envie

d'être dans ce ressenti d'unité que nous évoquions. Mais je ne suis pas encore arrivé au bout de cette recherche. Donc la pratique consiste à continuer à améliorer les choses, à se nettoyer pour que cet état d'unité soit vraiment intégré dans notre personnalité et nos comportements.

A mon sens, cette forme de recherche concerne plus le haut niveau. Il ne s'agit pas de supprimer la dimension physique ou technique en tant que telle, car cet état d'unité doit s'incarner concrètement dans la technique et conserver l'efficacité. Mais on sort de la recherche de puissance, et cette recherche n'a rien à voir avec la self-défense non plus.

Dans la pratique, la sensation nous guide. Par la sensation, on sait tout de suite si on a réussi la technique avec une absence de conflit. Il ne s'agit plus aucunement de démontrer que l'on est plus puissant ou supérieur à l'autre. On ressent une notion de vide, où les choses se sont réalisées, où le déséquilibre est bon. On est presque surpris d'arriver à cette situation : on ne l'a pas forcée, on ne l'a pas pensée mentalement, mais les choses sont arrivées naturellement.

On peut relier cette recherche à l'idéogramme de « Sunao » que nous avons évoqué durant le stage, avec les notions de simplicité, sobriété, pureté. Si nous arrivons à trouver le chemin pour inscrire cela dans notre pratique, je pense que l'on se rapproche du but que O'Senseï a transmis. On est sans doute sur le chemin de l'Aïkido. C'est pour cela que l'Aïkido reste une pratique très riche pour soi-même, quel que soit notre âge.

Est-ce que tu relies également ces notions à ce que l'on appelle le ki ?

Si la pratique restait au niveau d'une performance plus physique, corporelle, au moment où le physique commence à décliner, on perdrait l'intérêt pour l'Aïkido. Il nous faut trouver d'autres dimensions de recherche pour continuer. Quand le

physique ralentit, ce que l'on appelle le ki devient plus important. C'est une énergie interne, que l'on doit développer. Durant le stage, nous l'avons montré sur le tatami, avec un travail où tout est très solide intérieurement. Ce type de travail mérite d'être approfondi. Durant le stage nous l'avons juste abordé, mais il faut continuer ce travail pour que cette explosion d'énergie interne liée au souffle, à la respiration puisse se manifester. Avec l'âge les muscles diminuent et, si l'on veut maintenir une pratique dynamique, une autre forme d'énergie doit se développer en nous.

Aujourd'hui je comprends mieux le travail de Tamura Senseï. Avec l'âge, lui aussi avait perdu des capacités physiques et ce n'était pas un gros gabarit. Et pourtant dès qu'il saisissait quelqu'un (quel que soit son gabarit), il le dominait complètement. De même, avec cette énergie interne, il réussissait à créer une pratique très dynamique, dans le temps juste, avec une présence extraordinaire. Avant même que nous ayons bougé, il avait déjà perçu ce qui allait se passer.

Le ki est lié à cette concentration, à cette puissance interne. On peut essayer de l'expliquer avec des mots, mais ce n'est pas forcément parlant pour beaucoup. Finalement, c'est principalement par la pratique que l'on trouve les réponses. Lorsque les réponses arrivent d'elles-mêmes dans l'exercice, il n'est plus réellement nécessaire de mettre des mots pour les expliquer. C'est un ressenti et une expérience que l'on possède à l'intérieur. Après cette expérience, on continue Ikkyo, Shiho nage, Kokyu nage, mais tout est différent. Et c'est ce qui me paraît encore passionnant dans cette recherche.

Avais-tu perçu cela dans l'Aïkido dès le début de ta pratique ?

A titre personnel, lorsque j'ai commencé l'Aïkido, on parlait surtout du Judo ; c'est presque par chance que j'avais vu un reportage

sur l'Aïkido et qu'en cherchant à pratiquer je suis tombé au bon endroit, où j'ai pu rencontrer rapidement des maîtres japonais. J'ai eu une chance exceptionnelle de pouvoir suivre un maître pendant presque 40 ans. En allant à la rencontre des arts martiaux, je recherchais sans doute une nourriture dont j'avais besoin. Je ne recherchais pas particulièrement la self-défense, ni la performance sportive : j'avais simplement vu le fondateur pratiquer et sa pratique exprimait une forme d'harmonie et de fluidité qui m'avait marqué..., alors même que je n'en comprenais aucunement les tenants et les aboutissants. J'ai plutôt suivi une forme d'intuition, éveillée par le besoin de cette nourriture.

J'aurais aussi pu développer ma recherche dans le Yoga, puisque mon premier enseignant enseignait aussi le Yoga et donc le lien à la respiration et au travail interne qui m'intéressait également. Grâce à l'Aïkido, j'ai préféré passer par un côté physique avec une autre personne en face de nous pour la pratique, ce qui me permettait aussi de m'exprimer avec l'autre et non pas dans une recherche uniquement individuelle. L'Aïkido apporte aussi ce partage où l'on a besoin de l'autre pour se transformer.

C'est aussi cette dimension du Aï de l'Aïkido, qui dès le début m'avait attiré, sans en connaître encore la réalité, mais par jugement intuitif. Dès le début l'Aïkido m'apportait la possibilité de travailler, pas uniquement sur le physique, mais aussi sur la relation avec les autres, sur la confiance en soi, sur la manière d'être dans la vie, sur la manière de s'intégrer dans la société. Je crois que c'est tout cet ensemble de choses qu'intuitivement je cherchais à construire, avec l'envie d'être plus présent dans la vie.

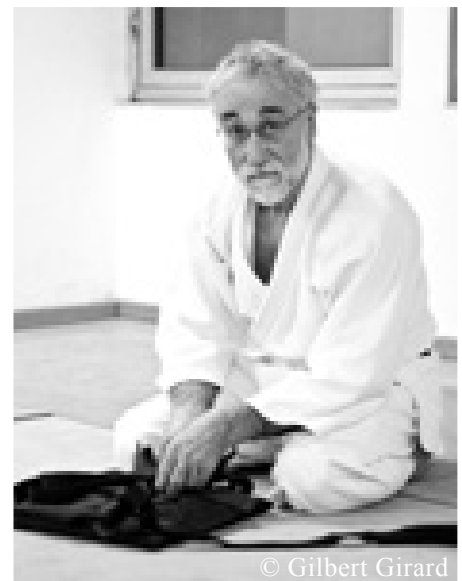
Chacun a son cheminement personnel : certains ont des motivations plus physiques, d'autres rencontrent d'autres dimensions. Il faut le respecter.

Il y a la motivation initiale, mais aussi les rencontres ultérieures qui nous ouvrent l'esprit ?

Oui. Maître Tamura a su créer une vraie famille autour de lui. Il a créé ce qu'il fallait pour transmettre les principes de la discipline. Si on crée une pratique en se contentant uniquement d'une fédération sportive avec des compétitions et tous les mécanismes associés, je pense que l'on crée un groupe avec beaucoup moins de profondeur que la famille et les valeurs de l'Aïkido transmises par Tamura Shihan. Le but final reste la paix, dans une société mondiale d'hier et d'aujourd'hui qui évolue technologiquement, mais qui humainement évolue peu, avec toujours autant de risques de conflits.

Par exemple, l'éducation a effectivement évolué : tout le monde utilise aujourd'hui internet. Mais ne faut-il pas rester d'autant plus vigilant sur les principes d'éducation ? Je pense que face à bien des attitudes de violence dans notre société actuelle, l'Aïkido reste pleinement d'actualité, plus que jamais. Sans vouloir faire un paradis terrestre, si on peut rayonner autour de nous, c'est déjà très positif...

Gilbert Milliat Shihan, CEN FFAB, 7^e dan CSDGE, 7^e dan Aïkikaiï.



© Gilbert Girard

Interview : Xavier Boucher.

Remerciements

*Pratique avec Xavier Boucher*

Au moment où j'écris ces mots Tamura Senseï est décédé depuis 10 ans*.

Période charnière, où la vibration de l'essentiel qu'il cherchait à nous transmettre (ki-iku) se fait très intérieure pour chacun de nous, sans doute pour resurgir dès que possible dans la continuité de la transmission.

Tamura Senseï nous donnait cette vision de l'Aïkido : « L'Aïkido est une voie ascétique qui montre la direction de l'accomplissement de l'humanité au moyen de ki-iku, toku-iku, taï-iku (formation et développement de l'essence : ki, de la sagesse et de la vertu : toku et du corps : taï). Par cette éducation qui comprend et unit le corps et l'esprit, on dépasse les notions de race et de frontière pour former un homme vrai ».

L'Aïkido est un peu pour moi cette porte qui s'ouvre pour chacun, sur un chemin vers l'intérieur de soi, vers l'essence des choses. Ce n'est pas une porte sur le chemin, mais une multitude de portes auxquelles on peut accéder petit à petit et qui sont prêtes à s'ouvrir si nous en poussons les battants. Rencontrer un maître, c'est peut-être percevoir en l'autre une personne qui a déjà traversé un certain nombre de portes et qui incarne la richesse de cette traversée ; une personne qui témoigne de cet espace de vie unifiée où l'on est en contact avec l'essence des choses ; une personne qui tente de nous éclairer et de faciliter le chemin pour que nous réussissions nous-mêmes cette même traversée.

J'étais un peu plus jeune et un peu moins conscient de ces questions lors de la création de la revue Shumeïkan en 2008. Mais consciemment et inconsciemment, le projet de la revue Shumeïkan visait à aider l'ouverture progressive de ces portes : fournir un outil de plus à Tamura Shihan pour éclairer notre chemin, permettre aux uns et aux autres de se rencontrer de manière complémentaire aux tatamis, permettre aux sempais de nous transmettre certaines facettes de leur propre recherche et cheminement. La revue Shumeïkan, dans sa forme actuelle, n'était pas une revue par elle-même ; elle était juste un des composants d'un dojo, le Dojo Shumeïkan ; elle était portée par l'esprit Shumeïkan.

La revue Shumeïkan posait la question de la transmission et du partage de ce chemin de vie qu'offre l'Aïkido. Emergeant de mes propres questionnements en 2008, elle s'est progressivement nourrie de vos questionnements variés et multiples. J'espère aussi qu'en contrepartie, durant toutes ces années, la revue Shumeïkan vous aura également apporté quelques fruits et quelques nourritures.

Pendant les deux premières années, un premier fruit aura d'abord été la présence constante de Tamura Senseï dans cette construction. Ce furent, notamment, ces échanges directs avec Senseï dans la rubrique de questions/réponses qui nous ont laissé des messages si riches et concrets. Ce fut également la rencontre avec les shihans, amis de Maître Tamura, qu'il avait lui-même décidé de faire participer à cette initiative : je me souviens encore de

ces moments forts où Senseï organisait la première rencontre/interview en américain avec Yamada Shihan (très inquiet de toutes mes questions incongrues...), dans un salon du grand Hôtel Madrilène où ils avaient l'habitude de loger ensemble ; ou encore de ces échanges qu'il provoquait avec les senseïs Fukakusa et Funakoshi durant le stage de Lesneven où l'atmosphère si conviviale du stage permettait de passer les barrières de la langue (parfois avec l'aide de la traduction de Yumiko-san). Chacun d'entre eux, à sa manière, s'associait au travail de transmission dans lequel Tamura Shihan s'engageait ainsi. Ces fruits, ce sont également, dès les premiers numéros de la revue Shumeïkan, les témoignages de nos sempaïs auprès de Senseï, qui ont accepté de devenir des intermédiaires pour échanger avec nous leurs propres éclairages et leurs propres orientations de recherche sur ce chemin conjoint.

Toute cette construction, tout ce parcours « humain », bien autant que parcours « d'édition », sont remplis de souvenirs, de moments magnifiques et d'échanges éclairants. La revue Shumeïkan était avant tout faite de ces rencontres, chacune unique. Un peu à l'instar de ce qui se déroule dans l'antre d'un dojo, éditer une revue de ce type, c'est avant tout apprendre à rencontrer l'autre. Une interview n'est pas un exercice technique de questions / réponses. C'est plutôt un moment de vie qui se situe au-delà de la technique. C'est une rencontre qui renvoie chacun des acteurs de l'échange vers plus de profondeur ; un moment où l'écoute mutuelle crée une union particulière, où l'interviewé et l'intervieweur peuvent ensemble avancer dans des directions qu'ils n'avaient ni l'un ni l'autre imaginées, des directions qui se présentent à eux plus qu'eux-mêmes ne les choisissent. Une interview c'est aussi un « avant », un « pendant » et un « après », qui tous contribuent à ce que ce moment transforme quelque chose en nous. Dans ces belles rencontres, l'interview devient aussi cheminement.

Je voudrais adresser mes remerciements à vous tous qui avez fait la revue Shumeïkan et qui avez permis ces moments magnifiques. Je ne pourrai pas tous vous nommer, mais soyez tous remerciés.

Vous l'avez compris, le premier de ceux qui ont fait la revue est sans doute Senseï car, sans lui, sans le Dojo Shumeïkan, sans cette œuvre de transmission, rien de la revue Shumeïkan n'aurait émergé. Et puis, il y a eu tous ces soutiens inconditionnels. A commencer par Jacques Bonemaison, contributeur de la première heure et soutien constant dans le développement de la revue, ainsi que Stéphane Fassetta qui me rejoindra un peu plus tard comme co-rédacteur en chef de Shumeïkan, m'apportant une aide constante durant bien des années.

L'édition d'une revue est donc faite de rencontres et d'enthousiasme, mais elle est également faite de technique et d'un gros volume de travail. Au plan technique, un bénévole - inconnu de tous - m'a accompagné dans ce travail depuis le tout premier numéro. Il a créé toutes les maquettes PAO de la revue, qui ont évolué au fil des années : il s'agit de Louis Gibernon, ancien pratiquant. Louis, nous te devons beaucoup par la qualité de ton travail, de ton engagement irréprochable et par tout ce que tu as rendu possible ! Outre Stéphane et Louis, une très belle équipe m'avait rejoint et facilité le travail ces deux dernières années : merci à Fred, Marie, Emmanuelle, Serge.

La revue Shumeïkan était aussi l'ensemble de vos témoignages. Beaucoup d'entre vous ont contribué et je ne pourrai pas tous vous citer : merci à Gilbert Milliat Shihan, Jacques Bardet Shihan, Jean-Pierre Pigeau pour vos contributions dès les premiers numéros de la revue Shumeïkan ; merci à tous nos sempaïs et CEN qui ont participé à cette aventure, notamment les témoignages toujours très riches de Claude Pellerin Shihan et les contributions de Robert Le Vourc'h Shihan, Christian Gayetti Shihan, René Trognon, Michel Prouvèze Shihan, Luc Bouchareu Shihan, Robert Dalessandro Shihan, Didier Allouis Shihan, Henri Avril Shihan, Jean-Paul Moine Shihan, Gilles Ailloud Shihan, Antoine Soares, Gabriel Féménias, Nathalie Gerin-Roze ; merci à tous les pratiquants qui ont contribué par des articles et témoignages variés, parfois nombreux (notamment Dominique Pompougnac).

Enfin, je souhaite remercier plus particulièrement deux personnalités qui m'ont apporté leur soutien depuis la disparition de Tamura Shihan : Maître Yamada, par son attention constante au projet de son « frère de cœur » ainsi que Madame Rumiko Tamura qui m'a accompagné constamment, qui a facilité l'accueil et la rencontre avec plusieurs experts japonais, et qui nous apporte aujourd'hui un très beau témoignage final. Cette interview représente un très beau cadeau de Madame Tamura et une très belle manière de clôturer cette période qui s'était ouverte en 2008 avec les paroles de son mari.

Nous avons dédié ce numéro de Shumeïkan à Madame Tamura et au sens « Aï ». Pour ma part, je considérais avant tout que le Dojo Shumeïkan offrait un écrin à Tamura Shihan pour que son art puisse s'épanouir pleinement avec sa transmission aux élèves les plus investis. Morihei Ueshiba nous rappelle que le sens de l'Aïkido est

de rendre possible et aider l'épanouissement de toutes les énergies de vie. Notamment celles de notre famille Aïkido. Nous avons des sempaïs d'une très grande richesse ; nous avons des jeunes générations déjà très brillantes. Certains de nos sempaïs se sont pourtant éloignés. Shumeïkan, au cœur de notre fédération, ne mérite-t-il pas de redevenir cet écrin permettant à chacun de voir sa recherche s'épanouir et de s'inscrire dans cette filiation ? La FFAB ne mérite-t-elle pas de redevenir ce lieu où puisse s'épanouir chacun de nos sempaïs, où puisse se construire une nouvelle génération de notre famille dans le sens profond de l'Aïkido ?

Ainsi, j'aspire personnellement à ce que la page qui se tourne avec la revue Shumeïkan puisse devenir l'ouverture d'une nouvelle période. Le monde entier vient de sentir combien il nous faut remettre en cause les modèles établis depuis plusieurs dizaines d'années, pour revenir plus profondément vers l'essence des choses. L'Aïkido a justement émergé dans ce but « ki-iku » de se tourner vers l'essentiel : ne mérite-t-il pas de prendre la pleine mesure de ce nouveau mouvement vers l'essentiel qui émerge de nouveau dans nos sociétés ? Ce retour vers l'essentiel ne peut-il redevenir la nouvelle source de son développement futur, de même que cela a été la source menant à sa création et à son développement passé ?

C'est donc avec un peu d'émotion que je finalise ce numéro 25 de la revue Shumeïkan, dont vous pouvez imaginer qu'elle s'est inscrite de manière particulière dans mon propre parcours et équilibre de vie au quotidien. Une dernière fois, je me permets de souligner cet Aï de l'Aïkido avec ce beau message de Nobuyoshi Tamura :

« Il ne suffit pas de se sentir purifié de corps et d'esprit grâce à Misogi Harai, il faut encore, à partir de ce point de départ, construire autour de soi un monde harmonieux qui permette à tous de profiter de la vie. Cette mission nous incombe donc à tous et il nous revient de construire un monde meilleur ».

[Nobuyoshi Tamura Shihan, son Message, son Héritage, p. 120].

Très bonne continuation à chacun de vous,

Xavier Boucher.

** Au moment où j'écrivais ces pages, Madame Tamura était encore avec nous. J'ai préféré ne pas modifier mes remerciements.*



Pratique avec Stéphane Fassetta

Sinonomé propose des équipements de grande qualité pour les arts martiaux japonais.

合気道武道具



www.sinonome.org

www.sinonome-japan.com



SINONOME-JAPAN

6-9 MINAMI CHUOH TSU 514-0823 MIE JAPON

Tozando Aïkikai, le must du hakama !

Confectionné au Japon, le hakama Tozando est 100% polyester.
Légèrement brillant, il vous donne la douceur satinée du cachemire et le confort d'un très haut de gamme. Facile à plier, il résiste bien au suwari waza et garde sa tenue et ses plis.

Coutures renforcées
pour usage intensif,
Koshiita (dosseret)
solide et souple en
caoutchouc spécial



Si vous le souhaitez,
votre hakama peut
être brodé à votre
nom.
Consultez la page
« broderies » de
notre site Internet.

クリストフパジュ
合気道

Disponible en noir ou bleu nuit

En taille 23 (1m48-1m55) taille 24 (1m56-1m60) taille 25 (1m61-1m65)
taille 26 (1m66-1m73) taille 27 (1m74-1m77) taille 28 (1m78-1m82)
taille 29 (1m83-1m86) taille 30 (1m87 et plus)

Lavable en machine
à 30° maxi.

Passez commande et payez directement sur notre site
www.hakama-aikido.com

Manzoku-Diffusion

8, rue des Muses - 68390 Sausheim

Tél. : 06 11 42 52 29

<http://www.hakama-aikido.com>

manzoku-diffusion@orange.fr