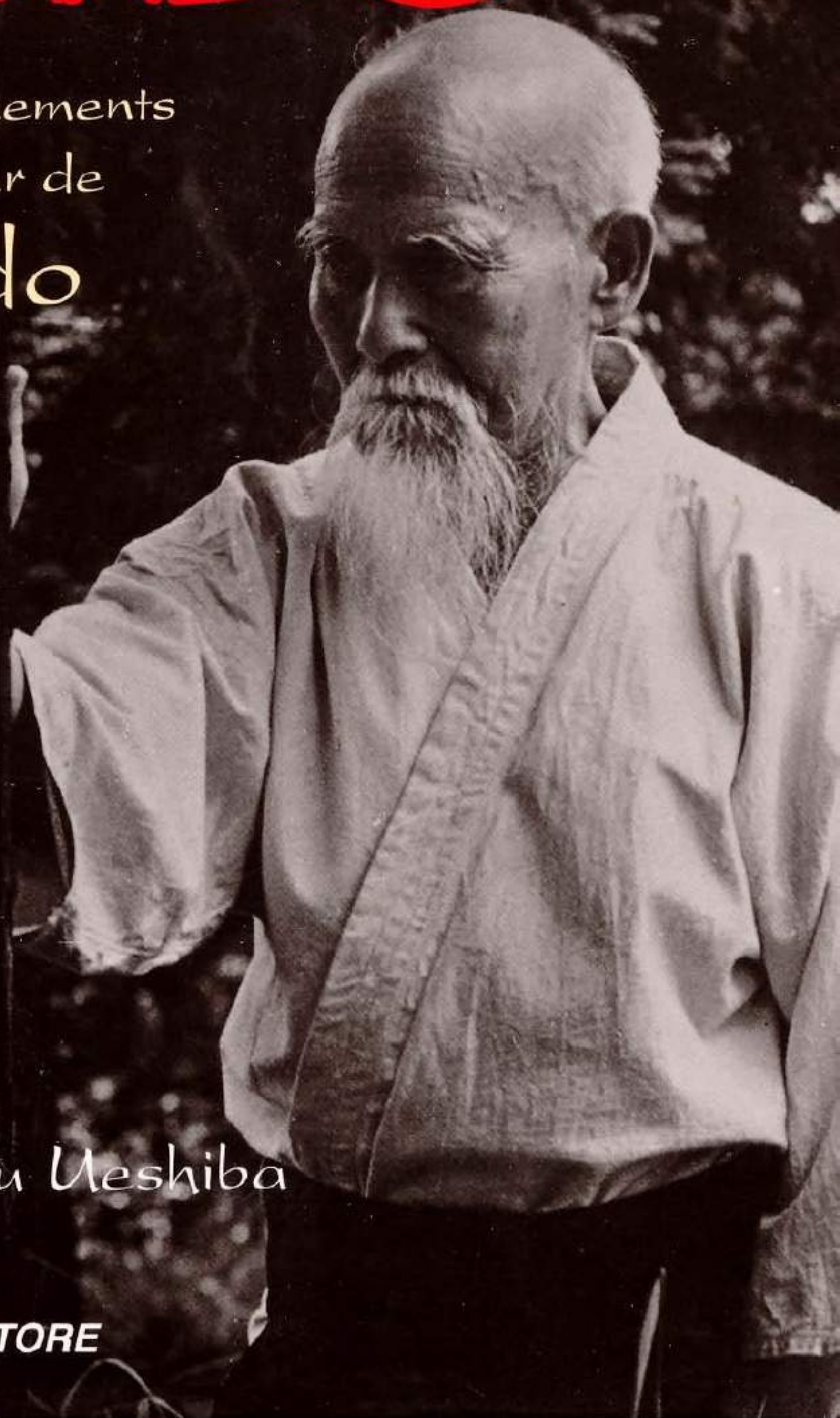


Morihei Ueshiba

BUDO

Les Enseignements
du Fondateur de
l'Aikido



Introduction de
Kisshomaru Ueshiba



Editions
BUDOSTORE



BUDŌ

Les Enseignements
du Fondateur
de l'Aikido

Morihei Ueshiba

Introduction de
Kisshomaru Ueshiba

AVANT-PROPOS

Un éditeur spécialisé est un peu comme un alpiniste professionnel, il connaît ses montagnes et il rêve à des sommets inviolés, en échafaudant des plans pour les expéditions futures. Il y a des livres qui sont comme ces pics inaccessibles, connus de tous et invisibles, des livres himalayens auxquels nous aspirons sans y croire tout à fait, mais qui sont la motivation même de notre métier. Ce sont les livres des Maîtres inégalables, les livres qui ont fait date, les références absolues, inscrites à jamais dans toutes les biographies des titres essentiels, et à jamais introuvables. Manuscrits disparus, droits perdus ou endormis au sein de familles vénérables, dans des institutions séculaires... ou même au fond de monastères. Tout le monde les veut et personne ne peut démêler l'écheveau qui conduit jusqu'au pied de leurs cimes majestueuses.

Autant dire que je ne pensais pas pouvoir obtenir un jour le droit de publier *Budô*. Celui là est un livre-Everest, le plus haut sommet peut-être, presque mythique. L'œuvre personnelle du plus grand Maître contemporain, un livre secret, jamais diffusé, réservé aux disciples de la première heure, un livre fondateur, non seulement pour les pratiquants de la discipline dont il est question, mais aussi pour tous les autres, tant le parcours de Ueshiba dépasse le cadre de sa pratique martiale. Après de nombreuses tentatives infructueuses de ma part, je n'attendais plus rien de ce côté là quand le téléphone a sonné pour me donner rendez-vous... à Francfort. Discussions, démarches avec mes interlocuteurs japonais et j'avais bientôt dans les mains la version anglaise du document, tout récemment traduit. Inutile de dire ici l'étendue de ma satisfaction.

Sa lecture et le travail qui suivit m'a apporté un plaisir d'une saveur comparable. Le trésor mis au jour tenait ses promesses, et au-delà peut-être. Car s'il s'agit effectivement d'un manuel de base, d'une sorte de «précis» de la discipline, voulu par le Fondateur comme l'affirmation des principes fondamentaux, il faut comprendre qu'en fait de base, il s'agit d'un socle magistral, d'une Pierre de Foyer colossale sur laquelle peut se construire, non seulement l'Aikido dans toute son exigence, non seulement le Budo, mais une philosophie totale de l'existence et de l'Univers autour, une vision parfaitement originale de la Voie à suivre pour l'accomplissement de l'homme et du monde. L'émotion du lecteur moderne est d'autant plus forte que l'ouvrage brille comme un diamant brut, sans concession pour un éventuel public —c'est un manuel de travail pour les instructeurs. Des injonctions fréquentes à «ne pas livrer ces informations secrètes sans discernement» ou à «réserver ces techniques à l'enseignement oral» nous rappellent sans cesse la dimension première du livre et on a un peu l'impression d'écouter le Maître lui-même livrant son enseignement sans fard et sans contrainte. La densité des phrases, l'exceptionnelle richesse de chaque paragraphe est confondante. L'intuition s'installe au bout de quelques lectures : la beauté du texte ne vient pas d'un art d'écrivain, d'une habileté d'écriture, elle vient de ce que

ces mots sont une parole, et plus, un acte. Ils transmettent une réalité qui les dépasse, éprouvée par le Maître, une vérité profonde, pénétrante, dite en toute simplicité et comme par accident. Voilà ce qui fait la force de ces mots, ils n'inventent rien, ils ne métaphorisent pas, ils n'enjolivent pas, ils transcrivent. Il en est de même avec l'étude technique, chaque enchaînement manifeste toute la dimension du Budo, c'est à dire qu'on sent à la fois leur terrible efficacité martiale — on est loin ici de la polémique de l'Aikido moderne sur l'ancrage de l'art dans le réel ; Morihei est un guerrier, un ancien soldat ; il faut d'ailleurs le voir manier la baïonnette ! — et que tous ces enchaînements sont l'expression physique, dynamique, de principes fondamentaux d'une nature supérieure. Là encore, pas de notion de style ou d'école, mais une réalité transcendante et cachée dont Morihei Ueshiba est l'Initiateur. Cette cohérence parfaite de l'œuvre, où tout est acte et expérience, lui donne une force inégalable.

Cet homme un jour, s'est présenté les mains vides pour se mesurer à un expert au sabre décidé à le tuer ; c'est le même homme qui plus tard fonde une Voie d'Amour et d'Epanouissement humain. L'étendue de sa Vision l'assimile petit à petit à une sorte de prophète, annonciateur d'un monde meilleur... mais c'est le seul à ma connaissance à ancrer son message mystique dans le réel, à lier si totalement tous les plans de l'existence ensemble : «le visible et l'invisible», l'âme, le corps et l'esprit, l'individuel et le social, l'humain et le divin... et à être la preuve sans cesse manifestée de ce qu'il exprime. Voilà pourquoi ce traité a une telle force. C'est une pierre lisse et ronde, indestructible, et d'une absolue beauté.

Quant à la biographie de l'auteur qui la précède, elle ne dépare aucunement l'ensemble, d'une part parce qu'elle est de Kisshomaru Ueshiba, son fils et son successeur, et d'autre part parce qu'elle est à la fois toute de pudeur et de tendresse et pleine de précisions passionnantes. Je crois d'ailleurs qu'il est très intéressant de savoir y lire les silences comme les détails inattendus. Tout a du sens.

En finissant cet avant-propos je ressens encore le plaisir que j'ai éprouvé en comprenant que j'allais pouvoir offrir *Budô* aux lecteurs français. Je souhaite que ce plaisir, ressenti aussi par toute l'équipe au travail sur cette édition, — je pense ici à l'enthousiasme et à la rigueur de mon ami Louis Boileau, professeur d'Aikido, dont le travail a beaucoup contribué à la qualité de cet ouvrage — passe dans ces pages et se communique au lecteur. Que ce soit notre lien avec tous les passionnés, notre façon d'être en contact avec tous les amoureux du vrai Budo et au-delà, de la grandeur et de la beauté.

Je laisse pour finir la parole à mon père, Henry Plée, qui, apprenant que les jeunes éditions Budostore se voyait attribuer l'honneur d'éditer *Budô*, a tenu à participer en esprit à l'aventure. Je l'en remercie ici.

Thierry Plée, Editeur.

PREFACE

Budô n'est pas un livre ordinaire. Plus qu'un manuel technique, plus qu'une historique du Aiki-Dô, il m'est apparu comme ce que j'appellerai : «un mode d'emploi pour dépasser la technique».

Mon âge et ma position dans les Arts Martiaux m'ont permis d'aller au Japon occupé de l'après seconde guerre mondiale, dès qu'il fut possible aux occidentaux de s'y rendre et alors qu'il était encore interdit aux japonais d'en sortir.

C'est ainsi que j'ai eu le rare privilège —unique je crois— de rencontrer la plupart des Grands-Maîtres du Budô, dont le Maître Morihei Ueshiba.

Le moins que je puisse dire, pour ménager la mémoire des autres Grands-Maîtres (titre donné aux fondateurs d'une Ecole ayant créé un style propre), est que Maître Ueshiba était presque leur opposé : paisible, heureux, spirituellement hors du commun et d'une efficacité réellement stupéfiante pour un petit homme de moins d'un mètre cinquante.

On a tendance à croire que seul le Zen peut animer l'esprit des Arts Martiaux avec «Dô» et en particulier celui du Aiki-Dô.

Aussi le croyais-je également, avant de rencontrer Maître Ueshiba. Fort heureusement, mon ami traducteur, grand lettré, Rikutaro FUKUDA, Président du Pen Club japonais, m'avait mis en garde avant l'entrevue.

Spirituellement, les Maîtres de Budô japonais sont divisés en deux courants principaux.

Le courant Zen, austère, où le bagage intellectuel et même physique est réduit à un minimum absolu afin de favoriser le non-attachement, le vide bouddhiste. Généralement le Kyu-Dô (arc) et le Iai-Dô (anticipation au sabre), mais aussi certains styles de Karate-Dô, sont de ce courant.

L'autre courant est une forme de «mysticisme-martial», issu du Chamanisme et du Shintoïsme. L'Homme aspire à éveiller la forme divine qui est en lui, son esprit divin —on pourrait dire notre «Kami gardien» personnel— et, par la pratique d'un Budô ou de rites secrets, recherche une transmutation le mettant en contact avec le Divin, les Esprits (Kami). Les Maîtres de ce courant sont d'une habileté étonnante en révélations et en prophéties.

Contrairement à ce que l'on croit, la plupart des Maîtres et des Grand-Maîtres du Budô furent, et sont encore, de ce second courant.

Maître Morihei Ueshiba était en communication permanente avec les Kami de la nature et connaissait parfaitement les histoires de Kami et de «gremlins» du vieux Japon.

Il n'employa jamais les méthodes Zen ou la terminologie Zen dans son enseignement du Aiki-Dô. Même si le célèbre bouddhiste Zen, D.T. Suzuki, appela le Aiki-dô «Zen en action», il est certain que la conception du Aiki-Dô par le Maître Ueshiba n'avait rien de commun avec le

bouddhisme en général ni avec le Zen en particulier. La plupart des Grands-Maîtres inspirés par le Bouddhisme, et tout particulièrement le Zen, sont à l'antithèse de l'Art Martial Authentique et même de la religion japonaise (le Shinto).

En lisant l'ouvrage exceptionnel qui suit, il ne faudra pas perdre de vue ce qui précède, et qui sera peut être une révélation pour certains.

S'il est vrai que le courant Zen a effectivement été étroitement lié à la technique de certains Grands-Maîtres du passé (tels que Musashi ou Yagyu), si l'on veut évoluer en Aiki-Dô, il faudra se souvenir, aussi étrange que cela paraisse, que le Aiki-dô de Maître Morihei Ueshiba et le Ju-Jutsu de Maître Sokaku Takeda, ainsi d'ailleurs que la grande majorité des Ecoles issues du Ju-Jutsu, sont orientés vers le courant mystique ésotérique (Shintoïsme et Chamanisme), dérivé de la doctrine Omoto-Kyo. Si cela vous intéresse vous pouvez vous rapporter au livre de chevet de Maître Ueshiba, le «Kojiki».

On sait rarement, ou on évite de le dire, ce qui à mon sens est une erreur, que parmi les grandes figures des Arts Martiaux, c'est à dire parmi les Maîtres ayant été initiés par des Maîtres «martiaux» d'avant l'ouverture du Japon à l'Occident à la fin du XIXe Siècle, seul le Maître Ueshiba fut reconnu par tous comme «Le» Grand Maître incontesté.

Ce fut aussi le seul à avoir fondé son style propre après avoir obtenu deux «Menkyo Kaiden» et un «Okuden» qui sont des brevets extrêmement rares (surtout pour le second).

Tout ce qui précède a pour but d'essayer de vous faire comprendre que ce que vous allez lire dans cet ouvrage est susceptible de vous faire entrer dans le «Budo Idéal»... si vous faites plus que le parcourir sommairement.

Henry Plée.

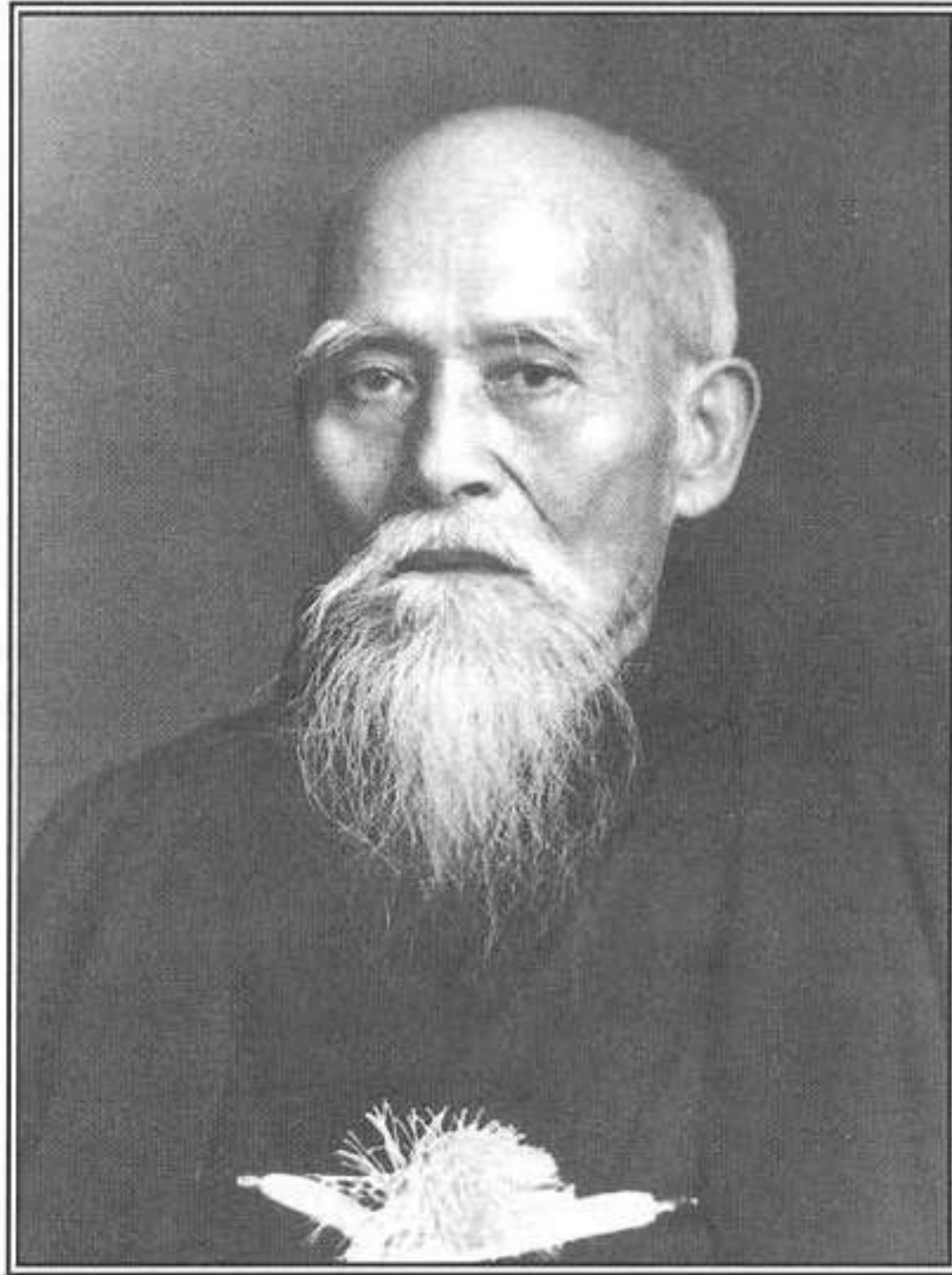
SOMMAIRE

INTRODUCTION	11
par Kisshomaru Ueshiba	
BUDO	29
par Morihei Ueshiba	
LES TECHNIQUES DU NOMA DOJO.....	75
NOTES.....	134

PREMIERE PARTIE

INTRODUCTION

par Kisshomaru Ueshiba



Morihei Ueshiba

Morihei Ueshiba est né le 14 Décembre 1883 à Tanabe, dans la Préfecture de Wakayama. Il était le quatrième enfant et le fils aîné de Yoroku Ueshiba, un fermier aisé qui possédait deux hectares de bonne terre. Son père était une personne très respectée dans la communauté locale et siégea dans le Conseil du village durant vingt ans, sa mère, Yuki Itokawa, venait d'une famille de propriétaires terriens d'ascendance noble.

Quand il eut atteint ses sept ans, Morihei fut envoyé à Jizodera, un temple bouddhiste proche de la secte Shingon, pour étudier les grands textes classiques du confucianisme et les écrits bouddhistes. Il se passionna immédiatement pour les contes merveilleux, les récits de miracle du moine bouddhiste Kobo Daishi le Vénérable. Dès cette époque, il commença à faire régulièrement certains rêves. Son père Yoroku, qui s'inquiétait de cette propension trop marquée pour le monde de l'esprit et pour le mysticisme, le poussait vers des exercices physiques et lui enseigna le *sumo* et la natation.

Morihei obtint son diplôme de l'Ecole Primaire Supérieure et fut admis au tout nouveau Cours Moyen de la Préfecture de Tanabe à l'âge de 13 ans. Il dut quitter cette école avant d'en avoir le diplôme, mais obtint cependant la possibilité d'entrer à l'Institut Abacus de Yoshida où il acheva ses études. Peu de temps après, il trouvait un travail à l'office des impôts de Tanabe, Service des Revenus Fonciers.

Tout aurait pu s'arrêter là mais en 1902 Morihei rejoint un mouvement populaire qui protestait contre la nouvelle législation sur la pêche et finit par démissionner de l'administration. Il monte alors à Tokyo dans le but de prendre son départ dans les affaires et travaille quelque temps comme employé dans le district commercial de Nihombashi puis ouvre son propre magasin : Etablissements UESHIBA, librairie et papeterie scolaire. La même année, une terrible crise de bériberi le terrasse et le contraint à quitter Tokyo pour se réfugier à Tanabe. Peu après son retour, il épousa Hatsu Itokawa (née en 1881) qu'il connaissait depuis son enfance.

Ce fut pendant ce premier séjour à Tokyo que mon père débuta véritablement l'étude des Arts Martiaux par le *jujutsu* et le *kenjutsu* traditionnels.

En 1903, Morihei fut incorporé dans le 37^{ème} régiment de la quatrième division d'Osaka. Son tempérament et son talent déjà exceptionnel le distingue : on le surnomme «le Dieu des Soldats» pour sa détermination au travail, son honnêteté... et son habileté à la baïonnette. L'année suivante, lorsque la guerre russo-japonaise éclate, il est envoyé au front comme caporal et en revient avec le grade de sergent pour son courage au combat.

Pendant ses moments de liberté, il continuait à s'intéresser aux Arts Martiaux et s'entraînait à Sakai, au *dojo* de Masakatsu Nakai où il étudiait l'Ecole Goto du *Yagyu-ryu jujutsu*.

Libéré de l'armée en 1907, Morihei retourne à Tanabe pour travailler dans la ferme familiale. Il participe beaucoup à la vie du village et devient notamment le dirigeant d'une association locale pour la jeunesse. Par ailleurs, son père avait profité d'une visite du judoka Kiyochi Tagaki à Tanabe pour le convaincre d'enseigner le *Judo Kodokan* à Morihei et n'avait pas hésité pour cela à transformer une grange en *dojo*. Morihei n'en continuait pas moins à se rendre assidûment au *dojo* de Sakai où il ne tarda pas à recevoir le diplôme de l'Ecole Goto.

Les trois années suivantes, il se fixe à Tanabe et se plonge dans toutes sortes d'activités. En 1910, alors que sa fille aînée Matsuko vient de naître, il commence à s'intéresser de très près à un projet d'établissement d'une colonie dans l'île septentrionale d'Hokkaido et plus précisément à ses structures gouvernementales. Il ne se contentera pas de l'aspect théorique. Très tôt il fait appel à des volontaires de son association, constitue un groupe de colons et se retrouve rapidement à la tête d'un ensemble de cinquante quatre familles (un peu plus de quatre-vingt personnes) qu'on appela le groupe Kishu. En mars 1912 ils quittent tous Tanabe pour se rendre à Hokkaido où ils arrivent au mois de mai et s'établissent sur un emplacement que Morihei avait reconnu et choisi au cours d'un voyage préparatoire, au lieu-dit de Shirataki, près du village de Yobetsu. Cet endroit était encore inculte et les arrivants eurent à lutter contre des conditions atmosphériques épouvantables et durent faire face à d'énormes difficultés pour fonder dans un lieu si sauvage le village qui porte encore le nom de Shirataki. Le groupe Kishu, opiniâtre, réussit à mener à bien de nombreux projets, envers et contre tout : cultiver de la menthe, élever des chevaux, se lancer dans l'industrie laitière, développer l'exploitation du bois de construction...rien ne les arrêta. Morihei se démena pour assurer le succès de cet établissement qui lui tenait tant à cœur. Il est directement à l'origine de nombreuses entreprises ambitieuses comme la construction d'une rue marchande à Shirataki, l'amélioration des conditions de logement, la création d'une école.

Ce fut pendant cette période que Morihei fit la connaissance de Sokaku Takeda, le célèbre maître du *Daito-Ryu*, dans une auberge à Engaru où il était lui-même de passage. Il s'entraîna intensément avec lui, et quelque temps plus tard il obtenait un certificat de *Daito-Ryu jujutsu*.

Grâce à l'expansion de l'exploitation du bois, Shirataki devint vite une petite ville prospère. Le 23 mai 1917, hélas, le village fut totalement détruit par un gigantesque incendie. Le printemps suivant, Morihei —qui avait été élu membre du Conseil du village— fut entièrement pris par la reconstruction de Shirataki. En juillet de la même année naissait son fils aîné : Takamori. A la mi-novembre 1919, Morihei eut la douleur d'apprendre que son père était gravement malade. Il abandonna Hokkaido pour retourner à Tanabe, mettant ainsi fin à une aventure de huit années.

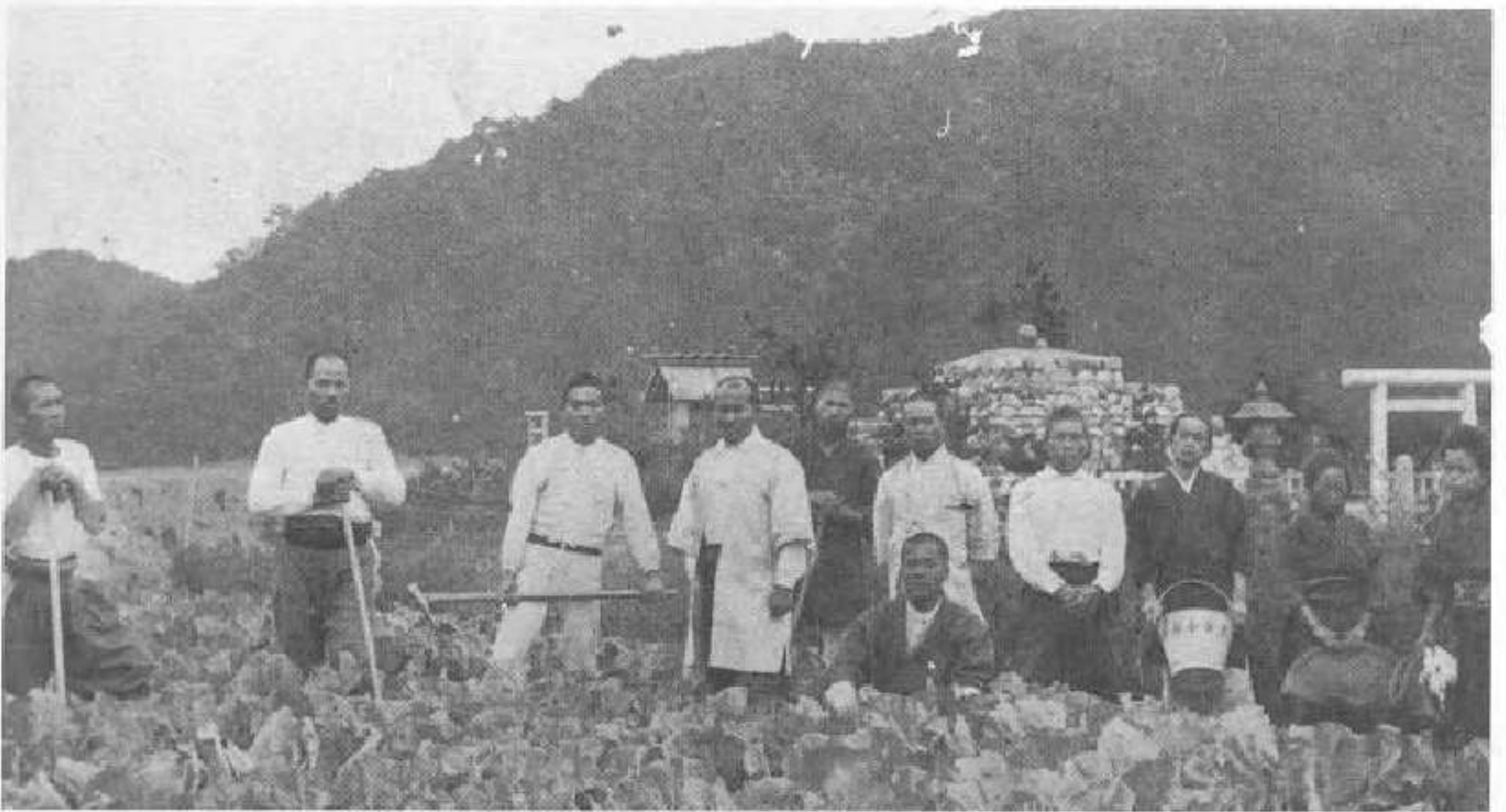
Pendant son voyage de retour, Morihei apprit que Onisaburo Deguchi, maître spirituel d'une secte en pleine expansion : Omoto-kyo, et célèbre pour son *chikon kishin* (technique de méditation, ascèse mentale qui doit conduire à la sérénité et rapprocher du divin) se trouvait près de Ayabe. Morihei se sentit le besoin d'aller le voir et resta à ses côtés jusqu'au 28 décembre. A la demande qu'il lui fit de prier pour son père, Onisaburo répondit : «Votre père est très bien comme il est». Ces mots firent sur lui une impression profonde.

Yoroku Ueshiba décéda le 2 janvier 1920 à l'âge de 76 ans. Sa mort fut un coup très rude pour mon père et ouvrit chez lui une période de confusion intérieure et d'instabilité émotionnelle. Il ne tergiversa pas. Peu de temps après, à la recherche d'une vie plus spirituelle, il rejoignit Onisaburo Deguchi à Ayabe avec toute sa famille. Pendant huit ans encore, il vécut dans un petit logement derrière l'école primaire à l'intérieur même de l'enceinte sacrée du Omoto-Kyo. Durant tout ce temps, il eut la confiance absolue du Maître et participa à de nombreux exercices et pratiques spirituelles de la secte. Très vite, avec l'assentiment de Onisaburo, Morihei transforma une partie de sa propre habitation en *dojo* avec dix-huit nattes de paille et ouvrit son «Académie Ueshiba» où il enseigna les arts martiaux aux adeptes d'Omoto-Kyo.

Il était dit pourtant que mon père ne serait pas épargné. Sa première année à Ayabe fut à nouveau marquée par une tragédie personnelle : il perdit ses deux fils, emportés tous les deux par la maladie. Takemori



Morihei, âgé de 38 ans, dans son premier dojo. En 1920, Morihei et sa famille allèrent à l'Omoto-Kyo à Ayabe, près de Kyoto. L'Académie Ueshiba y vit le jour. Morihei y enseignait le *Daito-ryu aiki-jujutsu* aux adeptes de l'Omoto-Kyo.



Morihei (au centre) travaillait dans le jardin potager appartenant à l'Omoto-kyo. Durant toute sa vie, Morihei fut passionné par le travail de la terre. Il était persuadé qu'il y avait une affinité particulière entre le *budo* et l'agriculture ; ces deux activités fortifiaient l'homme et lui permettait une vie simple et de hautes pensées.

mourut au mois d'août, âgé de trois ans, et, en septembre, ce fut au tour de son second fils, Kuniharu, âgé de un an.

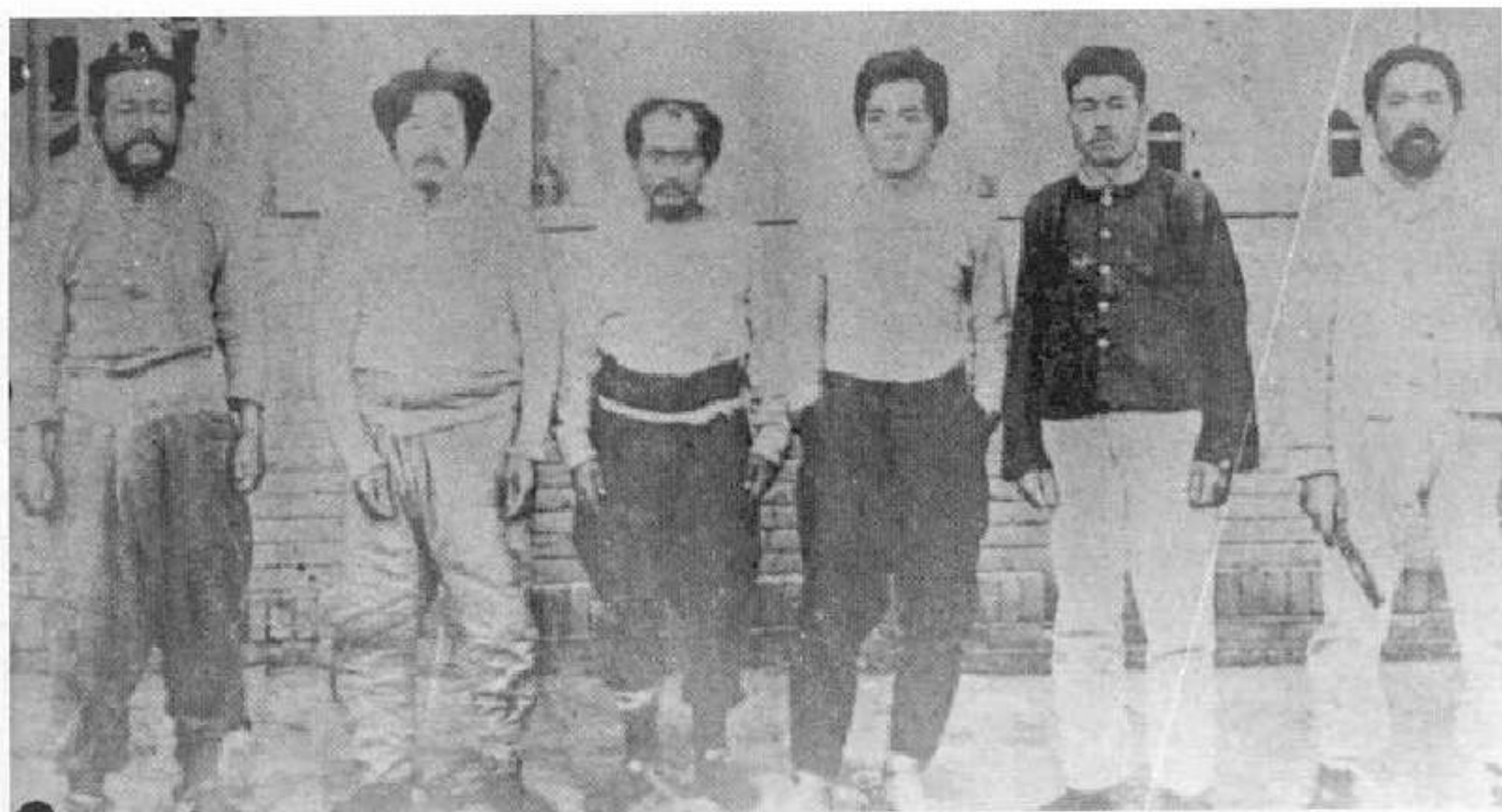
Pendant l'année qui suivit l'arrivée de Morihei à Ayabe, l'enseignement dispensé à l'Académie Ueshiba fut bientôt reconnu et le bruit courut qu'il y avait là, à Ayabe, un maître exceptionnel en arts martiaux. Le nombre d'adeptes de l'Omoto-Kyo qui venait s'entraîner augmenta régulièrement et les soldats de la proche base marine de Maizuru s'y intéressèrent à leur tour. Mais le 11 février 1921, les autorités décidèrent de supprimer la secte —un acte qui fut connu plus tard comme le «Premier Incident Omoto»— et plusieurs personnes, dont Onisaburo, furent arrêtées. Heureusement, cet événement n'eut pas de répercussion sur l'Académie Ueshiba déjà très renommée. 1921 fut aussi l'année de ma naissance...

Les deux années suivantes, Morihei tenta d'aider Onisaburo, qui avait été remis en liberté sous caution, à reconstruire Omoto-Kyo. Il prit la charge de neuf cents *tsubo* de terre environ dans le pays de Tennodaira, qu'il exploita tout en continuant à enseigner à l'Académie Ueshiba. De cette façon, il donnait à sa vie la parfaite cohérence qu'il recherchait. Il avait toujours été persuadé de l'intimité profonde entre les arts martiaux et la culture du sol et ce sentiment proche de son cœur ne le quitta jamais.

A partir de cette période, la pratique des arts martiaux chez Morihei devint plus intensément spirituelle et il s'absorba de plus en plus dans l'étude du *kotodama*. Cela le conduisit à s'éloigner peu à peu des traditions du *Yagyu-ryu* et du *Daito-ryu jujutsu*, et à développer une approche personnelle qui faisait de la technique l'application dans le

monde visible des principes divins. Il brisait les barrières entre l'esprit, l'âme et le corps. En 1922, cette synthèse fut nommée *Aiki-bujutsu*, et connue du public comme le *Ueshiba-ryu aiki-bujutsu*.

1924 est une date décisive dans la vie de Morihei et l'aventure cruciale qu'il vécut cette année-là conditionna beaucoup de choses dans son développement intérieur. Le 13 février, fidèle à lui-même, il quitte secrètement Ayabe en compagnie de Onisaburo Deguchi. Ils partent vers la Mandchourie et la Mongolie à la recherche de leur monde, un lieu sanctifié où ils pourraient établir un Etat nouveau guidé par des préceptes religieux et par la lumière de l'Esprit. Le 15, ils arrivent à Mukden où ils rencontrent Lu Chang K'uei, un puissant seigneur de guerre mandchou. Morihei porte alors le nom chinois de Wang Shou Kao. Ensemble, ils conduisent l'Armée Autonome du Nord-Ouest (connue aussi comme l'Armée Indépendante de Mongolie) à l'intérieur du pays. Cependant leur expédition était vouée à l'échec dès le début ; ils étaient les victimes d'un complot tissé par un autre chef militaire soucieux de son pouvoir, Chang Tso Lin, et, lorsqu'ils atteignent, le 20 juin, le Baian Dalai, les troupes chinoises prévenues sont là pour les arrêter. Morihei, Onisaburo et quatre autres personnes furent condamnées à mort. Le destin voulut qu'au moment où ils devaient être exécutés, un membre du consulat japonais intervint, réussit à obtenir leur libération et s'occupa de leur retour au Japon.



En 1924, Morihei accompagne Onisaburo Deguchi dans la Grande Aventure de Mongolie. Espérant créer là-bas un «paradis terrestre», Onisaburo et son groupe allèrent jusqu'à la frontière de ce pays lointain pour finir par être arrêtés par un seigneur chinois et condamnés à être exécutés. Cette photographie montre le groupe avec les pieds attachés par des chaînes, bientôt relâché en lieu sûr dans les locaux du Consul Japonais de l'endroit. Morihei, le troisième à partir de la gauche, debout à côté de Onisaburo semble, en plus, avoir les bras liés.



Le Fondateur en pèlerinage aux chutes sacrées de Nachi à Kumano. Morihei fut très marqué par ses nombreuses rencontres avec la mort pendant la grande aventure de Mongolie, et à son retour au Japon il approfondit sa recherche sur le vrai sens du *budo*. Il s'isolait souvent dans les montagnes pour se livrer à une vie d'ascète. A l'âge de 42 ans, Morihei eut une révélation qui en fit un maître hors du commun et littéralement, un être invincible.

Morihei et Onisaburo entourés d'un groupe d'adeptes d'Omoto-kyu. Deux hommes extraordinaires dont le talent égalait la grandeur ; Morihei et Onisaburo furent parmi les plus grands visionnaires de tous les temps.



Morihei essaya alors de reprendre son mode de vie précédent, partagé entre son enseignement à l'Académie Ueshiba et le travail à la ferme Tennodaira. Il s'intéressa aussi au *Sojutsu* (technique de la lance) et continuait son entraînement intensif au sabre et au *jujutsu*. Mais il avait subi une profonde mutation intérieure. Il avait été marqué par ses expériences face à la mort, notamment sous le feu au front, et avait découvert au cours de ces moments particulièrement intenses qu'il pouvait distinctement percevoir des éclairs lumineux sur la trajectoire que devaient emprunter les balles. La connaissance de cette formidable

capacité intuitive fut une expérience fondamentale pour Morihei. A son retour au Japon, les manifestations de cette force spirituelle apparurent bientôt en de multiples occasions.

Au printemps de l'année 1925, Morihei rencontre un officier de marine, maître de *kendo*, qui le défie. Il accepte et gagne sans, pour ainsi dire, avoir eu à combattre ; il avait pu visualiser la trajectoire des coups avant que le sabre en bois de l'officier n'ait eu la possibilité de le toucher. Tout de suite après ce duel, il alla se rafraîchir près d'un puits où il eut un sentiment de grande paix et de grande sérénité. Il lui parut soudain qu'il baignait dans un nimbe de lumière dorée descendue du ciel. Son corps et son esprit devenaient de l'or. Cette expérience intense et unique fut sa Révélation personnelle, son *satori*. A cet instant, tout lui devint clair. Il comprit le lien qui l'unissait à l'univers, il comprit un par un les autres principes philosophiques sur lesquels l'*aikido* est fondé. C'est de ce jour qu'il estima devoir désigner son enseignement sous le nom de *aiki-budo* plutôt que de *aiki-bujutsu*. [La substitution du caractère *do* à celui de *jutsu* change entièrement l'esprit de l'étude : on passe de «la technique martiale de l'*aiki*» à «la Voie Martiale de l'*aiki*».]

Quand l'*aiki-budo* prit son essor, il commença à toucher un nouveau public et attira des adeptes célèbres. L'un des premiers fut l'Amiral Isamu Takeshita qui, vers la fin de l'année 1925, invita Morihei à Tokyo. Il séjourna à la résidence du précédent premier Ministre Gombei Yamamoto, où il fit quelques démonstrations de son art devant des notoriétés qu'il impressionna considérablement. Morihei enseigna aussi les arts martiaux pendant vingt-et-un jours au palais du Prince Héritier.

Printemps 1926. Il se rend à nouveau à Tokyo sur une nouvelle invitation de l'Amiral Takeshita. Il enseigne à la Cour et à la Famille Impériale aussi bien qu'aux officiers de l'armée, et à quelques grands noms des milieux financiers. Ce séjour de Morihei à Tokyo fut longtemps prolongé, mais pendant l'été, pris de troubles intestinaux, il tombe malade et se trouve forcé de retourner à Ayabe.

Février 1927, nouvelle invitation de l'Amiral Takeshita. Un choix s'impose alors et la solution ne fait pas de doute. Il quitte Ayabe pour la troisième fois et toujours avec l'assentiment de Onisaburo, décide de s'établir définitivement à Tokyo pour se consacrer à l'enseignement des Arts Martiaux.

Après deux années de logements temporaires, Morihei s'installe dans une maison proche du temple Sengaku à Kuruma-Cho, où il transforme une chambre de vingt-huit nattes en *dojo*. Il compte déjà parmi ses élèves de l'époque Isamu Fujita, Shoyo Matsui, ainsi que Kaizan Nakazato et l'acteur Kabuki Kikugoro Ennosuke VI.

En 1930, Morihei obtint une villa à Ushigome dans le Wakamatsu-Cho, et débuta la construction d'un nouveau *dojo*. En attendant la fin des travaux, il avait établi une salle de fortune à Mejirodai et ce fut là qu'en octobre il reçut la visite de Jigoro Kano, le créateur du *judo*, Maître du Kodokan. Celui-ci fut très impressionné par le travail de Morihei et le félicita

chaleureusement en lui disant : «Vous avez réalisé mon idéal du *budo*». En conséquence, Kano lui confia deux de ses élèves : Jiro Takeda et Minoru Mochizuki.

Une autre visite mémorable la même année fut celle du Major-Général Makoto Miura. Particulièrement sceptique sur ce nouveau *budo*, il rendit visite au *dojo* dans le seul but de ridiculiser Morihei. Le Fondateur sut si bien lui faire comprendre son erreur qu'il devint aussitôt son élève. Dans la foulée, et à la demande même du Major-Général, Morihei devint instructeur à l'Académie Militaire de Toyama.

En Avril 1931, un *dojo* d'*aiki-budo* de quatre-vingts tatamis qu'on appela le Kobukan fut établi dans le Wakamatsu-Cho, au lieu même où se tient aujourd'hui le *dojo* principal. Il y eut un grand nombre d'adhésions nouvelles ; ce fut l'époque de Hisao Kamata, Hajime Iwata, Kaoru Funabashi, Tsutomu Yugawa et Rinjiro Shirata. Pendant les dix années qui suivirent, l'*aiki-budo* connut sa première période faste. Et c'est pendant cette période que le Kobukan commença à être connu sous le nom de «*Dojo* de l'Enfer» pour l'extraordinaire intensité de ses entraînements.

Morihei eut beaucoup de travail dans les années qui suivirent car il enseignait non seulement au Kobukan, mais aussi dans d'autres *dojo* de Tokyo et d'Osaka. Les principaux d'entre eux étaient le *dojo* Otsuka à Koishikawa (financé par Seiji Noma, le Président du Kodansha), le *dojo* Fujimi-Cho à Lidabashi et à Osaka les *dojo* Sonezaki, Suida et Chausayama. Les futurs maîtres Shigemi Yonekawa, Zenzaburo Akazawa, Gozo Shioda et Tetsumi Hoshi furent les *uchi-deshi* (élèves en internat) de cette époque. Morihei enseignait également dans les postes de police de la



Morihei avec le premier groupe de disciples permanents du Kobukan. Le Kobukan, ouvert en 1931 à Tokyo, attirait de jeunes adeptes de tout le pays. Bien que cela n'apparaisse pas ici, il y avait un bon nombre de femmes parmi ses élèves.

région d'Osaka sur la recommandation de l'un de ses adeptes : Kenji Tomita, Chef de la Préfecture de Police d'Osaka, ex-gouverneur de la Préfecture de Nagano. D'autre part, s'ajoutaient à ses activités des cours de plus en plus nombreux donnés devant ses élèves du groupe de presse Asahi à Osaka en outre, par l'entremise du Club du Japon Industriel, il était très demandé dans le monde de la finance.

En 1932 fut fondée la Société pour la Promotion des Arts Martiaux Japonais et en 1933, Morihei en est le Président. Un centre d'entraînement à plein temps, nommé *dojo* Takeda, est établi en mai de cette année dans la Préfecture de Hyogo. Des douzaines d'étudiants vivent là et y travaillent, mettant en pratique l'idéal du Fondateur : lier les arts martiaux et la culture de la terre.

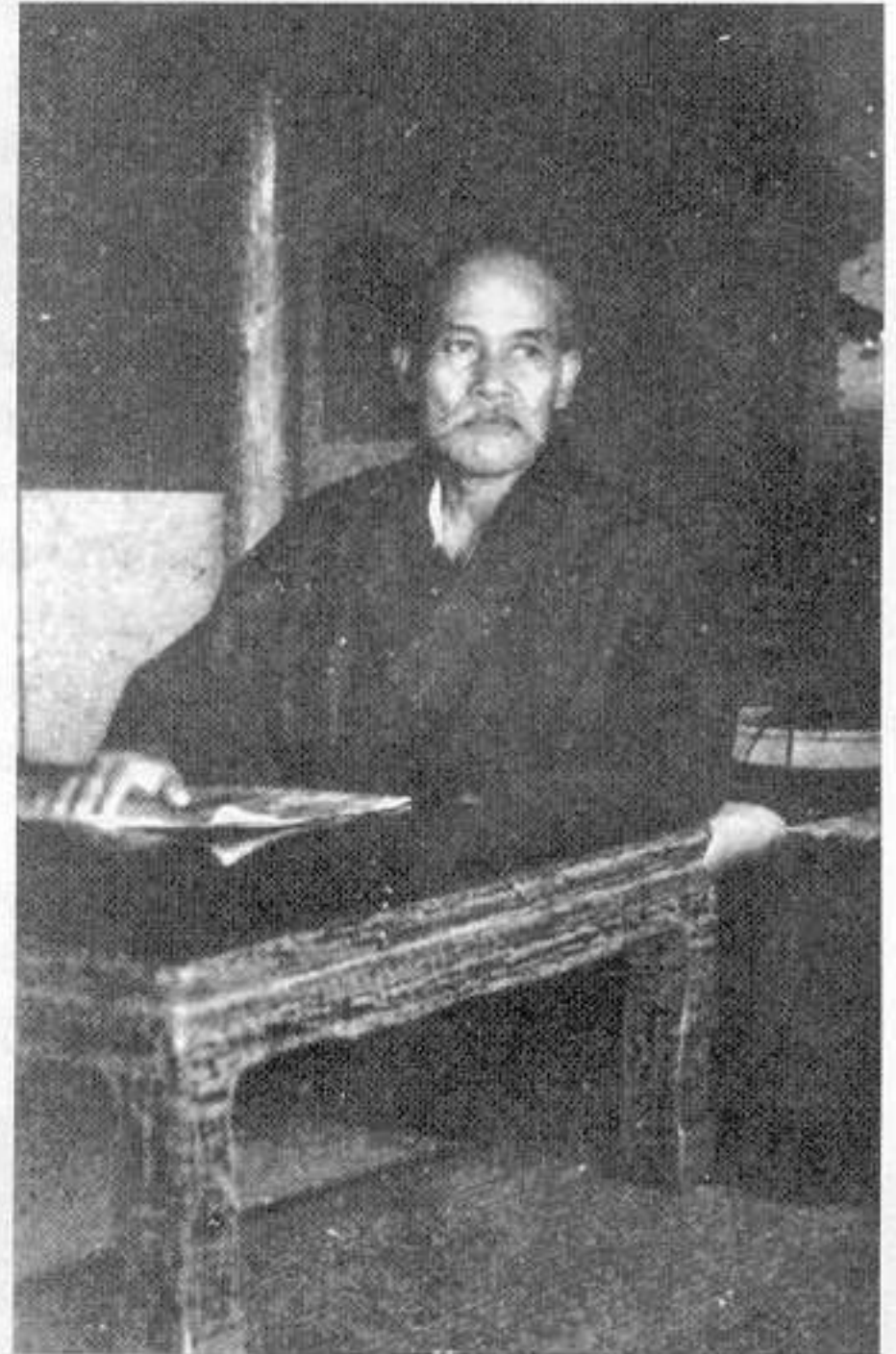
Vers le milieu des années 30, Morihei était devenu célèbre. Plus encore que par sa maîtrise dans les divers arts martiaux japonais, il attire l'attention du public par sa conception originale de l'union de l'esprit, de la pensée et du corps qu'il tente de mettre en application dans son école. Pendant cette période, Morihei travaille intensément le *kendo* au *dojo* Kobukan, et de nombreux pratiquants fréquentent l'endroit comme Kiyoshi Nakakura qui deviendra son gendre en 1932. En septembre 1939, Morihei est invité en Mandchourie pour faire une démonstration publique. Il y combat l'ancien lutteur *sumo* Tenryu et le cloue au sol d'un seul doigt. Morihei continua par la suite ses visites en Mandchourie, même après le début de la guerre du Pacifique, acceptant un rôle de consultant dans diverses institutions, comme l'Université de Kenkoku avec laquelle il est particulièrement lié.



Morihei à 50 ans. A cette époque, Morihei est connu dans tout le pays comme un des plus grands maîtres d'arts martiaux.



Morihei avec Kiyoshi Nakakura vers 1933. Nakakura, qui fut son gendre, était d'abord un escrimeur. Après avoir quitté le Kobukan, il devint un des grands du *kendo* moderne. A maintenant près de 80 ans, il reste toujours un compétiteur actif.



Morihei en 1940, âgé de 57 ans.
Photographie prise en Mandchourie.

Il fit son dernier voyage en Mandchourie en 1942, sur l'invitation de l'Association des Grands Arts Martiaux, lors de la célébration du dixième anniversaire de la création de l'état de Mandchoukouo. Ce jour là, il effectua sa démonstration en la présence même de l'Empereur Pu'Yi.

Le 30 avril 1940, le Kobukan fut gratifié du statut de «Formation Reconnue par le Ministère de la Santé et de l'Hygiène». Le premier Président en fut l'Amiral Isamu Takeshita, qui avait beaucoup fait pour son développement. La même année, l'Académie de Police où Morihei enseignait adopta l'*aiki-budo* comme référence officielle.

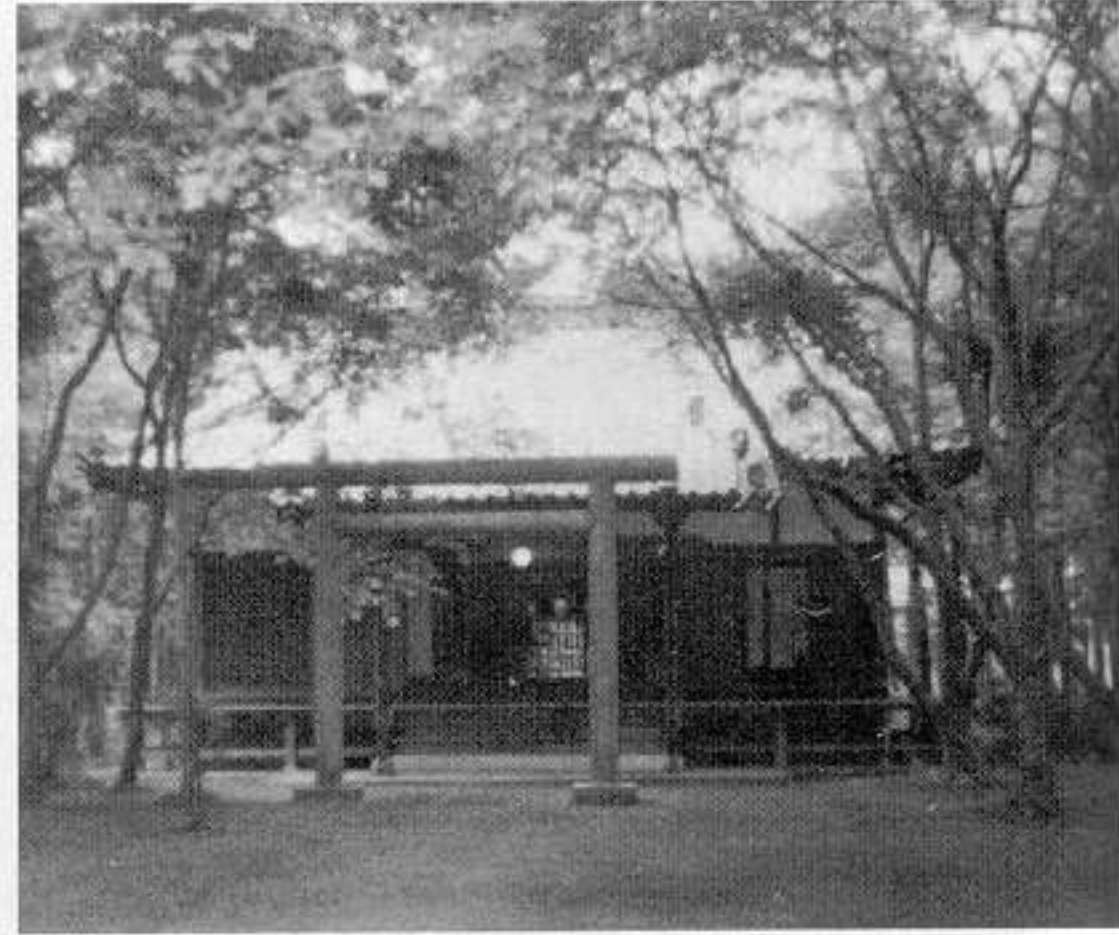
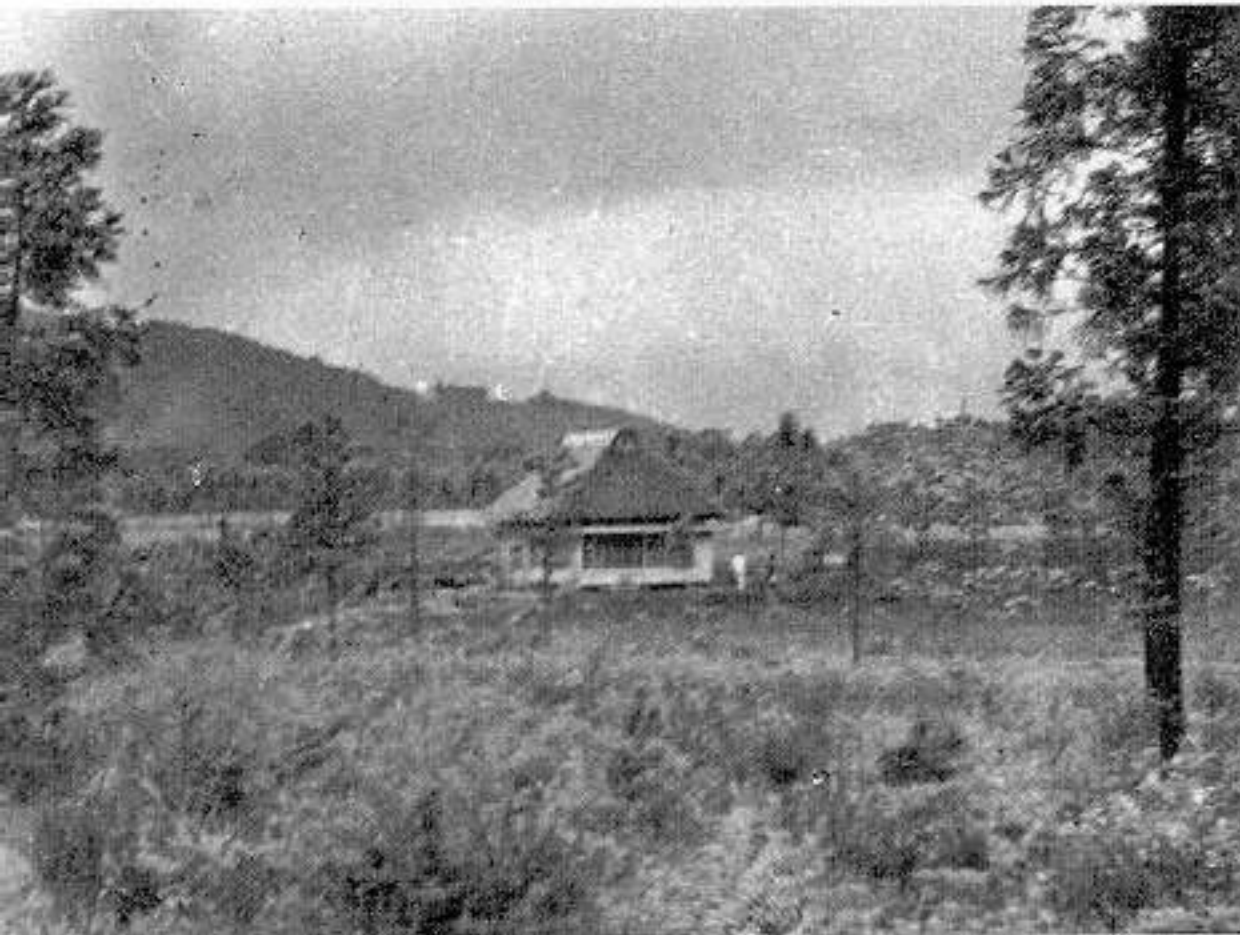
Par suite des troubles de la guerre du Pacifique, l'un après l'autre, les élèves du *dojo* de Tokyo partirent au front. J'étais alors étudiant à l'Ecole Supérieure Universitaire de Wasada, et avec Kisaburo Ozawa et d'autres jeunes élèves en *aikido*, je pris la responsabilité de maintenir le *dojo* actif. Ainsi, en 1941, l'*aiki-budo* fut inclus dans le Butokukai (corps gouvernemental réunissant tous les arts martiaux dans une seule

organisation) et mon père désigna Minoru Hirai pour représenter et diriger le Kobukan, devenu la section *aiki* du Butokukai. Paradoxalement, ce fut à cette période que le nom *aikido* devint vraiment connu de tous.

En réaction au pis-aller de ces nouveaux arrangements faits dans l'urgence du moment, par lesquels l'*aikido* était réduit à une section du Butokukai, et afin de préserver pour les générations futures l'esprit du *budo* qu'il avait créé, Morihei décida d'établir une nouvelle base à l'organisation de l'*aikido* dans la préfecture d'Ibaragi. Il me laissa alors la charge des *dojo* dans le Wakamatsu-cho et se retira avec sa femme à Iwama, vivant là très simplement jusqu'à la fin de la guerre, dans une grange grossièrement aménagée.

A Iwama, Morihei commença la construction de ce qu'il nomma le *ubuya* (lieu de naissance), le cercle sacré de l'*aikido* : un ensemble comprenant l'autel de l'*aiki* et un *dojo* extérieur. Le bâtiment intérieur de l'autel *aiki*, qui fut complété en 1944, comprend de très belles sculptures. Quarante-trois divinités y ont été enchâssées comme gardiennes de l'*aikido*. Quant au *dojo*, connu maintenant comme le *dojo* Ibaragi, il fut achevé en 1945 juste avant la fin de la guerre.

Morihei lui-même planifia la structure de l'ensemble selon les principes du *kotodama*. Par exemple, le bâtiment principal, le hall de prière, le *torii* et leur disposition, suivent la loi des trois principes universels : le triangle, le cercle et le carré, symboles des exercices de respiration dans l'étude du *kotodama*. «Lorsque le triangle, le cercle et le carré sont réunis dans une rotation sphérique, il en résulte un état de clarté parfaite. Ceci est la base de l'*aikido*» expliquait Morihei.



Dans les premiers temps de la seconde guerre mondiale, militaires et ministres recherchèrent les conseils de Morihei mais bientôt le carnage le rendit moralement et physiquement malade. En 1942, Morihei démissionna de ses charges officielles et se retira avec sa femme à Iwama, Préfecture d'Ibaragi, dans une petite maison —guère plus qu'une cabane— au milieu des bois (photo de gauche). Là, Morihei s'occupa aux travaux de la ferme et à la construction d'un Temple *aiki* (photo de droite). En 1942 pendant la plus sombre période de l'histoire humaine, Morihei nomma son école d'*aikido* «La Voie de l'Harmonie et de l'Amour».

Pendant toute la période des affrontements, je luttai pour préserver le *dojo* Kobukan en dépit de la conjoncture désastreuse et des bombardements massifs de Tokyo par l'US Air Force. Le *dojo* fut sauvé, mais il fut utilisé après la guerre comme refuge par plus de trente familles privées de logement, si bien que la pratique de l'*aikido* y devint impossible. La direction de l'*aikido* fut alors transférée à Iwama où Morihei vivait tranquillement, s'occupait de la terre et enseignait aux jeunes de la région.

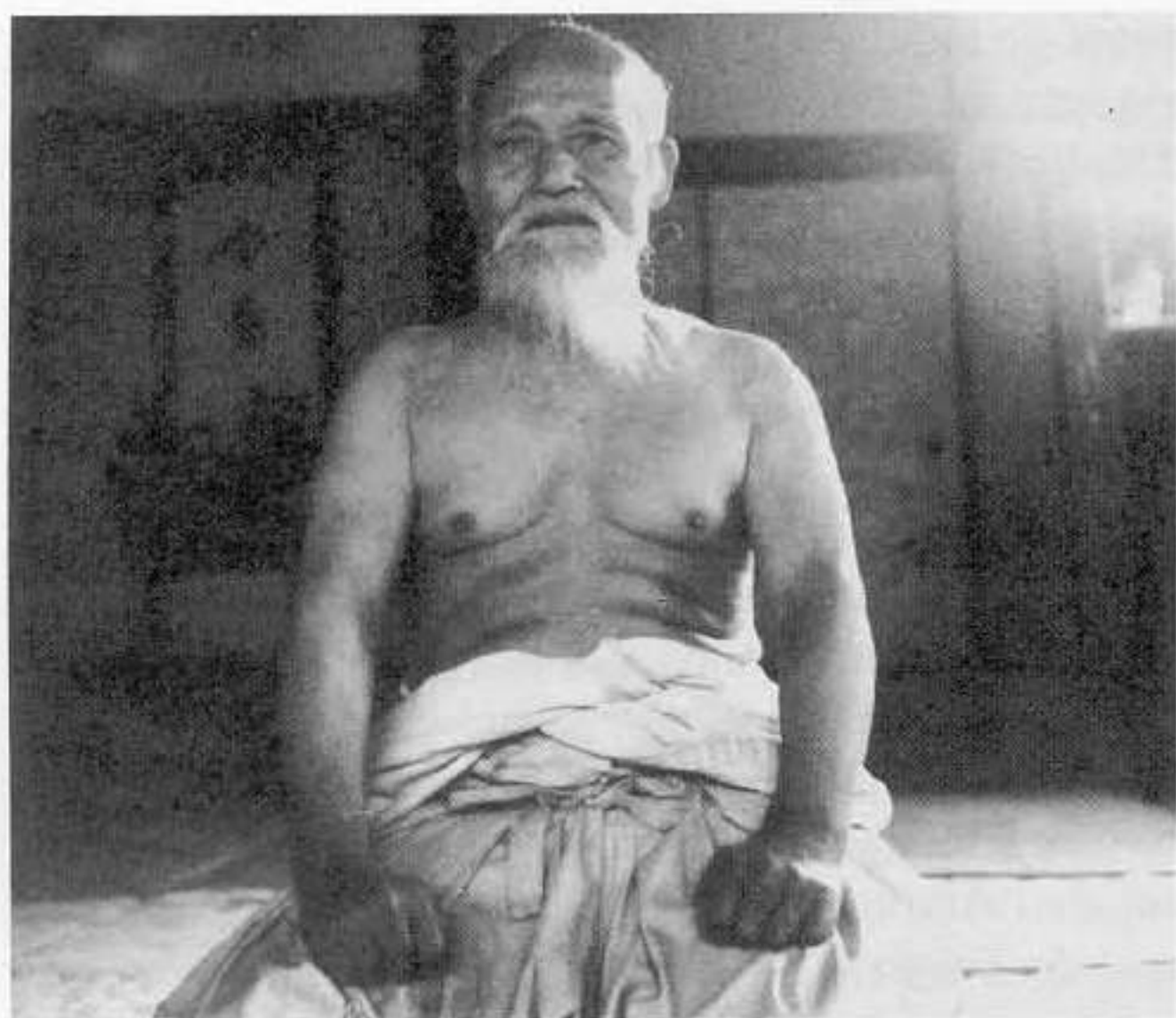
Au lendemain de la défaite, les arts martiaux eurent une période de déclin, l'*aikido* aussi. Morihei ne s'en préoccupa jamais, parfaitement confiant dans l'avenir de sa discipline. Quoi qu'il en soit, il nous fallut travailler dur, ensemble, pour lui rendre peu à peu sa place dans un Japon renaissant. Quand il sembla que la confusion générale était calmée, nous décidâmes de ramener la direction de l'*aikido* à Tokyo. Le 9 février 1948 le Ministère de l'Education autorisa le rétablissement de l'Aikikai avec des statuts modifiés. A cette époque le *dojo* principal de Tokyo fut rebaptisé *dojo* Ueshiba, «Centre Mondial de l'*Aikido*».

Après le rétablissement de l'Aikikai on me donna la responsabilité d'améliorer l'organisation existante et d'établir celle du futur.

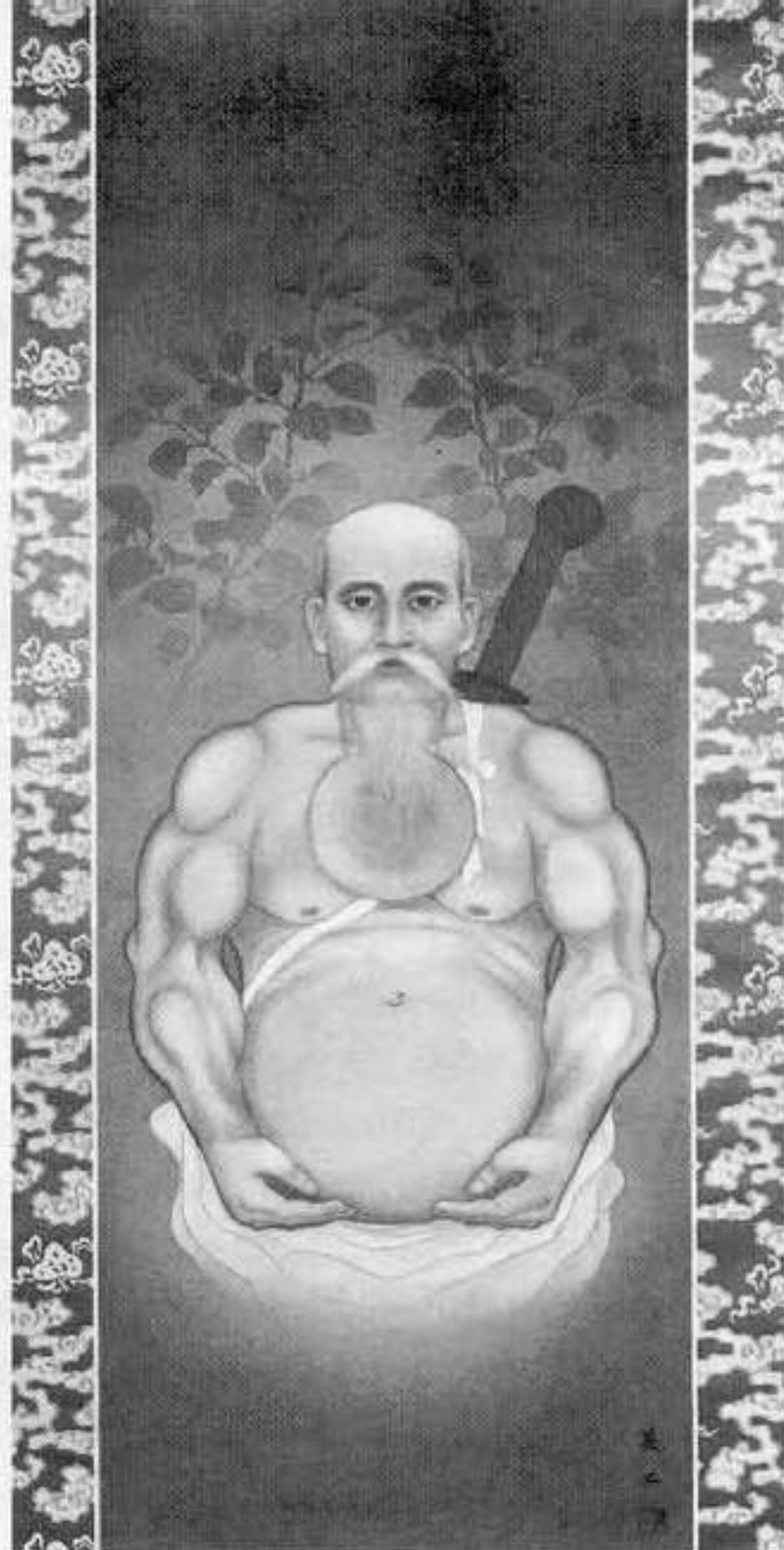
Pendant ce temps-là, Morihei restait à Iwama dans la contemplation et la pratique des Arts Martiaux.



Morihei priant pour la paix dans le monde, pendant la cérémonie marquant la venue de la nouvelle année. Morihei a souvent été cité comme l'homme le plus religieux du Japon. Durant ses dernières années, Il passa l'essentiel de son temps dans l'étude, la prière et la méditation.



Morihei, âgé de 68 ans, posant (photo de gauche) pour un portrait stylisé le décrivant comme une figure Shinto (photo de droite). Morihei est peint en puissant gardien spirituel Shinto possédant les trois trésors sacrés : le Sabre de la Paix, le Miroir de l'Illumination et le Joyau de la Perfection (le ventre rond).



Jusqu'en 1950 encore, mon père voyagea à travers le Japon pour répondre aux innombrables sollicitations qu'on lui adressait afin qu'il enseigne et se produise en démonstrations ou en conférences. Alors qu'il approchait des soixante-dix ans, sa technique souveraine s'écoulait comme un fleuve de son esprit sans limite, fondamentalement différente de la pratique extrêmement âpre qui mettait en évidence la force physique qui caractérisait ses jeunes années. Tout l'accent de l'*aikido* abouti des derniers temps était mis sur sa nature essentielle : l'amour. [Le premier signe de l'*aikido* «*ai*» qui signifie harmonie se lit de la même façon que le signe «amour». Morihei insista de plus en plus sur l'imbrication de ces deux sens.]

En 1954, les quartiers généraux de l'*aikido* furent déplacés à Tokyo, et le *dojo* de Tokyo prit le titre officiel de «Fondation Aikikai» : le *Hombu Dojo* de l'*aikido*. En septembre 1956 l'Aikikai effectua la première présentation d'arts martiaux en public depuis la fin de la guerre sur le toit du grand magasin Takashimaya, au quartier Nihombashi de Tokyo. La démonstration dura cinq jours et eut un grand retentissement auprès des dignitaires étrangers qui se trouvaient là. Morihei ne fut jamais partisan de ce genre d'exhibition mais il comprenait que le Japon entrait dans une ère nouvelle et c'est pourquoi il laissa faire ; ainsi l'*aikido* se développerait dans le futur au rythme de son temps.

Et l'*aikido* s'installa insensiblement dans toutes les consciences. Le nombre d'élèves augmentait partout à travers le monde. Au Japon même, de nouveaux *dojo* s'établissaient dans tout le pays. Il s'étendait dans les universités, les administrations, les entreprises ; il entrait dans un nouvel âge d'or.

Tandis qu'il vieillissait, mon père se retirait peu à peu de l'organisation de l'Aikikai, me laissant entièrement la charge de l'enseignement au *Hombu Dojo*. Il continuait cependant à faire des démonstrations. En janvier 1960, la télévision fixa les techniques du Fondateur sur un film qui fut intitulé : «le Maître de l'*Aikido*». Le 14 mai 1960, financée par l'Aikikai de Shinjuku à Tokyo, eut lieu l'une des plus fameuses démonstrations de son art. Morihei avait tenté d'y présenter l'essence de l'*aikido*. Tous ceux qui y assistèrent en gardèrent une impression profonde. Plus tard cette même année, Morihei avec Yosaburo Uno —dixième dan de *kyudo*— fut honoré du *Shijuhosho* par l'Empereur Hirohito. Seules avant eux, trois personnes du monde des arts martiaux avaient obtenu cette récompense : le maître de *judo* Kyuzo Mifune, et les maîtres de *kendo* Kinnosuke Ogawa et Seiji Mochida. Le 28 février 1961, Morihei partit pour les Etats-Unis sur l'invitation de l'Aikikai de Hawaï. Lors de sa visite, le Fondateur s'exprima en ces termes :

«Jusqu'à présent, je suis resté au Japon pour édifier un pont en or qui puisse unifier tout le Japon. Je construirai à Hawaï un pont d'argent et dans les cinq années qui viennent, je souhaite pouvoir lancer ce pont sur le monde entier pour en réunir les divers pays dans l'harmonie et l'amour que contient l'*aikido*. Je crois que *aiki* —qui naît de l'étude des arts martiaux— peut unir les peuples et donner au Monde son harmonie, dans le véritable esprit du *budo*, en le baignant d'une force immuable d'Amour.»



Morihei, à 70 ans, s'entraînant sous une chute d'eau avec son fils Kisshomaru. Durant sa vie, Morihei améliora et développa constamment son art. «Le vieil homme doit s'entraîner encore et encore» disait-il peu avant sa mort.



Ici, Morihei exécute une projection :
«L'Aikido est le principe de la non-résistance».

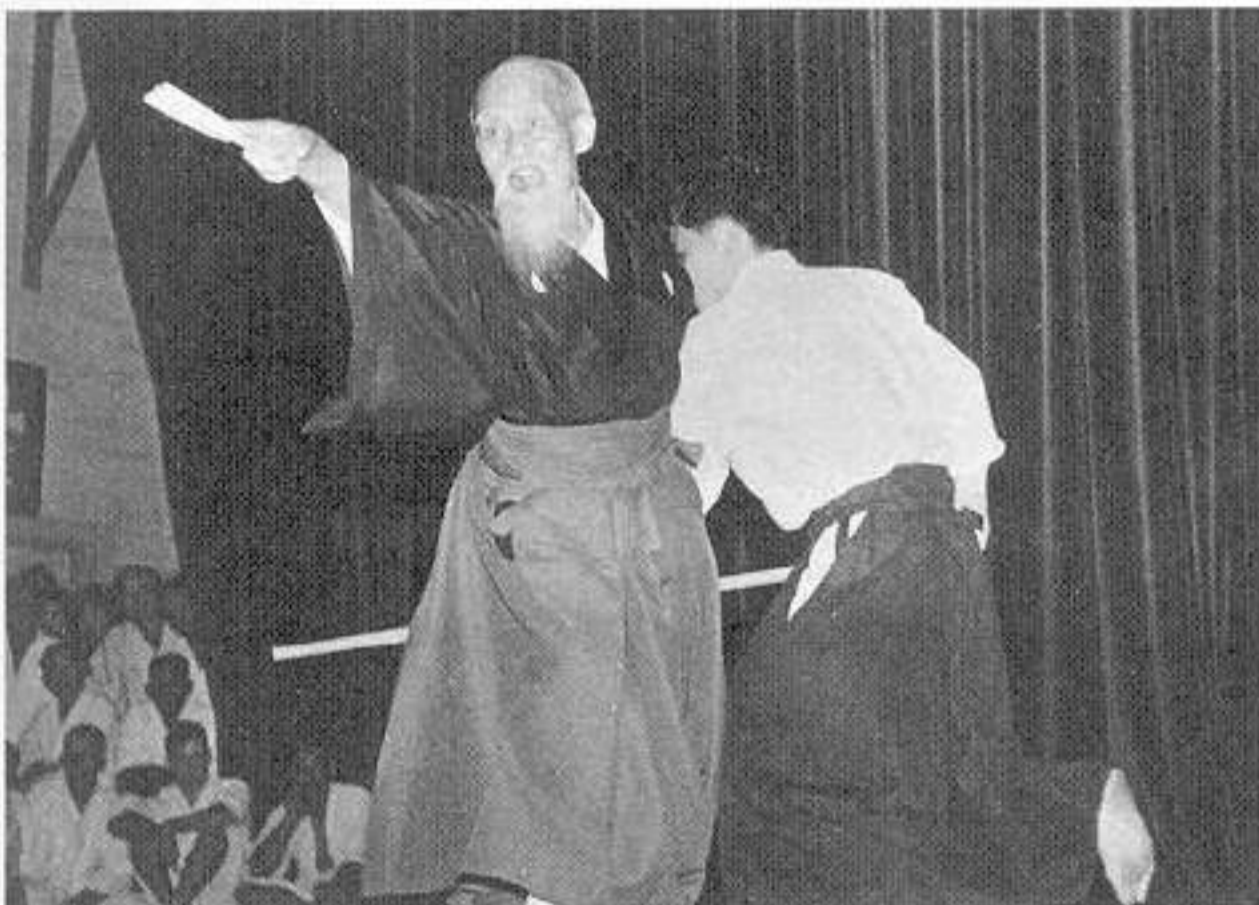
Le 7 août 1962, un grand festival fut organisé au Temple *aiki* d'Iwama pour célébrer les 60 ans de pratique de Morihei, et, en 1964, il reçut une distinction spéciale de l'Empereur Hirohito en reconnaissance pour sa contribution exceptionnelle aux arts martiaux.

La première pierre d'un Hombu Dojo tout neuf est posée cérémonieusement à Tokyo, le 14 mars 1967. Le même jour à Iwama, Morihei effectuait le premier labour traditionnel de la Fête du Printemps. Le 15 décembre de la même année, le nouveau *dojo*, immeuble moderne de trois étages, est terminé. Mon père ne garda l'usage que d'une seule pièce pour travailler et dormir ; c'est dans cette pièce que sont exposés aujourd'hui les objets qu'il utilisa pour son entraînement quotidien.

Le 12 janvier 1968, une cérémonie commémorative célèbre l'achèvement du nouveau Hombu Dojo. Morihei parla alors de l'essence de la technique *aikido*. Plus tard dans la même année, il fit encore une démonstration : c'était au Kokaido à Hibiya, toujours pour fêter la réalisation du nouvel immeuble. Ce fut sa dernière apparition publique au service de l'*aikido*.

Le 15 janvier 1969, Morihei assiste à la célébration de la nouvelle année au Hombu Dojo. Quoiqu'il ait paru alors en bonne santé, son état physique se détériore très vite à partir de cette date et il s'éteint en paix le 26 avril 1969 à cinq heures de l'après-midi. Une veille se tint au Hombu Dojo le premier mai, à partir de sept heures dix du soir, et le même jour l'Empereur Hirohito lui décernait une dernière distinction à titre posthume. Ses cendres furent enterrées dans le temple de la famille Ueshiba à Tanabe, et les mèches de ses cheveux furent conservées comme reliques sur l'autel *aiki* à Iwama, au cimetière familial de Ayabe et au grand autel Kumano.

Kisshomaru UESHIBA fut élu pour succéder à son père en tant que Aiki Doshu par une décision prise à l'unanimité de l'Aikikai le 14 juin 1970.



Morihei démontrant *Tai-no-henka*. Son corps s'adapte de façon dynamique à la situation. Le cri perçant du kiai de Morihei pouvait facilement être entendu à 800 m.

Morihei âgé :
«L'*aikido* est la manifestation
de l'Amour».

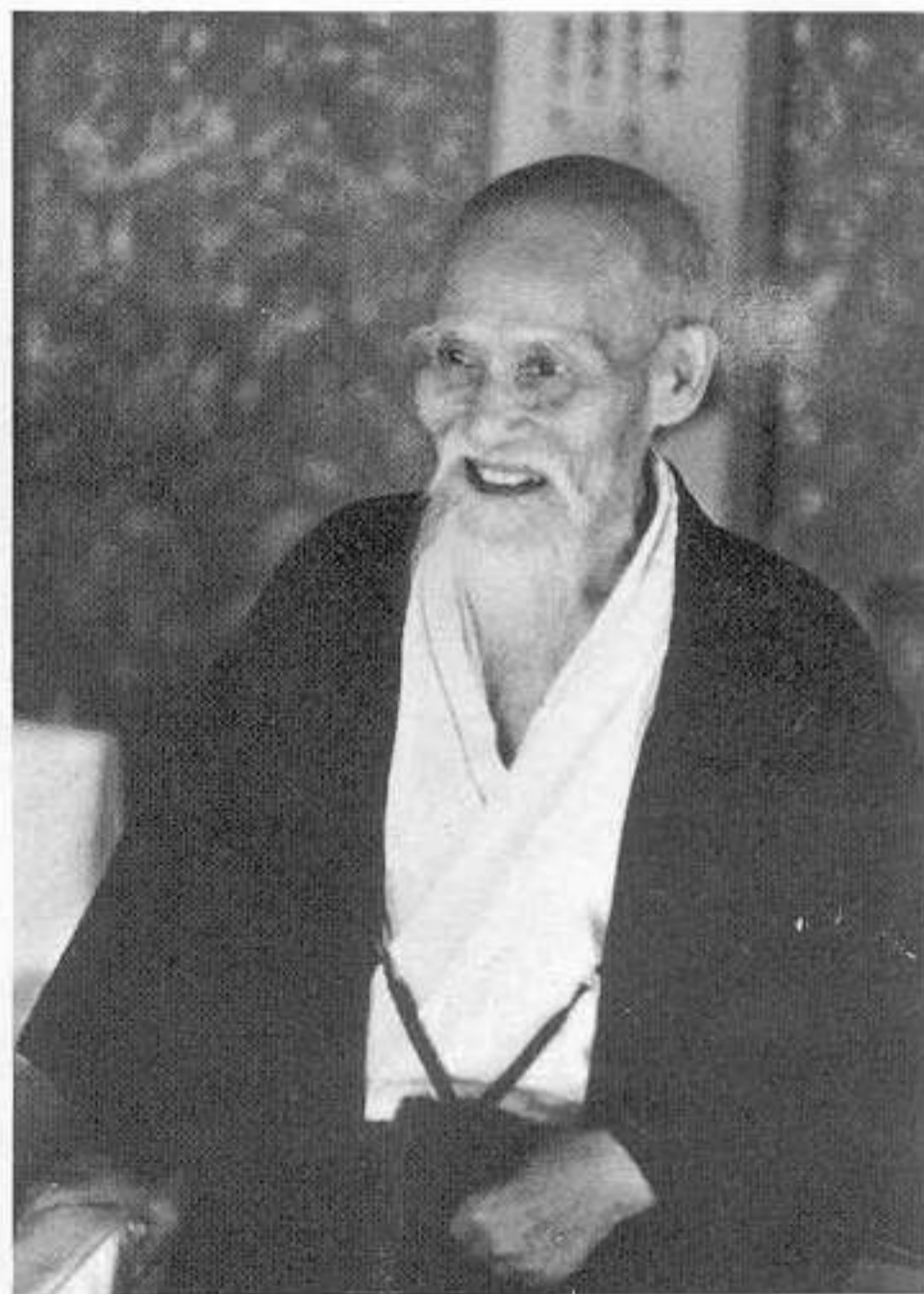


Photo mortuaire de Morihei.
Le Fondateur de l'*aikido* retourne à la Source le
26 Avril 1969, âgé de 86 ans.

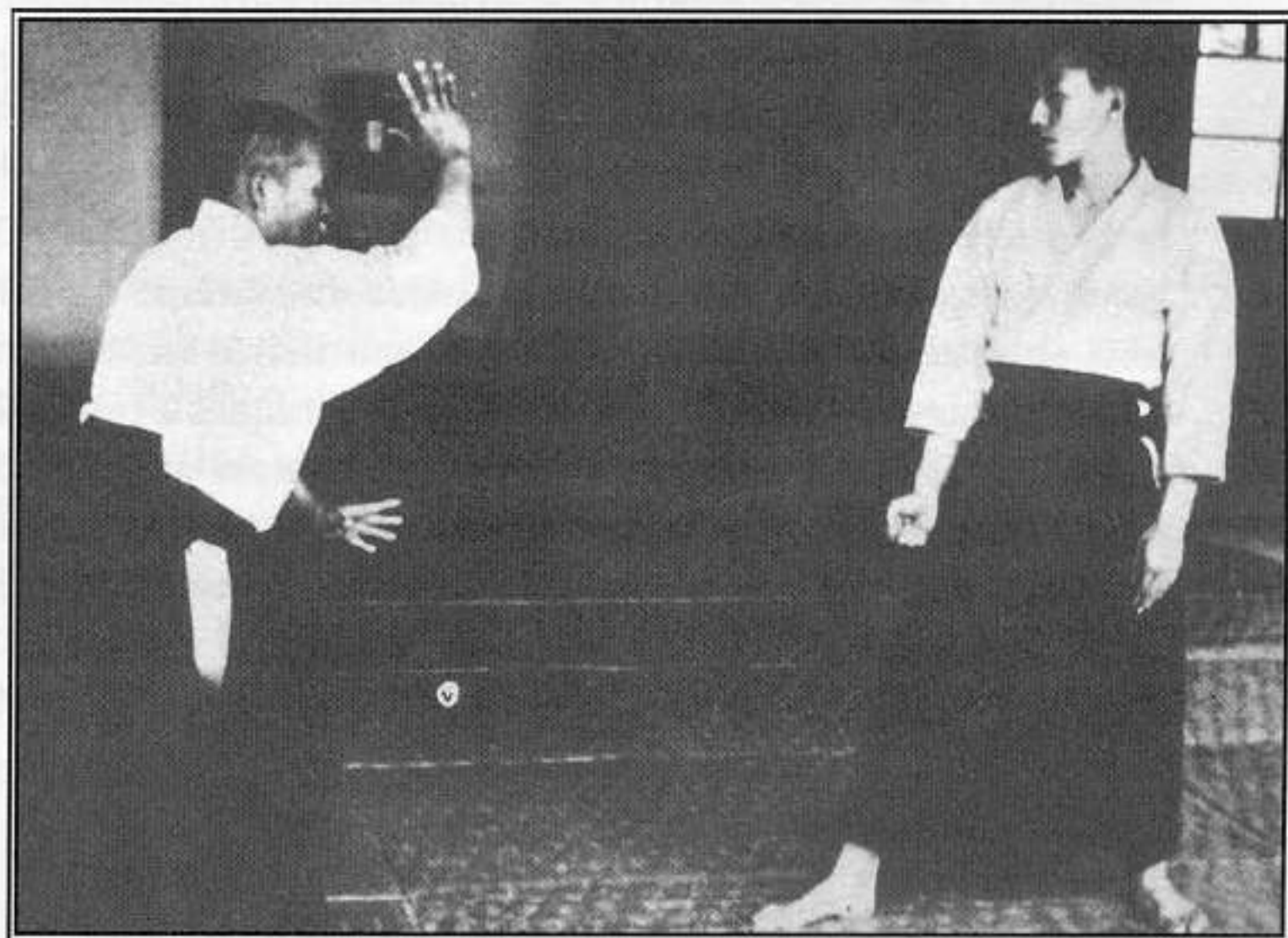


Morihei avec le sabre de l'*aiki*. «Il donne le pouvoir de transpercer et de détruire tout ce qui est mal intentionné et de pacifier le monde».

SECONDE PARTIE

BUDŌ

par Morihei Ueshiba



Avant-propos

Budo fut publié en 1938 et diffusé dans un cercle très restreint d'initiés. Morihei Ueshiba était alors âgé de 55 ans, au mieux de sa forme physique et mentale. Ce livre est resté le seul manuel d'enseignement pour lequel il démontra lui-même les techniques qui servirent d'illustrations, et pour lequel il s'attacha à fixer sur le papier l'essentiel de sa philosophie.

Quoiqu'il ait été réalisé il y a plus de 50 ans dans un monde fondamentalement différent, *Budô* est «hors d'âge», comme tous les classiques. Quelques références à un vieil ordre impérial nous disent son ancienneté, la langue utilisée a un léger parfum d'archaïsme, le texte lui ne date pas. C'est la trace écrite du message de Morihei : le *budo* est un chemin spirituel qui conduit à l'illumination, à la paix, la vérité, la bonté et la beauté... et ce message ne peut pas vieillir. Quant à la valeur des techniques elles-mêmes, la mise en place du système de l'*aikido* en 1942, à une époque où il atteint sa pleine maturité, fut directement et très largement inspirée des principes et des techniques exposées dans *Budô*.

La formulation est concise voire allusive, ainsi qu'il est d'usage dans ce type d'ouvrage destiné à être accompagné d'explications orales dispensées par des instructeurs qualifiés. La traduction a été aussi fidèle que possible et suit le plan du livre.

LES ENSEIGNEMENTS DE LA VOIE

Le *budo*¹ est un chemin divin établi par les Dieux, qui conduit à la vérité, à la bonté et à la beauté ; un chemin spirituel qui reflète l'absence de limite, la nature absolue de l'univers et les ultimes secrets de la création.

Fort de la vertu que développe en lui une pratique assidue, l'homme peut percevoir les principes du ciel et de la terre. Les éléments techniques de son art, interaction subtile de l'eau et du feu², révèlent le chemin du ciel et de la terre, l'esprit de la Voie Impériale³. L'application de ces techniques est l'affirmation éclatante du merveilleux fonctionnement du *kotodama*⁴, le principe qui dirige et harmonise toutes les choses du monde, le principe qui résulte de l'unification du ciel, de la terre, du Dieu et de l'humanité ensemble. Cette vertu génère lumière et chaleur, c'est le sabre divin de l'harmonie spirituelle entre le ciel, la terre et l'humanité. Quand la situation le veut, armé de ce sabre divin et porté par les principes du ciel et de la terre, l'homme peut pourfendre sans faiblir le mensonge et le mal pour éclaircir le chemin vers un monde pur et beau. Ainsi Eveillé, il est libre d'utiliser tous les éléments contenus dans le ciel et dans la terre tout au long du printemps, de l'été, de l'automne et de l'hiver.

Modifiez votre perception de l'univers, de son apparence et de son mouvement ; changez les techniques martiales en véhicule de pureté, de bonté et de beauté ; rendez-vous maître de l'ensemble. Quand le sabre de l'harmonisation qui unit le ciel, la terre et l'humanité, est pleinement révélé, l'homme est libre et, seul, forge et purifie ce qui est Lui.

METHODES

Vous, votre personne et tout ce que vous possédez, devez être voués à la Cause Majeure. Guerriers engagés dans la voie du combat, nous avons le devoir de suivre la volonté des dieux —en nous comme hors de nous— et de servir les hommes.

Dans le *budo* nous dirigeons l'ennemi comme il nous plaît. Le véritable but poursuivi par les procédés de contrôle que nous décrivons ici est d'enseigner au combattant comment, par le corps et par le travail incessant du mental, acquérir un esprit valeureux et s'en emplir, jusqu'à chasser tout le reste, jusqu'à n'être plus que cet esprit au *ki*⁵ aiguisé, trempé dans ce royaume où seules comptent la Vie et la Mort.

Pratiquez ces méthodes avec toutes vos capacités mentales, avec tout votre corps, n'élevez jamais la voix, avancez sans faiblir ; unissez-vous au ciel et à la terre ; que la pratique et la clarté intérieure ne soient plus qu'une seule chose. Armez-vous de la conviction que votre esprit et votre corps doivent être transfigurés par le cœur d'un guerrier, la sagesse d'un Eveil et la force d'un calme souverain.

POEMES DE LA VOIE⁶

Adosse-toi au Trône
Du Seigneur assis
Qui dicte la Loi,
Puis avance, bravement.

*

Dieux du Ciel et de la Terre
Guidez-moi, j'implore !
Vers la Source qui
force l'âme et purifie.

*

Ei ! Le Cri du ventre⁷, frappe
L'ennemi caché
La Bête Intérieure,
Ei ! Yaa ! Le Cri balaye tout.

*

Budo, la Voie. Elle se vit
Sans jamais se dire.
Ni mots, ni écrits
N'ont l'assentiment des Dieux.

*

Sur le fil du Sabre⁸ on trouve
La Vie et la Mort.
Quels mots ? Quels Ecrits ?
Cherche l'illumination.

*

Grand mystère et profondeur
Les chemins obscurs
De l'Esprit du Sabre.
Dans votre cœur, sa lumière.

*

Ici, polissez l'armure
De l'esprit guerrier.
Dans la Loi Divine⁹
Il illumine la Voie.

*

Ce que les Dieux nous apprennent
Suit la Loi Divine.
La Voie de l'Aiki¹⁰
Vient du Dieu qui purifie¹¹.

Forger l'Esprit dans la Loi
Divine, et sentir
La chaleur du Sabre
Universel, et l'Eveil.

*

Le Sabre, par nous forgé,
Porte de beaux fruits,
Comme un corps pour *Aiki*.
Remercions notre Guide.

*

C'est la Loi du Divin qui
En toi est *Aiki*.
Que brille ce Sabre,
Que sa clarté resplendisse !

*

Par le Grand Sabre Sacré
Sans cesse aiguisé,
Tu touches au divin.
Le guerrier pur sert les Dieux.

*

Forge l'Esprit dans la Loi
Divine, que le Sabre
Lumineux et pur
En manifeste la Grâce.

*

L'éclat pénétrant du Sabre
D'un homme de la Voie
Balaye le Mal
Que son cœur étreint encore.

*

Cristal acéré, clarté
Eclatante et pure,
Le Sabre Sacré
N'offre aucune prise au Mal.

*

Obscur et illimité,
Le Chemin du Sabre
Doit s'ouvrir au monde,
S'imposer à tous et partout.

*

Aucune faiblesse, nulle part.
Le monde vibrant
D'un éclat divin
Inscrit la Voie en nous tous.

Guerrier ! Réunissez-vous,
Brandissez le Sabre
Eternelle clarté,
Qu'il soit révélé au monde !

*

Gardez dans le cœur, ceci :
Les techniques du
Sabre ne sont rien.
Sans parole, l'âme luit.

*

Ni voix, ni silence, ni
Cœur, n'a de sens au
Regard du Divin.
Suis ! Tu ne demanderas rien.

*

«Sincérité¹²» A dit l'homme
Qui suit le Chemin
Du Sabre, patiemment.
Les Dieux disent ce qu'ils veulent.

*

Ni cœur, ni parole juste,
A l'origine du monde
Le Sabre est venu
Des Dieux eux-mêmes, naturellement.

*

Rigueur, Budo, source de
Vie ; étude et Sabre :
Deux tranchants qu'emploient
Les Dieux pour leur Grand Dessen.

*

Toujours, étude intense et
Budo sont restés
Piliers de la Voie.
Dans la pratique, la lumière.

*

A l'instant du face à face,
Guerrier, tu entends
La leçon du Sabre.
Aucun mot n'a plus de sens.

*

Si tu crains de t'égarer,
De rester à la
Surface des choses,
Suit le Sabre, corps et âme.

L'ESSENCE DE LA TECHNIQUE

1. LE PRINCIPE DE L'UNIFICATION DE L'ESPRIT ET DU CORPS

L'approche de «l'autre» peut être considérée comme une occasion de tester la sincérité de notre entraînement mental et physique, de voir si nous sommes capables d'une réponse effective, en accord avec la loi divine. Quand le fil mortel de son sabre nous ouvre le royaume où il faut choisir entre la Vie et la Mort, il nous faut être fermement établis dans notre esprit et dans notre corps, pour ne sentir aucune crainte. Sans lui offrir la moindre ouverture, contrôlez son esprit dans l'instant et déplacez-vous comme vous l'entendez : tout droit, en biais ou dans n'importe quelle direction appropriée. Engouffrez-vous profondément, mentalement et physiquement, transformez votre corps tout entier en une véritable lame et balayez l'ennemi. Ceci est le *yamato-damashii*¹³, le principe qui se cache derrière le sabre divin et qui constitue l'âme de notre peuple.

Par essence, le sabre est l'âme du guerrier, une manifestation de la véritable nature de l'univers. Ainsi quand vous dégainez le sabre, c'est votre âme que vous tenez dans vos mains. Sachez-le, deux guerriers qui se font face en brandissant leur sabre, sont comme des flambeaux, ils entrent ensemble, corps et esprit mêlés, dans un monde qu'il faut débarrasser du mensonge et du mal. Celui qui vient pour s'opposer à lui sur le Grand Chemin de la maîtrise du sabre permet au guerrier que la divinité inspire, de faire agir les Principes Universels. Il favorise l'harmonisation de tous les éléments du ciel et de la terre, du corps et de l'esprit, éternelles splendeurs.

Les Maîtres du passé qui avaient perçu le *budo* véritable, fondèrent leur pratique sur un idéal d'humanité, d'amour et de sincérité. Le cœur de ce *budo* est fait de sincérité : sincérité dans le courage, sincérité dans la sagesse, sincérité dans l'amour, sincérité dans l'harmonie avec l'autre. Ce cœur avec ses quatre aspirations spirituelles doit être amené dans le sabre modeste d'un simple entraînement assidu. Trempez longuement l'esprit et le corps et permettez ainsi à l'éclat du sabre transformé de pénétrer entièrement tout votre être.

Aujourd'hui, les sports sont largement pratiqués et sont excellents pour la forme physique. Les guerriers, eux aussi, entraînent leurs corps, mais ils utilisent cet entraînement de leur corps comme un moyen pour affermir leurs facultés mentales, trouver la paix intérieure et découvrir ce qui est bon et ce qui est beau, toutes dimensions que le sport n'envisage pas. L'entraînement dans le *budo* éveille le sens du courage, de la sincérité, de la fidélité, du beau et du bon, aussi bien qu'il permet au corps de devenir fort et sain.

L'ampleur de la Voie nous dépasse. Des temps anciens jusqu'à nos jours, même les plus grands sages furent incapables de percevoir et de posséder l'entière vérité ; les explications, les enseignements des Maîtres et des Sages n'expriment seulement qu'une partie du tout. Il est impossible, à qui

que ce soit, d'aborder un pareil sujet dans toute sa dimension — il ne reste qu'à tourner son visage vers la lumière et la chaleur, tâcher d'apprendre des Dieux et parvenir enfin à se lier au divin, par une pratique constante, absolue, et l'exercice sincère de la vertu. C'est sur ce fil aiguisé que vous pouvez trouver l'Eveil.

2. METHODES D'ENTRAINEMENT

La meilleure des stratégies, c'est de pouvoir bénéficier pour chaque cas d'un nombre illimité de réponses. Suivez la Voie Impériale : habituez-vous à combattre seul la multitude¹⁴ et seul, vous vous ouvrirez le chemin de dix mille principes essentiels ; forgez dix mille sabres alors, prenez le contrôle, atteignez l'absolu. Gardez toujours l'esprit aussi lumineux et clair que le ciel immense, le grand océan, les montagnes les plus hautes ; vide de toute pensée.

*Irimi*¹⁵

Si vous avez le pied gauche en avant lorsque le sabre de votre adversaire s'abat, appliquez le principe du *kokyu*¹⁶ pour vous déplacer vers son flanc droit sans heurt ; Soyez toujours prêt à frapper un autre adversaire éventuel du bras droit pour le déséquilibrer sur l'arrière. Avancez alors largement votre pied gauche jusque derrière lui tout en conservant votre pied droit solidement ancré au sol et dans le même temps frappez son dos avec le tranchant de la main gauche, puis avancez le pied droit au delà de sa position d'équilibre sans modifier votre posture et projetez-le sur le dos avec les deux mains. Lorsque c'est votre pied droit qui est avancé au départ de l'action, l'enchaînement sera inversé et vous devez entrer vers la gauche de votre adversaire.

*Tai - no - henka*¹⁷ vers la gauche et la droite

Selon les circonstances, il faut parfois faire évoluer ce mouvement de base. Entrez de côté de la façon décrite ci-dessus mais pivotez alors sur le pied avancé aussi vite que la foudre. Lancez la jambe arrière circulairement vers la droite (dans le cas où le pied gauche est avancé). Ecartez-vous d'un pas vers la gauche et projetez ainsi tous les adversaires qui se présentent face à vous, derrière vous, sur votre gauche ou sur votre droite. Quelle que soit la direction vers laquelle vous vous déplacez, ne modifiez pas votre posture pendant la rotation. Le mouvement doit figurer un cercle de 360° autour d'un centre fixe.

*Irimi - tenkan*¹⁸

Faites face à votre adversaire et entrez de la même façon que pour faire *irimi* ; une fois que vous êtes parvenu à vous placer sur son côté et à le

contrôler, appliquez le principe du déplacement avec la plus grande souplesse pour obtenir son déséquilibre : pivotez sur votre pied avancé et tournez librement dans la direction appropriée. Projetez de même tous les assaillants qui vous entourent.

La Voie Impériale oblige à des combats constants. Entraînez-vous à mobiliser le flux puissant d'un *ki* guerrier, donnez à votre déplacement l'énergie d'un trait de lumière. Pour les techniques elles-mêmes en effet, il est dit depuis toujours qu'elles doivent voler comme la lumière, frapper comme le tonnerre. Et s'il est toujours possible d'apprécier encore tout cela avec les yeux, au-delà, il vous sera nécessaire de vous entraîner sans concession, d'aller sincèrement vers le divin, et de maîtriser ces principes qui, eux, sont cachés à tout regard—le jeu universel de l'eau et du feu.

3. ENTRAINEMENT SHOMEN¹⁹

Frappez indifféremment de la main droite ou de la main gauche. Employez le *Te-gatana* [la main-sabre] ou le poing. Pour donner ce coup devastateur, ce coup qui accablera l'ennemi, vous devrez être éclairé par les principes du ciel et de la terre : votre esprit et votre corps seront liés au divin, et vous aurez établi une parfaite harmonie entre le visible et l'invisible, entre l'eau et le feu. Le ciel, la terre et l'homme seront rassemblés en une seule force unie —dans ce cas, celle du *te-gatana*— qui se déplacera en harmonie avec le cosmos et son rythme d'essence divine ; la chaleur et la lumière irradieront de votre corps. Sans offrir à votre adversaire la moindre ouverture ni laisser s'interrompre le flux du *kokyu* et du *ki*, vous serez au cœur même du coup, baigné de son essence. Inversement, lorsque l'ennemi frappe, restez assuré et calme, stable, gorgé de puissance, au centre de l'Esprit de l'Univers et complice de la loi divine. Si vous y parvenez, même entourés d'une horde d'agresseurs, et quels que soient les obstacles autour de vous, vous pouvez anticiper toute tentative et emprunter la direction choisie vers la gauche ou vers la droite pour échapper toujours à la menace.

Vous devez apprendre aussi comment pénétrer l'esprit de votre adversaire et le guider dans la trajectoire que le ciel et la terre vous auront inspirée. Entouré d'ennemis, vous devez être capable de diriger chacun d'eux hors de sa trajectoire d'attaque dans la direction que vous souhaitez, de tourner sur vous-même et, une fois dans leur dos, de les projeter au sol. Eclaboussez de lumière la lisière obscure entre la vie et la mort. Indifférent à tout ce qui peut arriver, vous devez être prêt à recevoir la totalité de la violence ennemie et à voir la mort en face ; alors le chemin tracé entre les deux royaumes s'éclairera sous vos yeux. Frappez comme le tonnerre et volez plus vite que la foudre — voilà comment vous devez agir. Gardez cela constamment à l'esprit lorsque vous vous entraînez et que vous cherchez comment vous soustraire entièrement à la pression d'un assaut adverse.

Dans les temps anciens la stratégie était quelque chose qu'on apprenait naturellement, comme l'expression intime d'une forte présence. Le combat suivait la Loi du ciel et de la terre, on s'exerçait à réagir directement aux différences d'intensité dans le flux de *kokyu*. Dans

l'entraînement présenté ici, on doit s'assurer d'une certaine distance. Cela doit être fait en harmonie avec les principes universels du visible et de l'invisible, de l'eau et du feu. Apprenez à évaluer précisément, aussi bien physiquement que spirituellement, l'espace entre vous-même et les autres, pour pouvoir rester constamment au centre. Trouvez-vous toujours en accord avec l'univers, exercez-vous jusqu'à dompter les forces merveilleuses de l'eau et du feu, jusqu'à les unifier — la stratégie authentique d'un guerrier véritable ne supporte aucune limite. Ouvrez la porte du royaume de la vérité, purifiez et unissez tous les peuples du monde, répandez partout la gloire de la Volonté Impériale. L'entraînement au *budo* dessine un pur chemin spirituel au bout duquel tous vos gestes seront baignés de clarté. Et cet entraînement sincère, appliqué à d'autres formes du *budo*, met aussi bien en évidence les enseignements qui révèlent les grands secrets du ciel et de la terre et conduisent à l'illumination. Désormais les vertus du courage, de la sagesse, de l'amour et de la sensibilité aux autres sont réunies dans votre corps et dans votre esprit, pour créer un beau sabre de vaillance qui vous dirige vers des actions toujours plus hautes. Le règne du Chemin Spirituel est établi, la terre est protégée et chaque personne est devenue un élément du processus. C'est le sens de l'entraînement des guerriers du Japon. C'est l'acte d'ouvrir la Porte de Pierre²⁰. Si vous apprenez à contrôler les éléments universels qui se trouvent dans le cœur de l'homme, vous pouvez réagir aux agressions en accord avec les principes de l'eau et du feu, du ying et du yang. Si l'ennemi vient avec le *ki*, frappez avec le *ki* ; s'il vient avec l'eau, frappez avec l'eau ; s'il vient avec le feu, frappez avec le feu. Pensez à toutes ces choses et pensez aussi à leur lien avec les méthodes scientifiques de la guerre moderne lorsque vous vous entraînez.

4. ENTRAINEMENT YOKOMEN

C'est un coup envoyé sur le côté de la tête de l'opposant, ou un coup frappé vers le bas dans la diagonale de ses épaules avec le *te-gatana*. Dès que vous sentez qu'on cherche à vous atteindre en *yokomen*, évitez l'attaque : retirez-vous légèrement sur votre pied gauche, neutralisez le coup en prenant l'initiative et en appliquant le principe du yin/yang (eau et feu). Saisissez, avec votre main gauche, le poignet droit de votre assaillant, puis renforcez la saisie avec votre main droite, avancez d'un grand pas avec votre pied gauche, tournez vers la droite, appliquez le principe du yin et du yang, et projetez-le face contre terre. L'utilisation judicieuse de la force de l'adversaire à votre propre avantage dépend d'une maîtrise parfaite des temps d'attaque et d'un sens aigü du merveilleux principe qui régit les caractéristiques visibles et invisibles de l'eau et du feu. Il peut être exécuté de face ou de biais pour contrer indifféremment une frappe du côté droit ou du côté gauche, et on doit l'étudier comme une part essentielle de la stratégie. Celle-ci s'enrichira régulièrement pendant les entraînements quotidiens aux mouvements *yokomen*.

En ce qui concerne cette technique, il est nécessaire de mettre en valeur une stratégie qui utilise le corps et tous les éléments directement à portée de la main. Le sabre cosmique a de nombreuses applications qui ne peuvent être perçues que par la transmission orale et les démonstrations de pratique effective.

5. TECHNIQUES DE MAIN

Les mains, les pieds, les hanches doivent être centrés et fonctionner comme un seul élément. En premier lieu, et afin de protéger votre esprit et votre corps, il est primordial de guider les autres, de les diriger avec vos mains. Vous devez apprendre à amener votre assaillant dans une direction donnée, jusqu'à la chute. Quand un opposant veut vous tirer à lui, vous devez avoir appris à anticiper et à diriger une telle traction. Lorsque vous réussissez un bon entraînement en *bujutsu*²¹, c'est que vous sentez immédiatement que votre adversaire manque d'à-propos et que vous êtes capable de répondre à cela ; c'est-à-dire que vous arrivez à percevoir les opportunités —ce qui manque— et à appliquer alors la technique appropriée. Percevoir la faiblesse d'un adversaire de cette façon fait aussi partie du *budo*. Mais le *budo* authentique ne se propose pas simplement de détruire l'opposition. Il est infiniment plus juste de défaire l'esprit de l'ennemi (en lui faisant comprendre la folie de ses actes) pour qu'il abandonne volontairement ses attaques, et qu'il les abandonne avec plaisir. Le vrai *budo* veut établir l'Harmonie. Le mental et le corps sont les formes de l'eau et du feu, réalisées dans ce monde. L'ensemble une fois unifié dans une démarche vers l'esprit, il faut alors continuellement s'entraîner aux techniques d'harmonisation. Si l'adversaire saisit votre poignet, reculez la jambe gauche, dirigez-le dans cette direction, tenez son bras tout en le frappant à la face et faites-le tomber.

Tous les *bujutsu* du Japon révèlent les enseignements du ciel et de la terre. Un seul exemple : si un pratiquant expérimenté est entouré d'ennemis qui le chargent avec des lances, il a appris qu'il doit les considérer, au-delà d'eux-mêmes, comme un seul agresseur et trancher dans le groupe avec une force mentale sans faille.

Les anciens utilisaient les piliers et les arbres comme boucliers. C'était une erreur... comme de compter sur d'autres protections. L'esprit est le seul vrai bouclier. Face à de nombreux adversaires, déviez leurs tentatives vers l'extérieur, avancez-vous nettement puis tournez pour vous retrouver derrière les lances, hors de portée de leurs pointes. En appliquant ce principe, il devient possible de briser le cercle et de s'échapper vers un terrain plus sûr. Même encerclé, utilisez le même principe : entrez et tournez, en prenant soin de ne jamais perdre la posture juste, et désorientez totalement vos adversaires.

Apprenez la dimension exacte (de la vérité), refusez d'avancer dans la voie du faux-semblant et du mensonge, ne bafouez pas la responsabilité sacrée que vous recevez des Dieux : chaque homme est un univers en miniature.

La pratique du *bujutsu* vise à vaincre l'adversaire dans cette voie particulière. Il est nécessaire de s'entraîner jusqu'à être littéralement imprégné des principes qui fondent cette voie. Lorsque vous êtes entouré par un groupe d'ennemis, pensez qu'il n'en font qu'un seul ; et quand vous n'en voyez qu'un seul, pensez qu'ils sont plusieurs. La meilleure stratégie se trouve là. Apprenez comment combattre seul contre la multitude¹⁴, sans jamais offrir la moindre ouverture à votre agresseur de l'instant. Construisez le *yamato-damashii* ainsi, délivré définitivement de tout relâchement mental ou physique. Unifiez le haut, le centre et le bas. Entrez sincèrement, tournez, et ne faites plus qu'un avec vos adversaires, de face ou de dos, à gauche comme à droite. Il est essentiel de maintenir le

même engagement mental tout au long de tous les entraînements. Dans les situations extrêmes, le monde tout entier est devenu votre ennemi. En de tels moments de vérité, cette sorte d'union du mental et de la technique est absolument essentielle — que votre cœur ne faiblisse pas ! Le corps humain est une création de l'esprit divin. Un simple trait de lumière peut balayer l'obscurité ; nous devons nous entraîner et nous entraîner encore pour tâcher d'atteindre à un tel absolu. Dans un livre secret sur les exercices, écrit il y a longtemps par un initié, on trouve le passage suivant :

«Le *bujutsu* doit être appliqué exactement comme le rayon de soleil qui inonde la pièce de lumière dès que la porte est entrouverte».

Au-delà même. La clarté de votre pratique doit traverser les cloisons, les murs, les rochers et tout corps matériel. Sur le chemin que nous avons choisi, nous livrons notre intelligence, notre corps, nous livrons tout au divin. Le bout du chemin pour le guerrier, c'est — en harmonie avec la Voie Impériale — d'être devenu maître des techniques martiales qui résonnent dans les mondes du visible et de l'invisible.

Entraînez-vous constamment dans le monde du visible et entraînez-vous aussi dans le royaume de l'invisible jusqu'à pouvoir demeurer librement et simultanément dans les deux sphères. Voilà de quel esprit nous avons besoin pour amener au jour les vertus enfouies de la sincérité et de l'honnêteté et pour les diffuser de façon toujours plus éclatante à travers le monde.

L'ampleur de la Voie nous dépasse, elle qui reflète tous les grands secrets du visible et de l'invisible. Un guerrier est un autel vivant élevé vers le divin, qui ne peut se dédier qu'à son but ultime. Imaginez-vous toujours comme sur un champ de bataille sous un déluge de feu ; ne perdez jamais cette sensation, cruciale pour la qualité de votre entraînement. Préservez le cœur de vous-même. Purifiez-vous entièrement pour créer un monde sans tache, un monde immaculé.

ENTRAÎNEMENT AUX TECHNIQUES ARRIERES

1. On apprend par la pratique des techniques arrières, à se préparer mentalement et physiquement contre des agressions venant de toute direction — et en premier lieu des agressions dans le dos — et comment maîtriser facilement l'attaquant dans ce cas de figure. Quand un assaillant surgit inopinément derrière vous, vos sens en alerte doivent vous permettre de percevoir ses mouvements — c'est un point primordial du *bujutsu*. La clé de la réussite dans les techniques arrières va être de ressentir immédiatement la présence d'une autre personne derrière vous ; dès que l'agresseur invisible tente de vous saisir, ouvrez les yeux du cœur, la fenêtre du mental, suivez votre intuition et placez-vous vite et sans erreur dans la position de parade. L'attaque dans le dos est extrêmement dangereuse et très délicate à contrôler. Si votre attention s'est relâchée et que vous ne prenez pas garde à l'éventuelle présence d'un ennemi invisible, vous serez totalement pris au dépourvu. Il est indispensable de s'exercer souvent à ce type de situation. Car même si l'adversaire commence par vous faire face, s'il a un sens aigü du *bujutsu*, il sera capable de se glisser derrière vous malgré vous et de vous mettre ainsi dans une très fâcheuse posture.

Exercez-vous contre les tentatives de saisies de dos. Entraînez-vous constamment à éveiller en vous cette habileté lumineuse, cette capacité à vous déplacer indifféremment à gauche, à droite, en avant ou en arrière, mais toujours en évitant l'attaque et en déséquilibrant l'adversaire. La répétition assidue de ces techniques crée comme un sixième sens. Dans ce type de *bujutsu*²² nous apprenons à agir intuitivement. Et chaque jour nous devons accumuler les exercices pour développer cette sensation et la rapidité des réponses qu'elle nous dicte. Quand vous êtes parvenu à dominer tout ceci, il vous est possible, dès qu'on tente de vous saisir par derrière, de contrôler l'agresseur, de le déséquilibrer vers l'avant et de le projeter.

2. Une saisie au col par derrière entraînera le même type de réaction qu'une frappe. Dès que le col est saisi, vous devez vous déplacer rapidement et prendre l'initiative à l'agresseur en le frappant au visage et/ou au plexus solaire. Cela ferme la fenêtre de son esprit.

Dans un combat réel, dès que l'attaquant s'élance pour attaquer par derrière, pivotez avec le plus de vivacité possible pour trouver une position qui vous permette de frapper son flanc droit (ou gauche) ; ou tournez autour de lui en l'entraînant dans la spirale et projetez-le. Dans les techniques arrières, la stabilité des hanches est d'une importance vitale et il est nécessaire de renforcer cette partie du corps par un entraînement quotidien.

Lorsque sur votre enchaînement votre agresseur saisit votre main au moment où vous le frappez au visage, poursuivez alors rapidement par un pas dans sa direction avec votre pied gauche sur son côté droit, qui vous porte presque derrière lui. Déséquilibrez-le alors, et projetez-le ; ou encore, faites un pas vers sa gauche avec votre pied droit, tournez et projetez.

Chacune de ces explications est l'essence de dix mille techniques. Toutes les techniques martiales viennent des mêmes principes premiers. Bien sûr, l'ensemble des détails de la stratégie et de la nomenclature technique ne peut pas être traité dans les livres. Mettez ceci en pratique et vous obtiendrez ces informations de première main...

ILLUSTRATIONS ET EXPLICATIONS D'UNE SELECTION DE TECHNIQUES FONDAMENTALES

1. PRECAUTIONS A PRENDRE LORS DE L'ENTRAINEMENT

1. Le but originel du *bujutsu* est de tuer l'ennemi d'un seul coup ; toutes les techniques peuvent donc être mortelles, respectez les directives de l'instructeur et ne combattez pas en force.

2. Le *bujutsu* est un art dans lequel on apprend à combattre seul contre la multitude¹⁴. Il est donc absolument nécessaire de s'entraîner toujours avec l'esprit attentif et le corps en alerte, prêt à recevoir les adversaires venus des quatre et des huit directions²³.

3. Entraînez-vous toujours d'une manière pleine de feu et de joie.

4. L'instructeur ne peut communiquer qu'une petite partie du savoir ; ce n'est que par un entraînement incessant que vous obtiendrez l'expérience nécessaire pour pénétrer les mystères. Votre étude désormais ne doit pas chercher à retenir un grand nombre de techniques différentes. Une par une, appropriez-vous chacune d'elle.

5. Dans l'entraînement de chaque jour, débutez avec des exercices de base qui fortifieront votre corps, sans excès. Sacrifiez les dix premières minutes à vous échauffer et il n'y aura ainsi aucune crainte de blessure, même pour les personnes âgées. Amusez-vous en vous entraînant et efforcez-vous de comprendre la justesse de ce que vous avez entrepris.

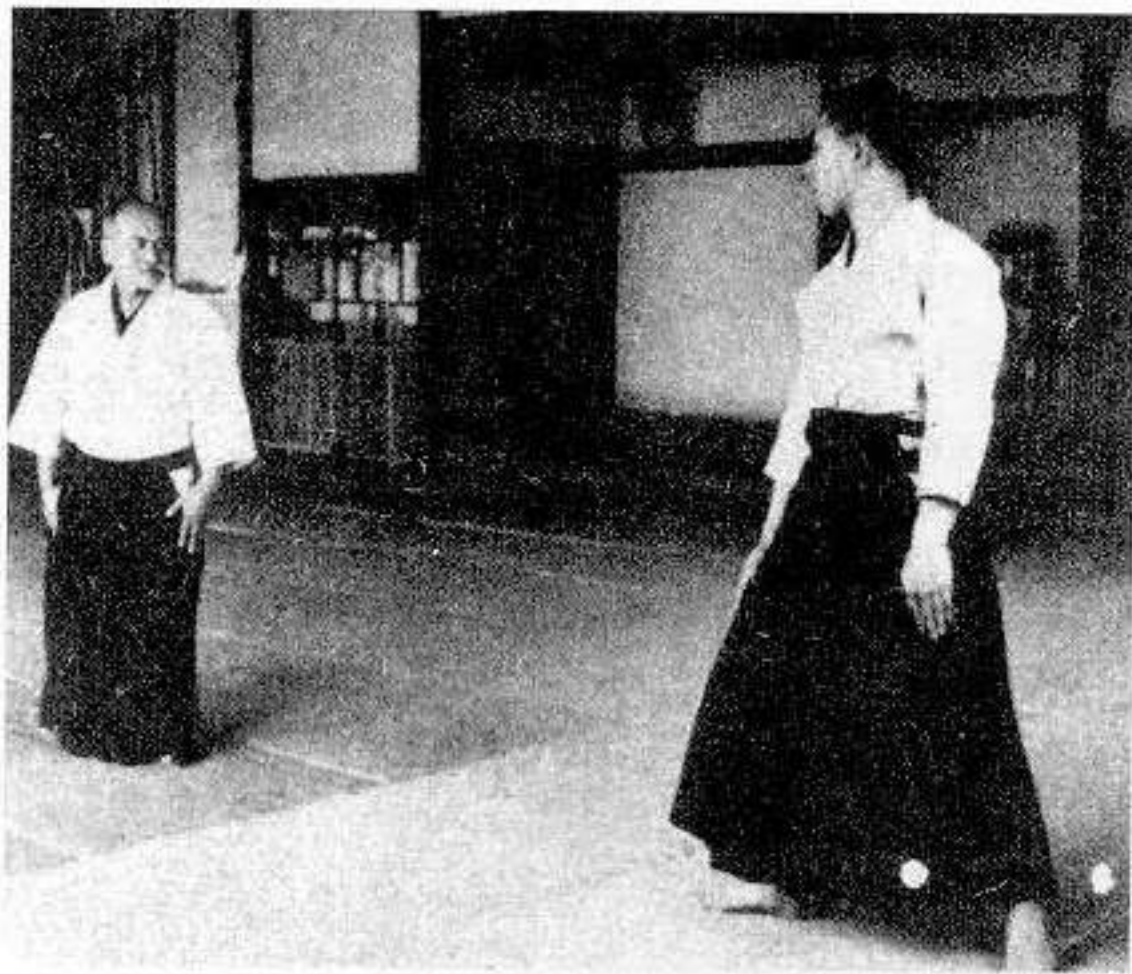
6. L'entraînement au *Bujutsu* consiste à nourrir le *yamato-damashii* et à forger son propre caractère. Les techniques martiales sont transmises d'un homme à un autre sur la base d'une relation individuelle et ne doivent pas être divulguées sans discernement et à tout public. Des secrets d'une telle nature ne doivent pas être détournés pour servir des intentions mauvaises²⁴.

2. MOUVEMENTS DE BASE

1. Position

Emplissez-vous de *ki*, prenez la position *hanmi*²⁵, pieds écartés, ouverts à 60°²⁶, et faites face à votre adversaire dans une attitude *aiki*, très souple (1). La position exacte dépend de circonstances extérieures : le moment de l'action, l'espace autour de soi, les caractéristiques du terrain ; elle doit, de plus, s'accorder aux principes divins. Une bonne position est le signe évident d'une grande justesse d'esprit.

Le pied avant et le pied arrière doivent absolument être ouverts selon un angle de 60°. La raison en apparaît clairement au cours de la pratique.



1

Note : Pendant la pratique, soyez attentif à la position de votre adversaire et à la distance à laquelle il se trouve ; prenez, selon les circonstances, une position droite ou gauche. Quand le mouvement se termine, il est important que vos pieds soient toujours ouverts à 60°. Si vous faites face à votre adversaire en lui offrant des ouvertures, vous êtes déjà perdant.

2. Irimi

Uke²⁷ : Saisissez le poignet gauche de votre partenaire avec votre main droite (2).



2

Tori ²⁸ : Mettez de la force dans le bout des doigts de la main gauche, tournez la paume de la main vers le haut, glissez vers l'avant et légèrement en biais et avancez nettement vers la droite de votre partenaire (3), tout en restant très attentif à d'éventuelles attaques de dos. Saisissez alors le poignet droit de votre partenaire par en-dessous avec votre main droite, dégagez votre poignet et frappez son visage (4). Glissez encore légèrement vers son arrière, saisissez son col (ou fixez ses hanches contre votre corps)²⁹, avancez votre pied droit en mettant le bras de votre partenaire autour de son propre cou, et projetez-le au sol (5 et 6). Pendant cette dernière phase du mouvement, il faudra mettre de la force dans l'extrémité des doigts de votre main droite et ramener votre bras vers le bas et vers l'intérieur.



3



4



5



6

3. *Tai-no-henka* vers la gauche et la droite

Uke : Saisissez le poignet gauche de votre partenaire avec votre main droite.

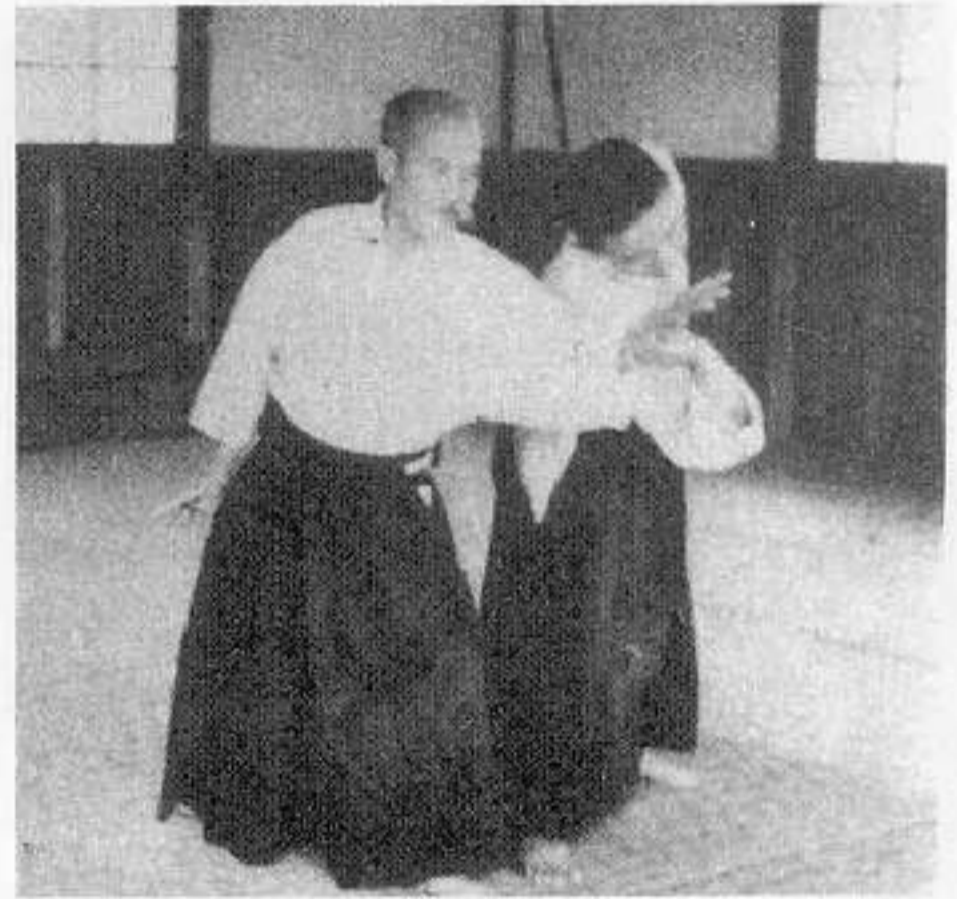
Tori : Concentrez votre esprit sur l'extrémité des doigts de votre main gauche, pivotez sur votre pied avancé en faisant un grand demi-tour, et placez-vous à droite de votre partenaire tout en restant très attentif à d'éventuelles attaques de dos (7 et 8). En exécutant la rotation, conservez vos pieds ouverts à 60° —c'est la position la plus stable.

Uke : Lorsque Tori termine sa rotation, avancez légèrement ; cela facilite le mouvement de tori.

Note : Habituez-vous à travailler systématiquement vos rotations dans les deux directions .



7



8

4. *Irimi-tenkan*

Entrez pied gauche en avant et faites immédiatement une rotation du corps (non illustré).

3. MAIN NUE CONTRE MAIN NUE

SHOMEN

5.

Prenez la position *hanmi*.

Tori : Faites un pas d'écart avec le pied droit, frappez aussitôt le visage de votre adversaire avec votre *te-gatana* droit et frappez ses côtés avec votre poing gauche (9). [Ce second coup n'est pas montré ici³⁰.]



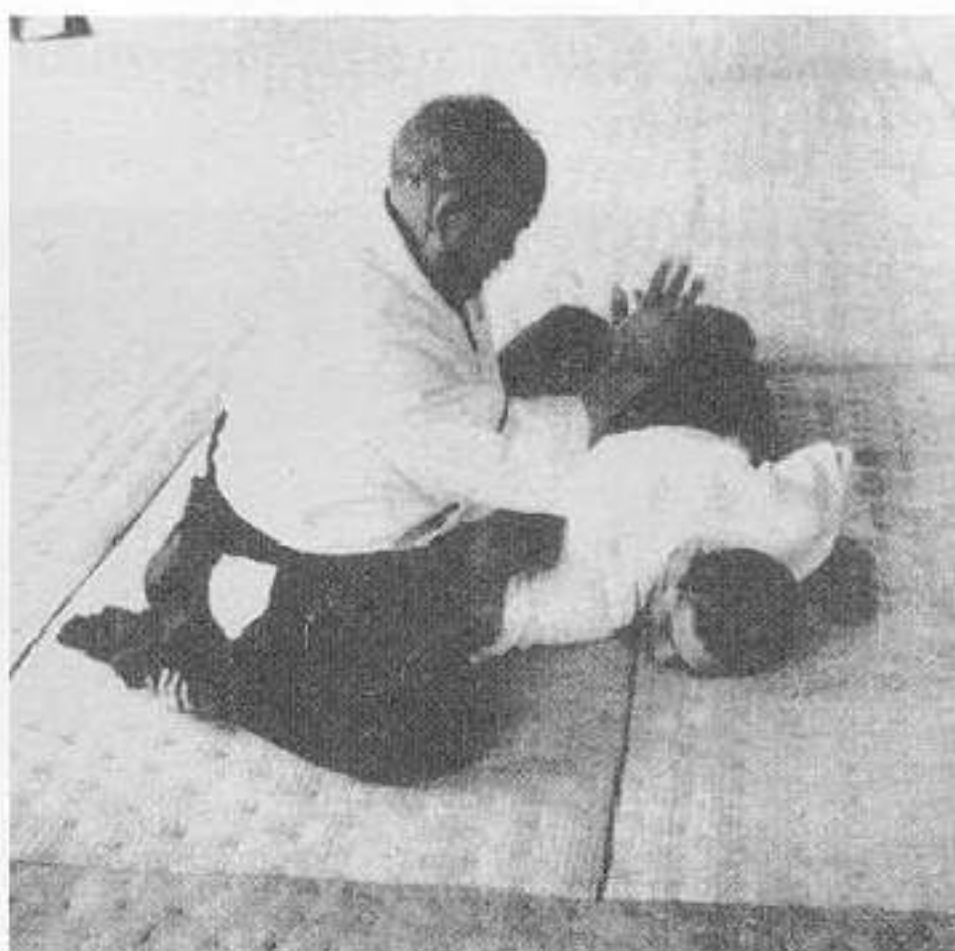
9



10



11



12

Uke : Cherchez à parer la frappe du bras droit.

Tori : Mettez de la force dans votre bras droit et tranchez vivement vers le bas en tenant le poignet droit de votre adversaire et en contrôlant son coude droit (10).

Avancez vers sa droite avec votre pied gauche en gardant son bras droit contre votre corps, tirez-le devant vous (11). Avancez encore un peu et immobilisez-le au sol. Ceci est l'immobilisation n°1. Vous pouvez alors fixer son bras avec vos jambes et le frapper au cou de votre *te-gatana* droit (12).

Note : Il est nécessaire d'avancer avec force (en utilisant les deux mains et les deux pieds dans une parfaite coordination) et de fixer le bras de l'adversaire selon un angle droit.

6.

Quand votre adversaire frappe d'abord en *shomen*, tournez autour de l'attaque par *irimi-tenkan*, utilisez votre main droite pour dévier le coup, puis contrôlez votre adversaire de la même façon que lors du cinquième enchaînement (non illustré).

7.

Tori : Emplissez-vous de *ki* et incitez votre opposant à frapper en *shomen*.

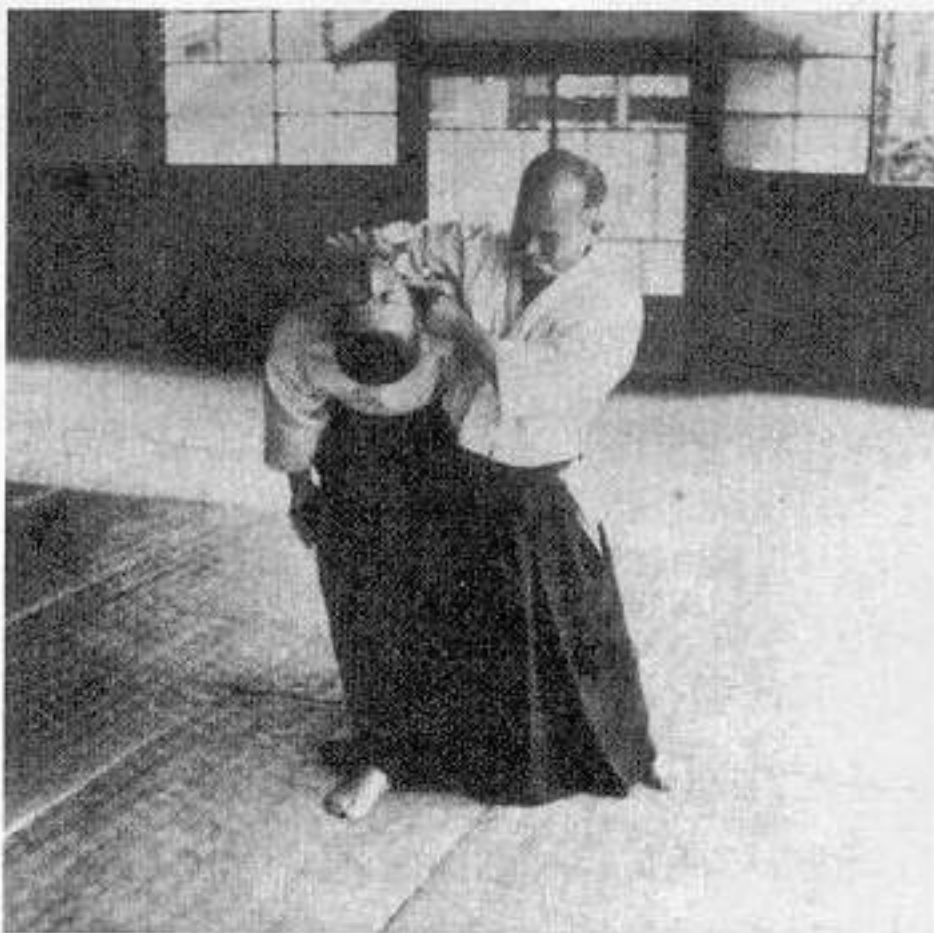
Uke : Levez haut votre *te-gatana* droit, avancez sur votre pied droit et frappez en *shomen*.



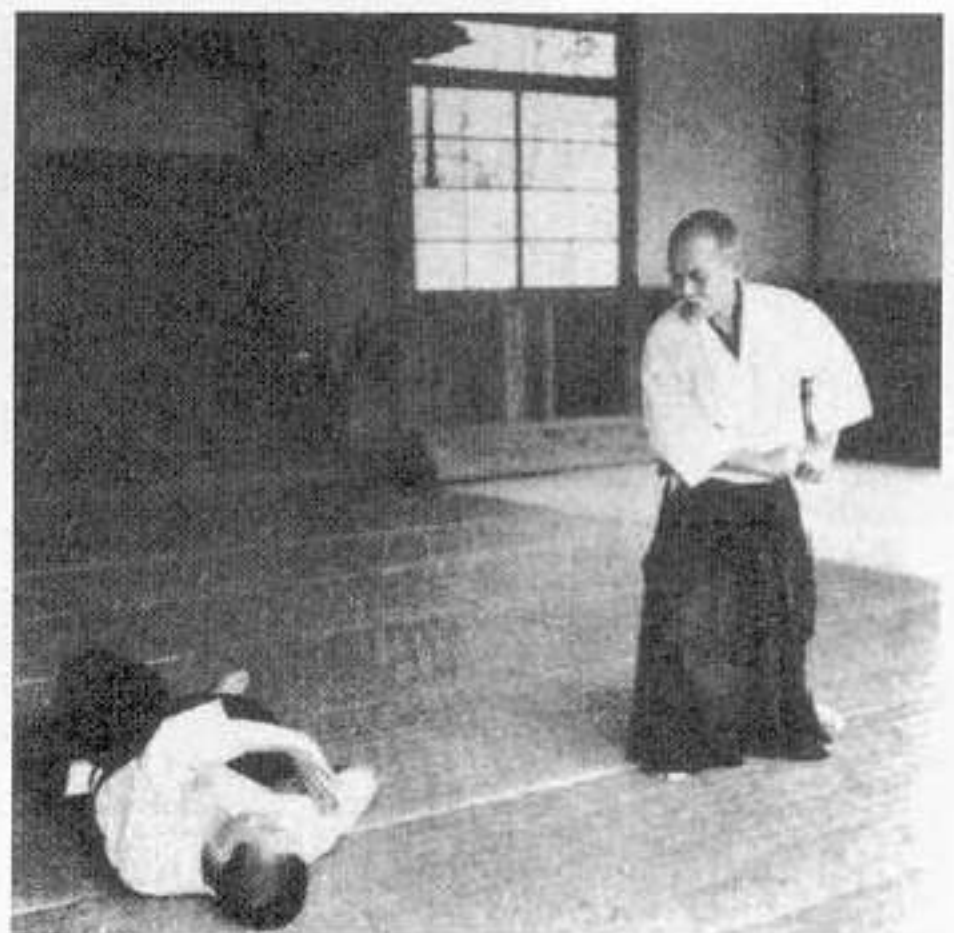
13



14



15



16

Tori : Entrez sur sa droite, frappez ses côtes du poing gauche et employez votre *te-gatana* droit pour dévier son attaque vers le bas (13). Faites une rotation ample pour vous retrouver derrière lui, et projetez-le (comme expliqué dans le deuxième enchaînement) avec la possibilité d'accompagner la projection d'un puissant coup au menton (14, 15 et 16).

Note : En combat réel, frappez de toute votre force le visage de l'adversaire.



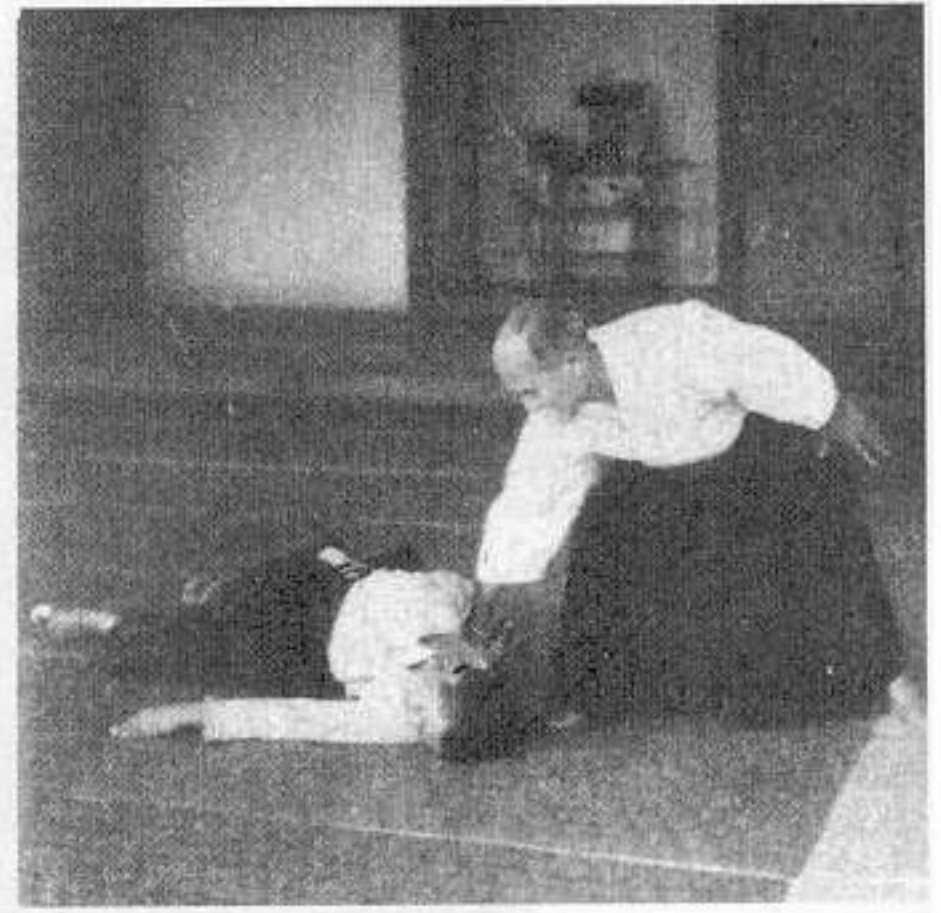
17



18



19



20

8.

Tori : Emplissez-vous de *ki* et incitez votre adversaire à vous frapper en *shomen*.

Uke : Frappez en *shomen* du *te-gatana* droit (17).

Tori : Avancez le pied gauche et faites *irimi-tenkan* (ou, selon les circonstances, parfois *tai-no-henka*) tandis que vous frappez de votre *te-gatana* gauche le poignet droit de votre adversaire (18). Saisissez sa main droite par le dessus, en appuyant votre pouce contre la base de son annulaire et de son petit doigt, reculez votre pied gauche tandis que vous tordez avec force son poignet avec vos deux mains pour le faire tomber (19). Enchaînez par un contrôle en clé de bras (20). La torsion contraindra votre assaillant à l'immobilité totale.

9.

Tori : Attaquez le visage et les côtes de votre adversaire comme expliqué dans le cinquième enchaînement.

Uke : Cherchez à parer la frappe du bras droit.

Tori : Faites une large rotation et utilisez votre main droite pour presser vers le bas le poignet de l'adversaire. Revenez dans l'axe de son bras tout en plaçant une saisie inverse sur son poignet que vous amenez contre votre poitrine. Saisissez alors son avant-bras avec votre main gauche et tournez avec force pour obtenir un contrôle par clé (21, 22 et 23). Faites un pas en arrière et obligez-le à se coucher au sol. Maintenez son bras droit avec vos deux mains (24). Ceci est l'immobilisation n° 2.



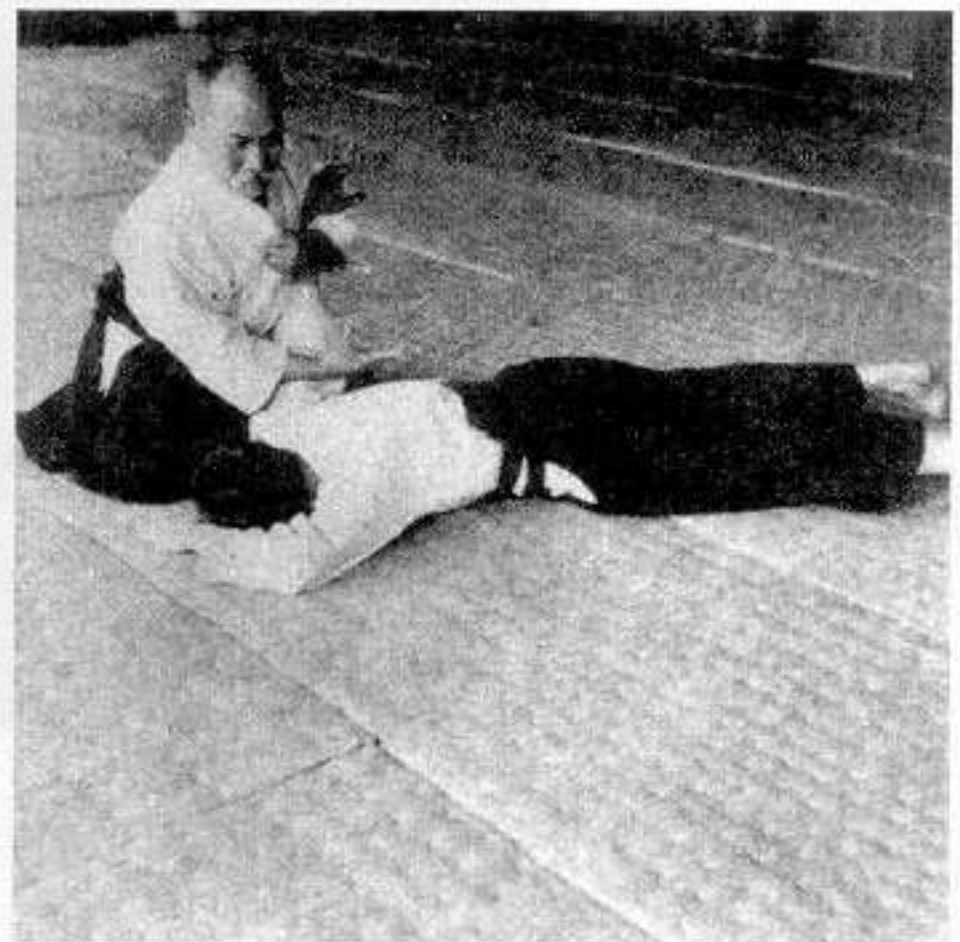
21



22



23



24

10.

Tori et Uke : Le début du mouvement est identique à celui du neuvième enchaînement.

Tori : Après avoir effectué une ample rotation (25), saisissez les doigts de sa main droite et tordez-les vers la droite, légèrement vers le haut et vers son côté. Faites une rotation en sens inverse avec votre main gauche tandis que vous frappez au visage avec votre poing droit (26). Reculez sur votre

pied gauche tout en contrôlant son coude droit par une saisie inversée de la main droite et amenez-le au sol vers la droite (27). Ceci est l'immobilisation n° 3. Puis mettez-vous à genoux à la droite de votre adversaire et immobilisez-le en formant sur votre poitrine une croix avec vos bras (28).



25



26



27



28

YOKOMEN

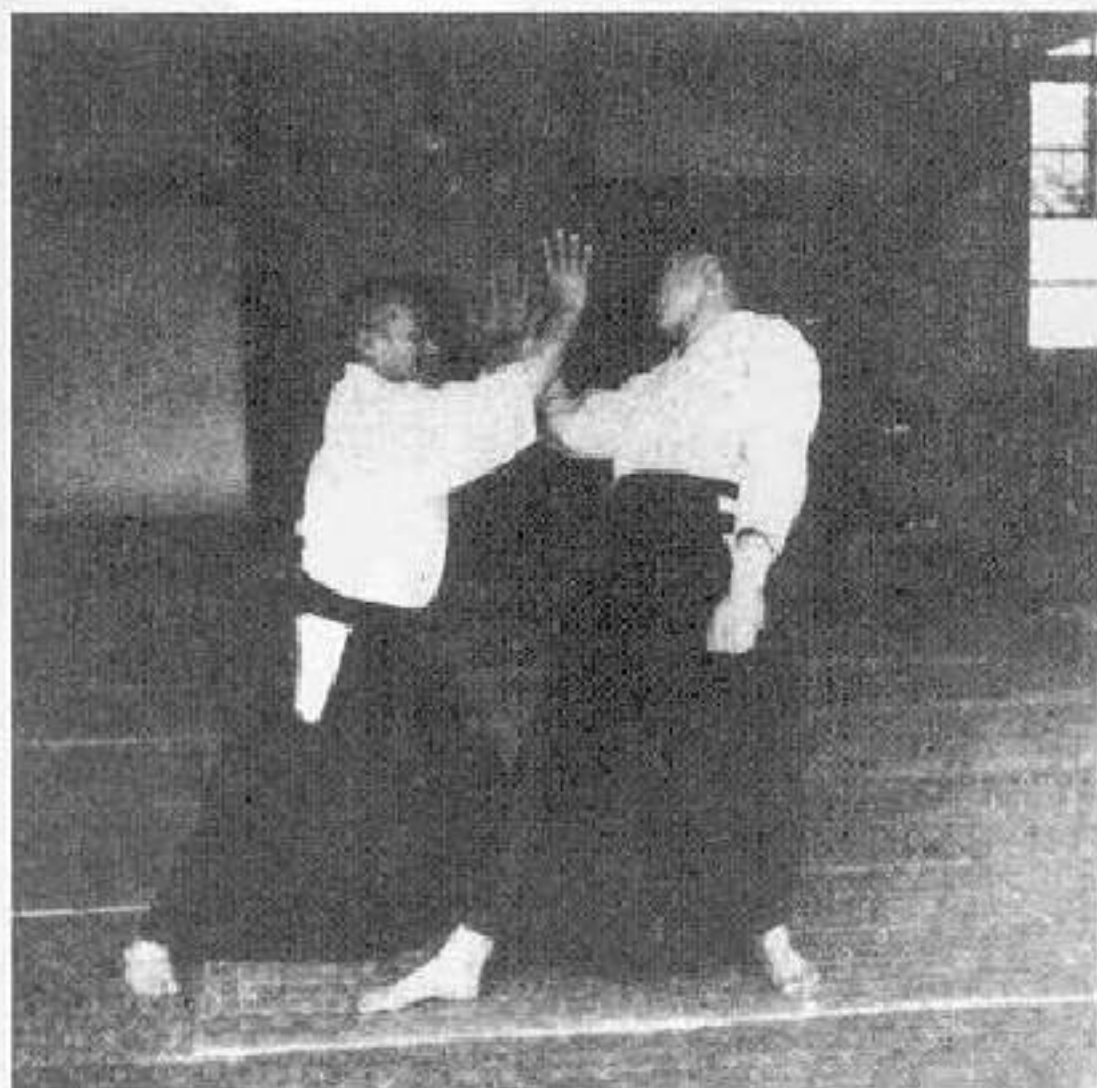
11.

Tori : Emplissez-vous de *ki* et incitez votre adversaire à vous frapper en *yokomen*.

Uke : Avancez votre pied droit et frappez *yokomen* avec votre *te-gatana* droit sur le côté gauche de la tête de votre partenaire.

Tori : Avancez légèrement vers la gauche et neutralisez l'attaque de votre agresseur de votre *te-gatana* gauche tout en le frappant au visage avec

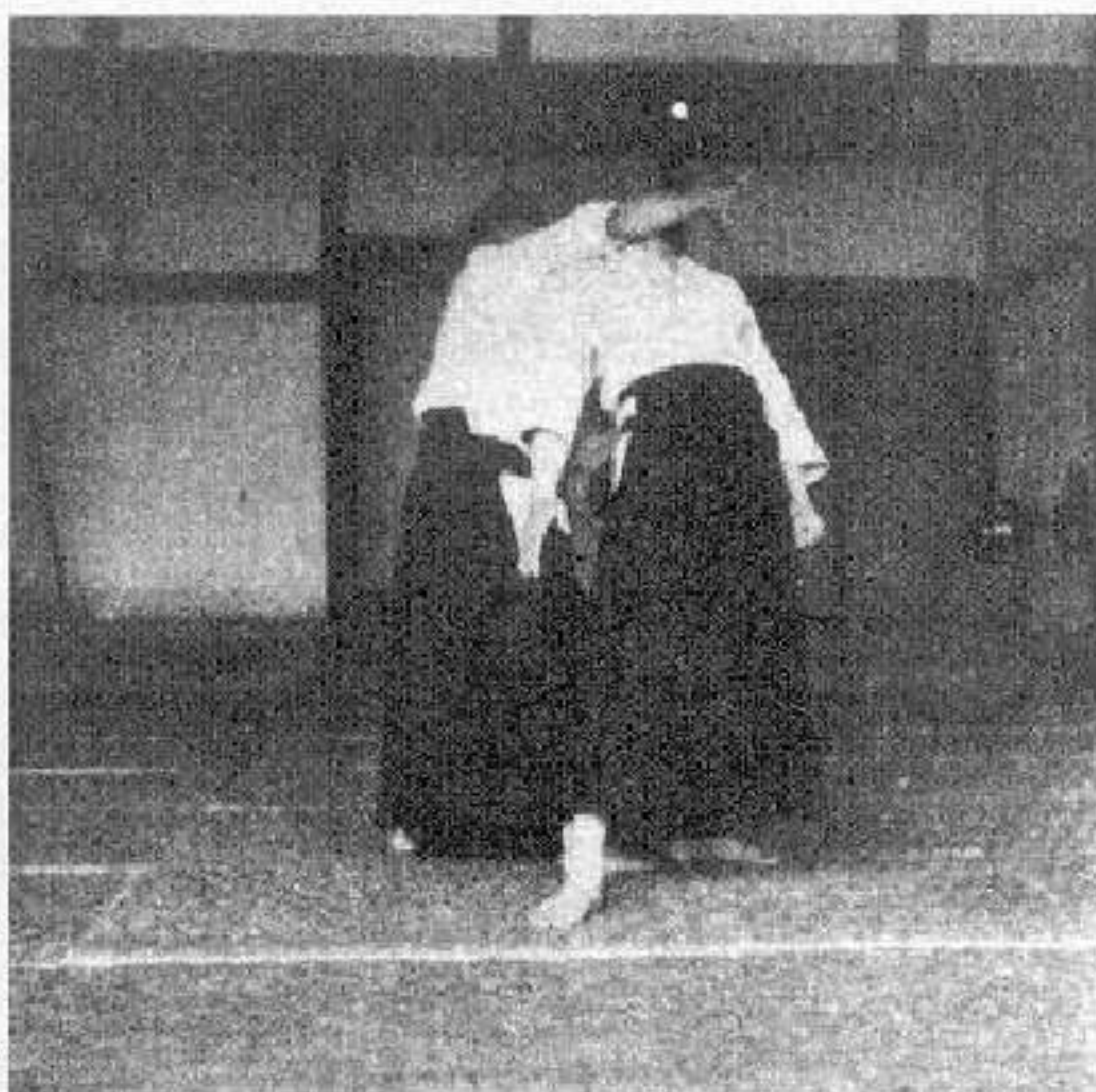
votre main droite (29). Entrez largement sur son côté et pressez son bras vers le bas d'un *te-gatana* de votre main droite pour briser l'attaque, frappez aux côtes du poing gauche (30). Terminez par une projection effectuée à l'aide de votre bras droit (31).



29



30



31

12.

L'entraînement dans les attaques *yokomen* vous permet de saisir l'essence de toutes les techniques.

Tori : Emplissez-vous de *ki* et incitez votre adversaire à vous frapper en *yokomen*.

Uke : Frappez en *yokomen* comme pour le onzième enchaînement.

Tori : Ouvrez légèrement vers la gauche et neutralisez l'attaque de l'adversaire de votre *te-gatana* gauche tout en le frappant au visage avec la



32



33



34

main droite. Saisissez son poignet droit de la main gauche, puis avec les deux mains, levez son bras au-dessus de votre tête tout en avançant le pied gauche (32 et 33). Enfin pivotez de 180° et projetez-le (comme si vous pourfendiez un ennemi attaquant par derrière) (34).

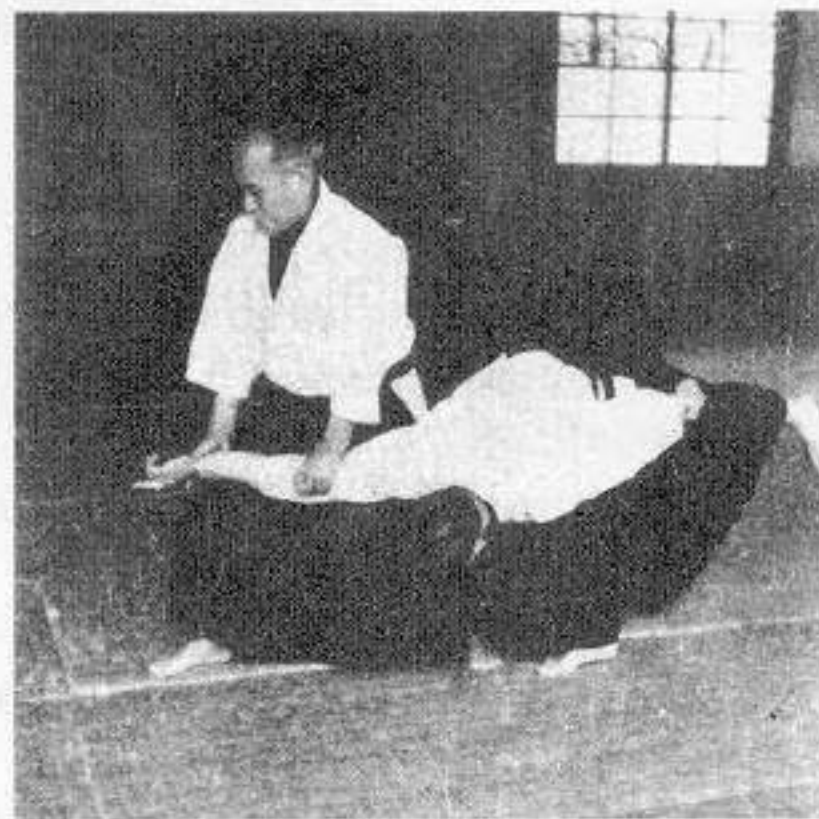
Note: Il faut toujours voir le bras de l'adversaire comme la lame d'un sabre. Ainsi, vous penserez plus facilement à contrôler précisément son poignet à l'emplacement du pouls avec votre pouce droit.

13.

Tori : Votre adversaire vous attaque par *yokomen*. Avancez pour vous placer derrière lui, saisissez son poignet par en-dessous avec votre main droite, reculez, amenez-le au sol, effectuez l'immobilisation n°1 (35 et 36)³¹.



35



36



37

14.

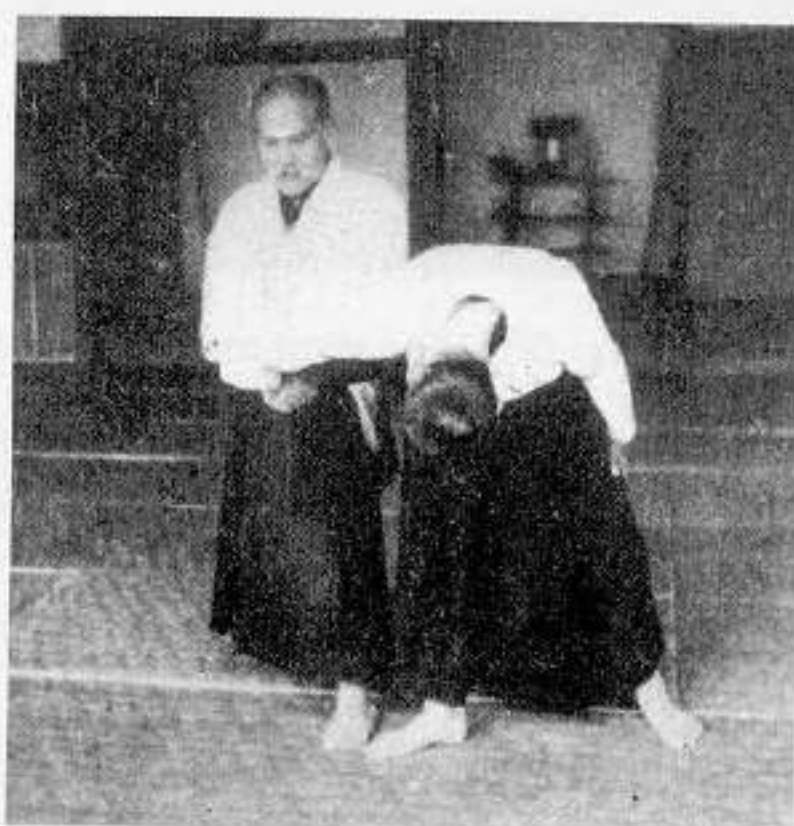
Tori : Dans ce cas de figure, vous pouvez faire le dixième enchaînement et utiliser l'immobilisation n.° 2 ou l'immobilisation n°3 (37).

15.

Tori : Comme pour le onzième enchaînement, parez l'attaque adverse par *irimi-tenkan* de votre *te-gatana* droit, pressez son bras droit vers le bas puis saisissez-le avec vos deux mains (38). Avancez alors et maniez son bras comme s'il s'agissait d'un sabre, en «tranchant» devant vous d'un mouvement des poignets. Finissez l'enchaînement en fixant l'adversaire au sol —immobilisation n°4 (39 et 40).



38



39



40

Note : Dans cette technique, la position correcte de la main gauche est très importante : saisissez solidement le poignet droit de votre adversaire avec le petit doigt et l'annulaire et pressez fortement l'articulation de votre index sur l'intérieur de son poignet, à l'emplacement du poulx.

ENTRAINEMENT AUX PROJECTIONS

16.

Uke : faites un demi-pas vers l'avant avec le pied droit et saisissez les mains de votre adversaire.

Tori : Tournez vers la droite, faites à nouveau un demi-pas vers l'avant avec le pied droit, puis un grand pas du pied gauche. Maintenez le poignet de votre adversaire de la main droite. Mettez de la force dans les doigts de votre main gauche et levez sa main avec votre épaule ; saisissez solidement son bras avec votre main droite, en conservant votre pouce sur son poignet, et tirez-le vers vous (41). Levez son bras au-dessus de votre tête (42 et 43), tournez d'environ 180° en pivotant rapidement sur le pied gauche (44) et projetez-le en arrière [comme si vous pourriez fendre un ennemi attaquant par derrière] (45). Après la chute, immobilisez le bras droit de l'adversaire avec votre main droite en le tordant en arrière (46).



41



42



43



44



45



46

17.

Uke : Engagez l'action comme dans l'enchaînement précédent.

Tori : Pivotez sur votre pied gauche, tournez vers la droite, et faites la projection comme dans l'enchaînement précédent (non illustré).

ENTRAÎNEMENT EN AIKI

C'est par la vertu de l'entraînement que vous parviendrez naturellement à la compréhension de l'*aiki*. Les enseignements précis doivent être donnés de vive voix.

18.

Lorsque votre adversaire saisit votre poignet (47 et 48).



47



48

19.

Lorsque votre adversaire saisit vos deux mains (49, 50 et 51).



49



50



51

20.

Lorsque votre adversaire vous charge (52, 53 et 54).



52



53



54

21. *Entraînement en yokomen*

Uke : Faites *yokomen* avec la main droite.

Tori : Avancez d'un pas avec le pied gauche et utilisez votre *te-gatana* gauche pour neutraliser l'attaque de votre adversaire tout en le frappant au visage (55).



55

22.

Uke : Saisissez le col de *tori* par derrière et tirez (56).

Tori : Dès que votre adversaire vous tire en arrière, faites un pas d'écart avec le pied droit, pivotez vers la gauche sur votre pied gauche, frappez votre adversaire au visage de votre *te-gatana* gauche et son plexus solaire avec votre main droite (57).



56



57

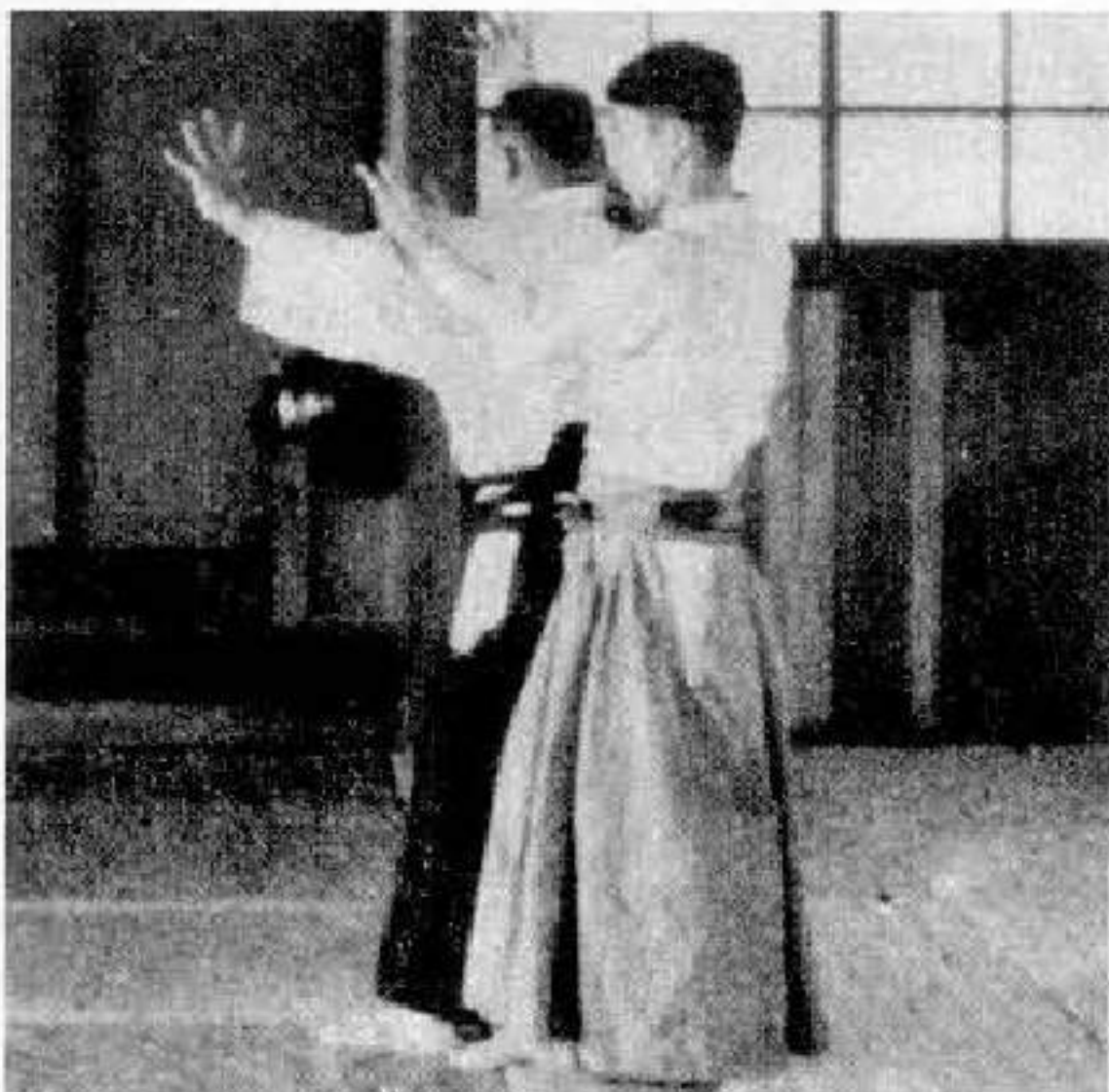
23.

Uke : Attaquez comme dans l'enchaînement précédent.

Tori : Faites un pas d'écart avec le pied droit et frappez votre adversaire au visage avec votre *te-gatana* gauche — conservez votre main droite libre pour agir face à d'autres agresseurs éventuels— (58).

Uke : Bloquez le coup de votre opposant avec votre main gauche.

Tori : Reculez d'un grand pas du pied gauche et déséquilibrez *uke* vers l'avant, contrôlez son bras avec votre main droite, frappez son côté avec votre main gauche et amenez-le au sol (59).



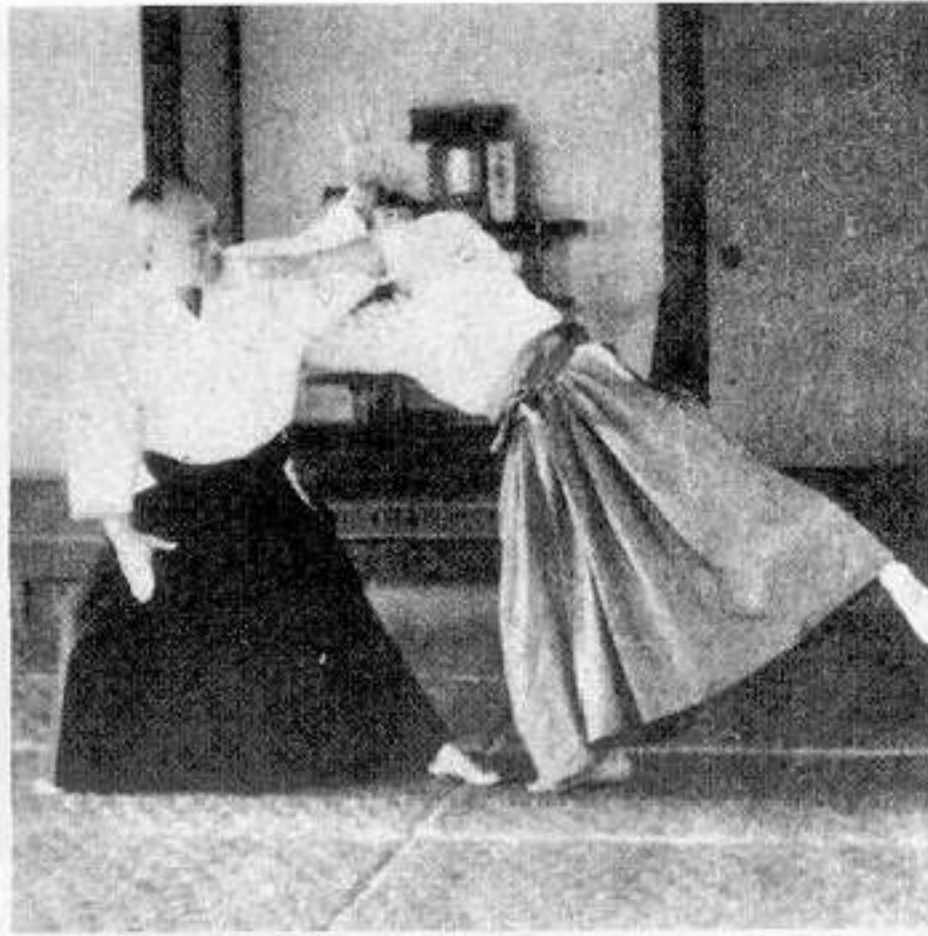
58



59



60



61

24.

Uke : Saisissez le col de *tori* par derrière et poussez devant vous (60).

Tori : Dès que vous percevez la poussée, faites un pas vers l'avant sur votre pied droit, pivotez vers la gauche et frappez son visage avec votre *te-gatana* gauche. Finissez en projection (61).



62



63

25.

Uke : Engagez l'action comme dans l'enchaînement précédent.

Tori : Quand on saisit votre col, pivotez sur votre pied droit vers l'extérieur, et utilisez votre *te-gatana* droit pour frapper sur son bras (62). Puis faites un pas vers l'arrière avec le pied droit, frappez son visage de la main droite et projetez-le (63).

26.

Uke : Saisissez les deux poignets de *tori* par derrière (64).

Tori : Faites un pas d'écart avec le pied gauche tout en levant les deux bras (65). Puis un nouveau pas vers l'arrière avec le pied droit et projetez dans le même temps votre agresseur, en «tranchant» largement devant vous (66).



64



65



66

4. MAINS NUES CONTRE SABRE

SHOMEN

27.

Tori : Emplissez-vous de *ki* et incitez votre adversaire à attaquer (67).

Uke : Frappez en *shomen*.

Tori : Dès que le sabre de l'ennemi s'abaisse pour vous pourfendre, déplacez-vous avec la vivacité des Dieux, et entrez profondément vers sa droite en *irimi-tenkan*. Frappez le poignet droit de votre adversaire avec votre *te-gatana* gauche — tout en restant attentif à d'autres attaques éventuelles venues de derrière vous— et frappez son visage avec votre poing droit (68). Effectuez le huitième enchaînement (*kote-gaeshi*) et projetez-le (69 et 70). Il est important de bien contrôler sa main et son sabre avec le petit doigt et l'annulaire de votre main droite. Enfin entraînez-le dans une rotation vers la gauche et immobilisez-le à plat ventre. Prenez le sabre et placez-le sur son cou (71).



67



68



69



70



71

28.

Tori : Emplissez-vous de *ki* et incitez votre adversaire à attaquer.

Uke : Frappez en *shomen*.

Tori : Entrez et frappez les côtes et le visage de votre adversaire (72). Effectuez le septième enchaînement (*irimi-nage*) et projetez-le (73 et 74).



72



73



74

29.

Tori : Pied droit en avant, campez-vous dans une attitude chargée de *ki* et incitez l'ennemi à frapper (75).

Uke : Frappez en *shomen*.

Tori : Entrez sur son côté gauche et frappez-le du poing droit au plexus solaire (76). Saisissez la poignée de son sabre de votre main gauche et frappez son visage de votre *te-gatana* droit (77).



75



76



77

30.

Pour sentir la direction du *ki* émanant du sabre, il est nécessaire de développer un sens aigu de la perception.

Tori : Emplissez-vous de *ki* et incitez votre adversaire à frapper.

Uke : faites *shomen* en position *jodan*³².

Tori : Aussitôt que votre adversaire attaque, pivotez vers la droite ou vers la gauche selon les circonstances. Vous devez pratiquer jusqu'à ce que vous vous déplaciez naturellement et en souplesse, même devant une attaque au sabre (non illustrée).

Explications : Dès que le sabre de l'ennemi s'abaisse pour frapper, une brèche apparaît dans sa défense ; durant les enchaînements décrits plus haut, vous devez apprendre à vous emplir de *ki*, à percevoir cette faiblesse, et à voir clairement le trajet de la lame, comme s'il se dessinait dans votre esprit. Le fer est plein d'impuretés qui font sa faiblesse, forgé, il devient de l'acier, le voilà transformé en rasoir acéré. Une lame Masamune³³, empreinte d'une telle noblesse, est le résultat d'une forge continue ; les êtres humains se développent de la même manière. Entraînez-vous les uns par les autres jusqu'à ce que toutes les faiblesses disparaissent ; alors pour chaque coupe, pour chaque coup, votre technique sera parfaite. Faites grandir en vous un *ki* de cette nature, afin de créer un être humain sincère et vrai.

31.

Elles doivent être transmises par un enseignement oral.

ATTAQUES AU COUTEAU

32.

Contre un assaut au couteau (ou la menace d'un pistolet) appliquez le septième enchaînement [*irimi-nage*] (78).



78

33.

Ou le huitième enchaînement [*kote gaeshi*] (79).



79

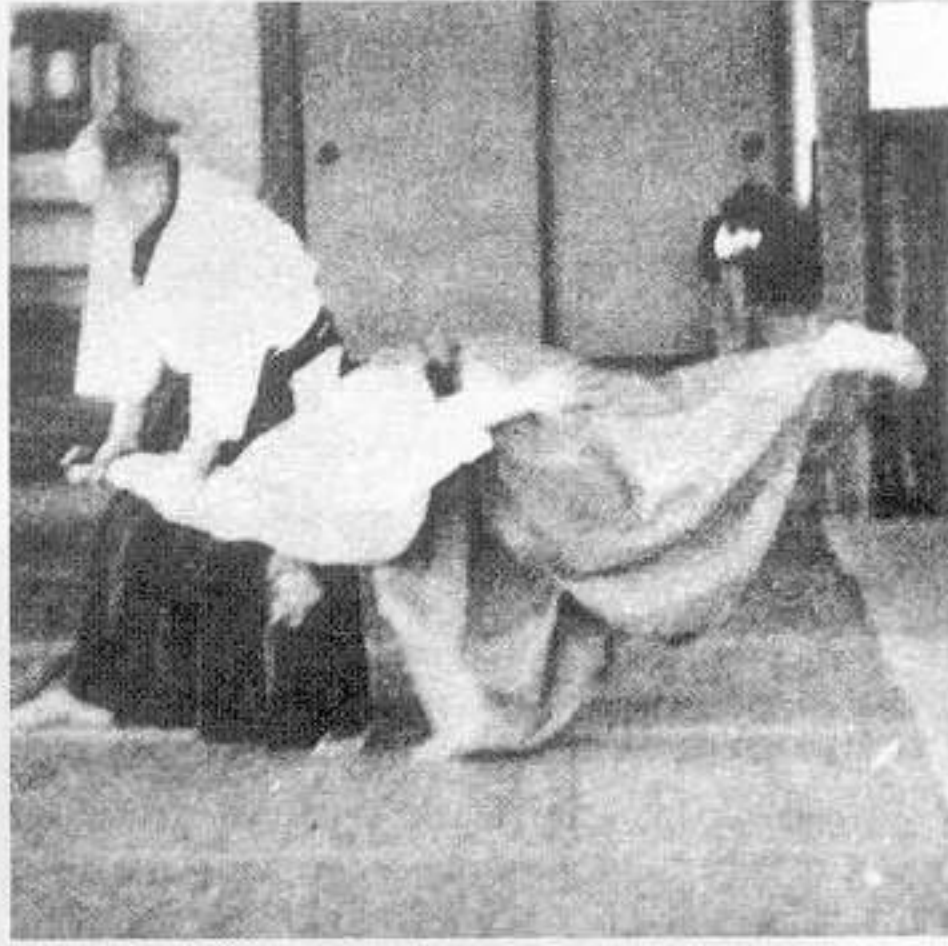
34.

Uke : Attaquez en *shomen* avec un poignard.

Tori : Lorsque l'agresseur tente de vous frapper, entrez, saisissez son avant-bras droit avec votre main droite puis faites l'immobilisation n°1 (80 et 81)³⁴.



80



81

5. SABRE CONTRE SABRE

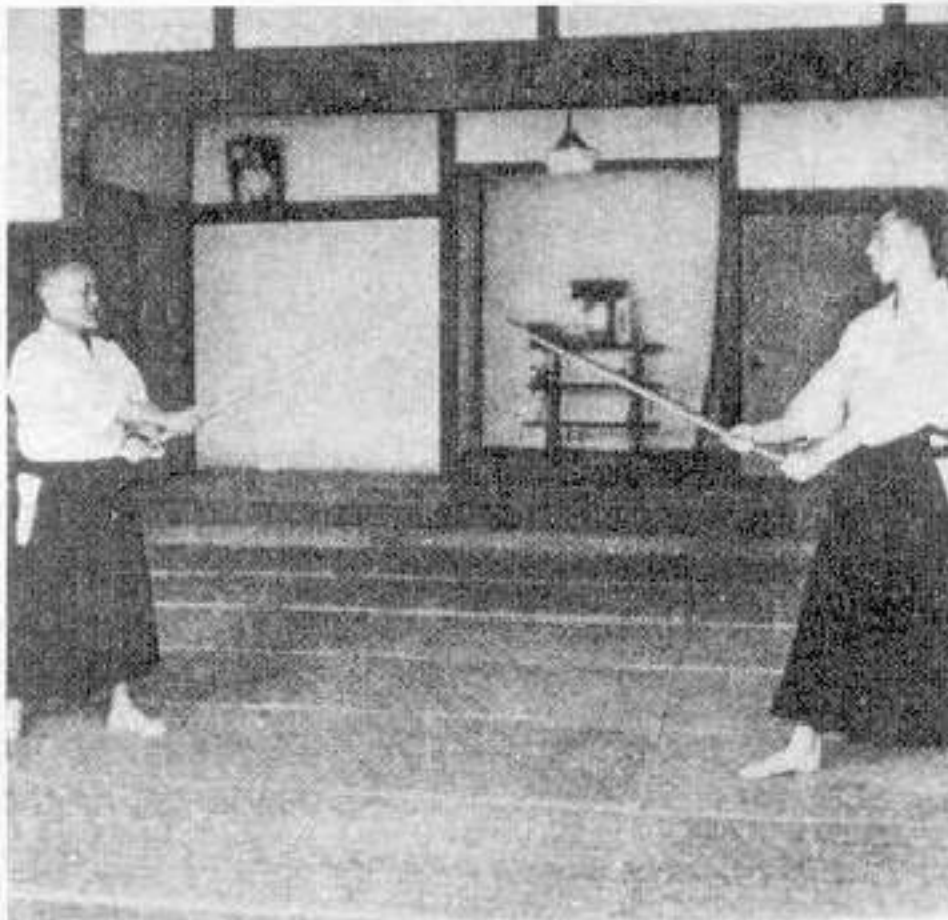
COUPES AU POIGNET

35.

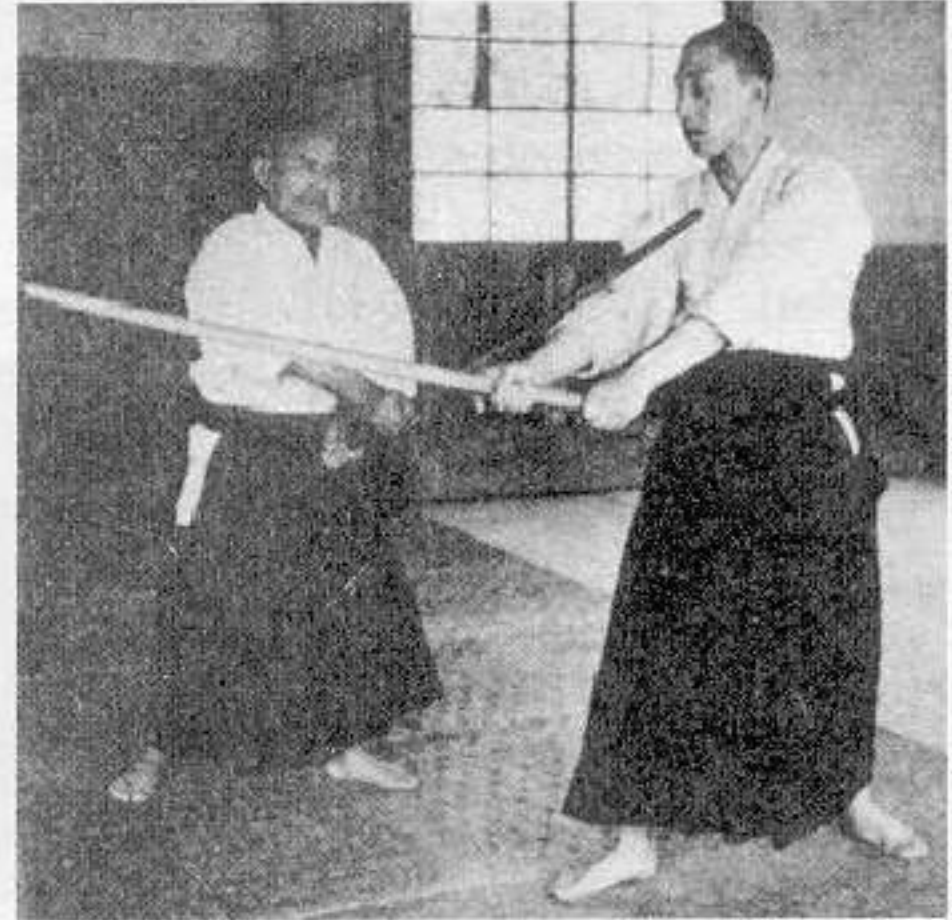
Tori : Emplissez-vous de *ki* et incitez votre adversaire à frapper votre poignet (82).

Uke : Frappez le poignet de *tori*.

Tori : Décalez-vous largement vers la gauche et frappez le poignet de l'attaquant (83).



82



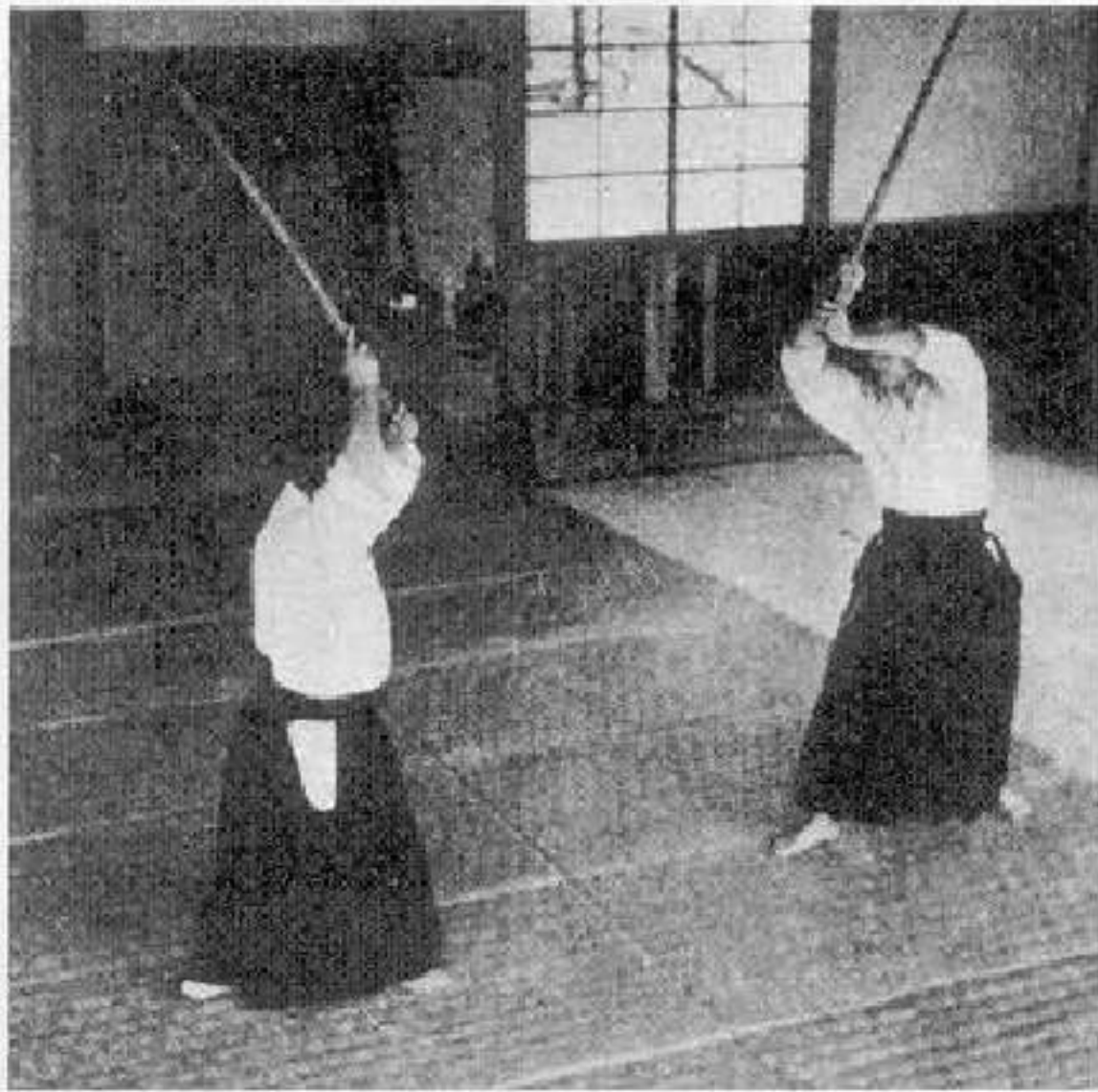
83

36.

Tori : Emplissez-vous de *ki* et guidez la main droite de votre adversaire.

Uke : Frappez en *shomen* (84).

Tori : Faites *irimi-tenkan* vers la droite et frappez à la tête (85).



84



85

37.

Tori : Emplissez-vous de *ki* et incitez votre adversaire à frapper.

Uke : Frappez en *shomen*.

Tori : Entrez et frappez *uke* à la tête (non illustré).

Note : Le principe de frapper l'adversaire sans jamais être frappé soi-même ne doit être transmis que par un enseignement oral.

38.

Tori : Emplissez-vous de *ki* et incitez votre adversaire à frapper (86).

Uke : Frappez en *shomen*.

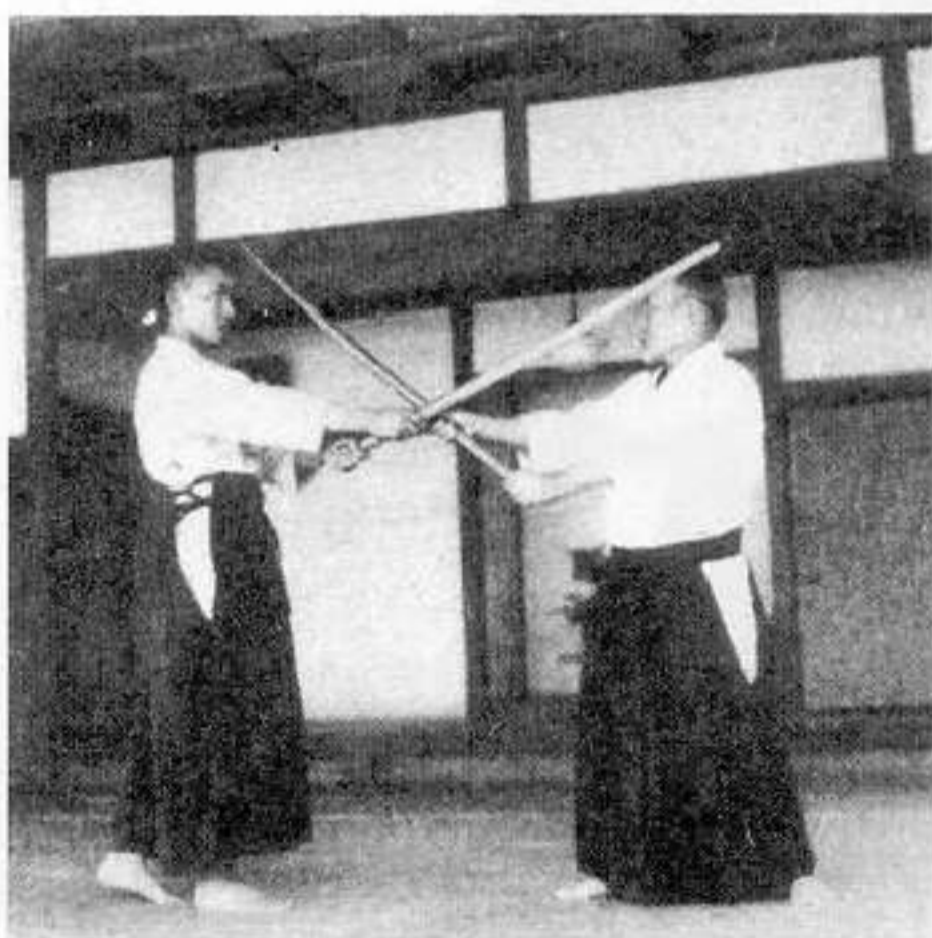
Tori : Entrez, tournez la lame vers le haut, et piquez à la poitrine de *uke* (87).
Frappez ensuite à la tête puis piquez à nouveau (88 et 89).



86



87



88



89

6. ATTAQUES A LA BAIONNETTE

39.

Tori : Prenez une posture *aiki* à droite et incitez votre adversaire à attaquer (90).

Uke : Chargez pointe en avant, droit devant vous.

Tori : Entrez et frappez l'avant-bras gauche de l'adversaire avec votre *te-gatana* droit, comme pour le couper (91). Puis saisissez l'arrière de son col et frappez-le au visage avec votre *te-gatana* gauche (92).



90



91



92

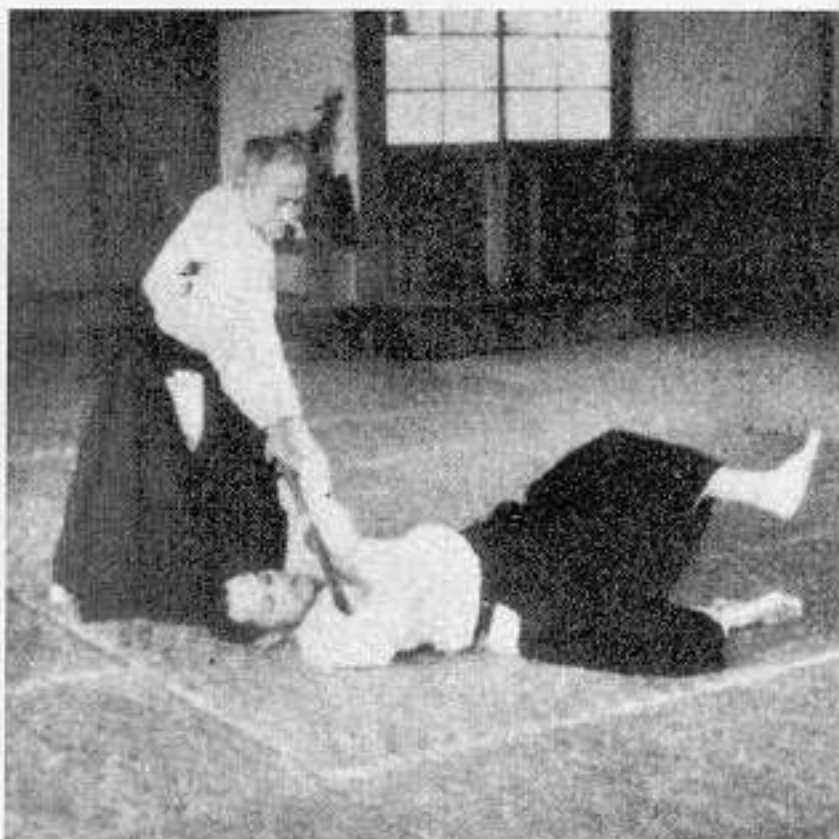
40.

Uke : Chargez pointe en avant, droit devant vous.

Tori : Déviez la charge adverse comme dans l'enchaînement précédent, mais terminez-le en saisissant la baïonnette à deux mains et en avançant largement le pied droit pour projeter l'attaquant (93 et 94).



93



94

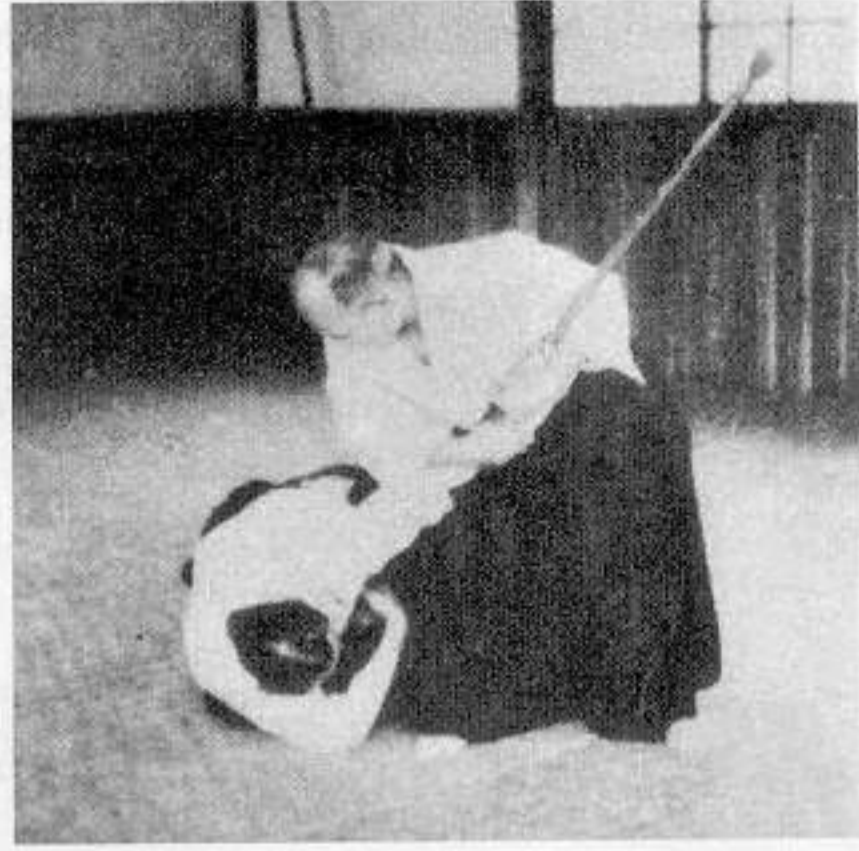
41.

Uke : Chargez pointe en avant, droit devant vous.

Tori : Entrez comme dans le trente-neuvième enchaînement, puis saisissez la baïonnette de la main gauche par en dessous, reculez le pied gauche et effectuez une clé au coude gauche de votre opposant avec l'avant-bras droit (95 et 96).



95



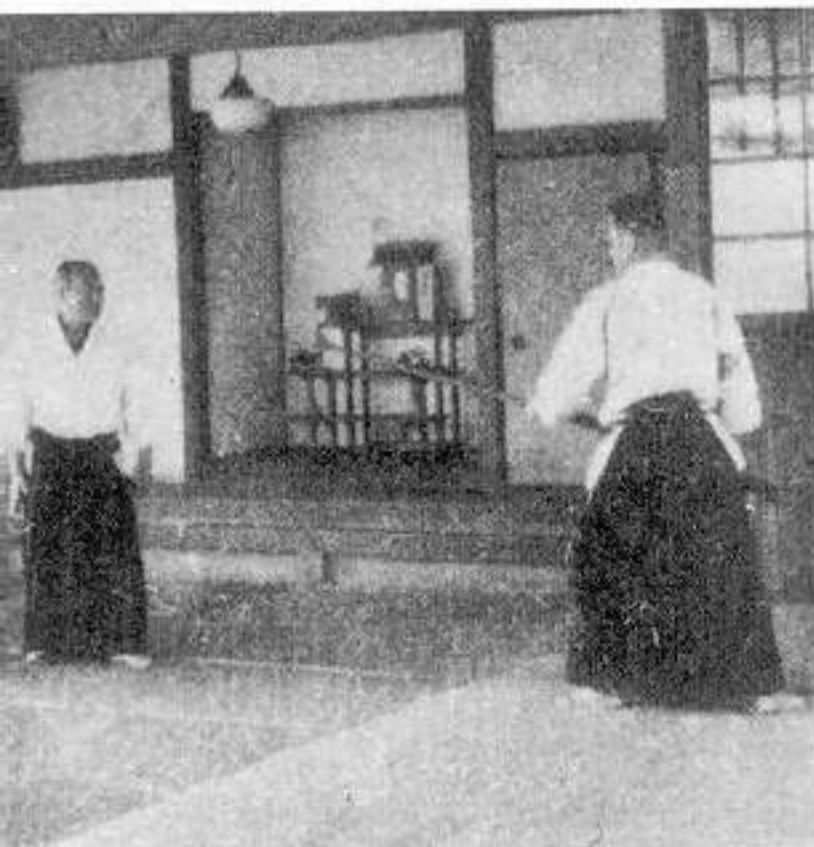
96

42.

Tori : Prenez une posture *aiki* à gauche, et faites face à votre adversaire (97).

Uke : Chargez pointe en avant, droit devant vous.

Tori : Entrez et frappez le visage de votre adversaire de votre *te-gatana* gauche et son avant-bras avec le droit (98). Saisissez la baïonnette à deux mains, avancez du pied droit et projetez-le (99).



97



98



99

43. Baïonnette contre baïonnette

Tori : Emplissez-vous de *ki* et incitez votre adversaire à vous attaquer.

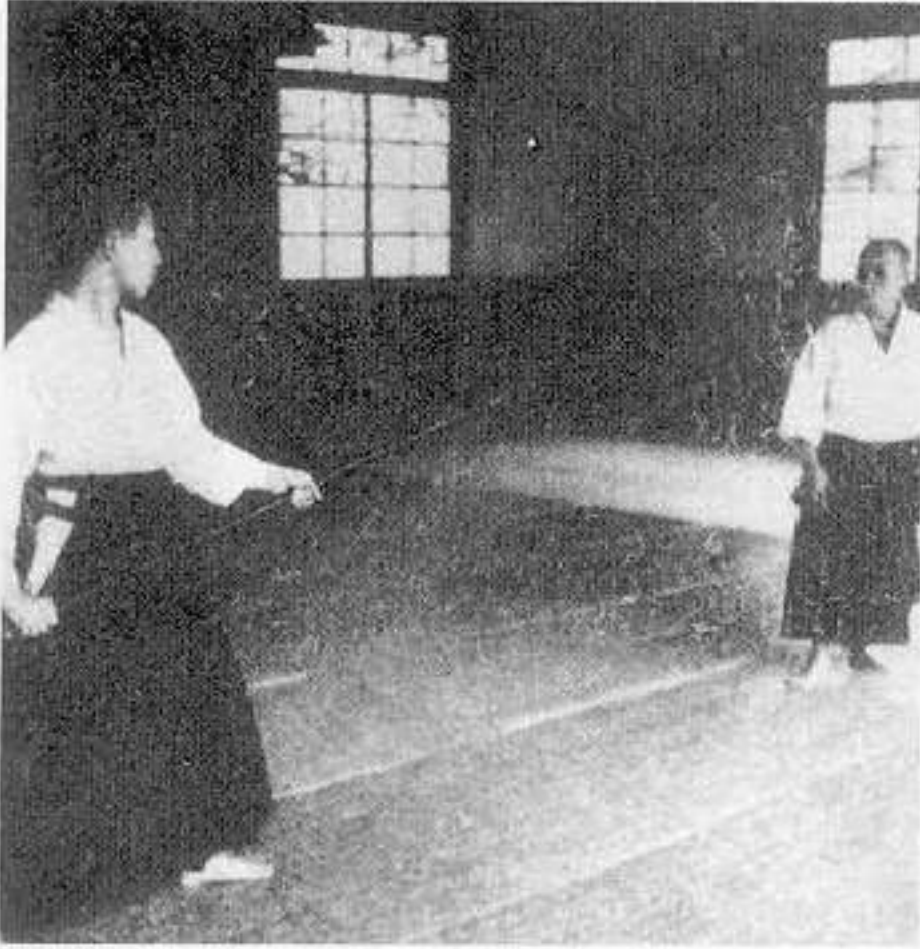
Uke : Chargez pointe en avant, droit devant vous.

Tori : Dès que l'adversaire amorce son coup de pointe, entrez vers la gauche en *irimi-tenkan* et transpercez-le (100).



100

Note : Contre la lance, à la base, les mouvements sont les mêmes que ceux qu'on utilise contre la baïonnette (101, 102, 103 et 104).



101



102



103



104

7. DERNIERS EXERCICES

TAI-NO-HENKA

44. *Application pour l'entraînement aux projections*

Uke : Saisissez les poignets de *Tori*.

Tori : Comme pour exécuter une projection, mettez de la force dans vos doigts, avancez le pied gauche, levez les deux mains au-dessus de votre tête, pivotez sur le pied gauche, baissez les bras en «tranchant» devant vous, tout en conservant votre partenaire comme perché sur votre hanche dans une position instable (105). Ensuite retournez-vous, tournez du côté droit de votre partenaire et recommencez l'ensemble de l'enchaînement (106). Répétez cet exercice en saisie arrière.



105



106

DEVELOPPER LA PUISSANCE DU KI

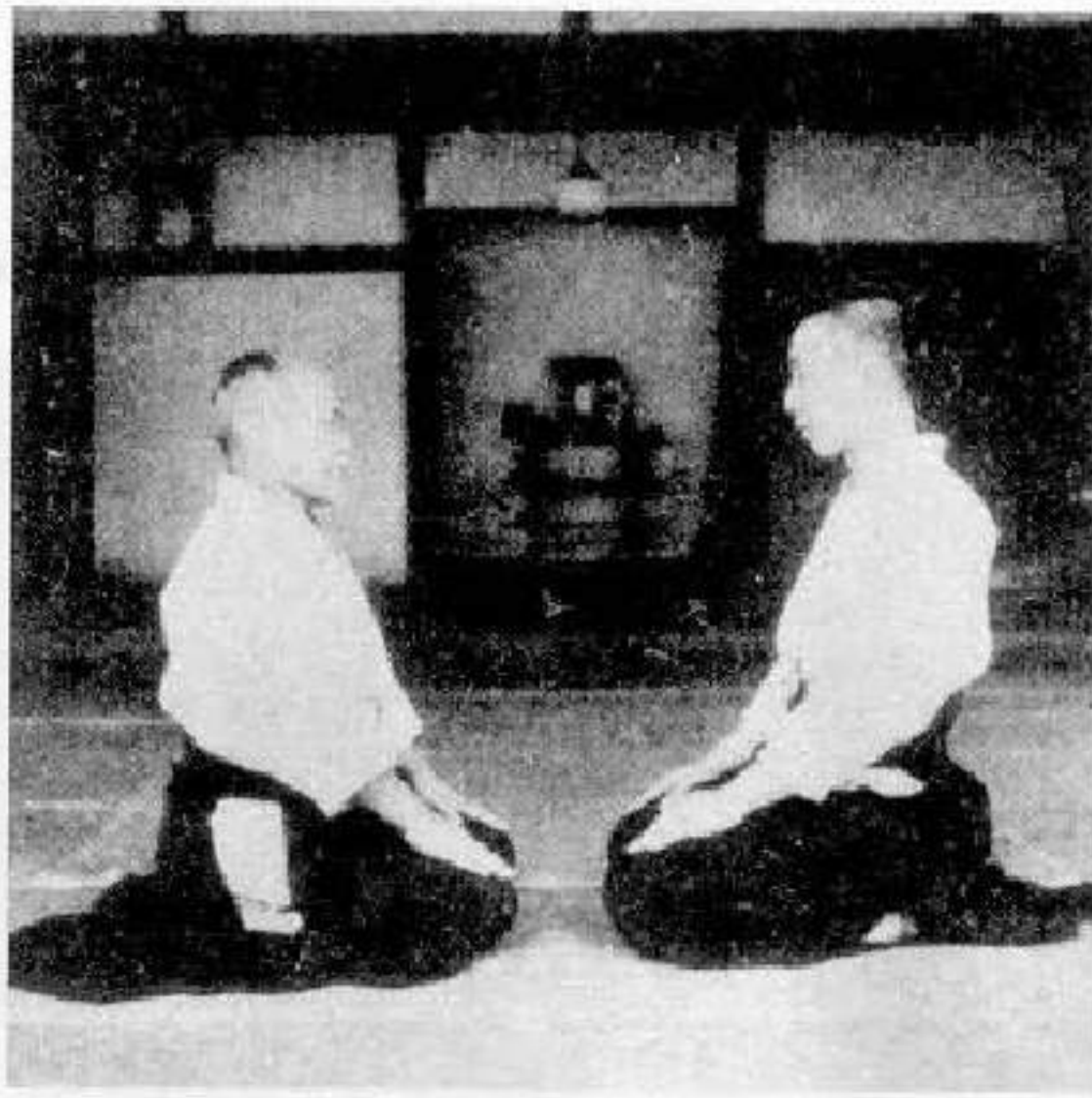
45.

Les deux partenaires se font face en position de *seiza* (107).

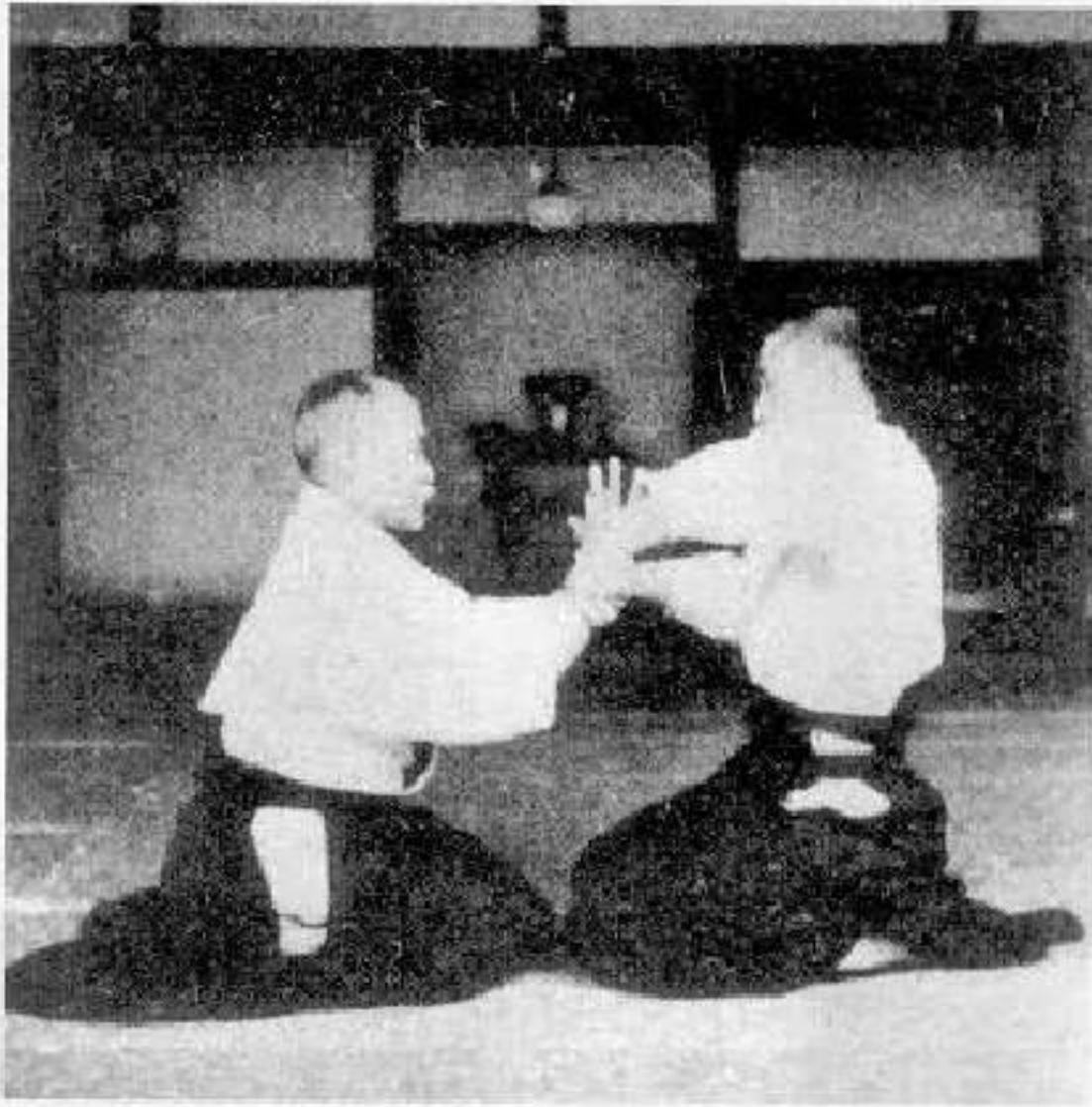
Uke : Saisissez les poignets de votre vis-à-vis.

Tori : Tournez les paumes de vos mains vers l'intérieur mettez de la force dans l'extrémité de vos doigts, concentrez votre esprit, levez les mains comme si vous leviez un sabre et poussez votre adversaire en arrière avec les deux avant-bras (108 et 109). Avancez sur votre genou droit et dressez-vous pour projeter votre partenaire vers la gauche (110 et 111).

Note : Lorsque vous effectuez la projection, ouvrez légèrement les deux mains, dirigez votre main droite vers l'épaule gauche de votre partenaire, et poussez légèrement vers le bas et vers la gauche. Si, au contraire, vous avez tendance à rapprocher vos mains de votre corps en tirant le partenaire vers vous, la technique ne sera pas efficace.



107



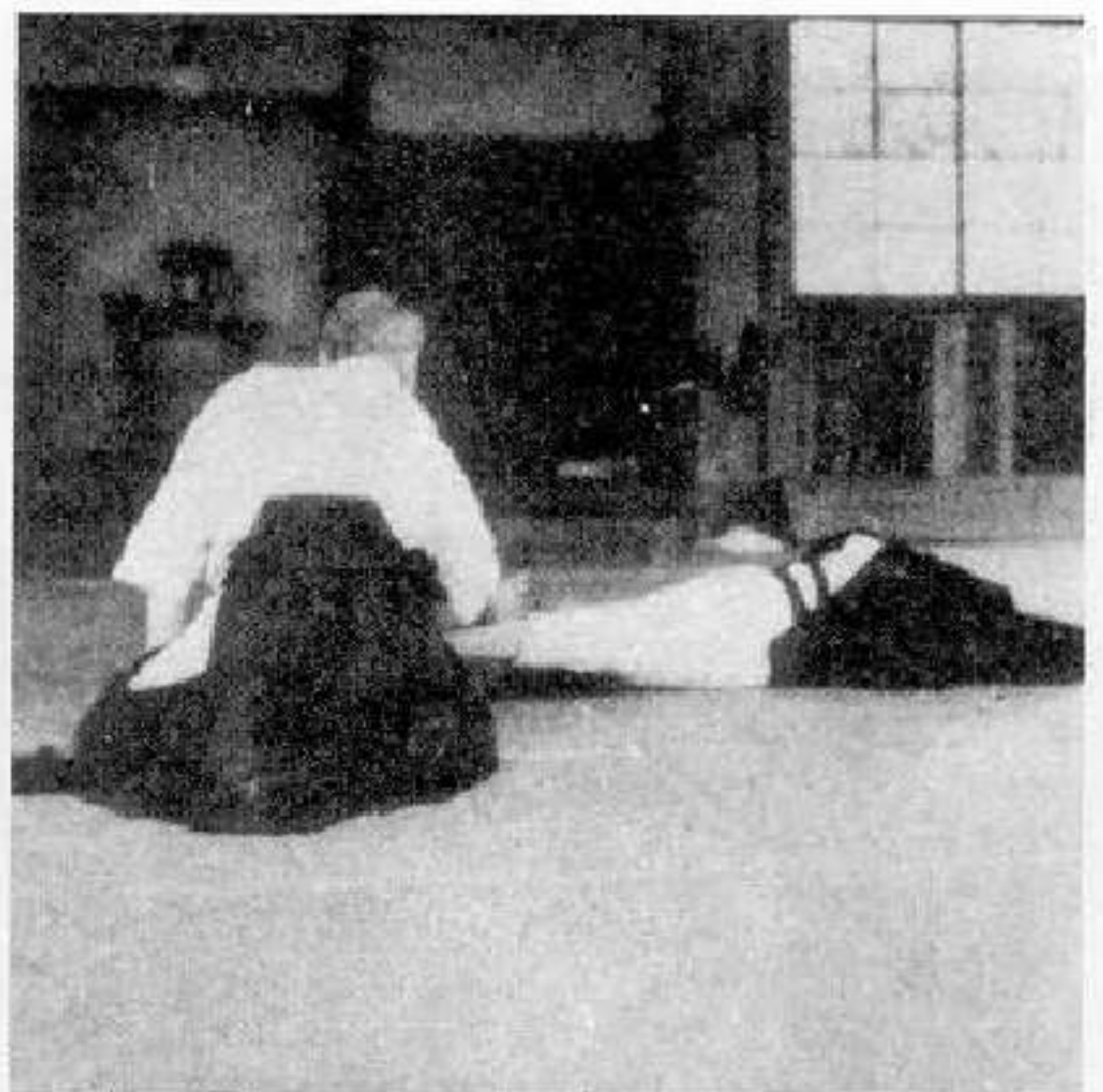
108



109



110



111

46.

Uke : Saisissez les poignets de votre vis-à-vis.

Tori : Tournez vos deux paumes vers l'extérieur, étendez les bras vers la gauche et projetez votre partenaire (112 et 113).



112



113

47.

Uke : Saisissez les poignets de votre vis-à-vis.

Tori : Levez la main droite dans la direction de son épaule gauche, étendez votre main gauche sous son bras, et projetez-le sur votre gauche (114 et 115).



114



115

48.

Uke : Saisissez les poignets de votre vis-à-vis.

Tori : déplacez vos deux mains dans un mouvement rapide à droite ou à gauche et projetez votre partenaire (116 et 117).



116



117

AUGMENTER LA FORCE DES BRAS

49.
Ceci doit être transmis par un enseignement oral.

ETIREMENTS DORSAUX

50.
Tori : Saisissez les poignets de votre partenaire (118).

Uke : Pivotez sur le pied droit vers la gauche, faites un pas en avant et étendez votre partenaire sur votre dos (119)³⁵.

Tori : Après avoir subi les étirements, relâchez votre saisie et laissez-vous glisser au sol.



118



119

LES SECRETS DU BUDO

(POEMES POUR L'ESPRIT)

Une vertu pour te guider :
La sincérité.
Une vérité :
Visible et Caché ne sont qu'Un.

*

La maîtrise des techniques
divines de l'Aiki,
Te fait Dieu. Personne
N'osera plus te combattre.

*

Devant lui, l'ennemi frappe
Où j'étais encore
Un instant plus tôt.
Déjà, je suis dans son dos.

*

L'ennemi abusé frappe
Ce qu'il a perçu
De moi. Il en meurt :
Mon Sabre est derrière lui.

*

A droite, à gauche, évite
Les lames, les parades ;
Leurs esprits saisis,
Disperse-les sans faiblesse.

*

La forêt autour de toi,
des piques, des lances.
Avance tout droit,
L'esprit comme seul bouclier.

*

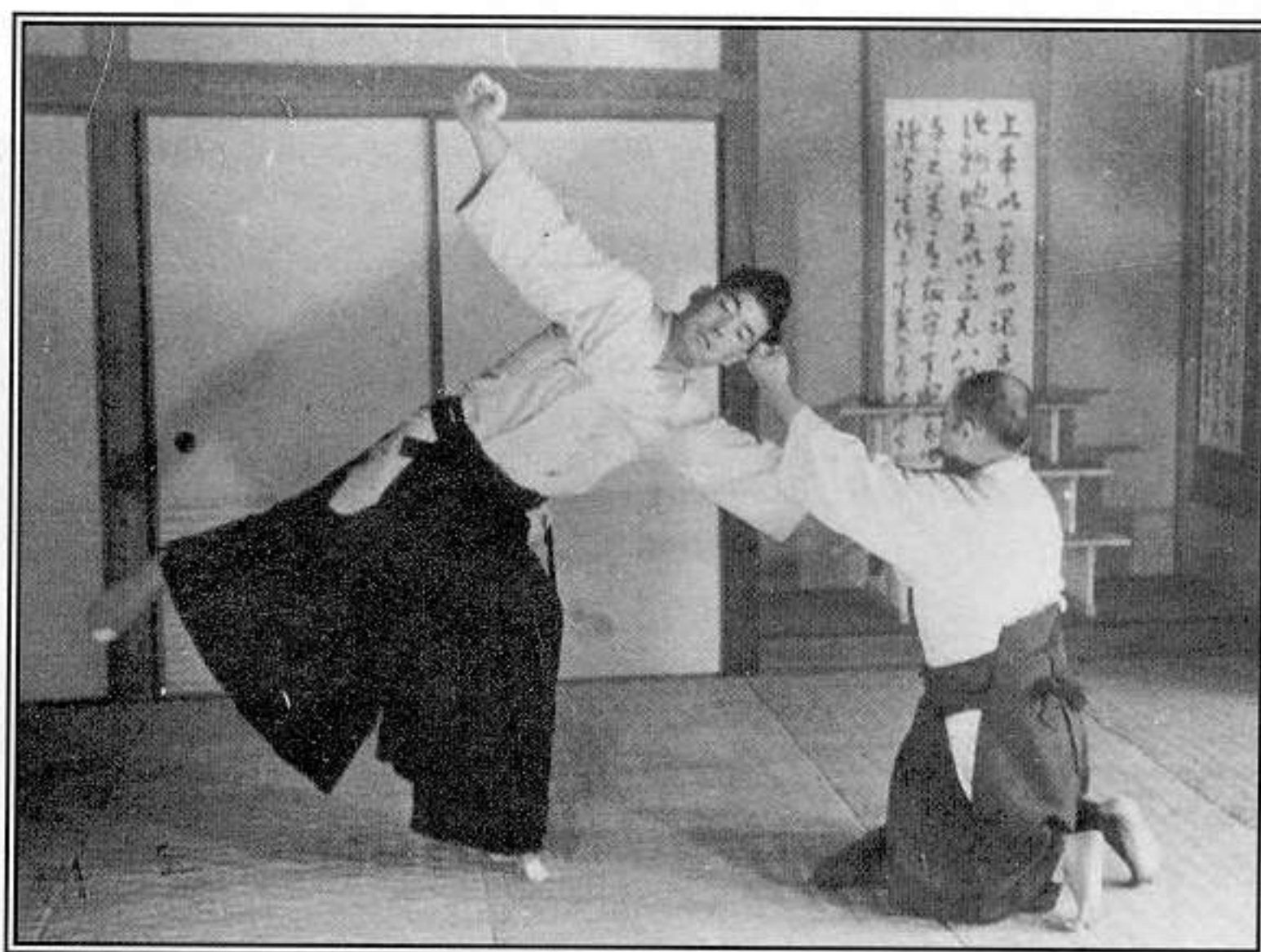
En foule, ils fondent sur toi ;
Cette multitude,
Sache-le, ne fait
Qu'un. Agis en conséquence.

*

Un seul homme te ferait face ?
Qu'importe, pour toi
Vigilance ! Autour,
Les ennemis sont toujours là.

TROISIEME PARTIE

TECHNIQUES DU NOMA DŌJŌ



Les techniques du Noma Dojo

Les techniques, dites, du Noma Dojo, ont été photographiées en 1936 — Morihei avait 53 ans— dans le dojo privé de Seiji Noma, alors Président de la firme Kodansha. L'ensemble demanda plusieurs séances de prises de vue, mais toujours avec le même uke : Shigemi Yonekawa. Morihei suivit à la lettre ses propres injonctions ; il tenait absolument à ce que l'entraînement soit «enthousiaste et joyeux» du fond du cœur, et c'est pourquoi on peut le voir sourire sur plusieurs de ces photos.

Les clichés furent préservés dans cinq albums différents mais mélangés récemment après avoir été reproduits (les négatifs ont disparu depuis longtemps). C'est pourquoi l'ordre logique des enchaînements a été entièrement revu pour cette publication.

Puisqu'il n'y avait aucune explication ni conseil joint aux photos d'origine, nous avons décidé de les classer par groupes de techniques et d'utiliser la terminologie de l'Aikido moderne pour faciliter la compréhension.

Il est important de noter que les limites de la technique photographique ne permettaient pas, alors, de saisir le mouvement. Morihei pose à chaque étape de l'enchaînement, et l'angle de la prise de vue change souvent, soit pour montrer un détail caché soit parce qu'il était nécessaire de déplacer l'appareil pour retrouver un point net... voilà pourquoi la perspective est différente pour pratiquement chaque photo. Il semble aussi, pour certaines techniques, qu'une partie des vues dont l'ensemble formait une séquence claire, ait disparu. D'autres fois on a manifestement fait confiance à la capacité de visualisation du lecteur pour suppléer le photographe. Pour tout dire, et dans bien des cas, certaines séquences ne sont pas séquentielles du tout.

Plusieurs séries de photos prises à Wakayama en 1951 —Morihei avait alors 68 ans— ont été ajoutées en regard. Les différences d'exécution, avant et après la guerre, font véritablement contraste, mais cette comparaison entre les techniques du Noma Dojo (1936) et de Wakayama (1951) est éclairante : au-delà de ces différences, l'essence de sa pratique reste la même.

Dans tous les cas l'essentiel est atteint : offrir à l'étudiant l'insigne privilège de pouvoir observer à loisir de quelle façon Maître Ueshiba lui-même exécutait réellement les techniques d'aiki, ces techniques qui peuvent nous amener à l'harmonie suprême avec la nature et aux principes les plus élevés de la vie.

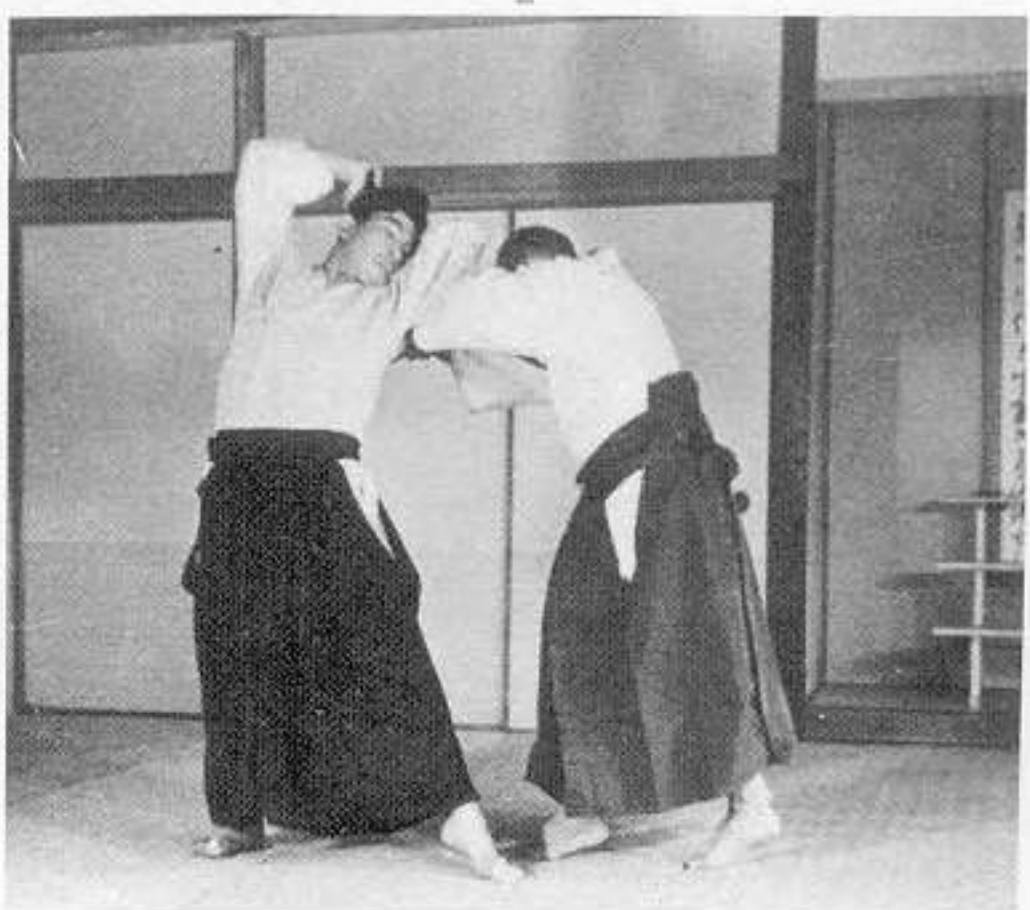
Shiho-nage

Hanmi-hantachi

1



2





Tachi-waza yokomen uchi

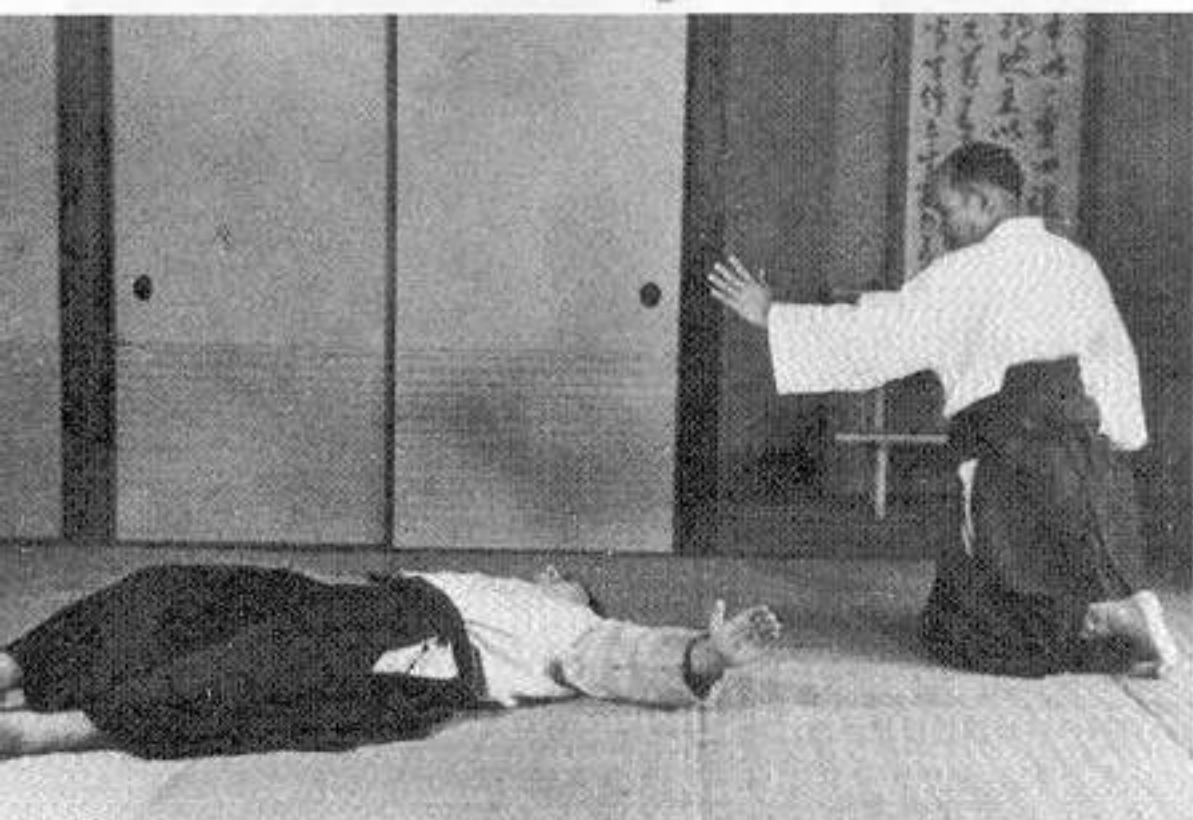
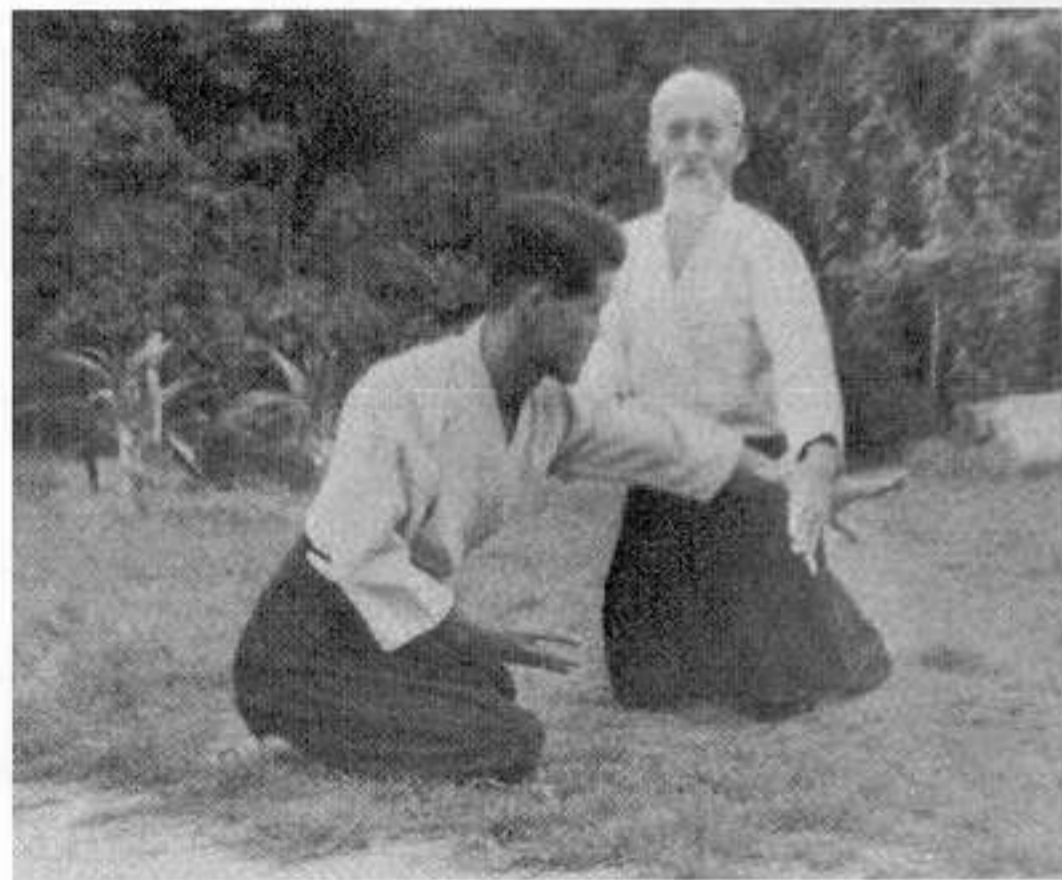


Irimi-nage

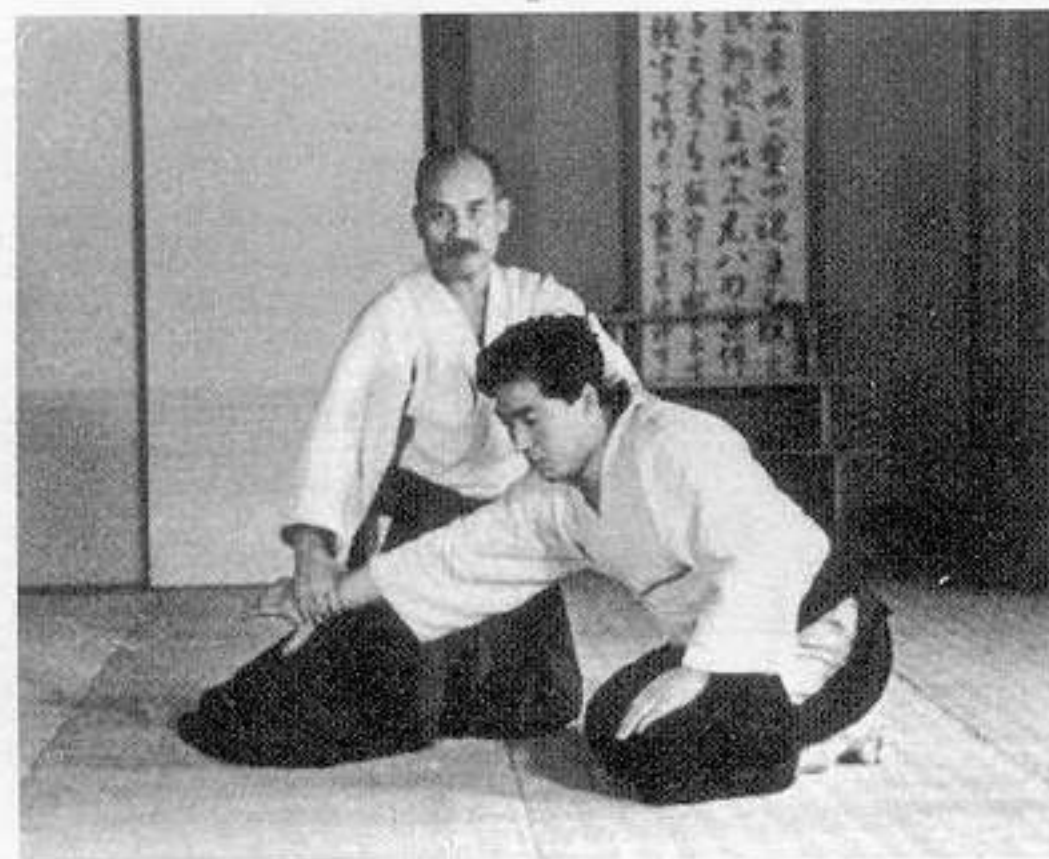
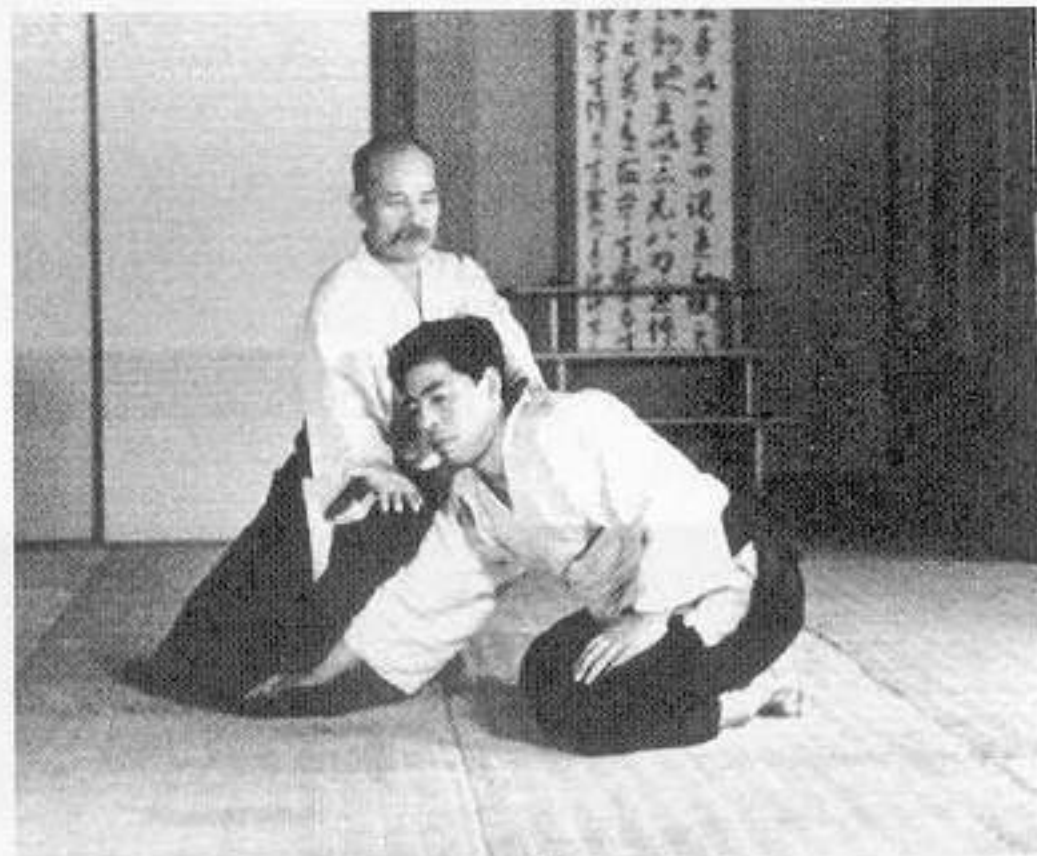
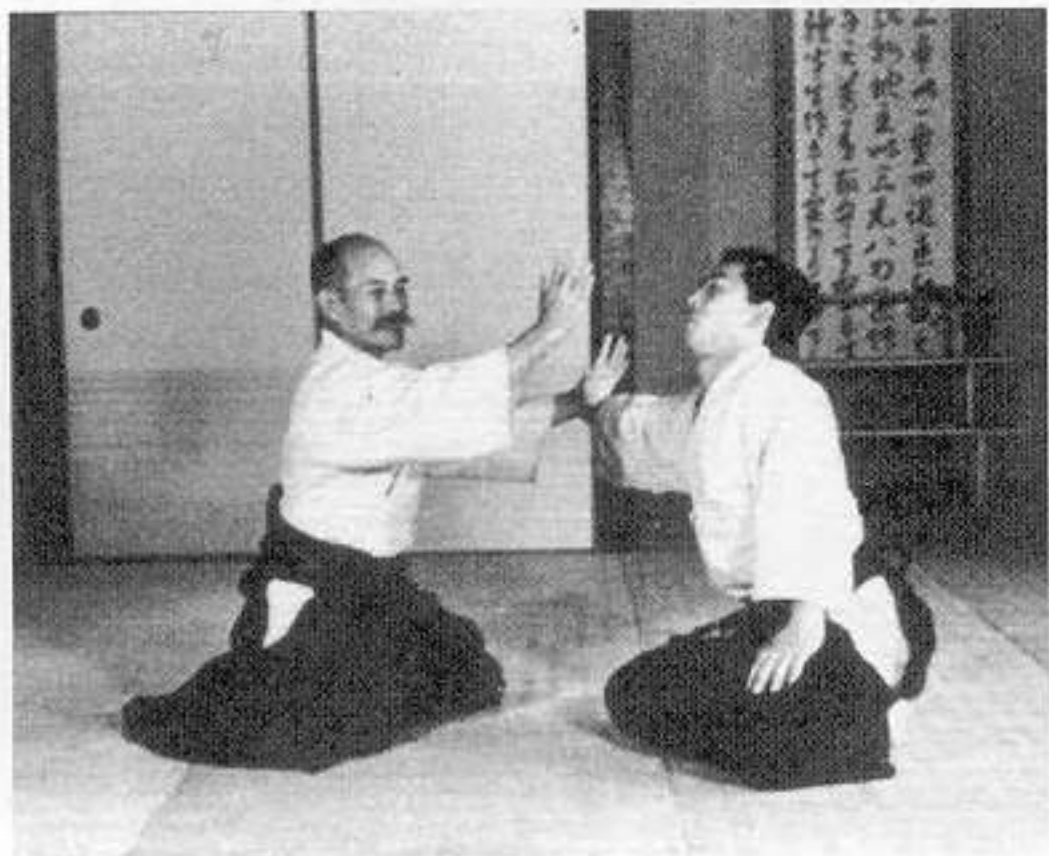
Suwari-waza



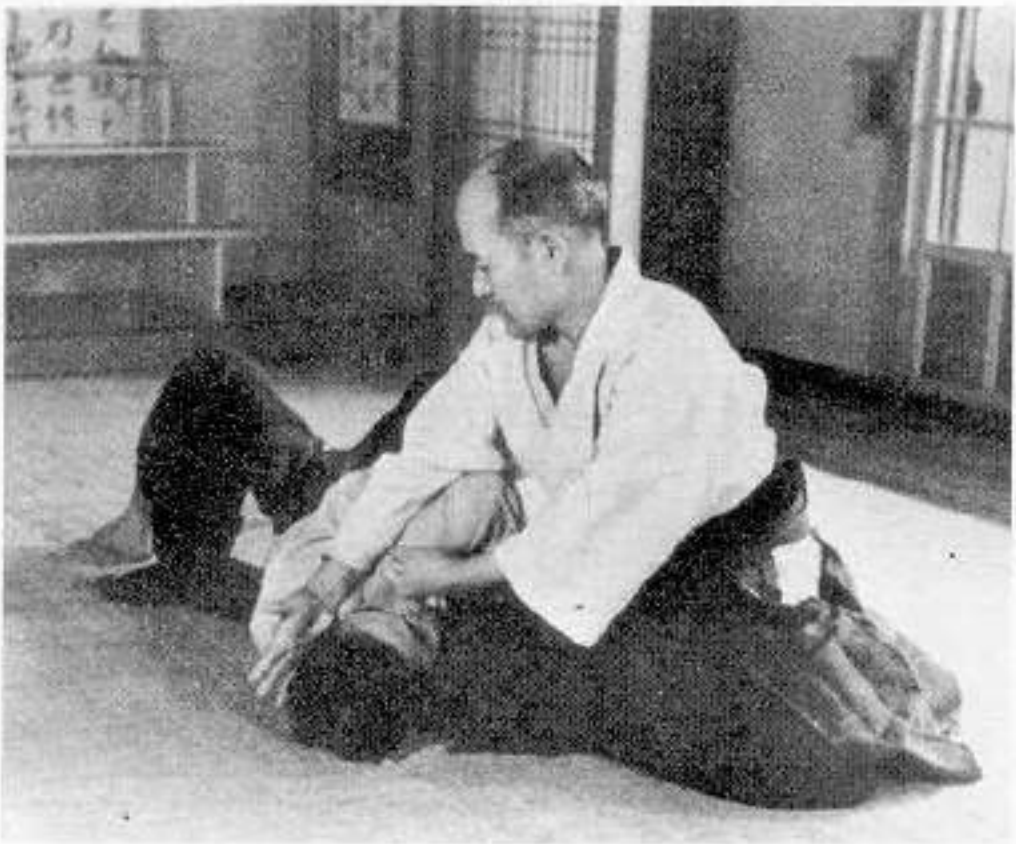
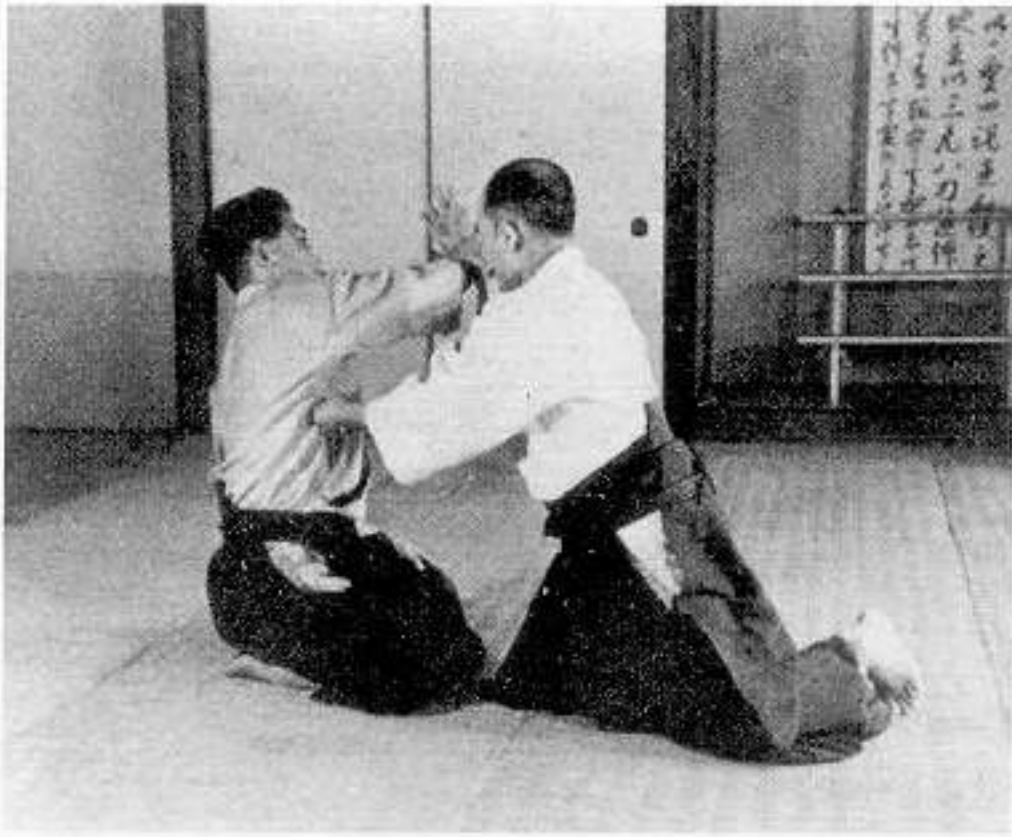
(Wakayama)



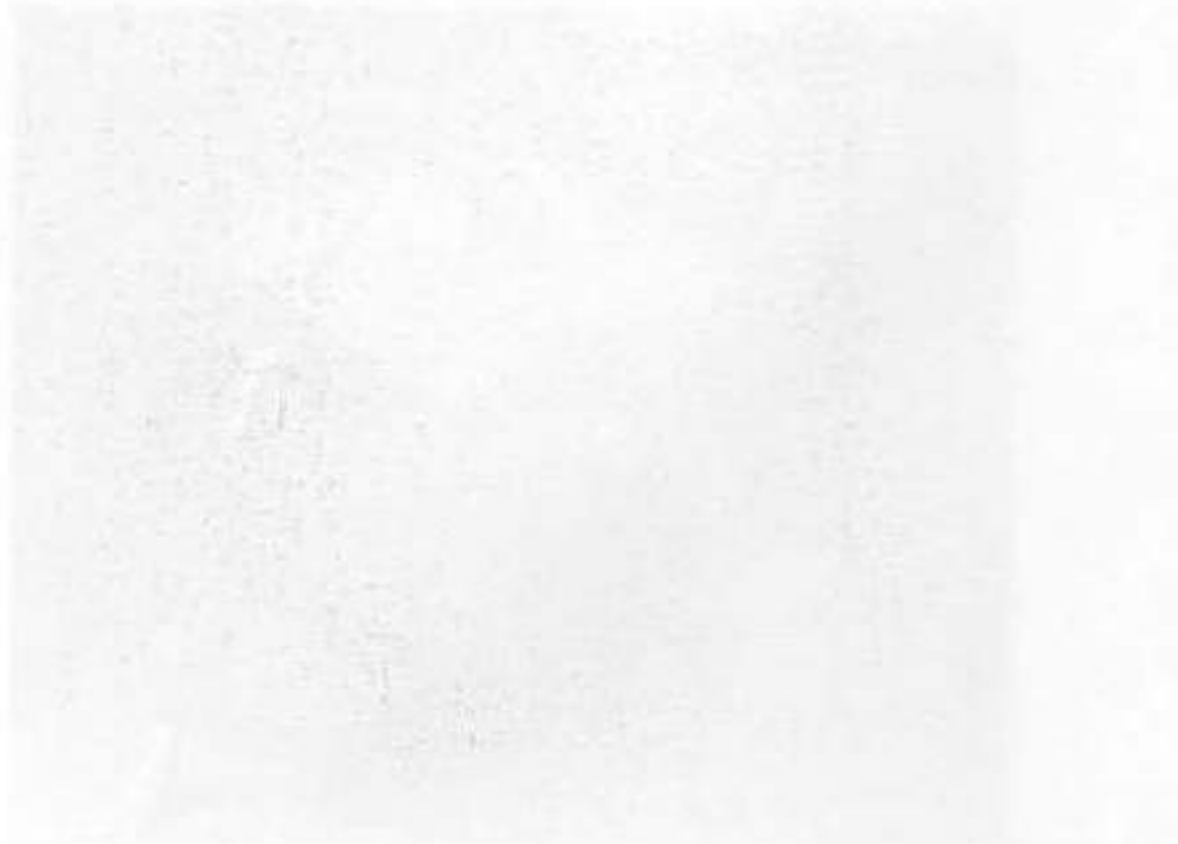
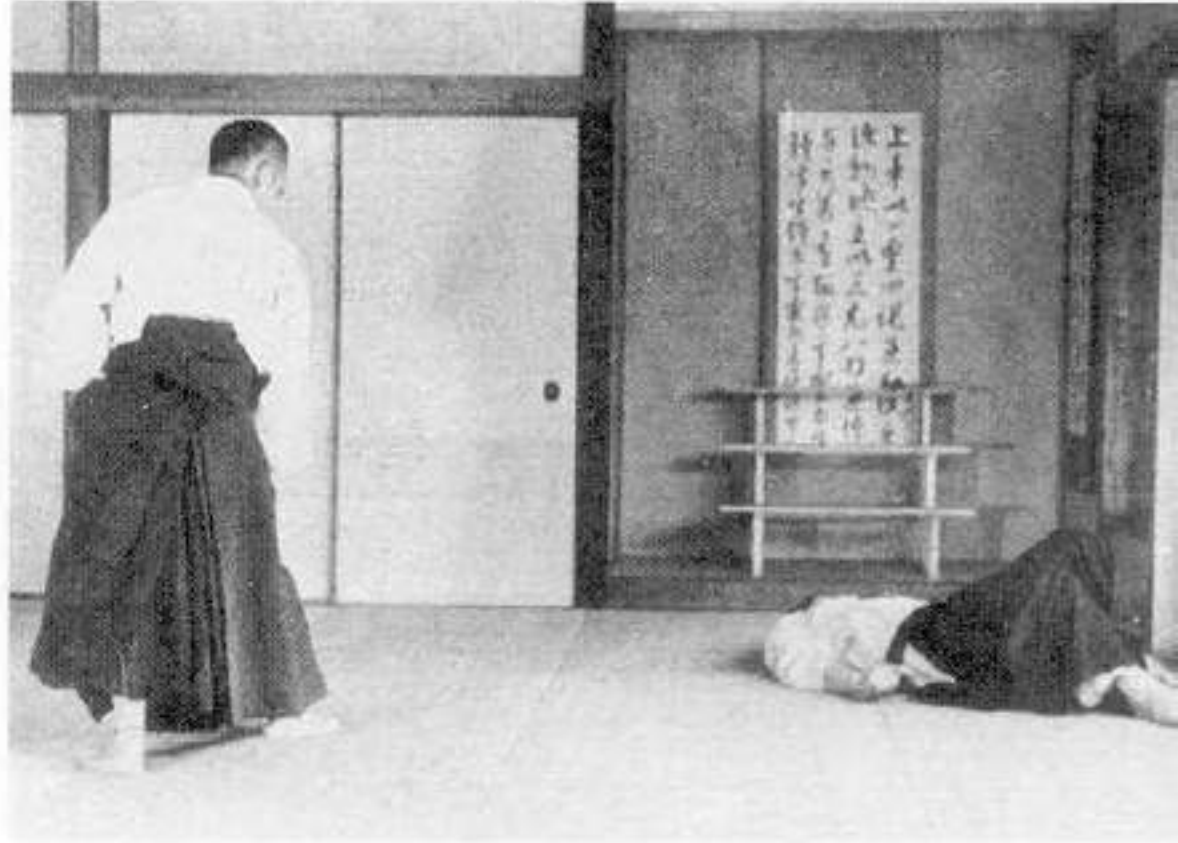
Yokomen-uchi



Irimi-osae



Hanmi-hantachi

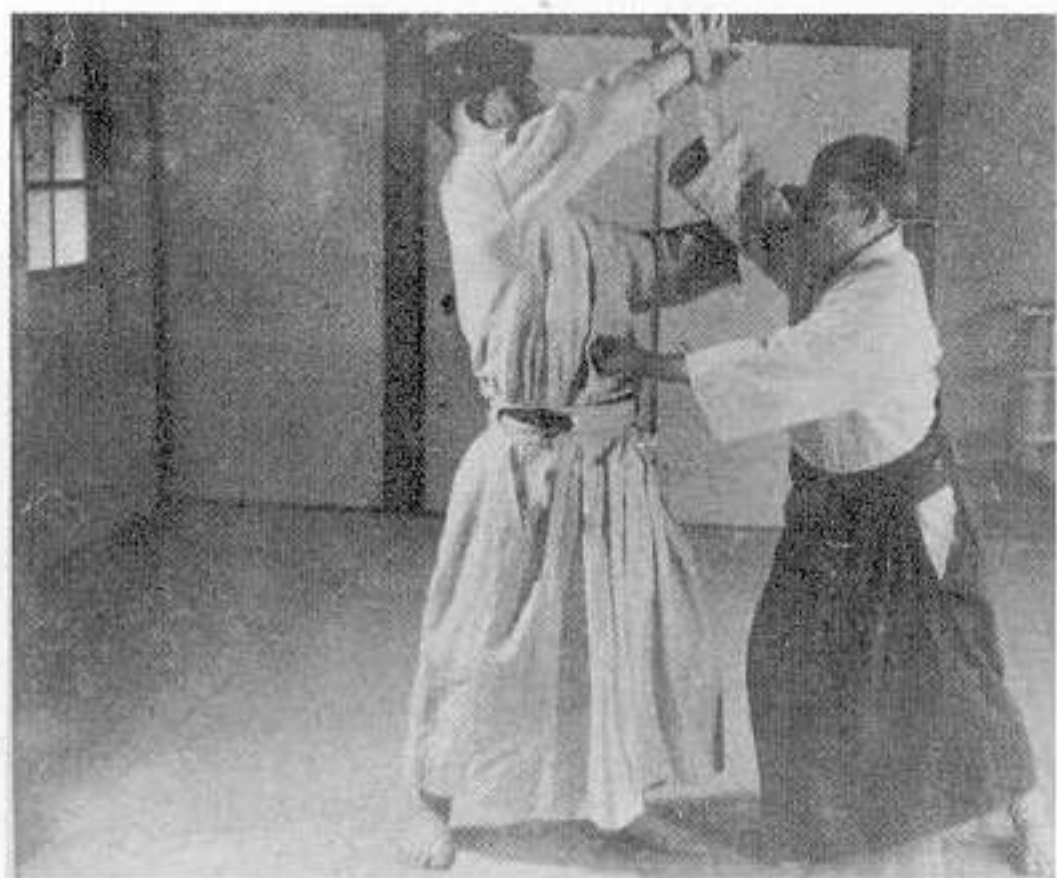




Suwari-waza



Kata-dori chokusen no irimi



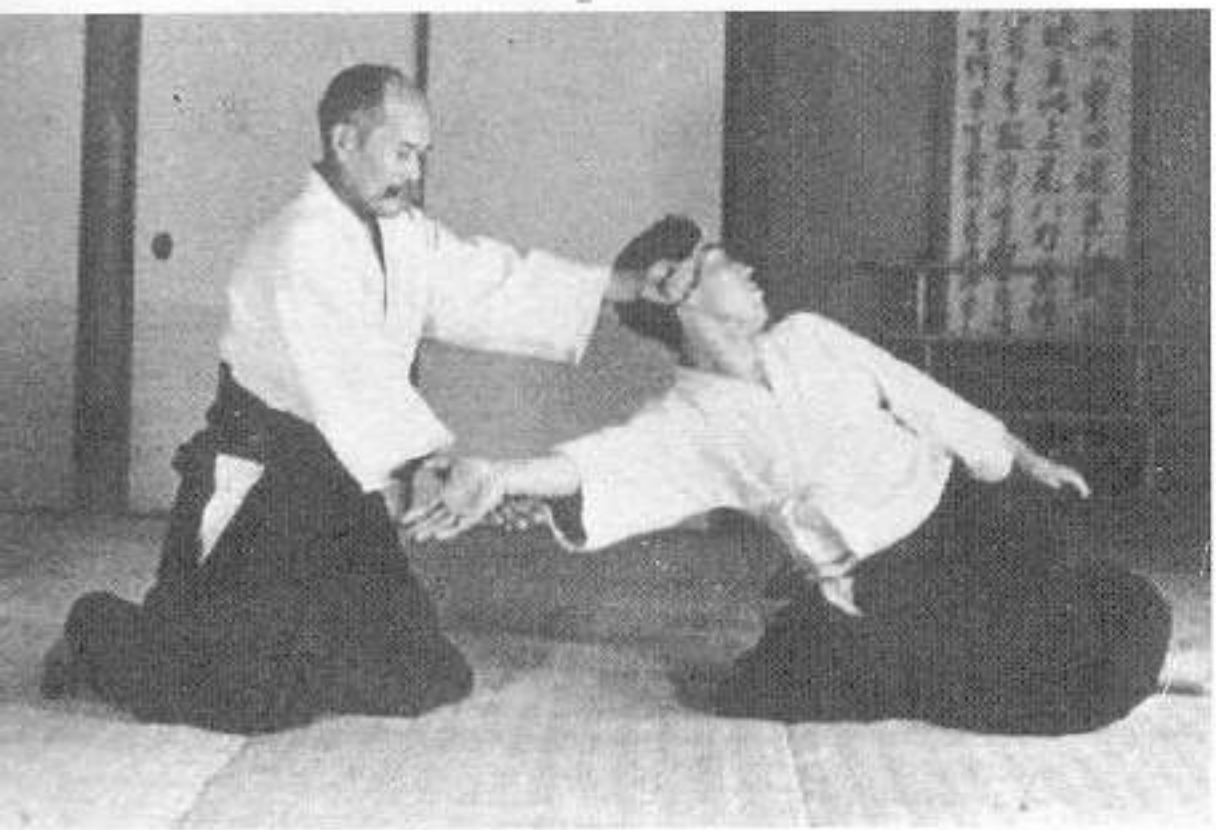
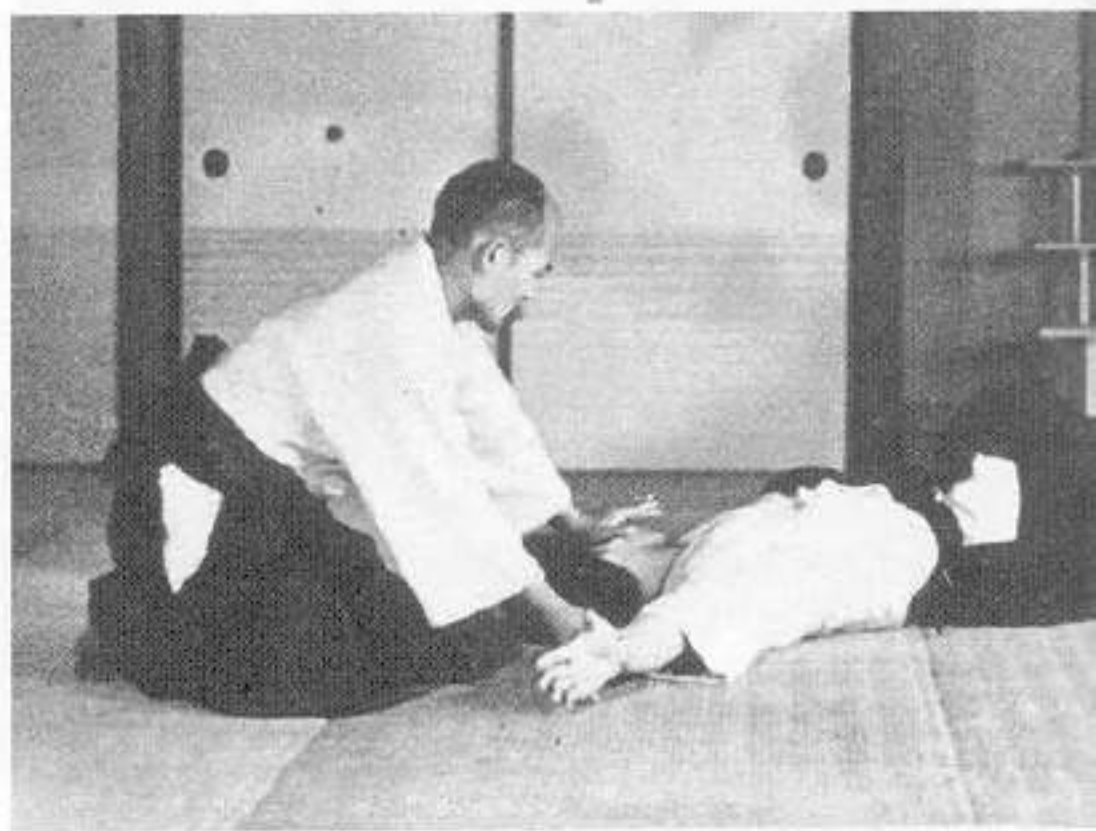
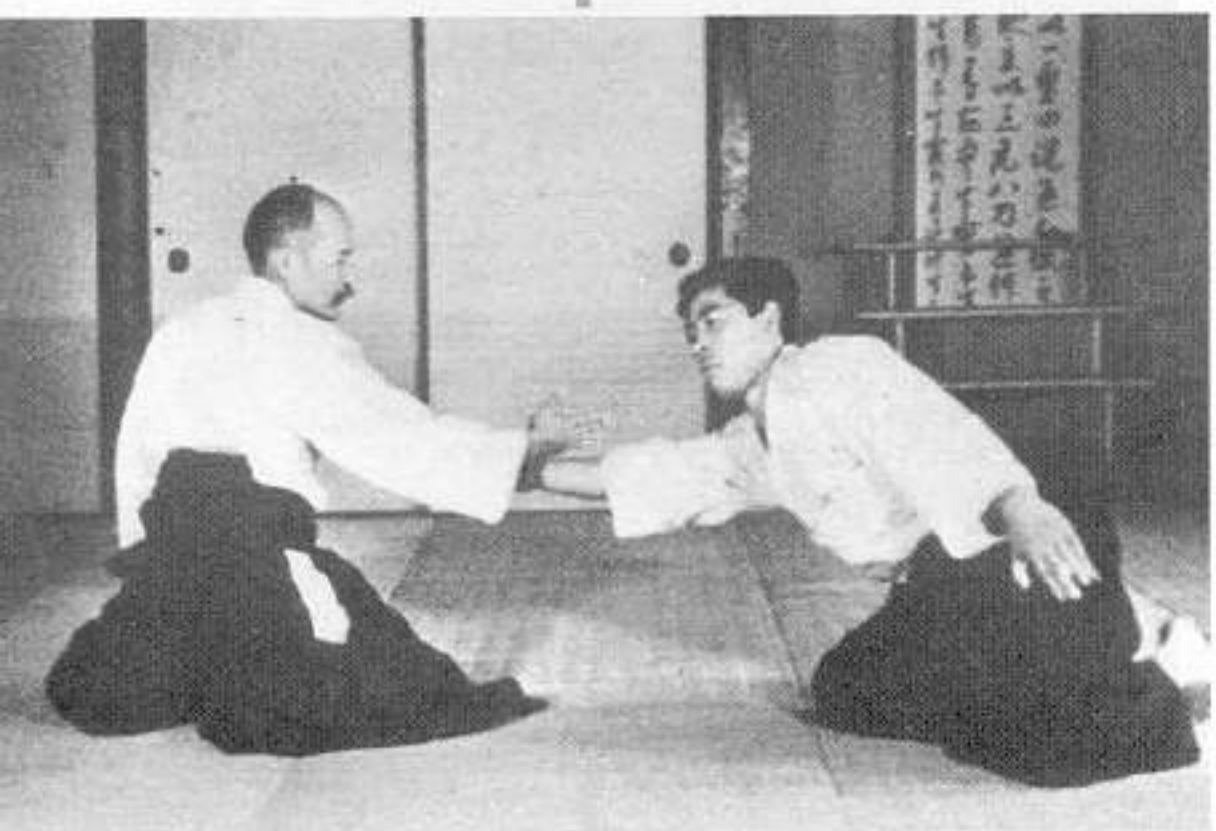
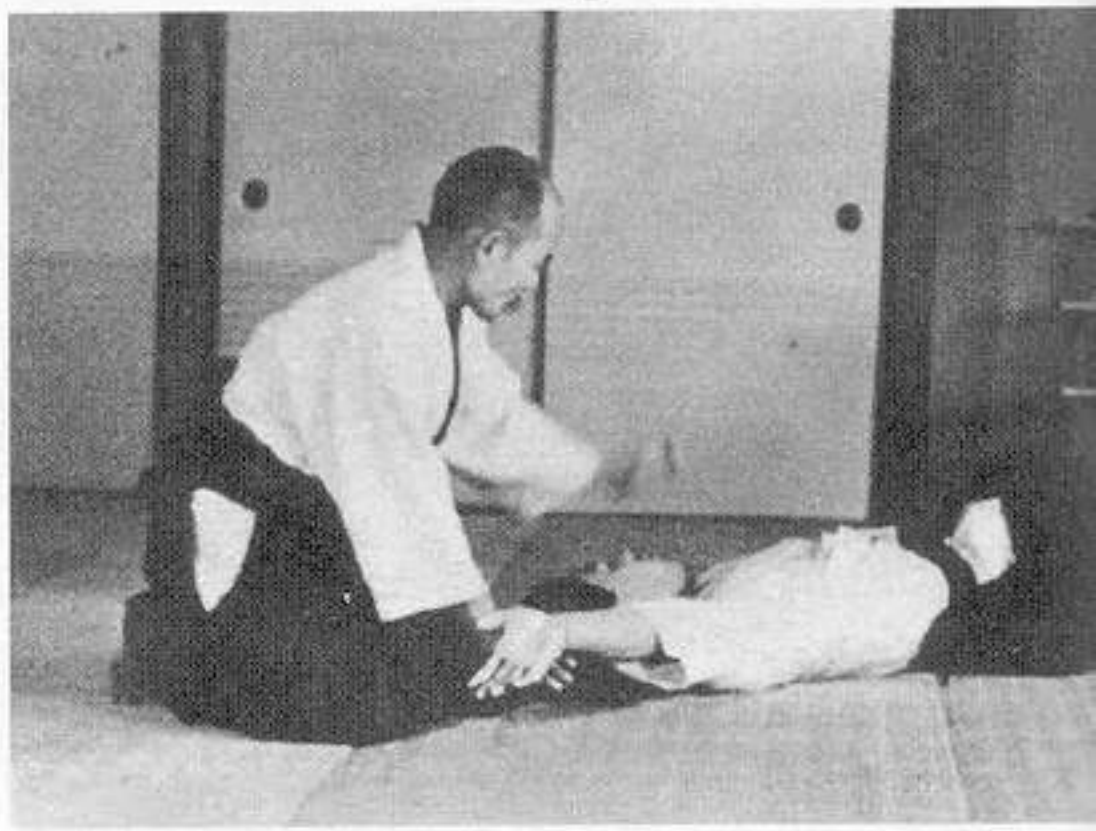
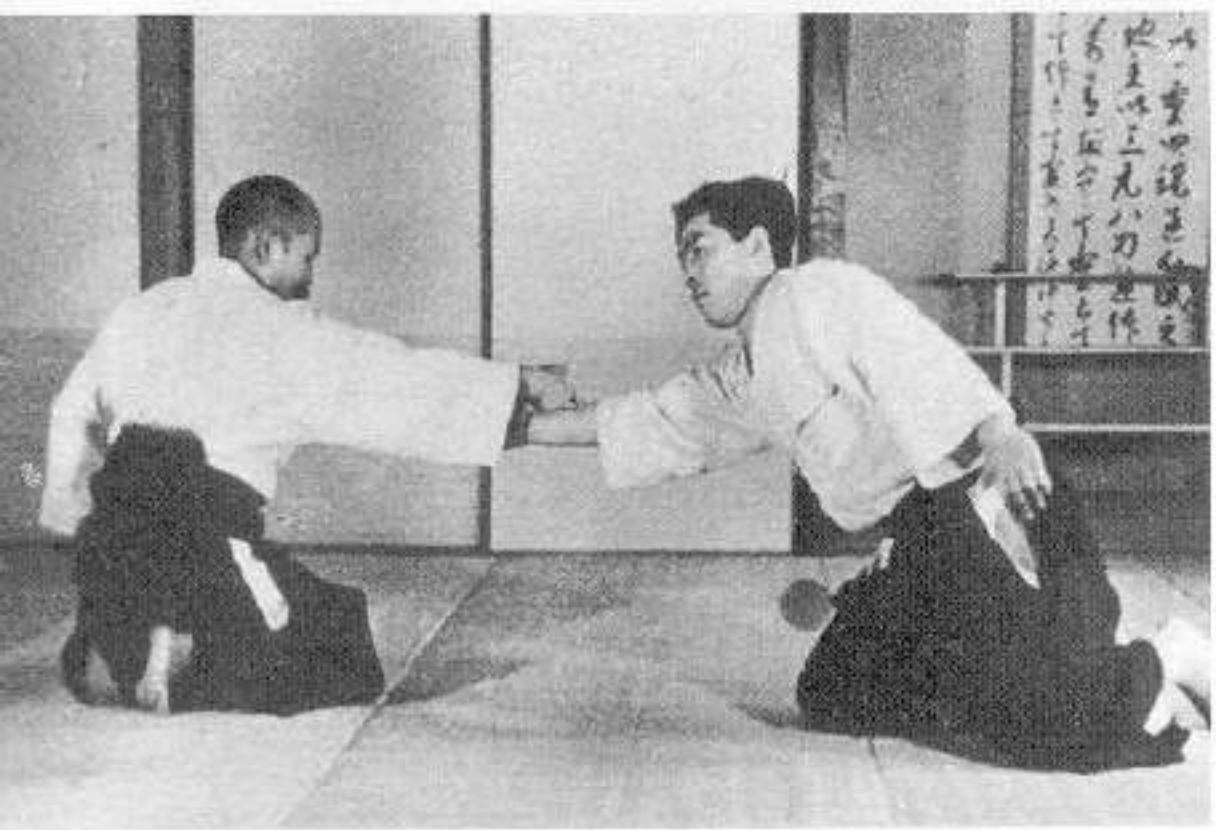
Yokomen-uchi irimi-nage



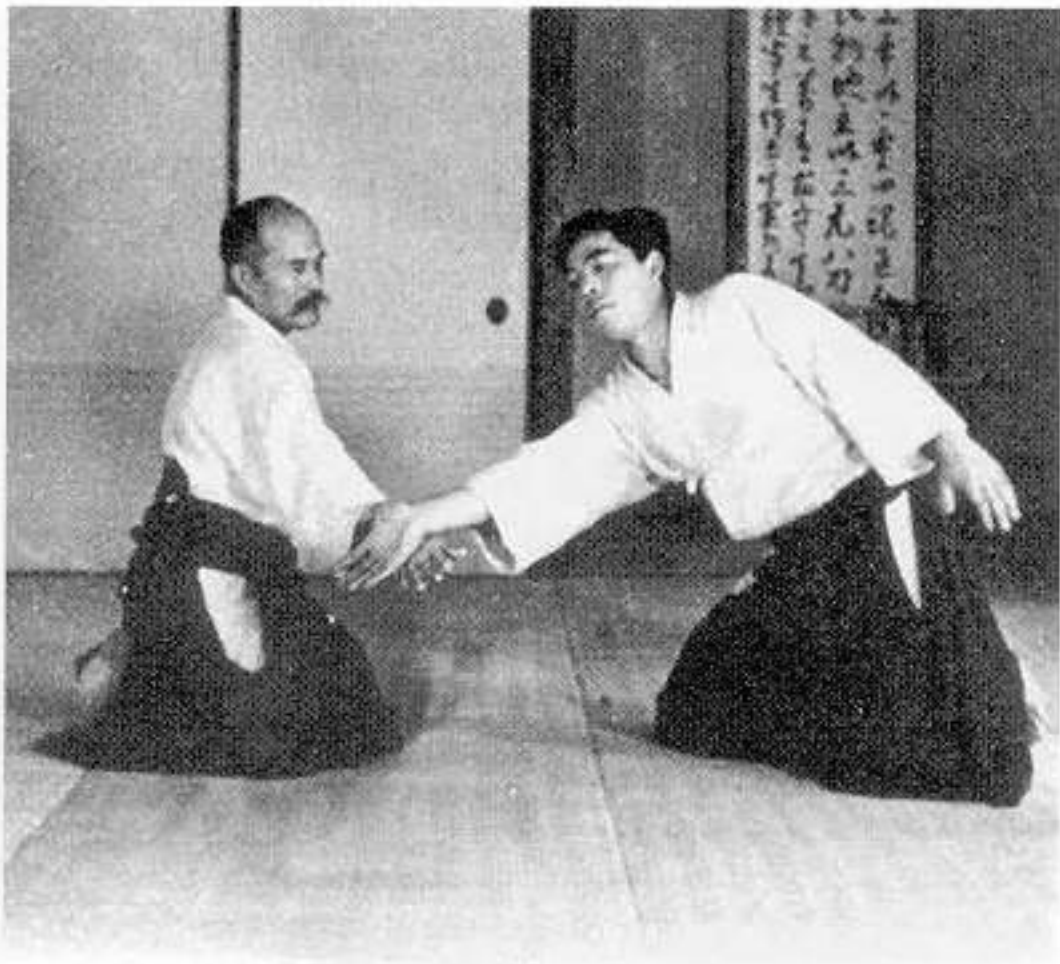
Sokumen Irimi-nage

Suwari-waza

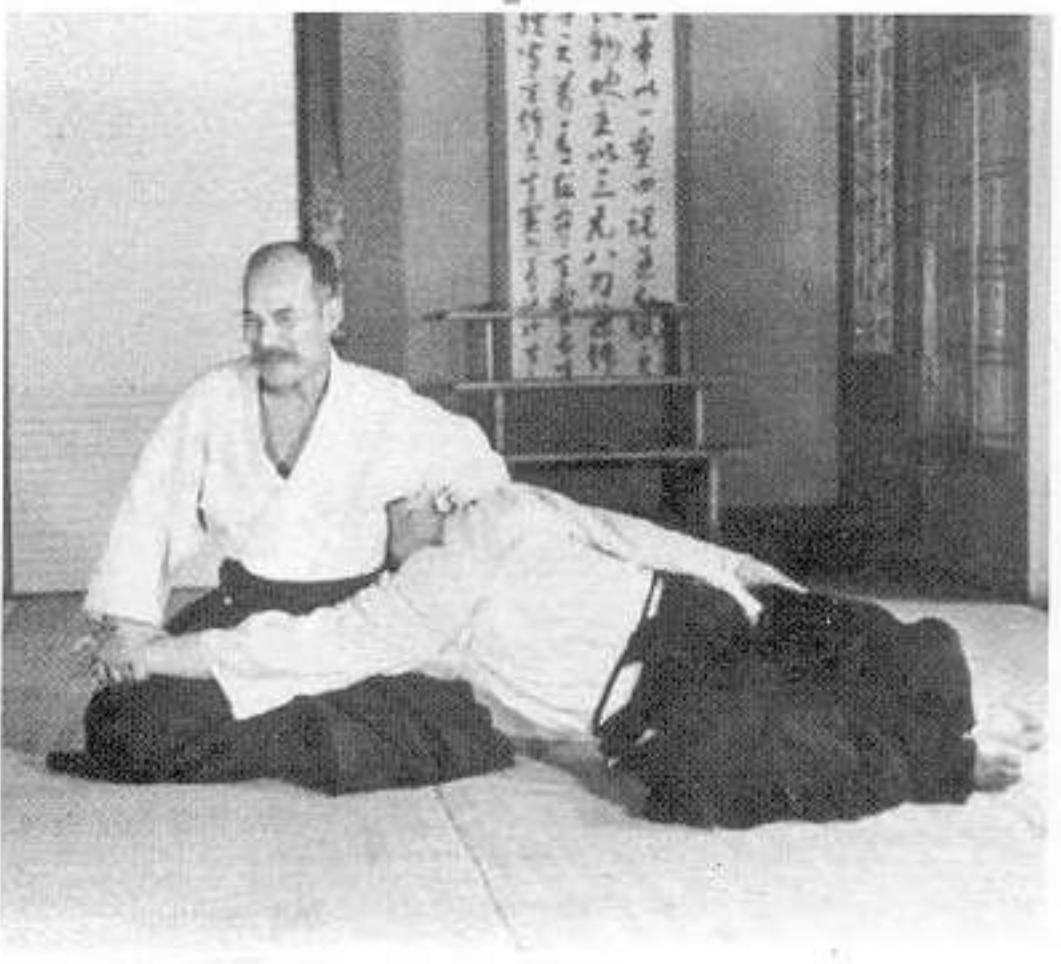
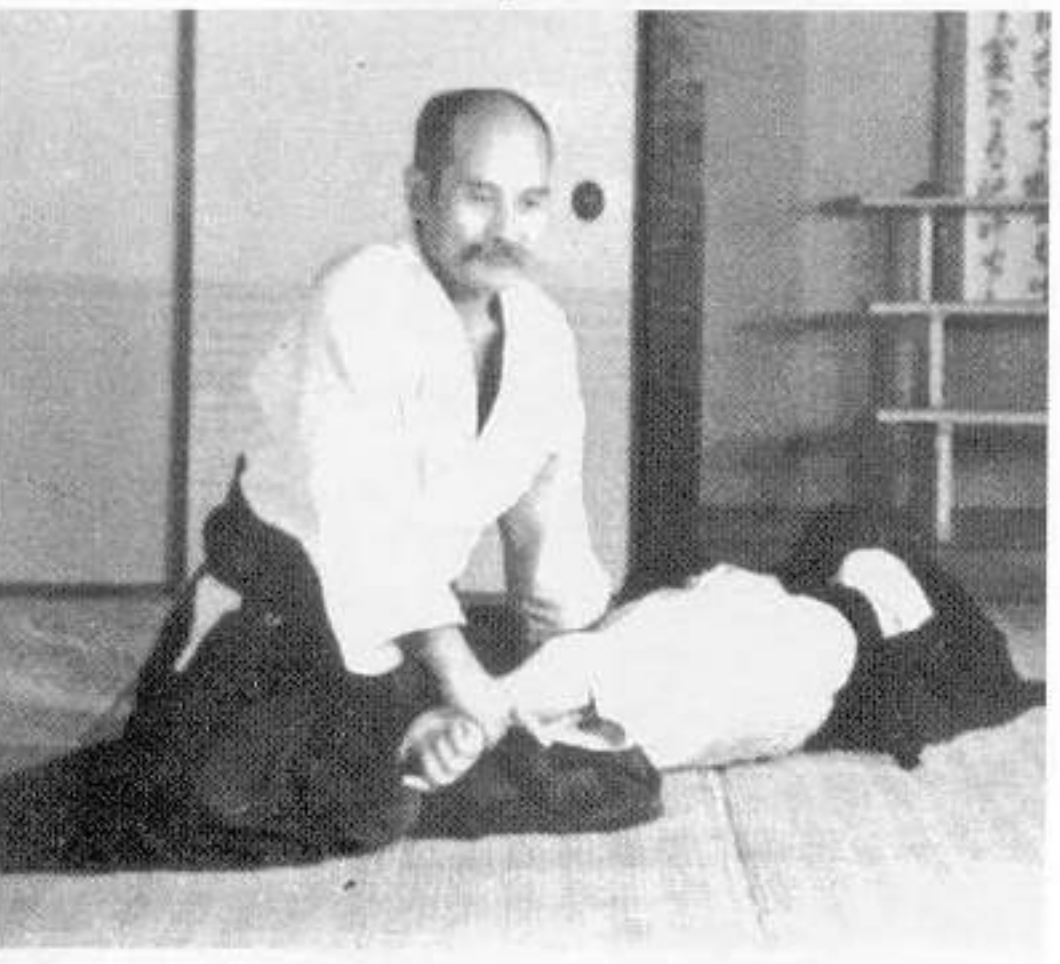
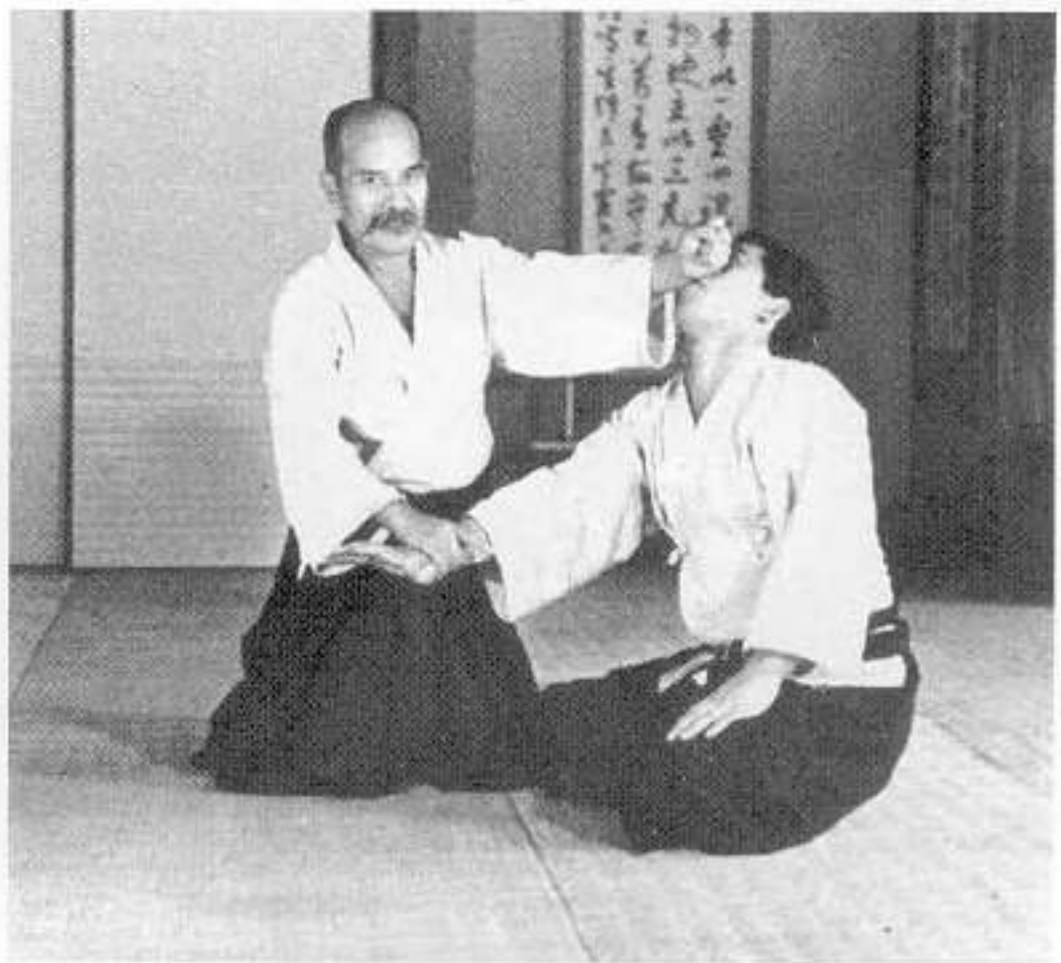
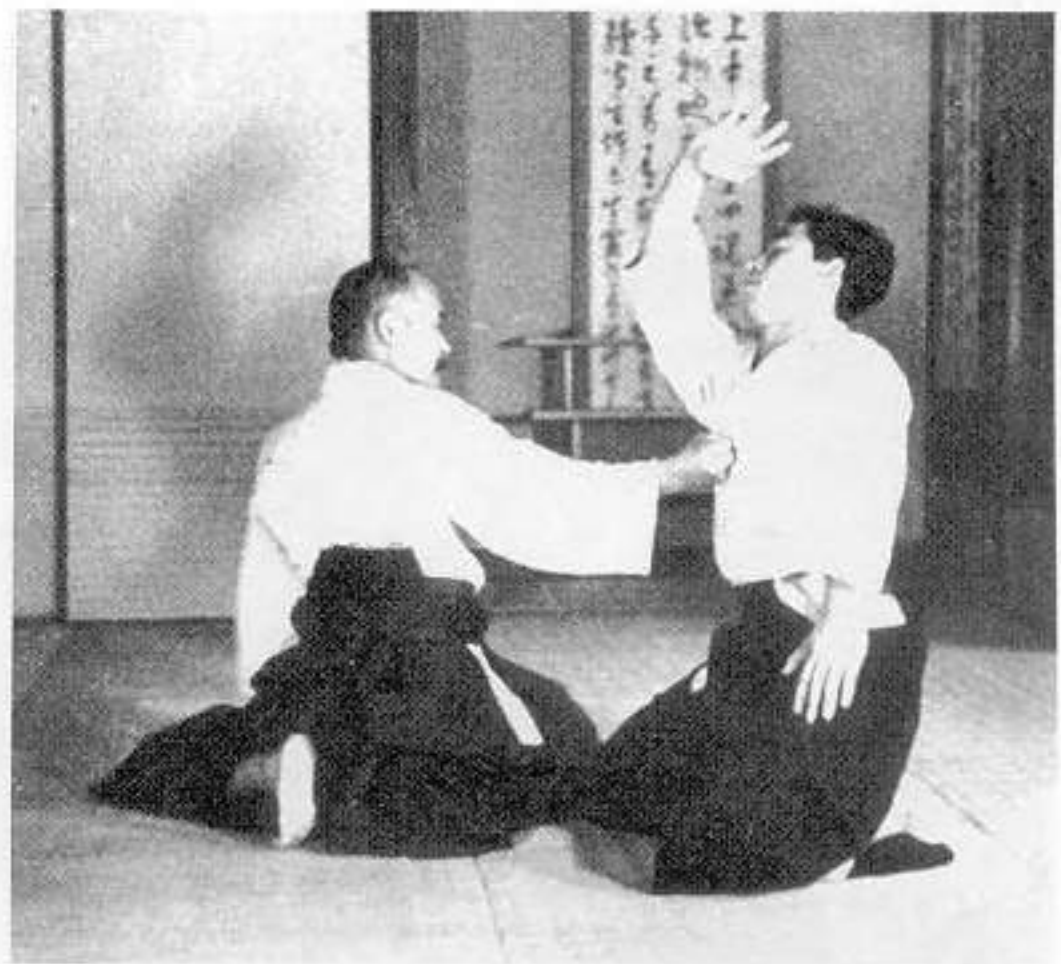
1



2



3

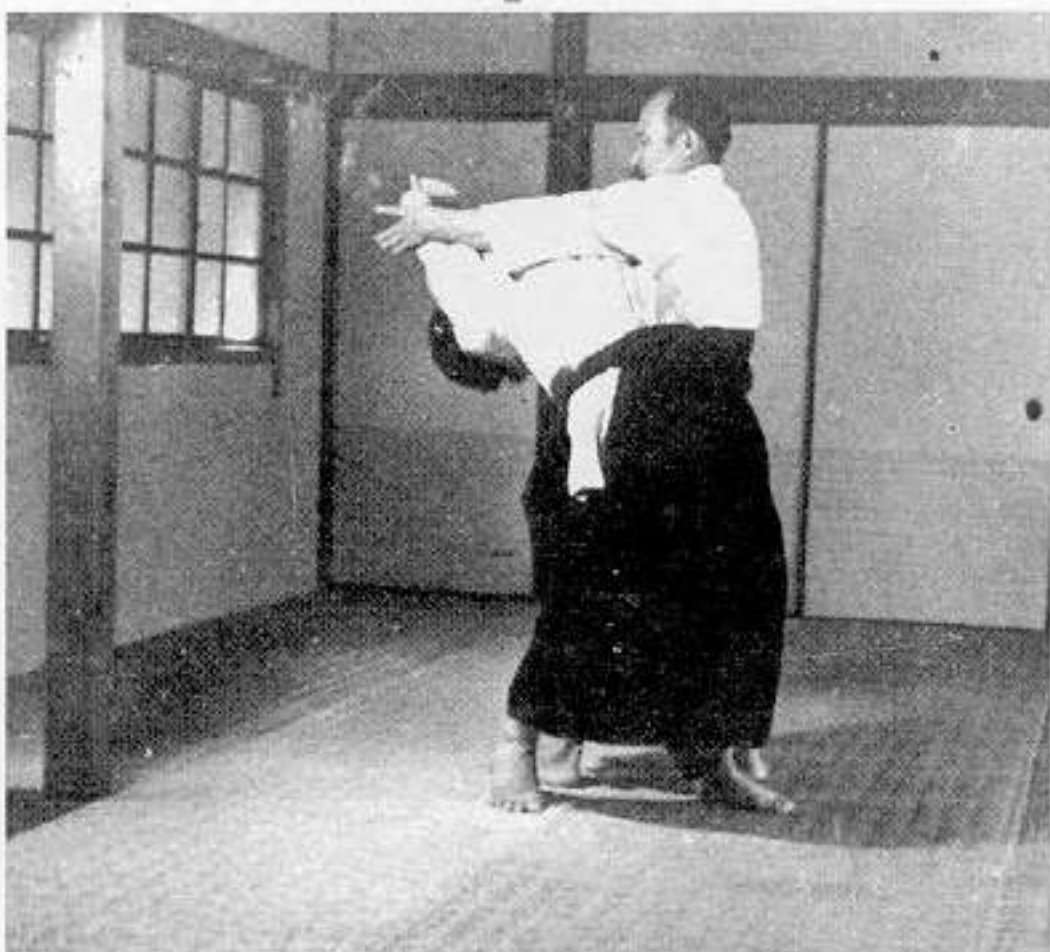


1



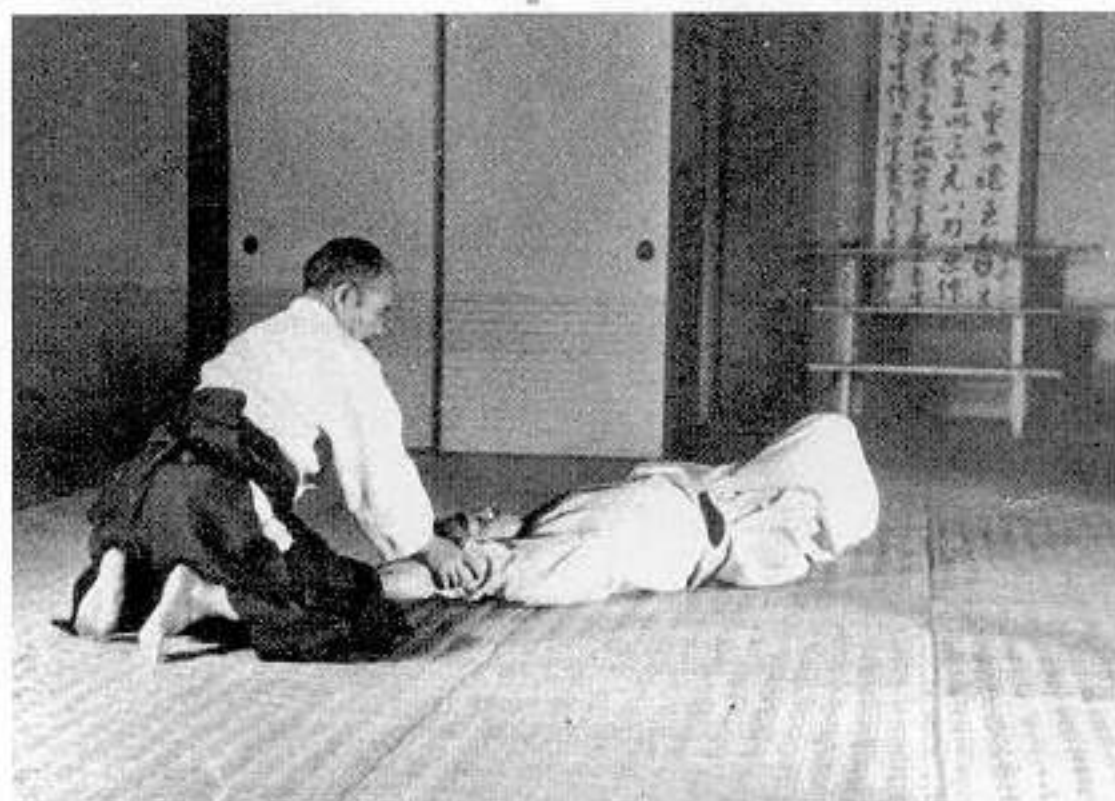
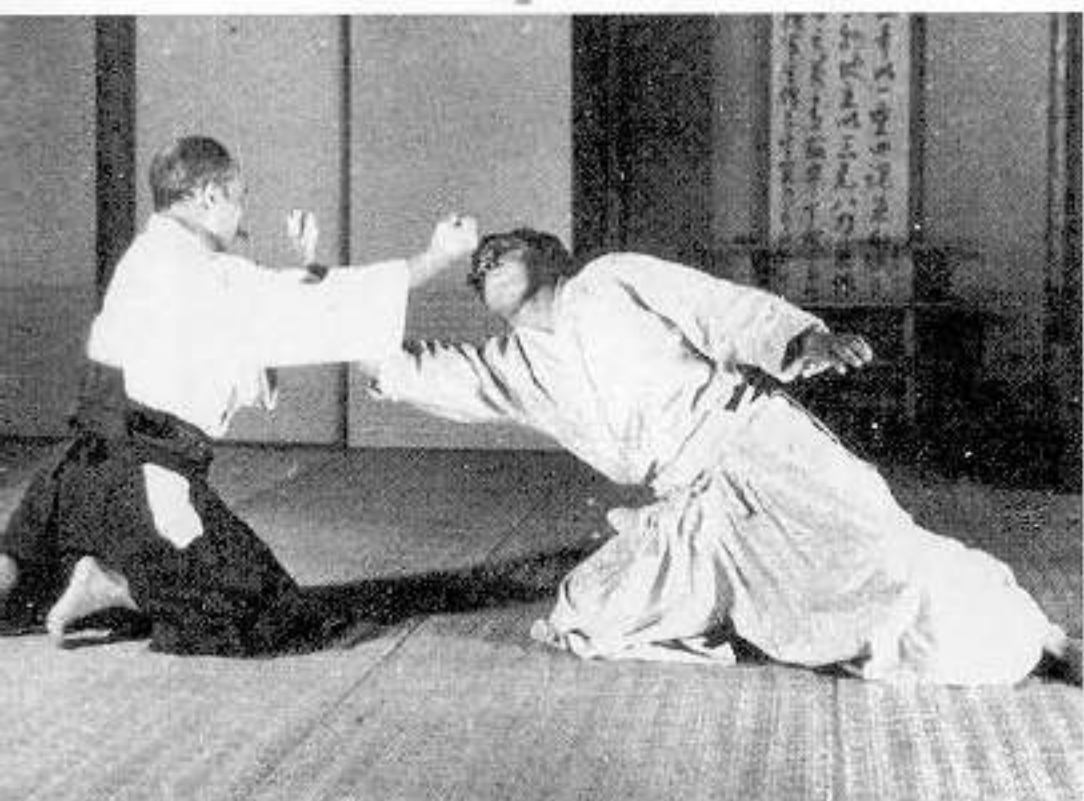
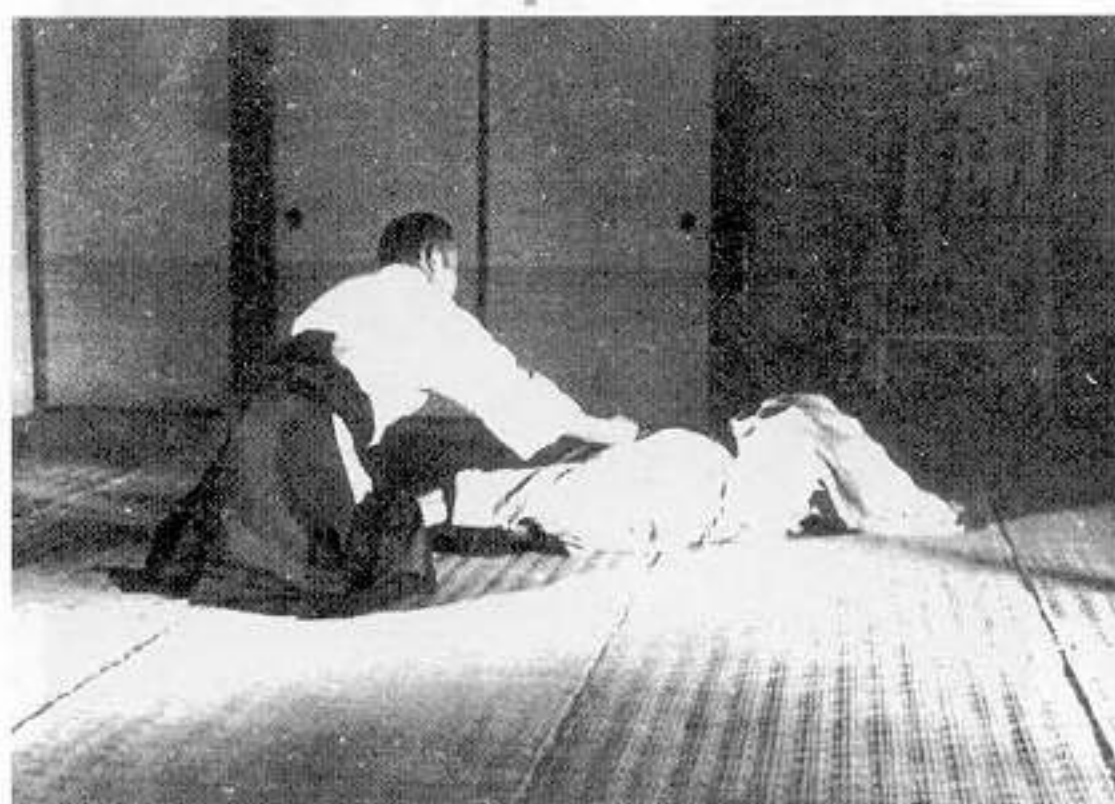
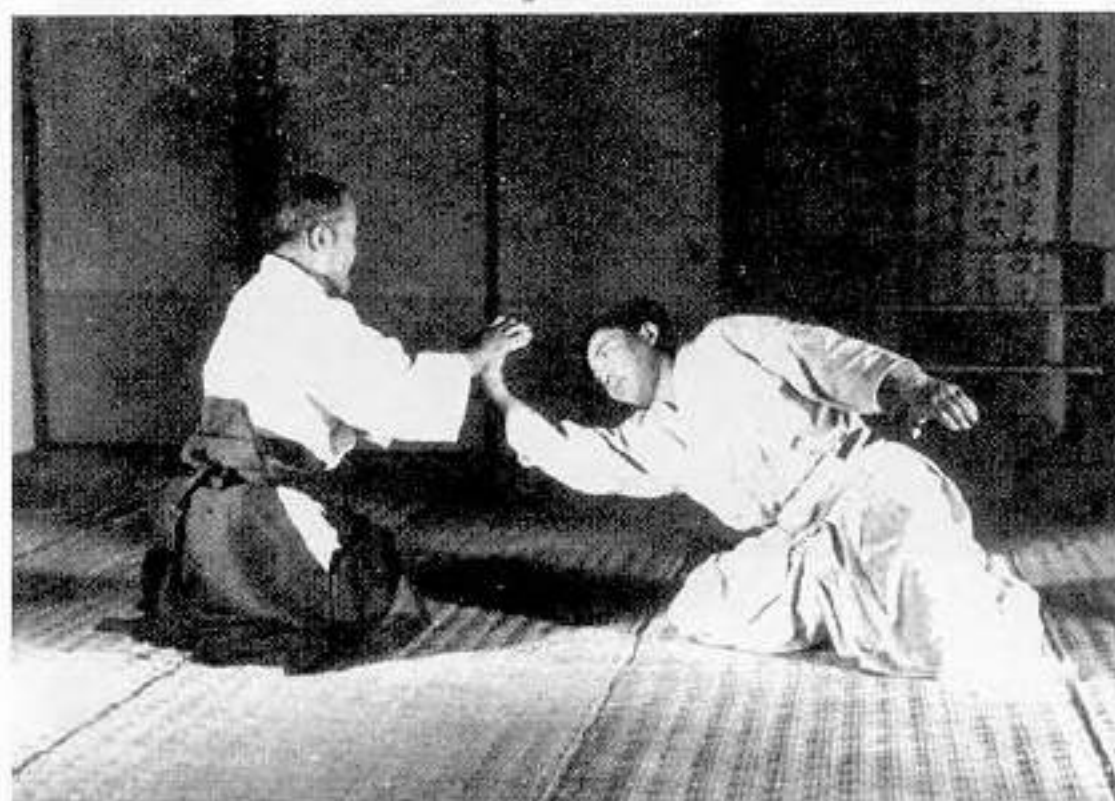
2





Kote-gaeshi

Suwari-waza



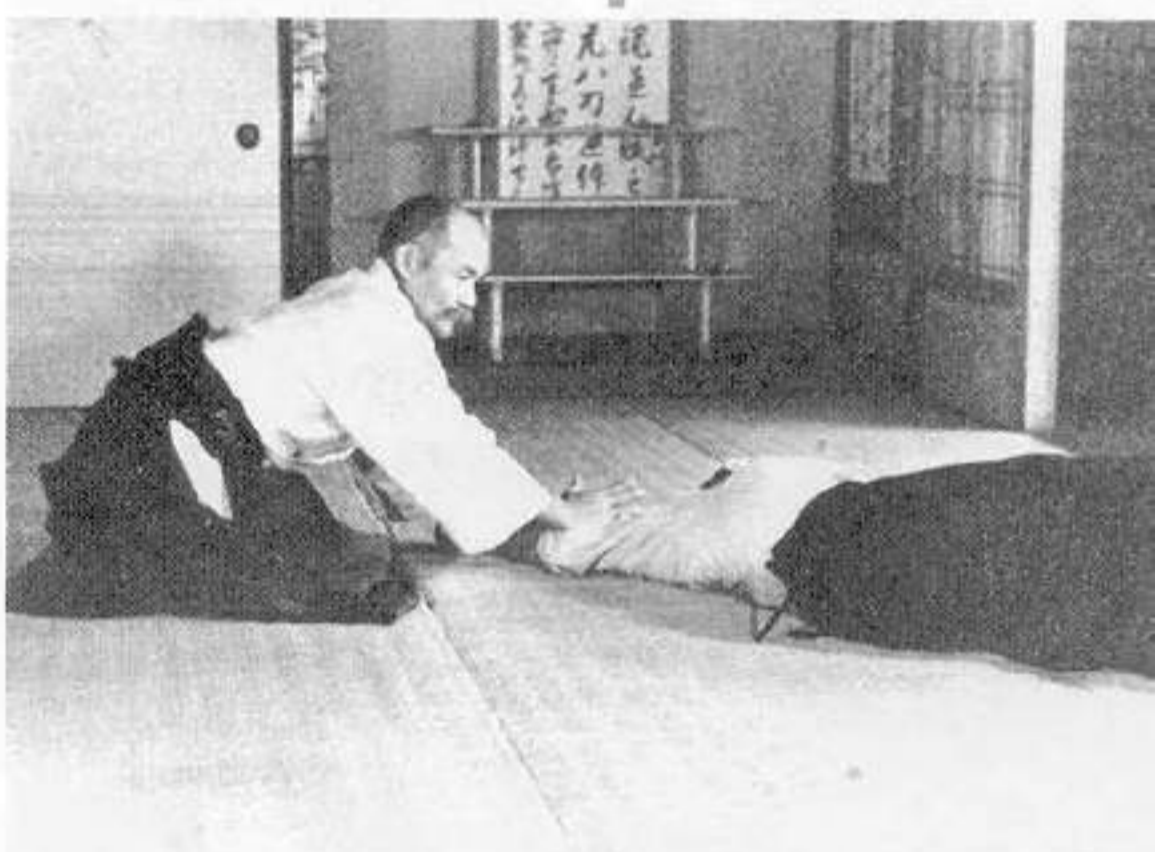
Sumi-otoshi

Suwari-waza

1



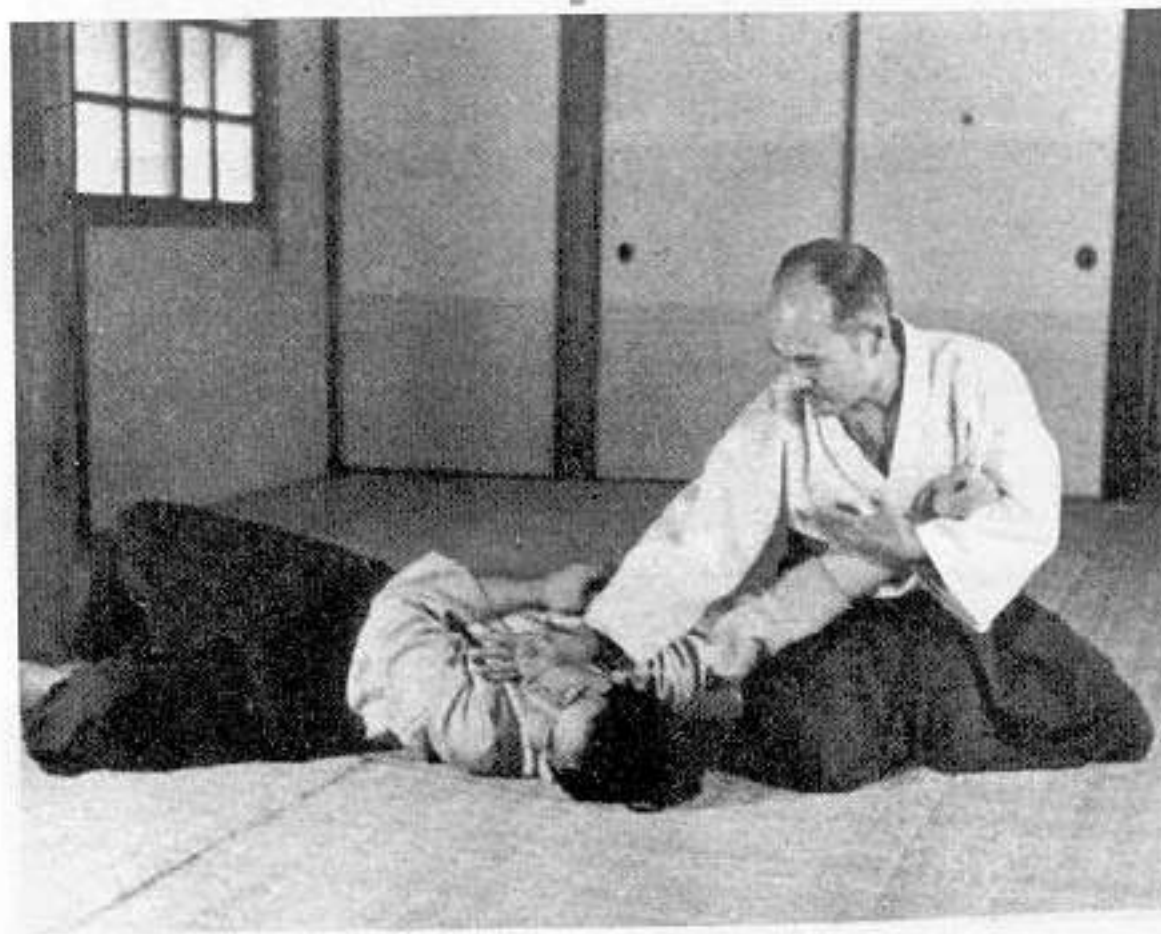
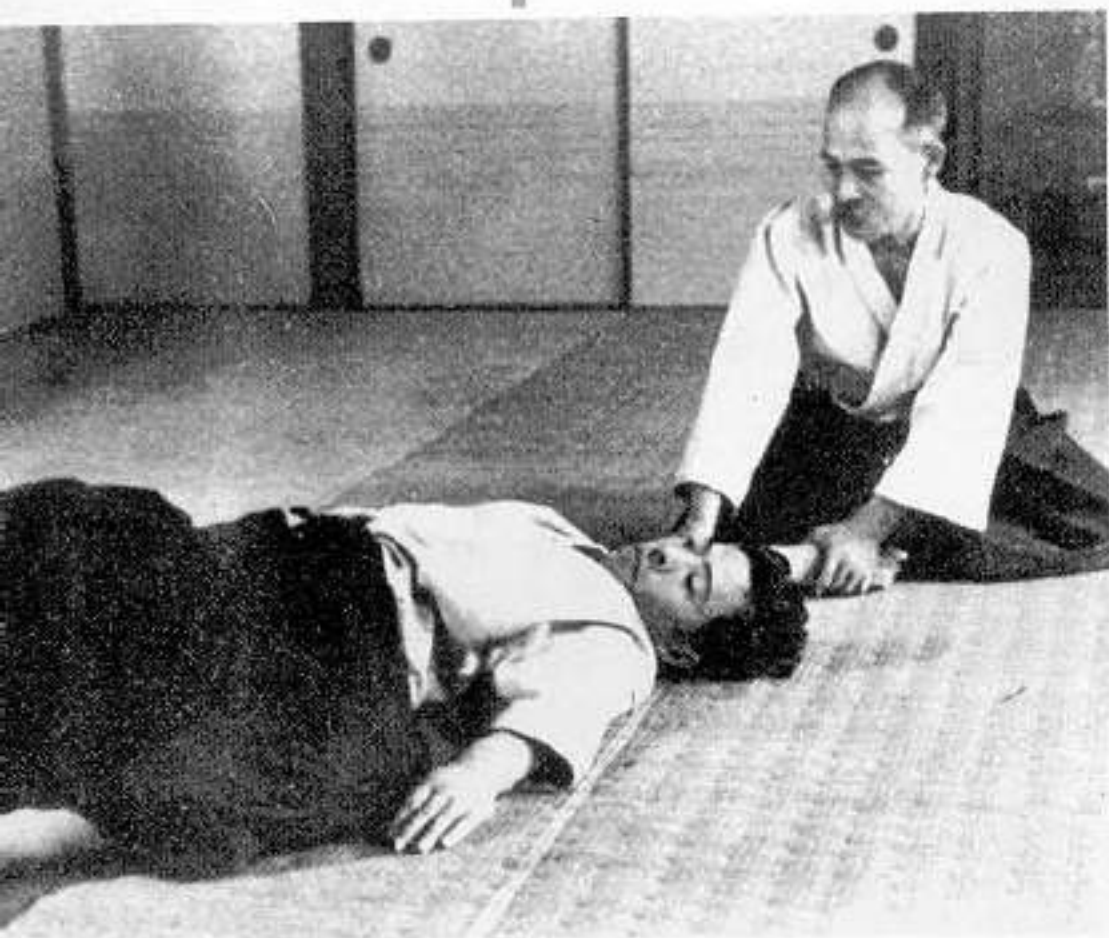
2



3



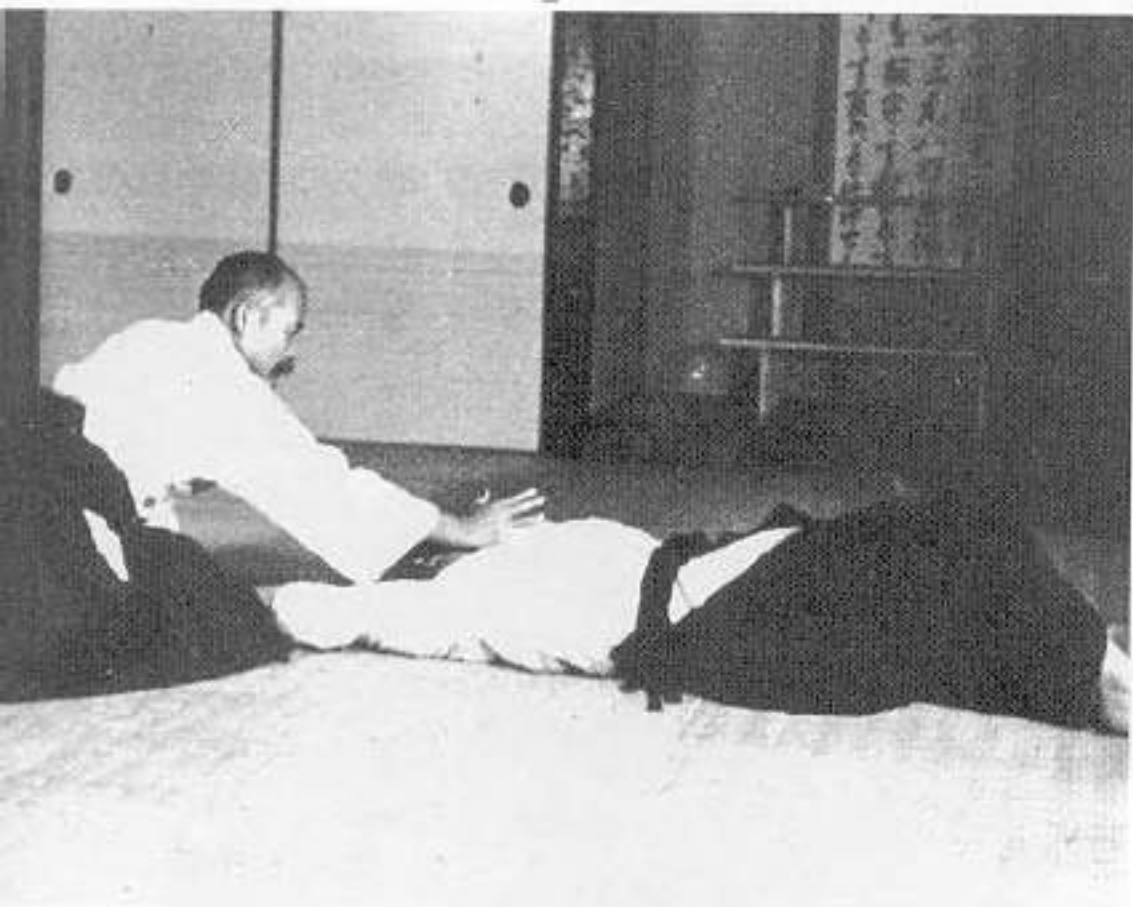
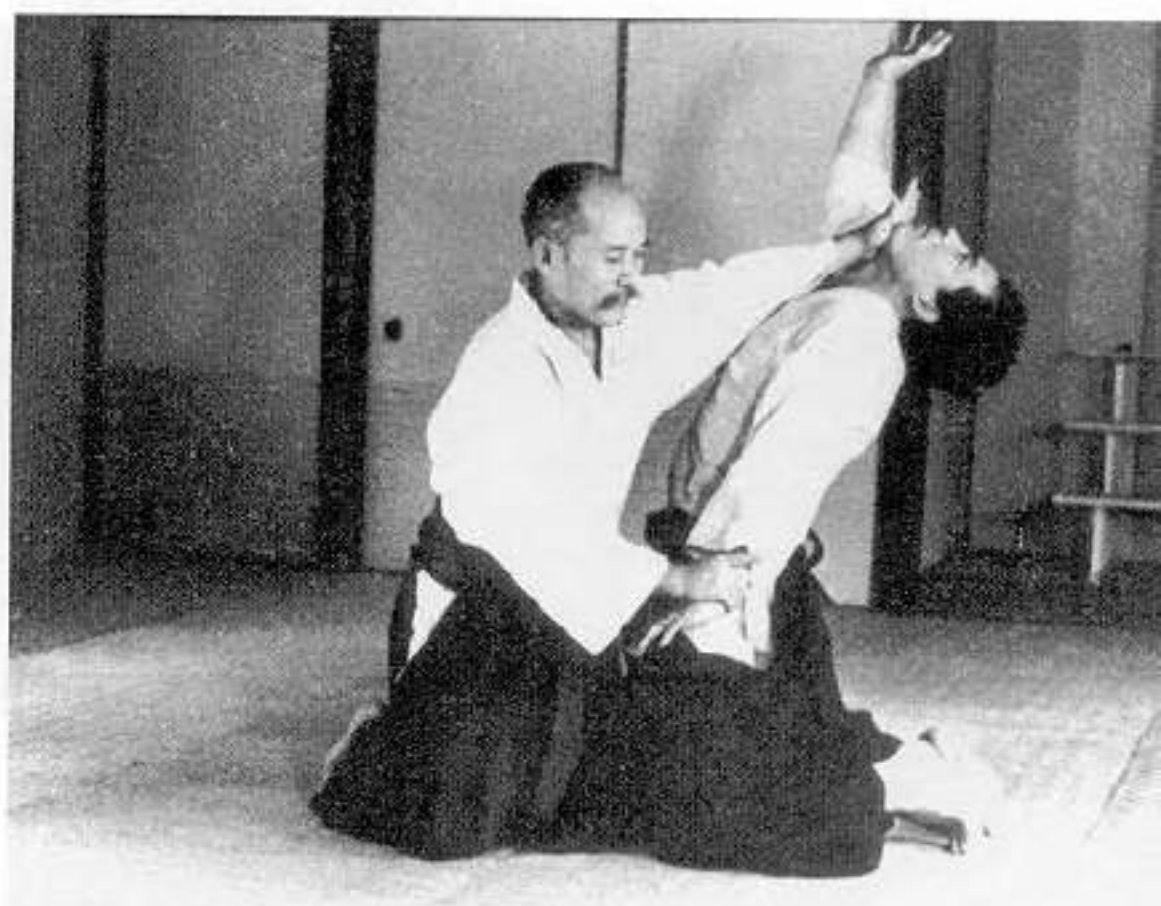
4



5



6



Tenchi-nage

1

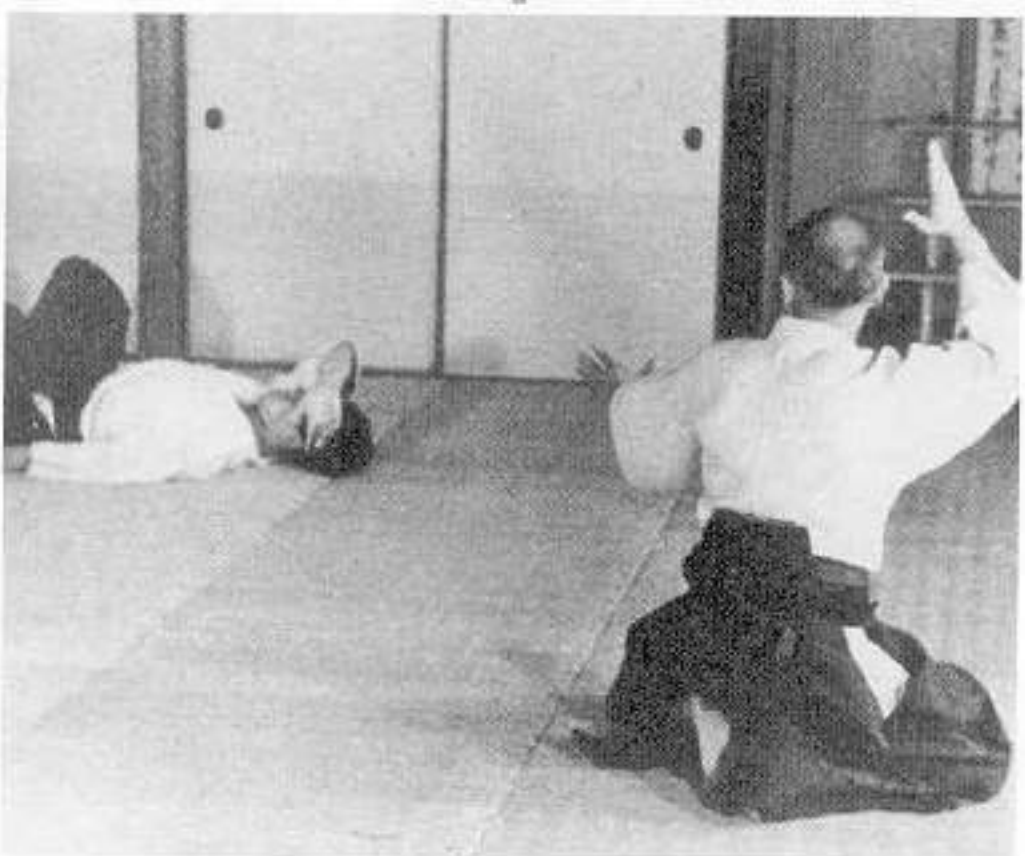


2

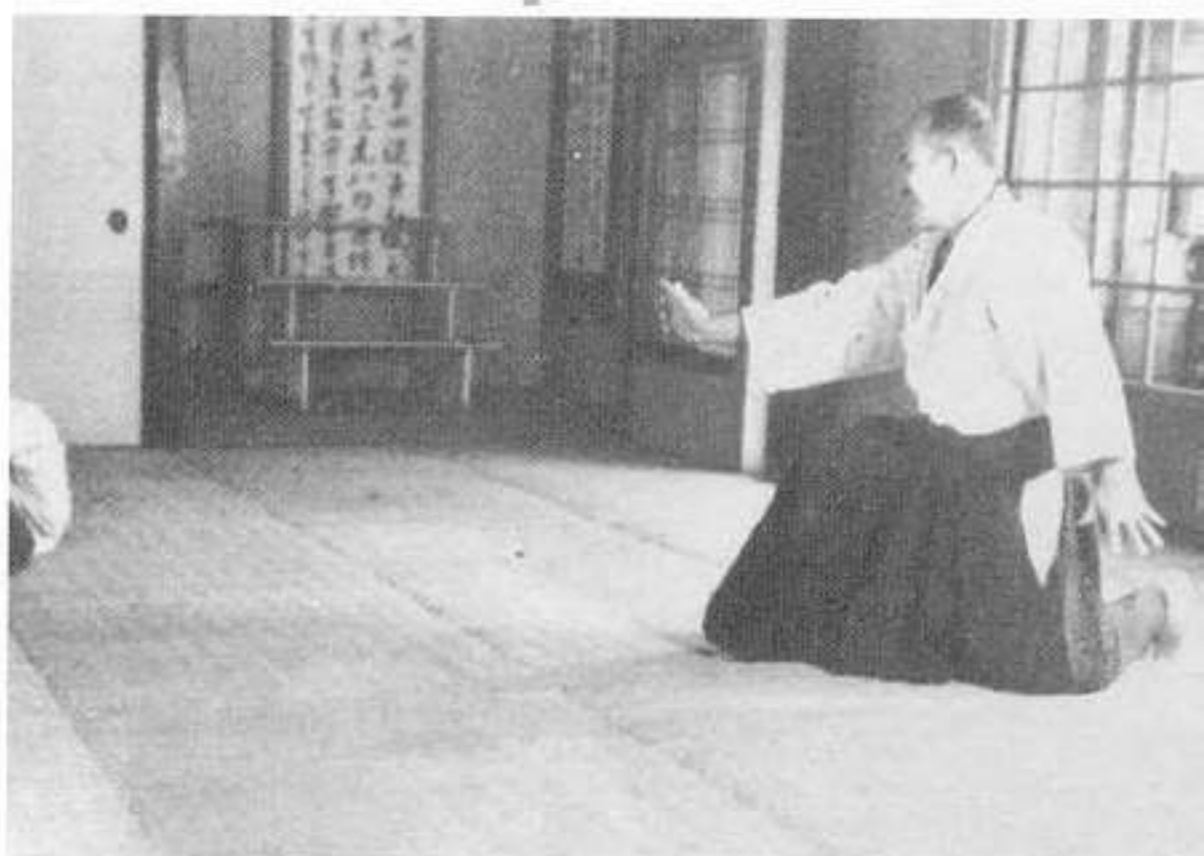
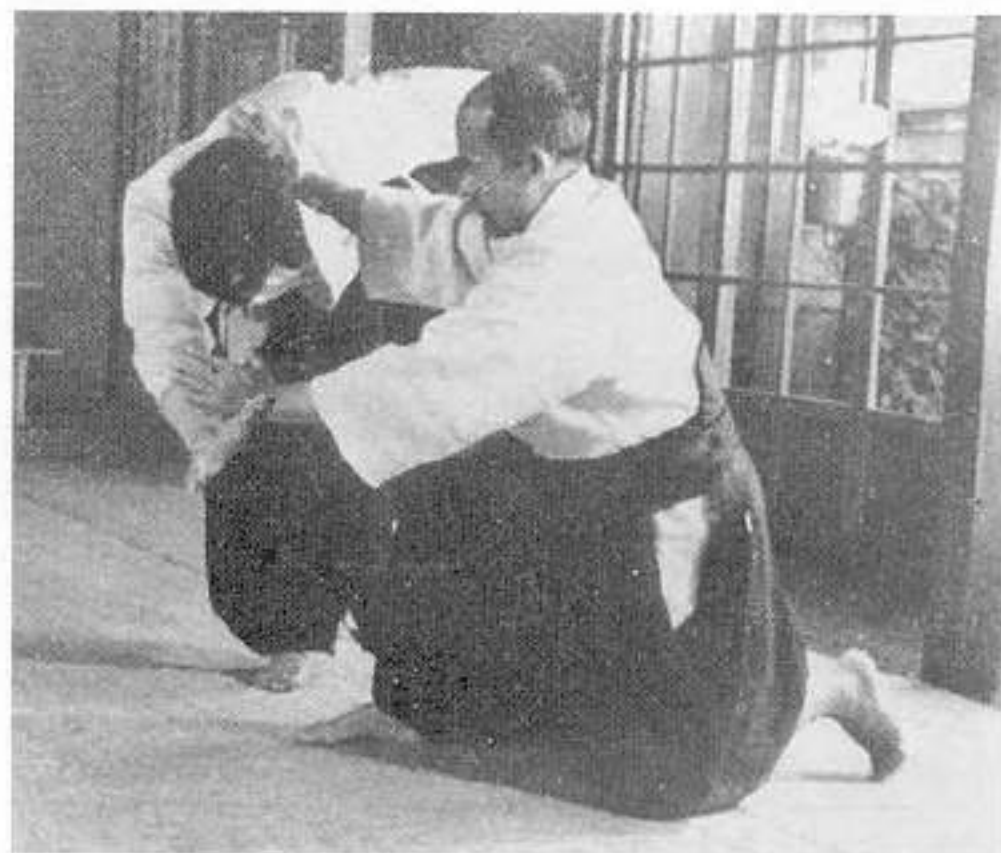


Kokyu-nage

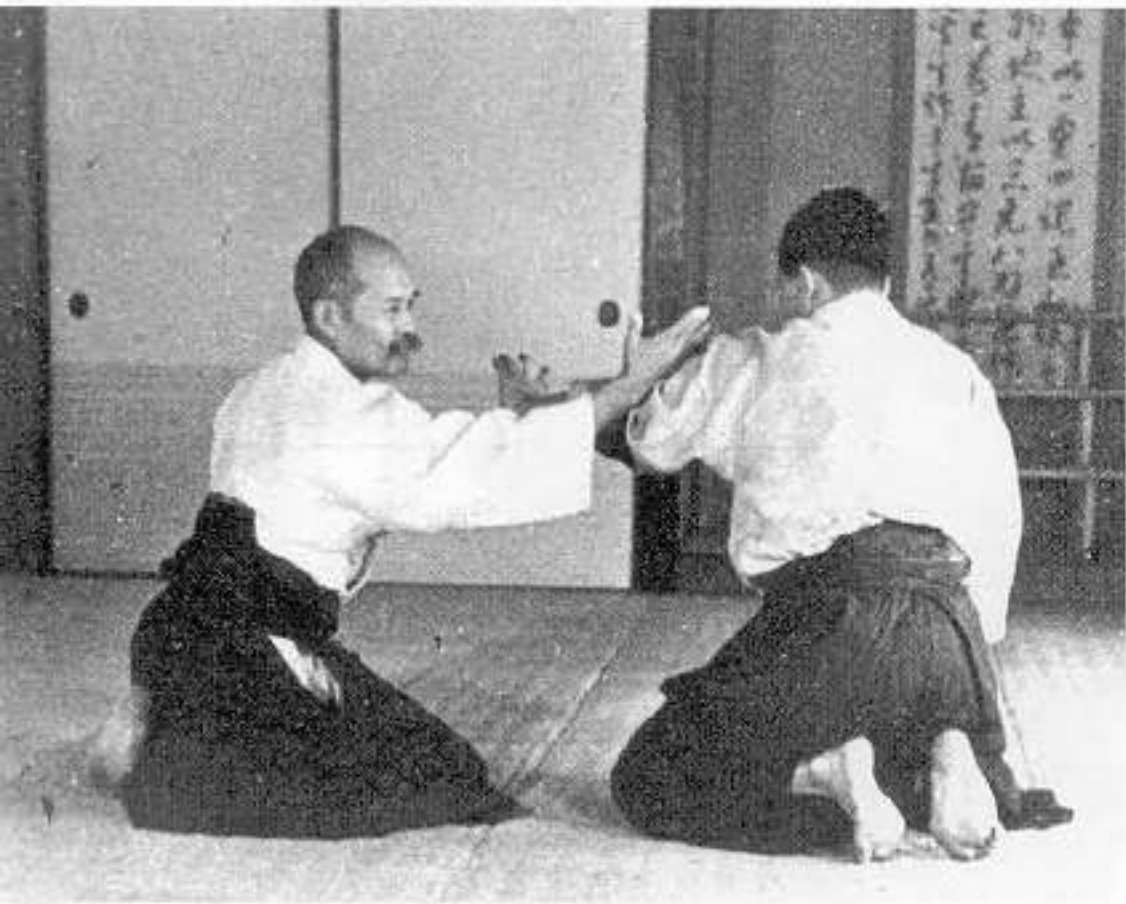
1 Suwari-waza



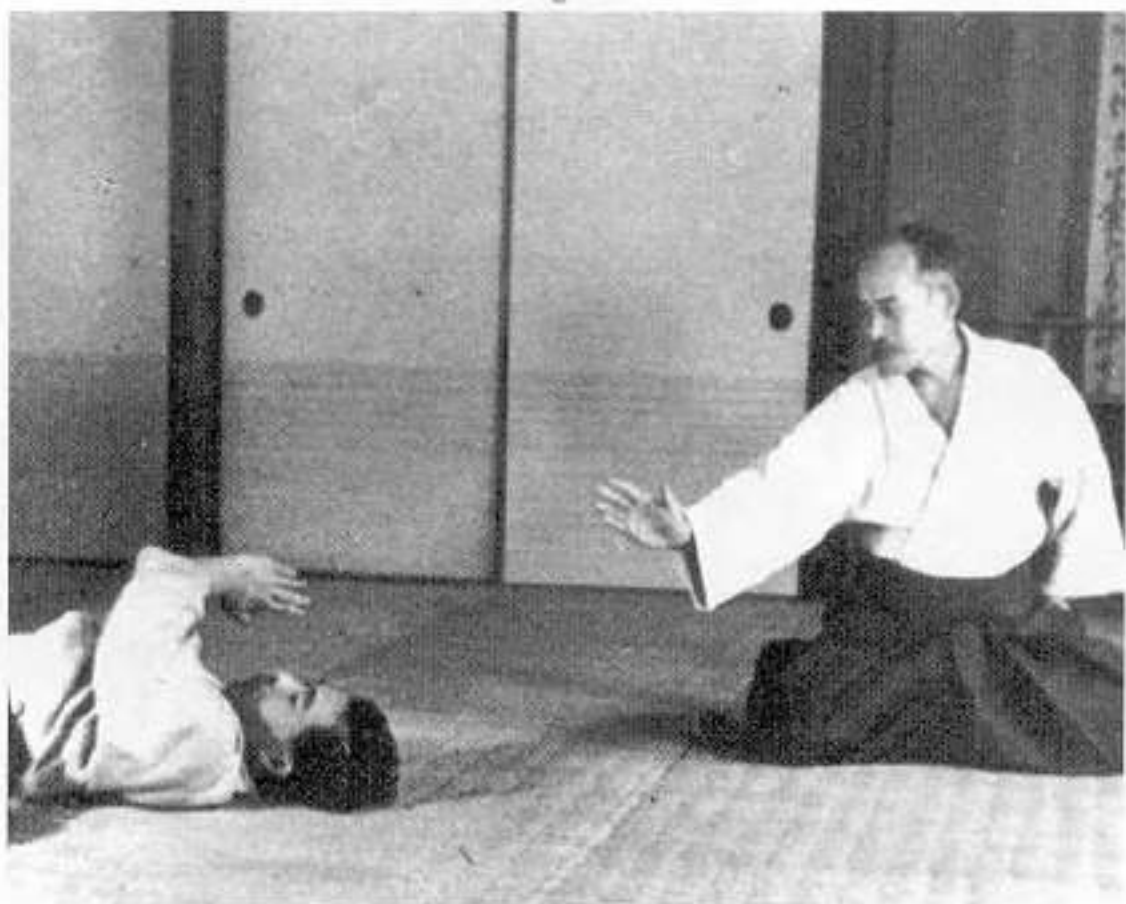
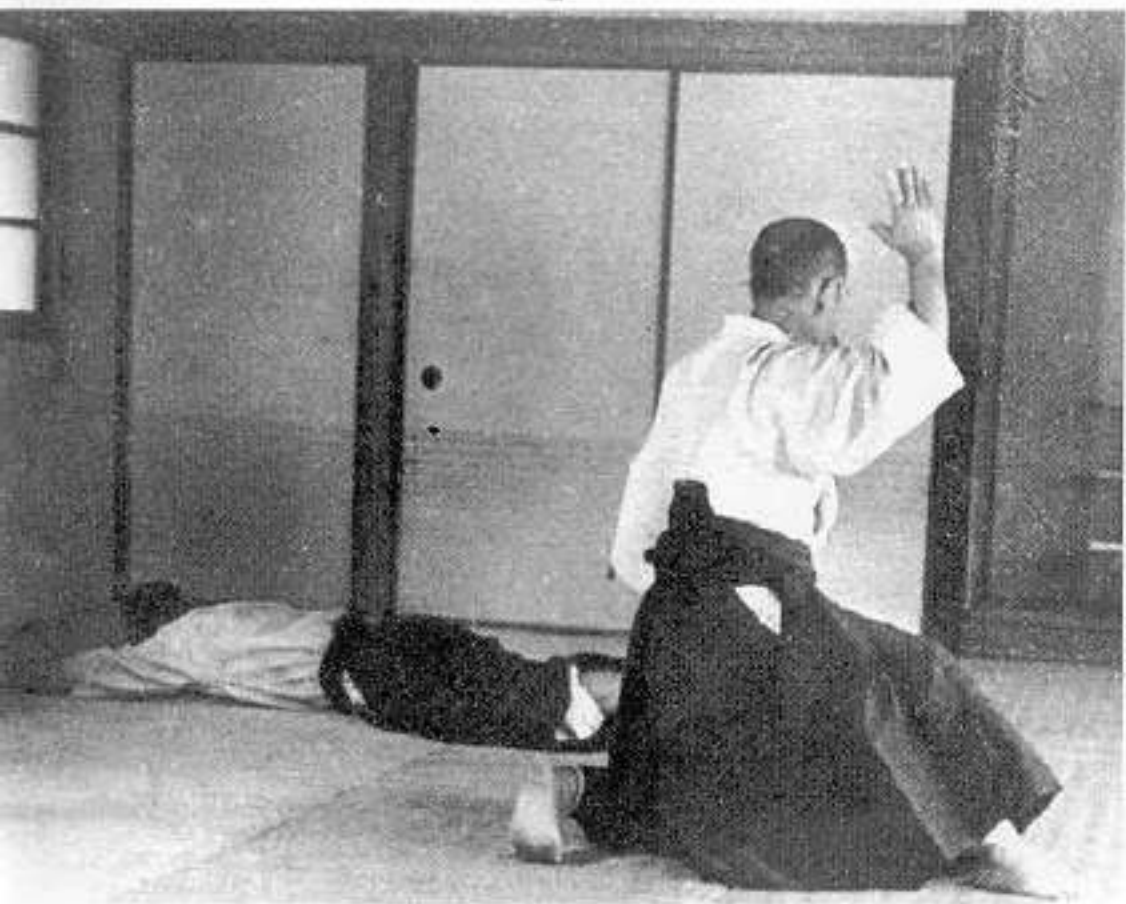
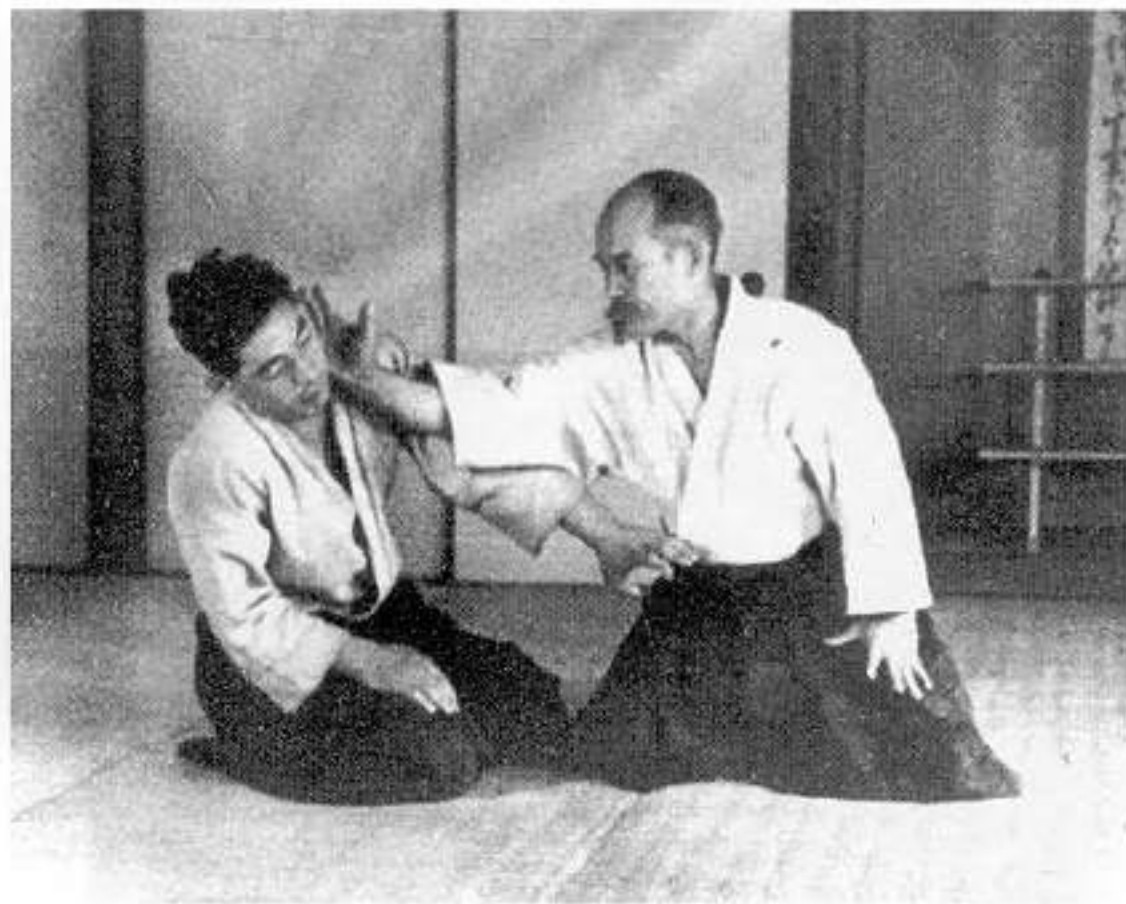
2 Tachi-waza (la posture initiale n'est pas montrée)



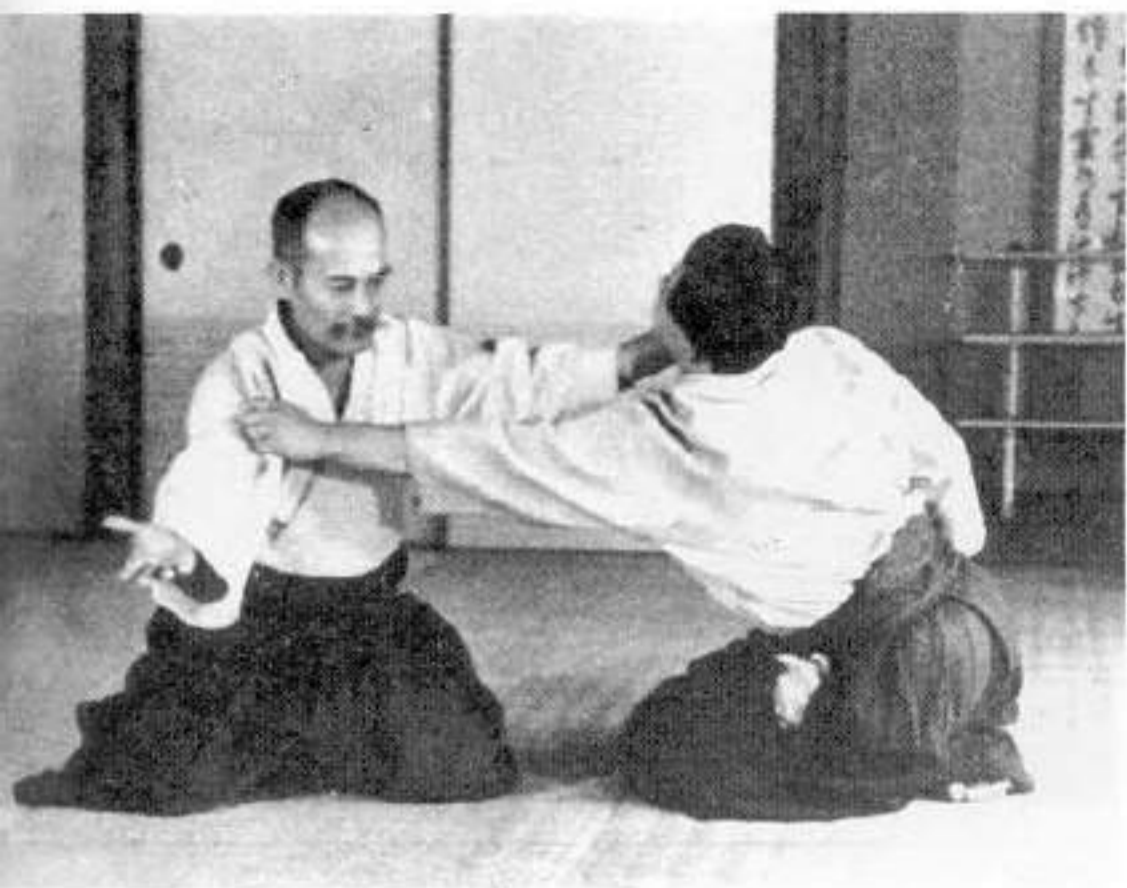
3



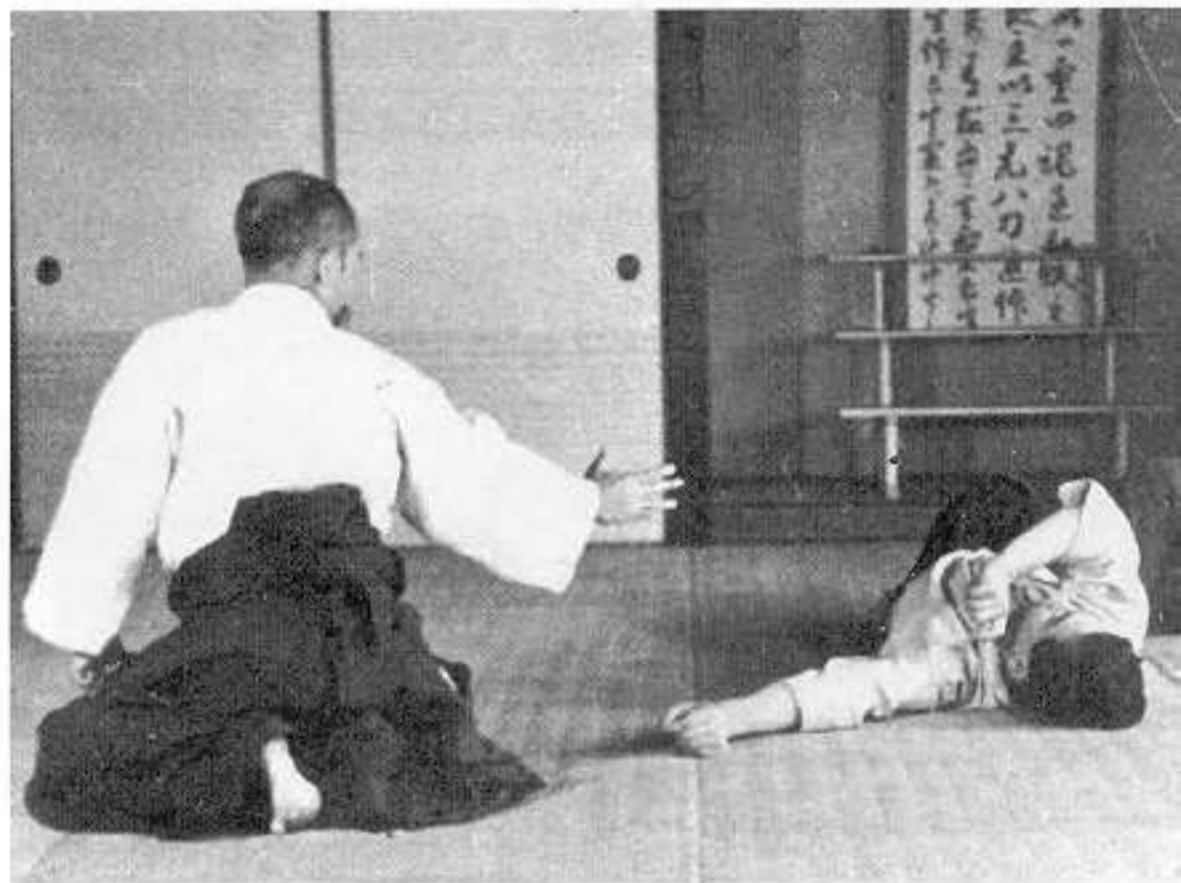
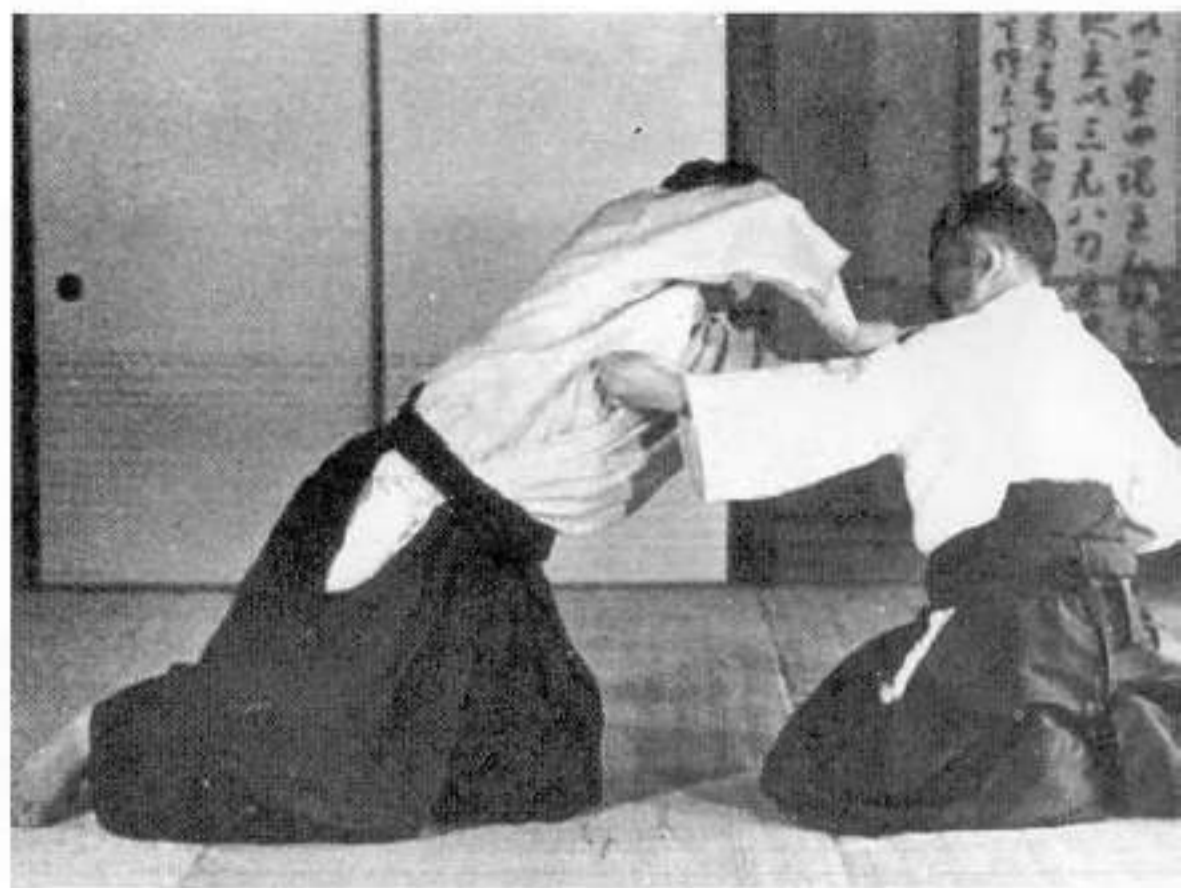
4



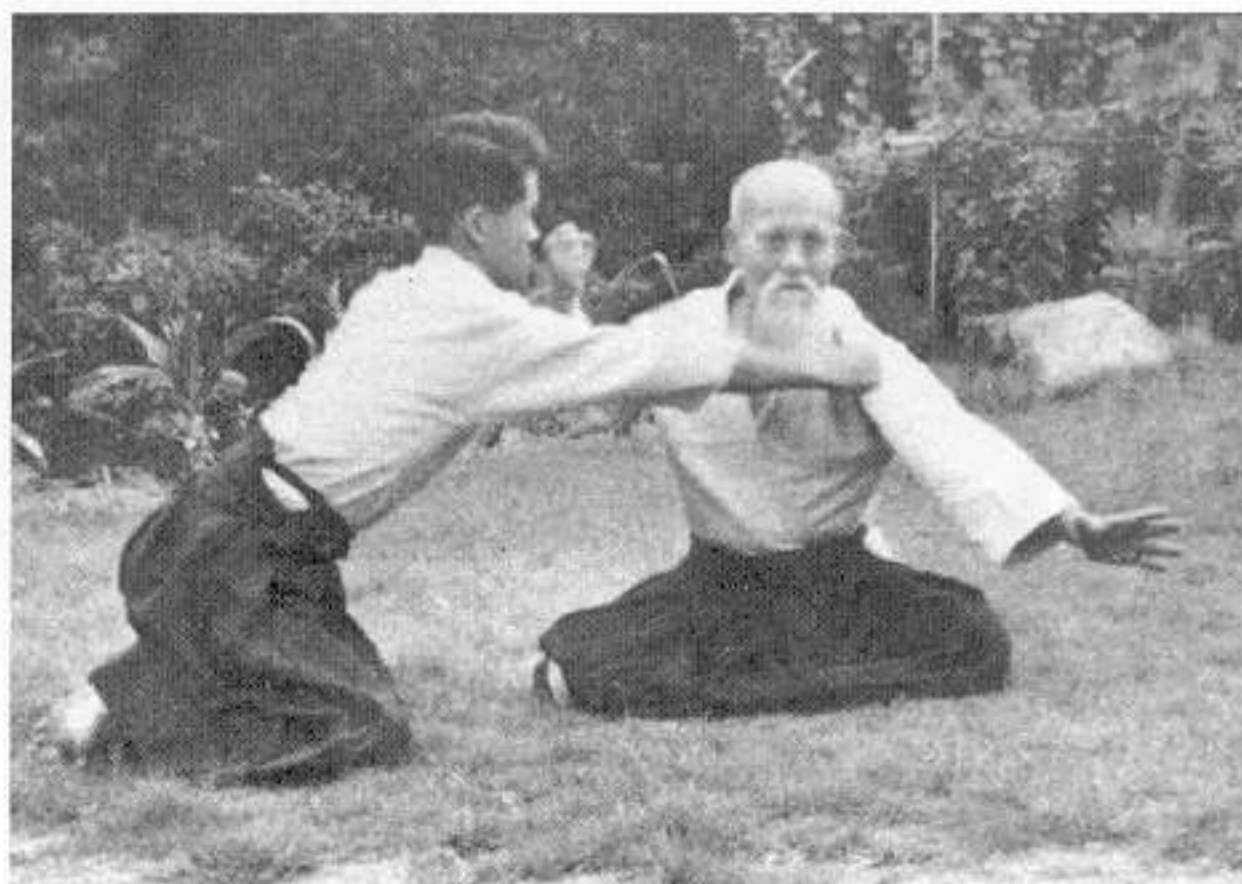
5 (vers l'avant)

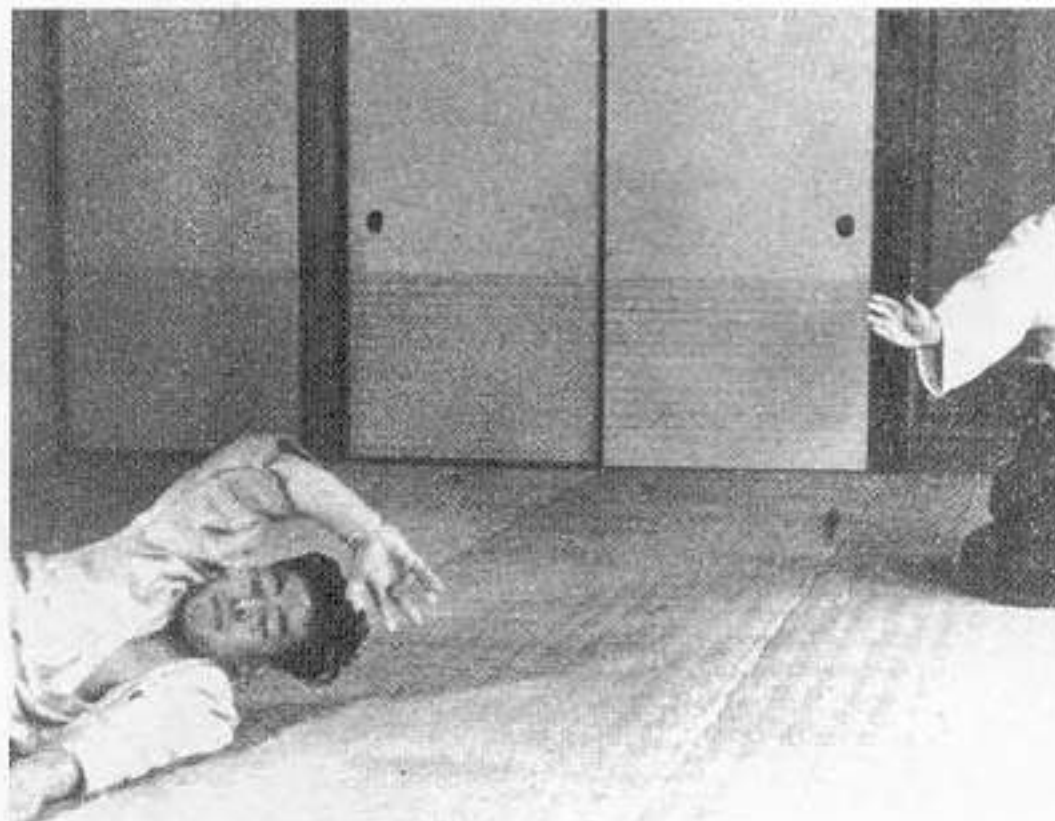
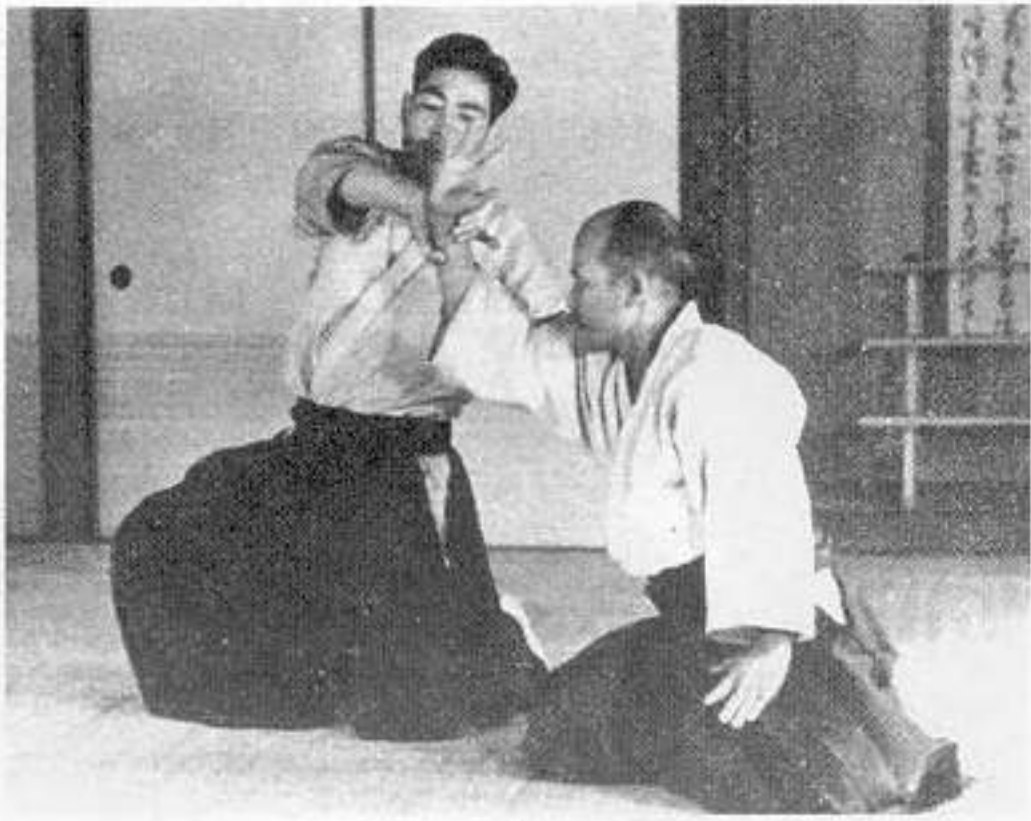


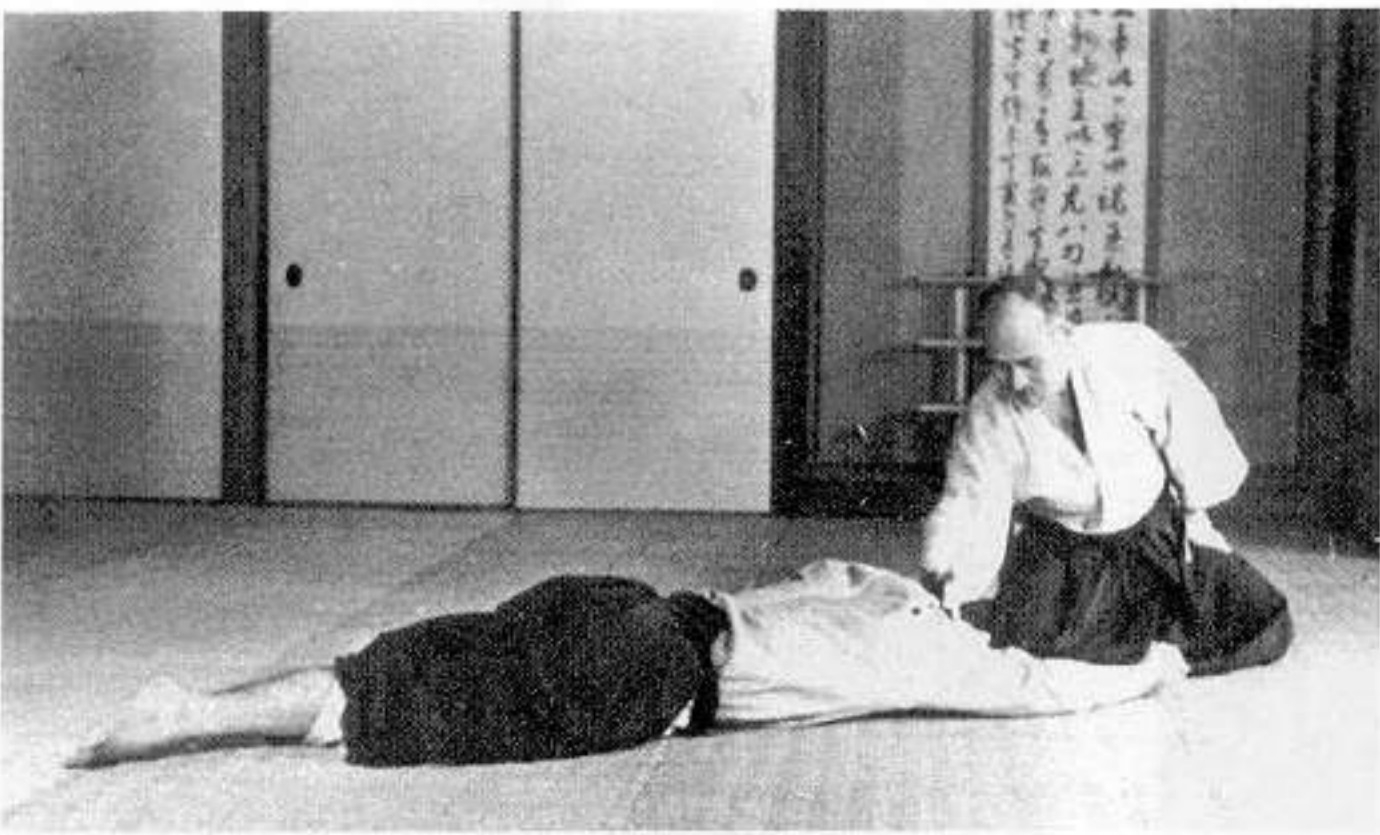
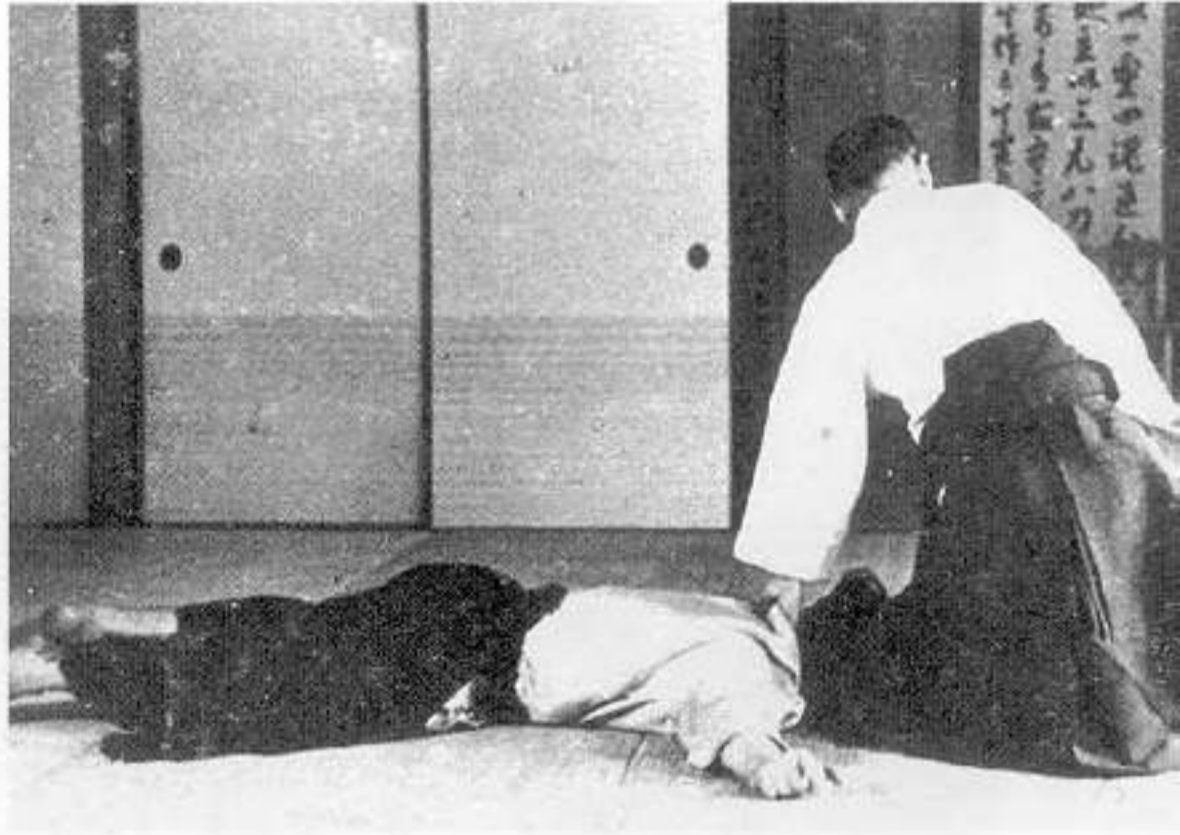
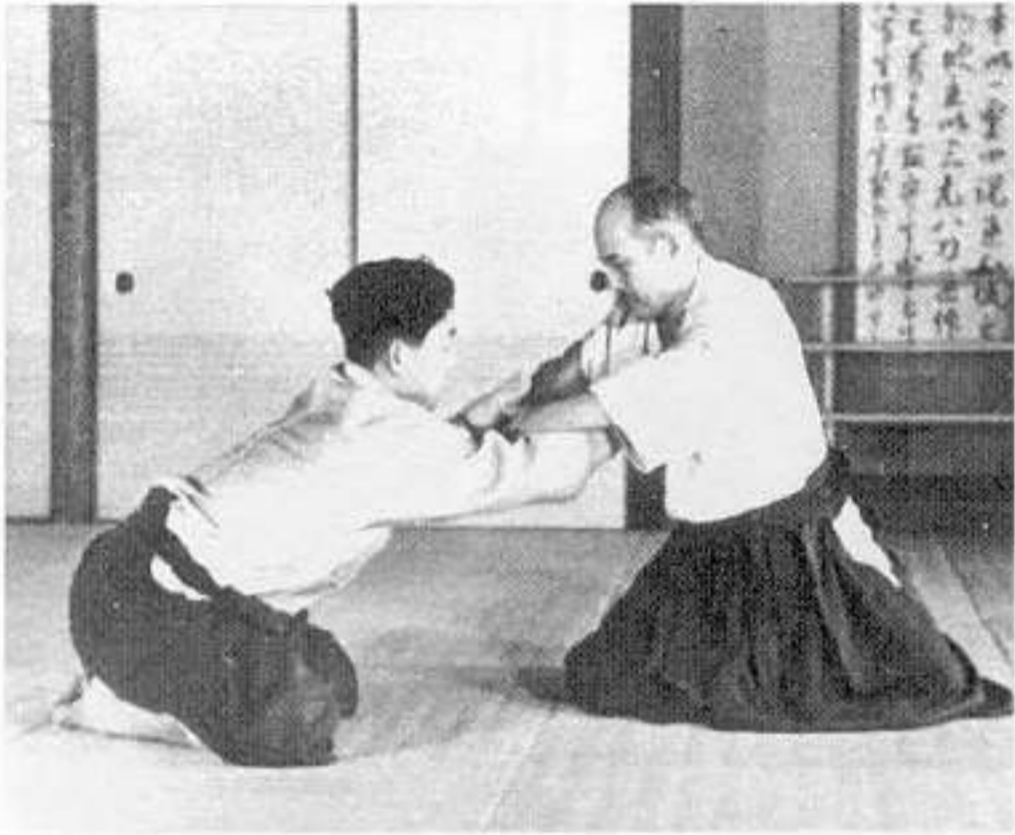
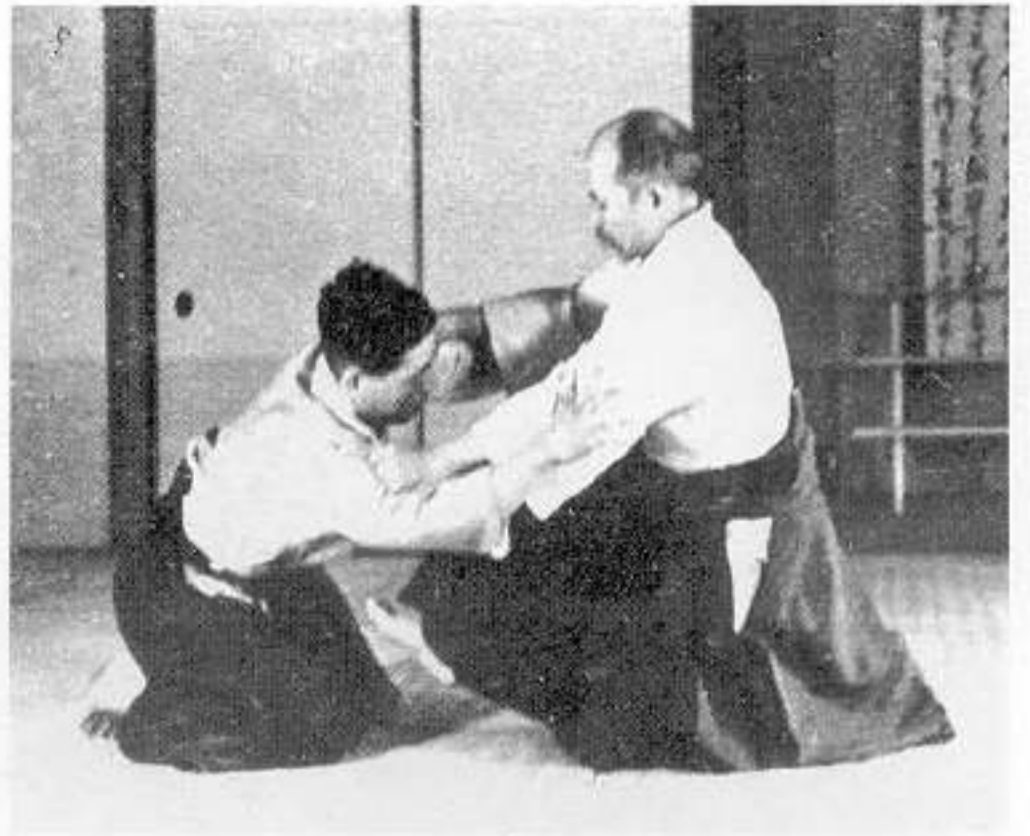
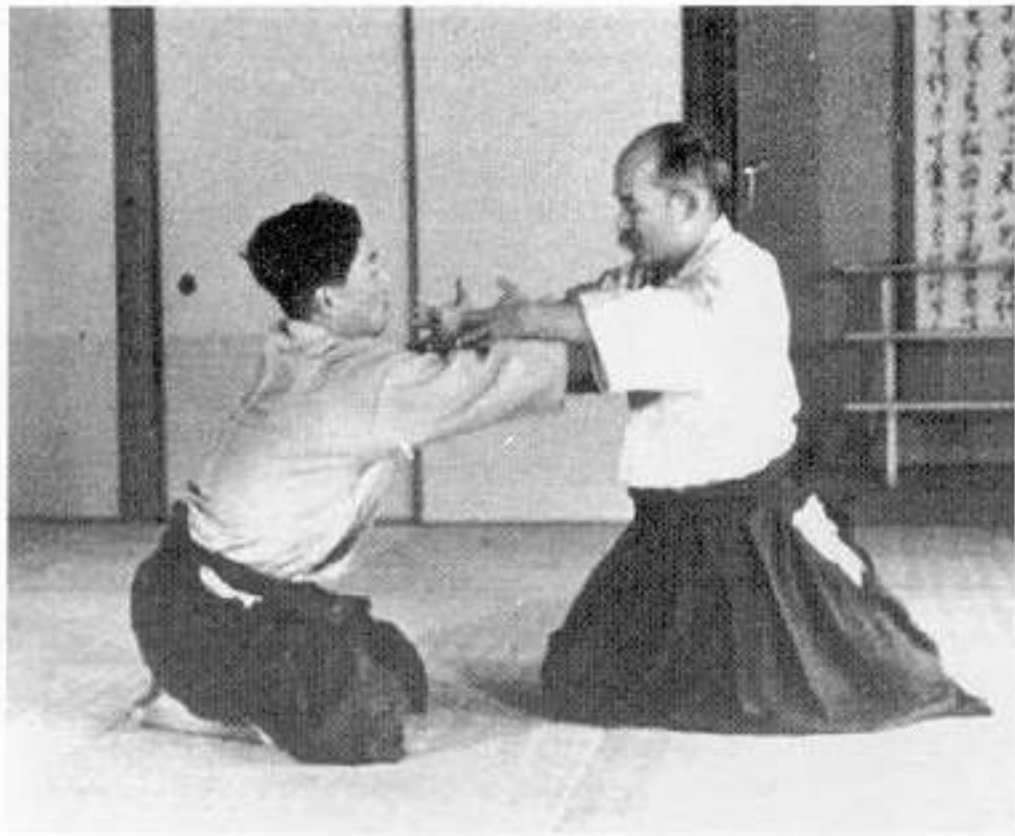
6 (vers l'arrière)



(Wakayama)







10



11



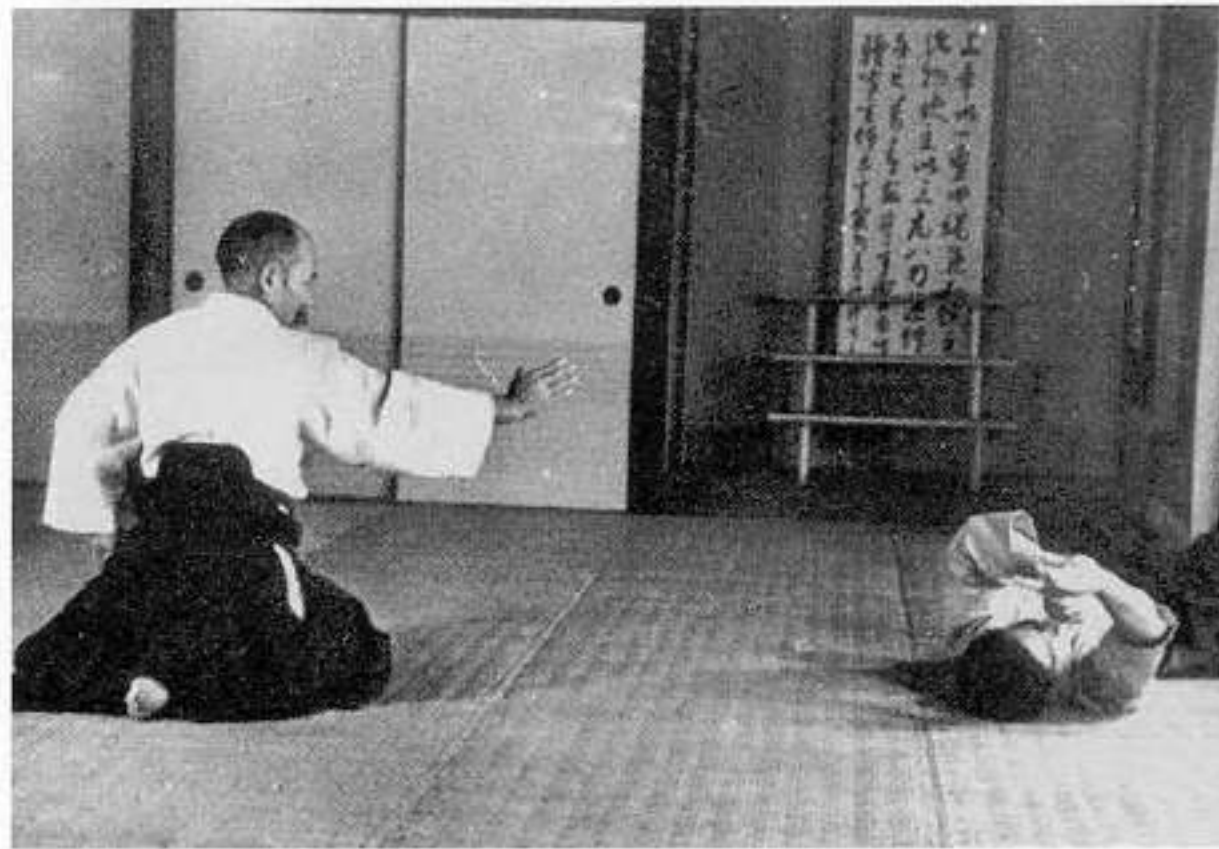
(saisie inversée)



12



13



1



2 (*sode-dori*)



(*ryote-dori*)



Shomen-uchi (ou yokomen-uchi) kokyu-nage

1 (suwari)



2 (tachi)



1

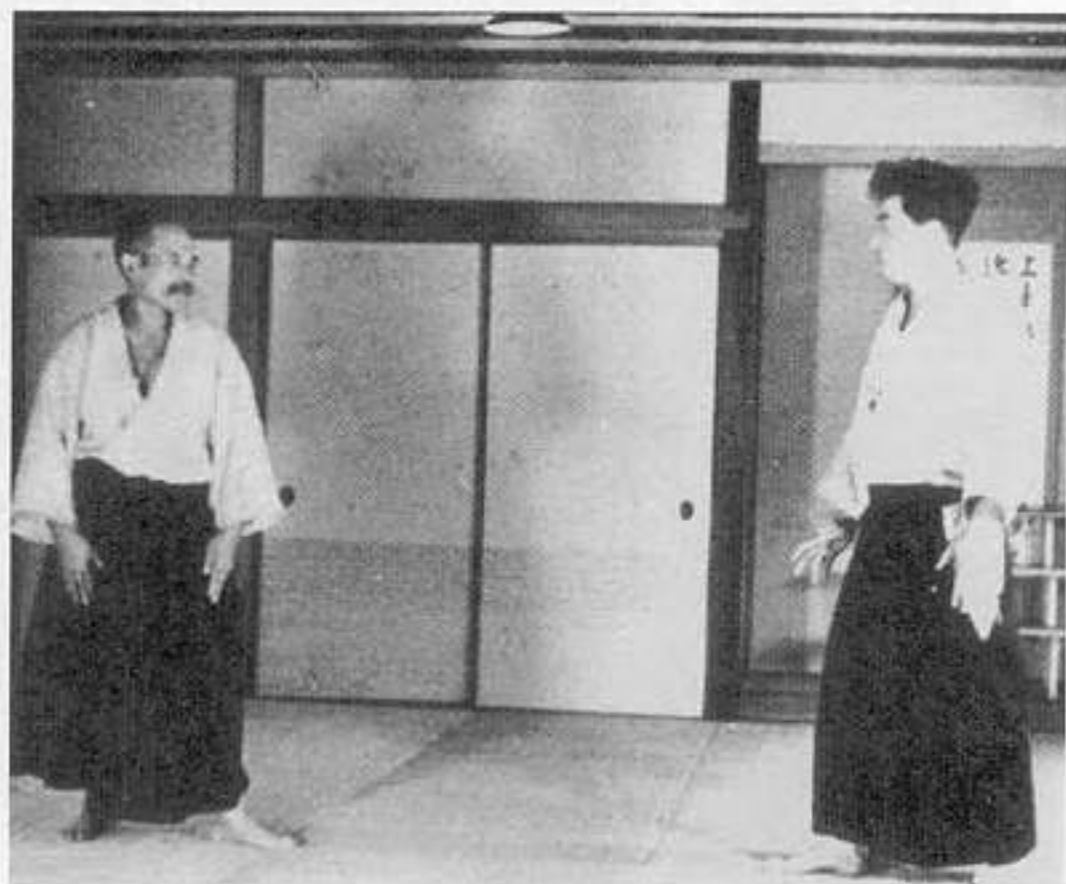


2



Ikkyo osae

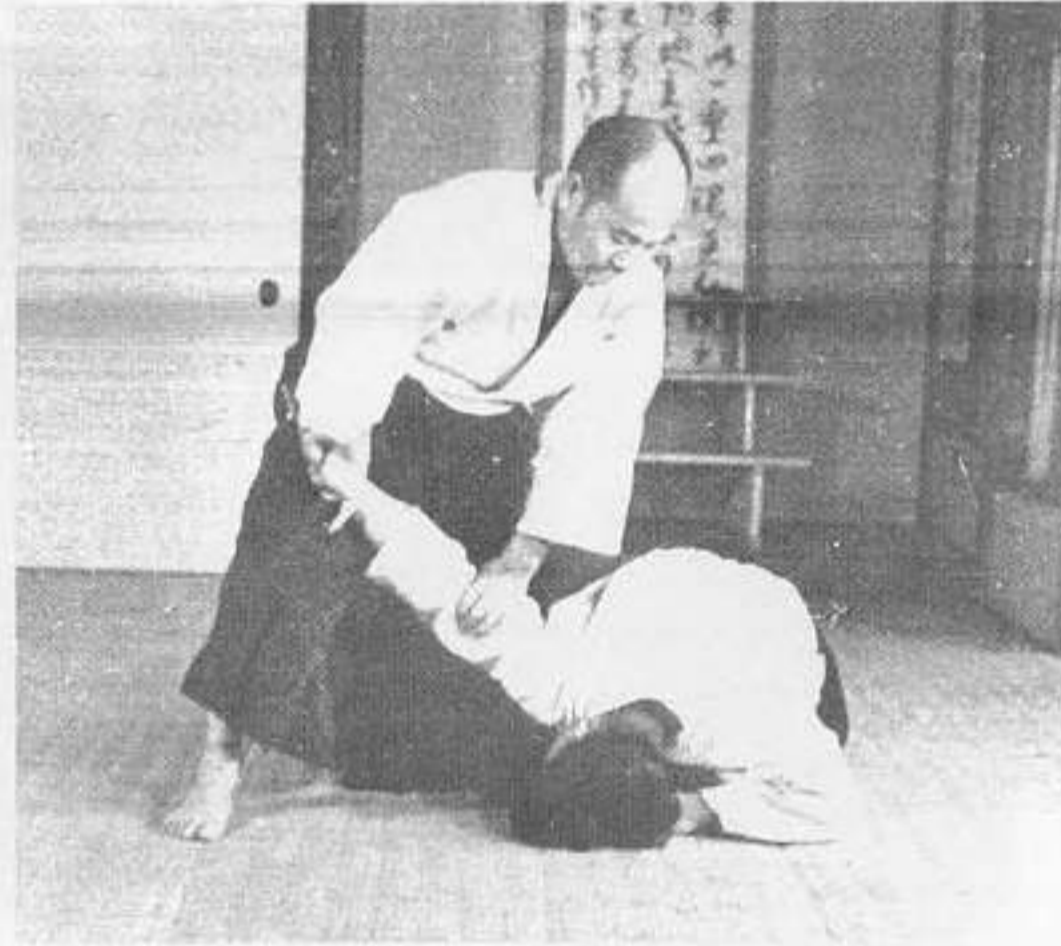
Technique fondamentale de tachi-waza



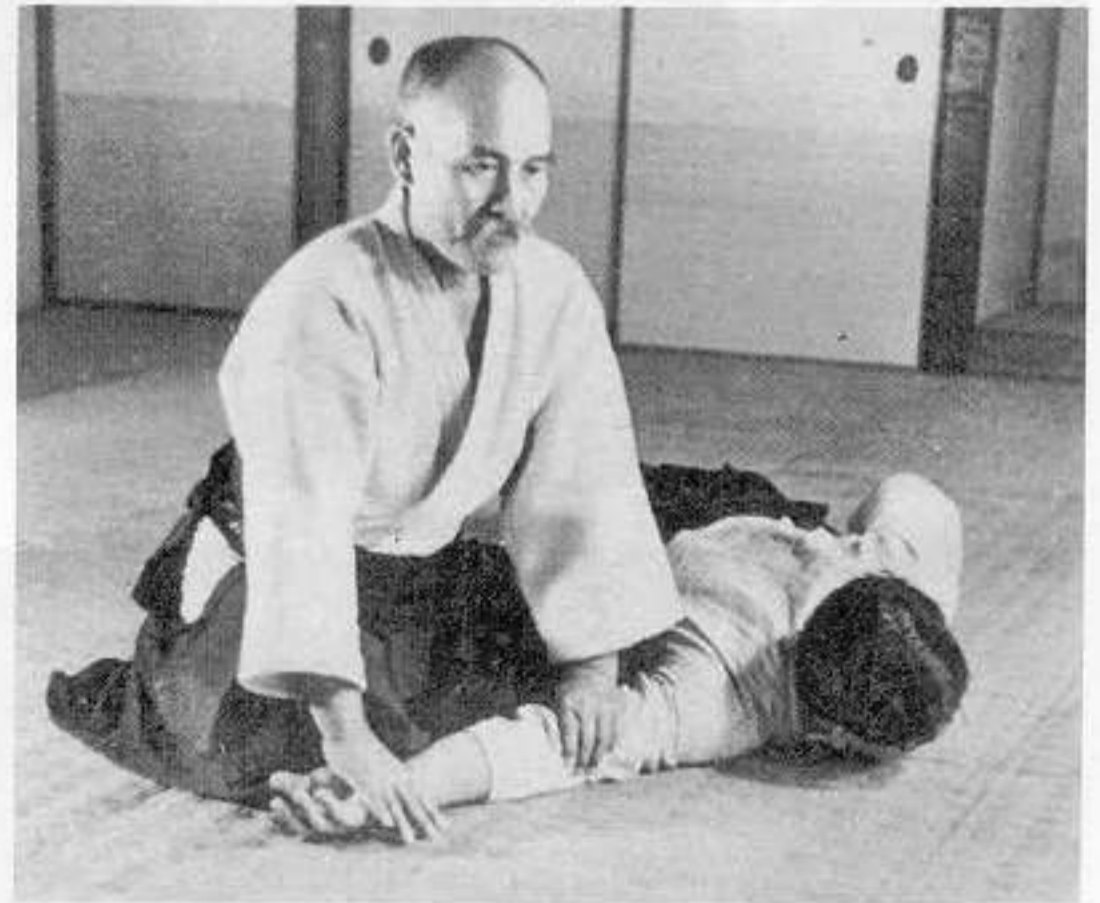
(vue de dos)

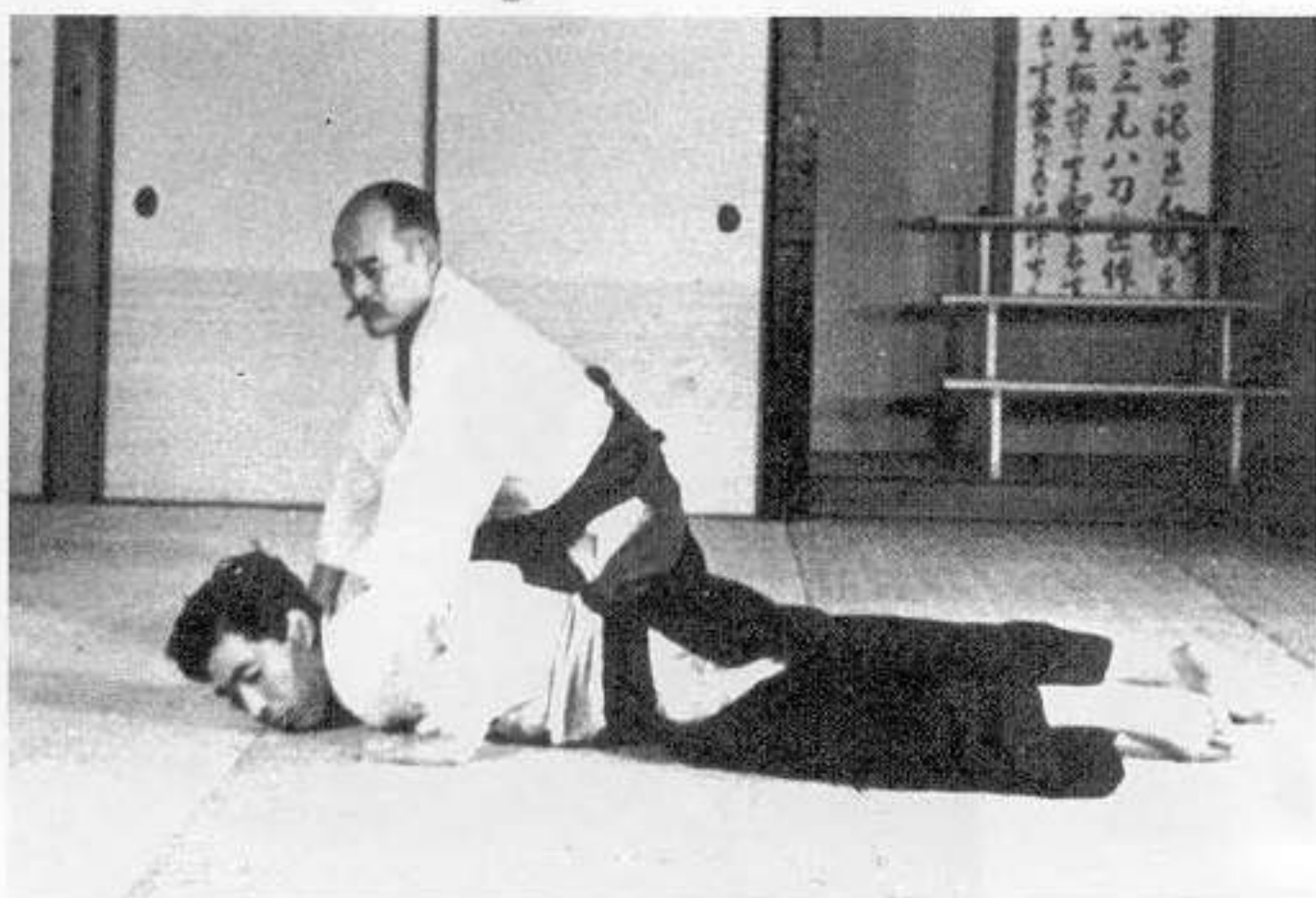
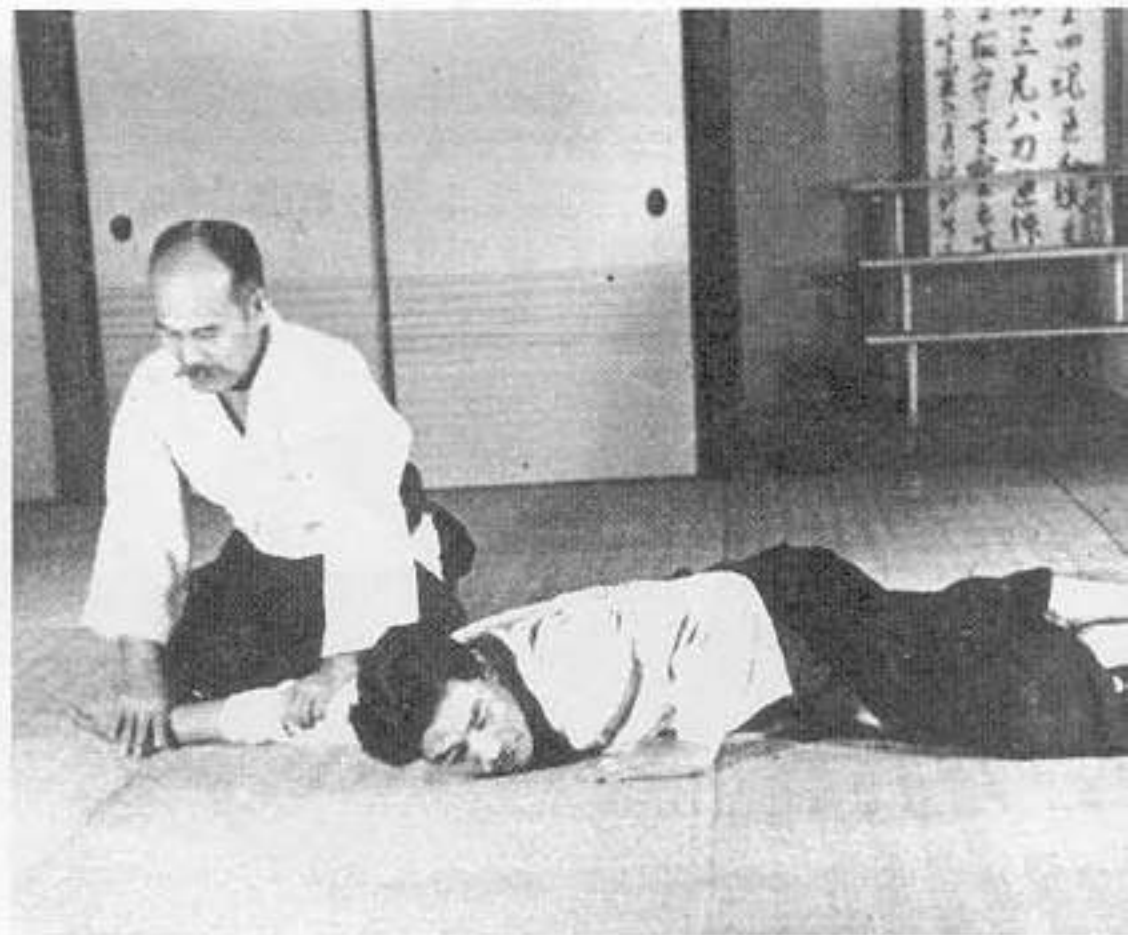
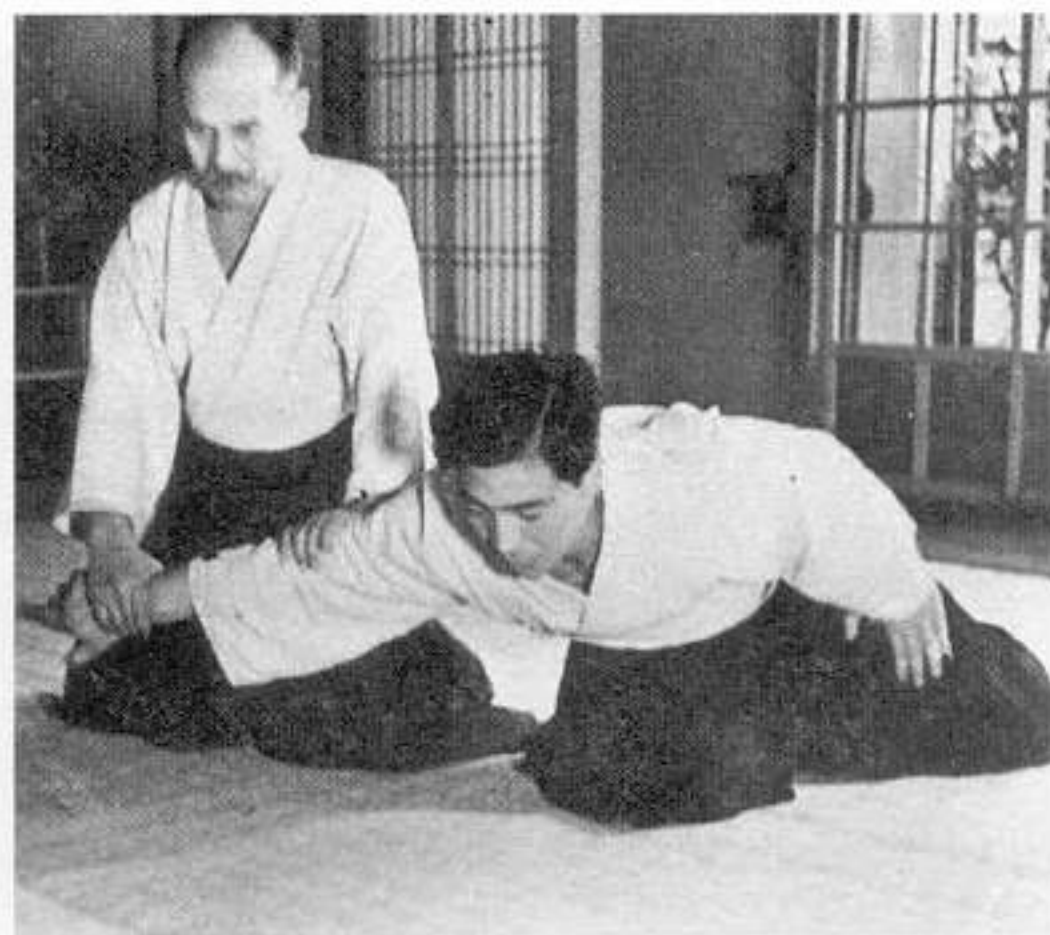


Variante (entrée par le côté)



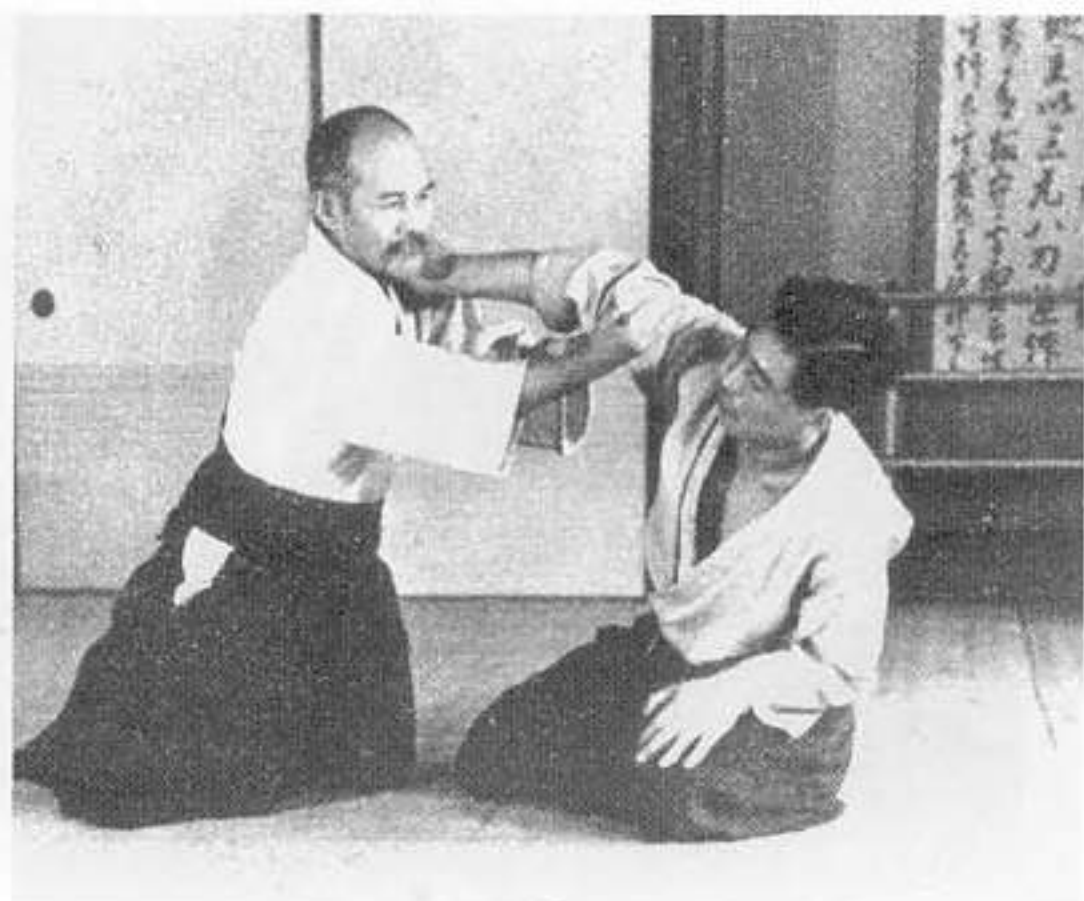
Technique fondamentale de suwari-waza



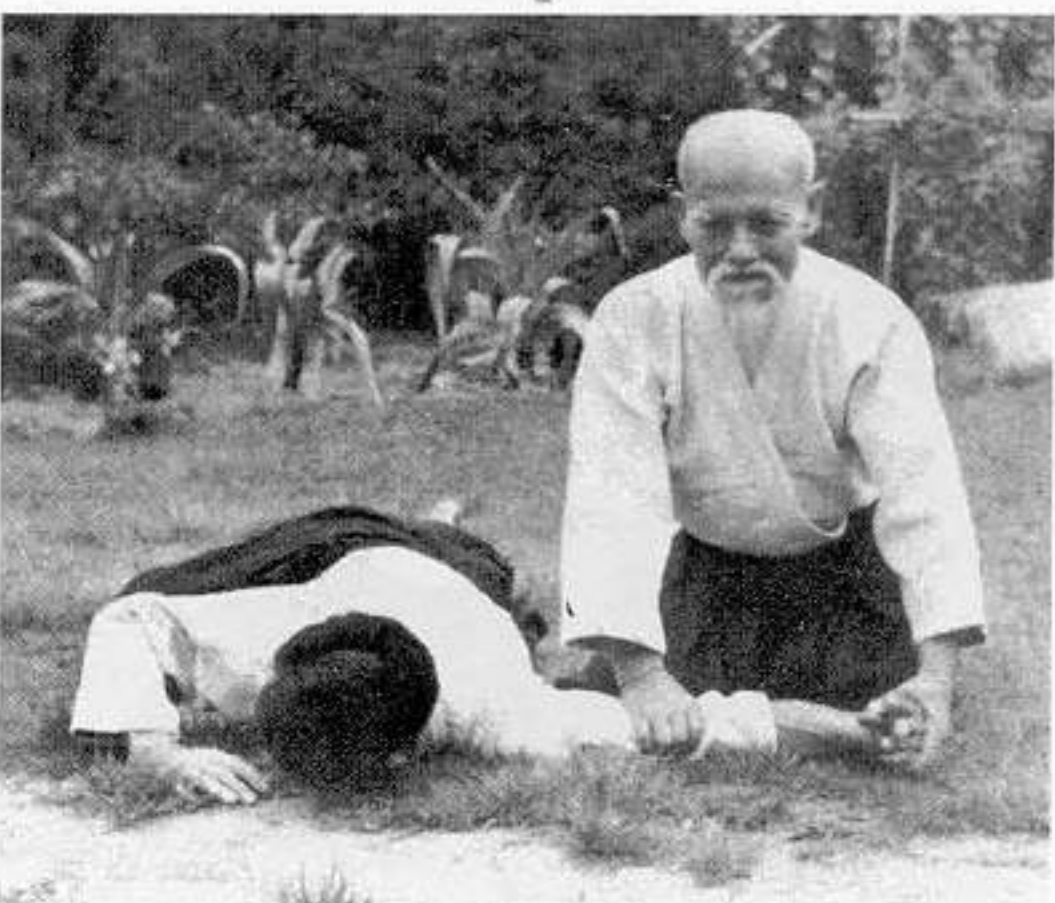
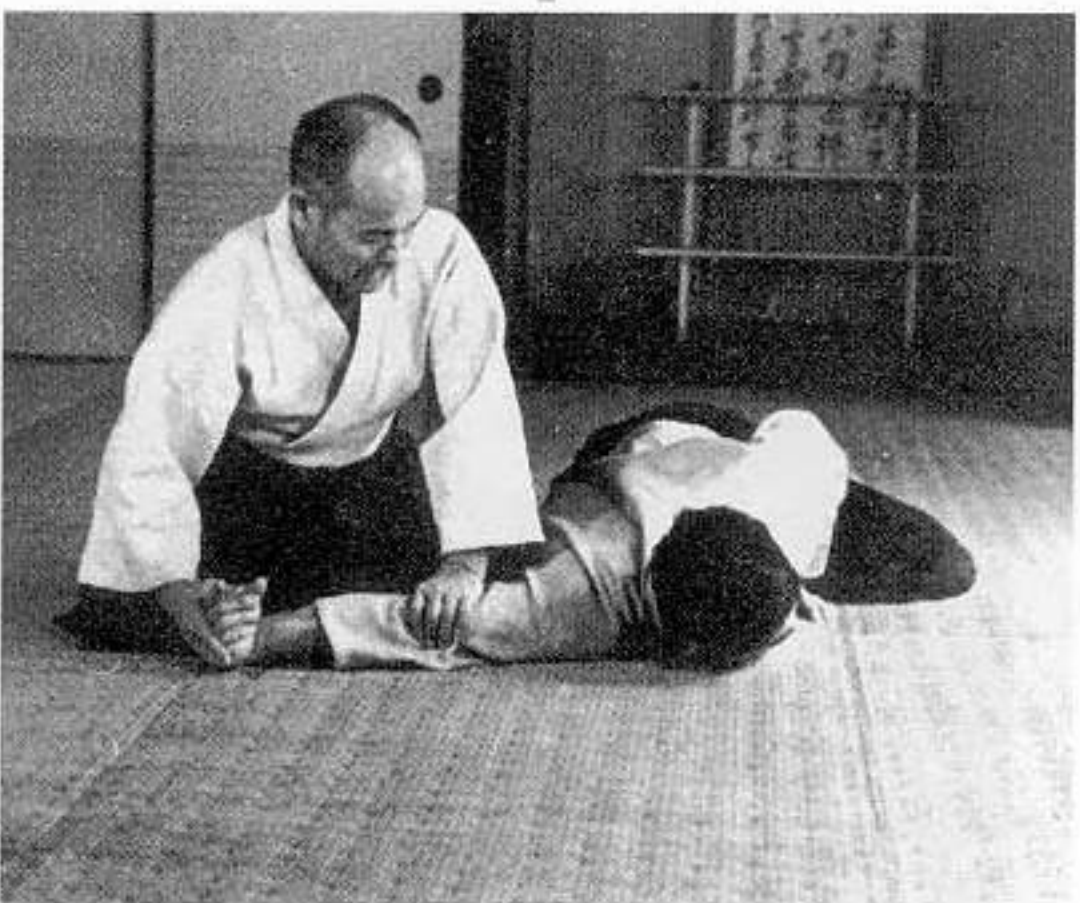
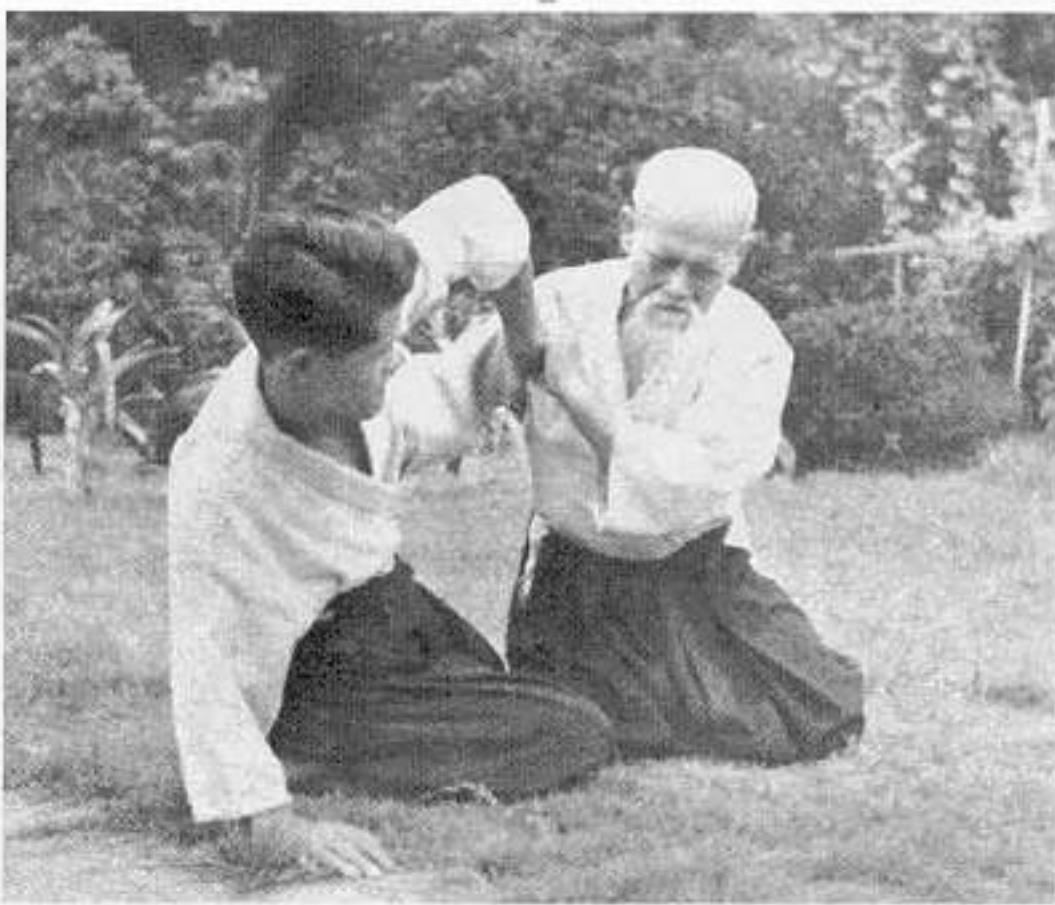
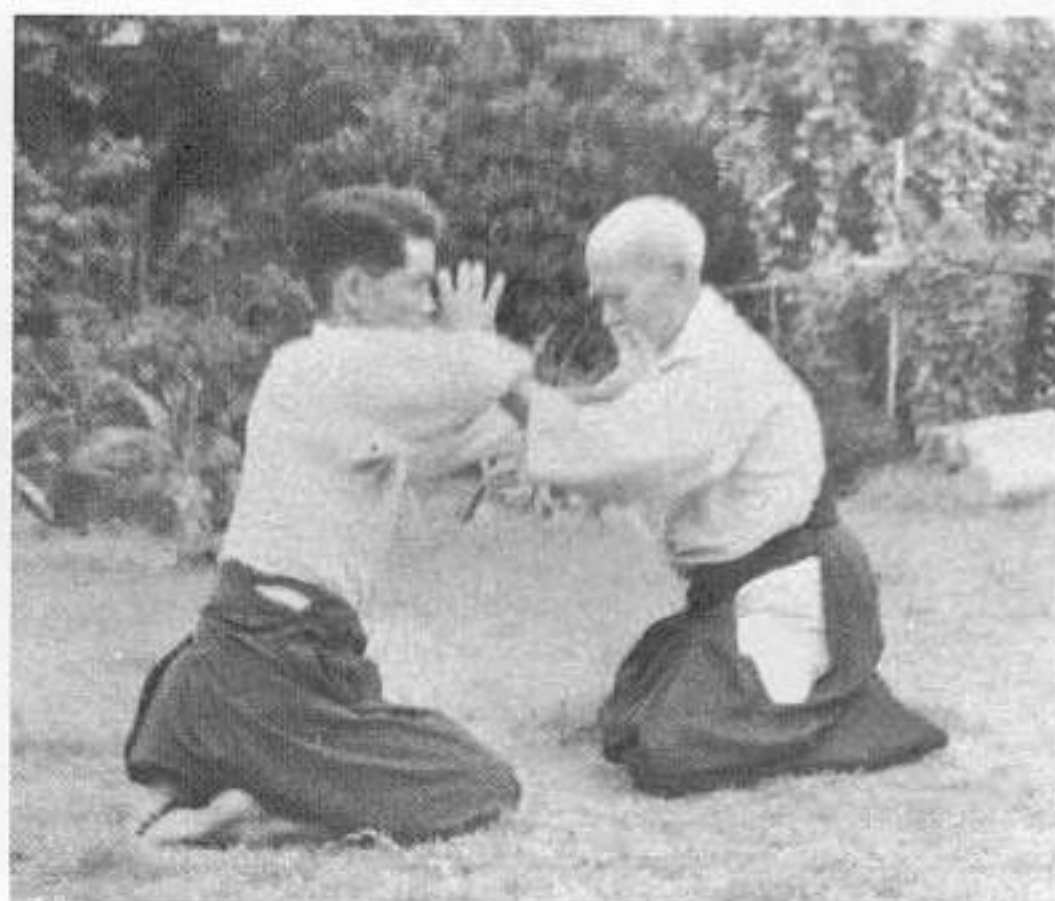


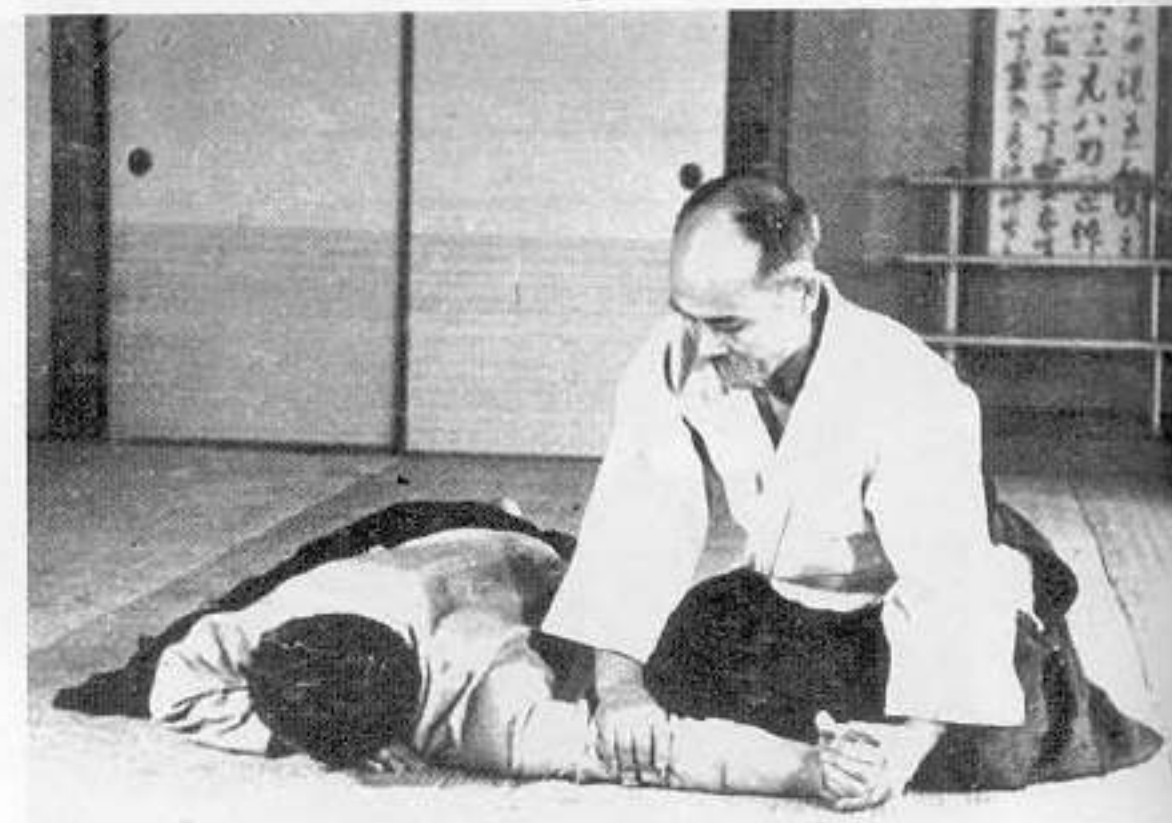
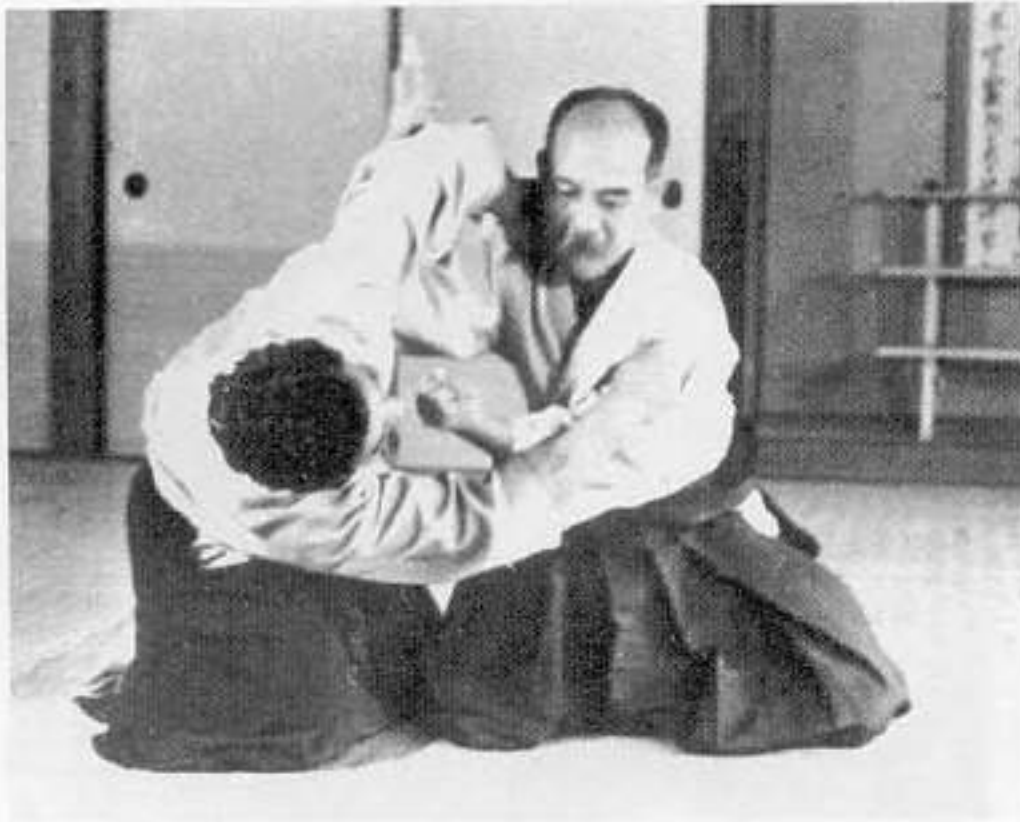
Suwari-waza

Kata-dori ikkyo

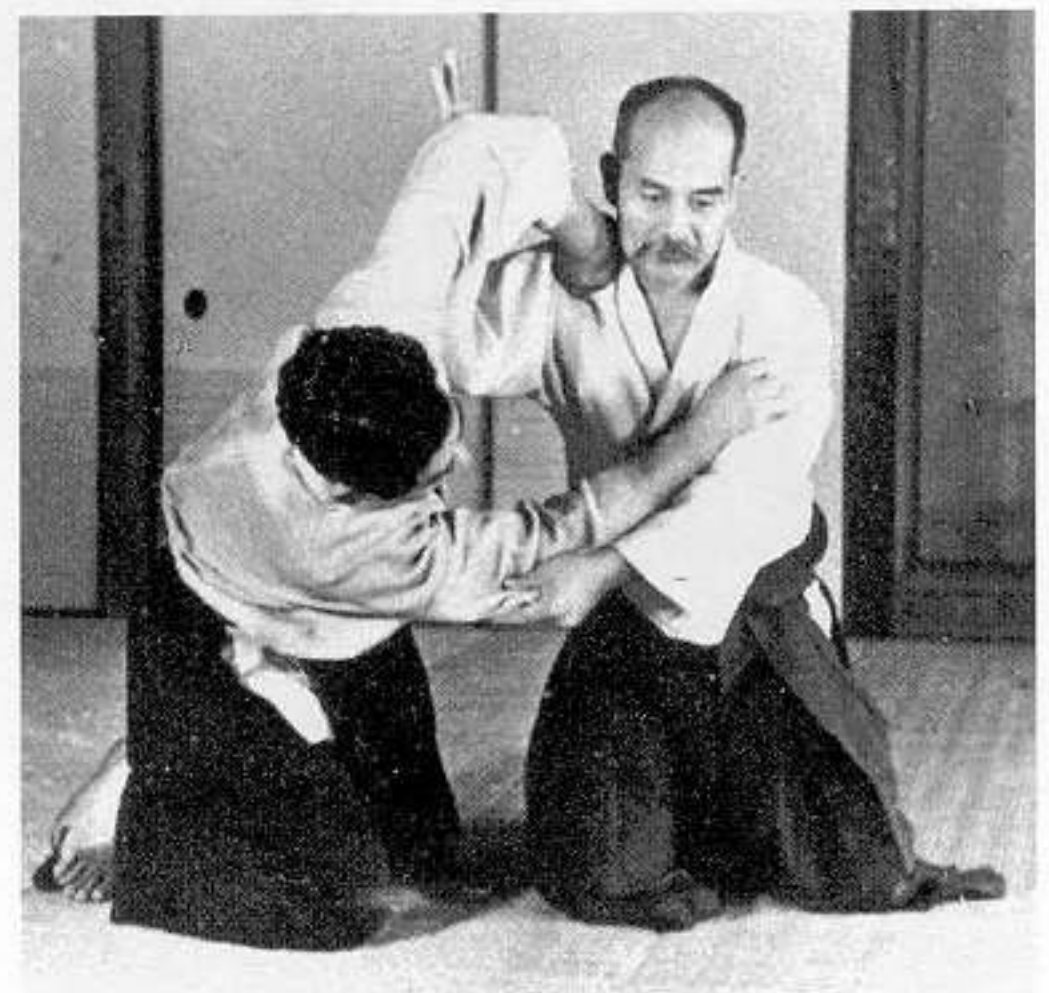


(Wakayama)





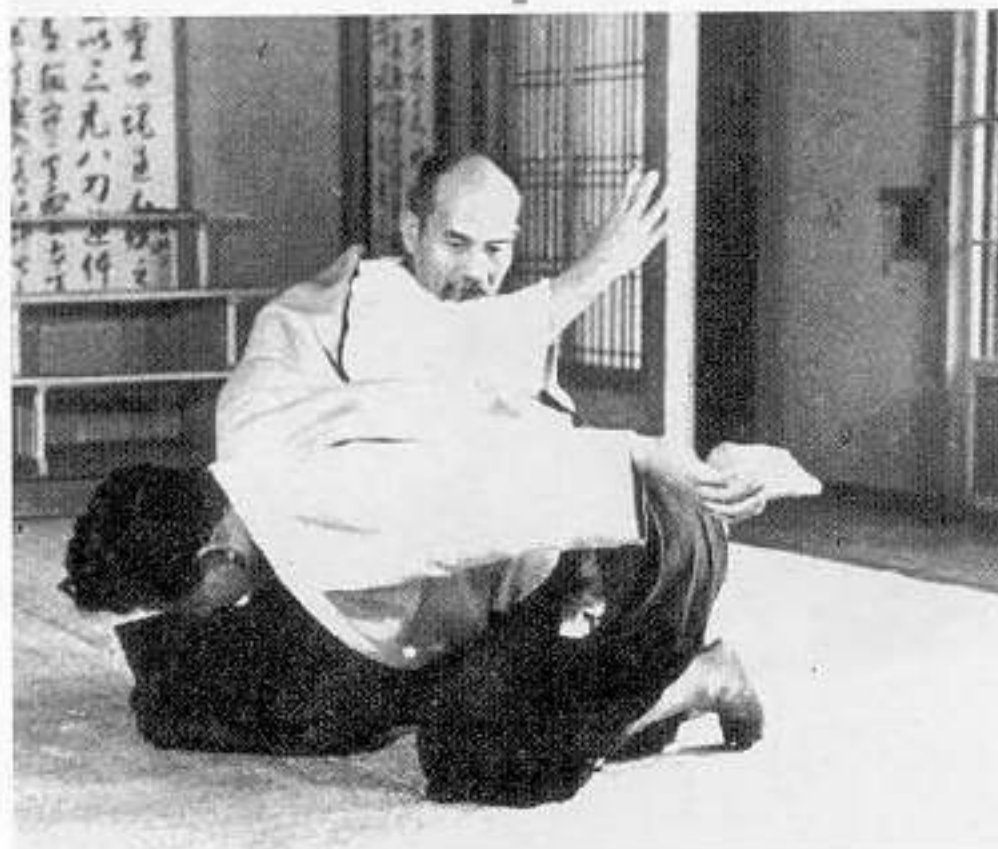
(Ikkyo-nage)

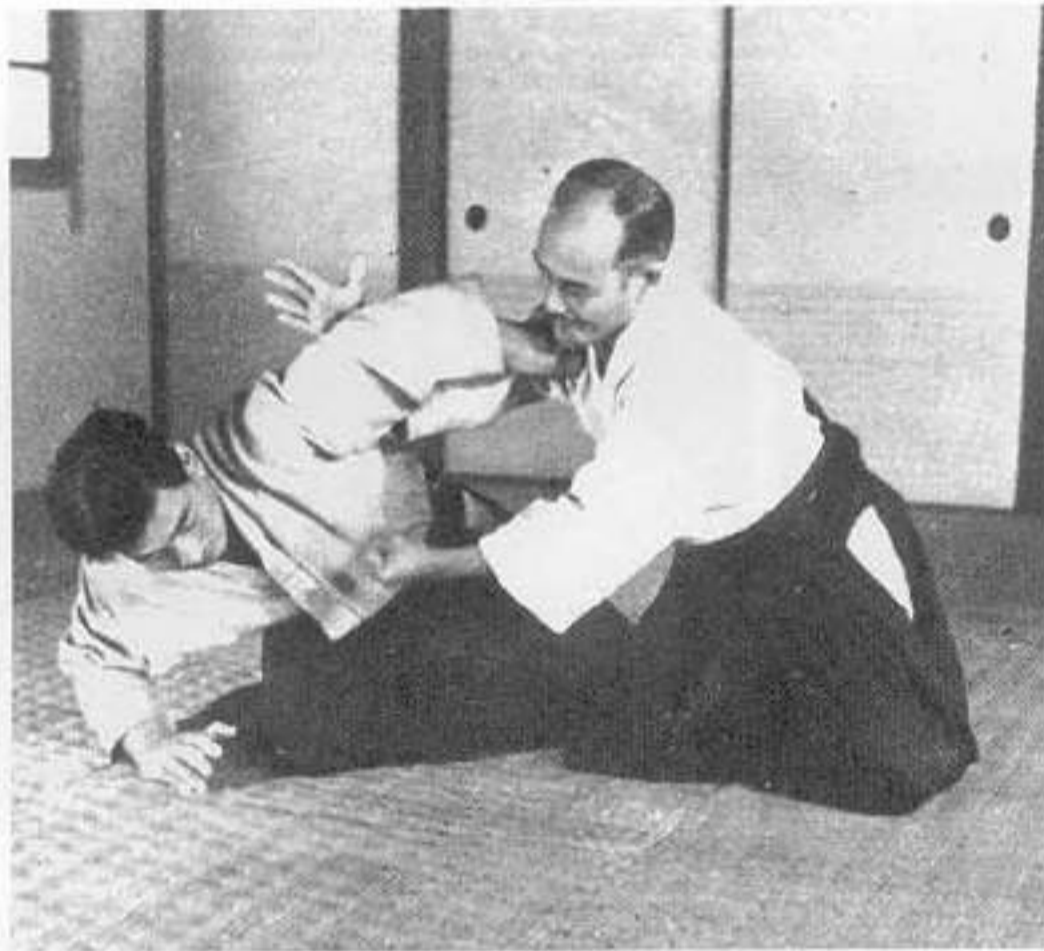


1



Variante d'immobilisation

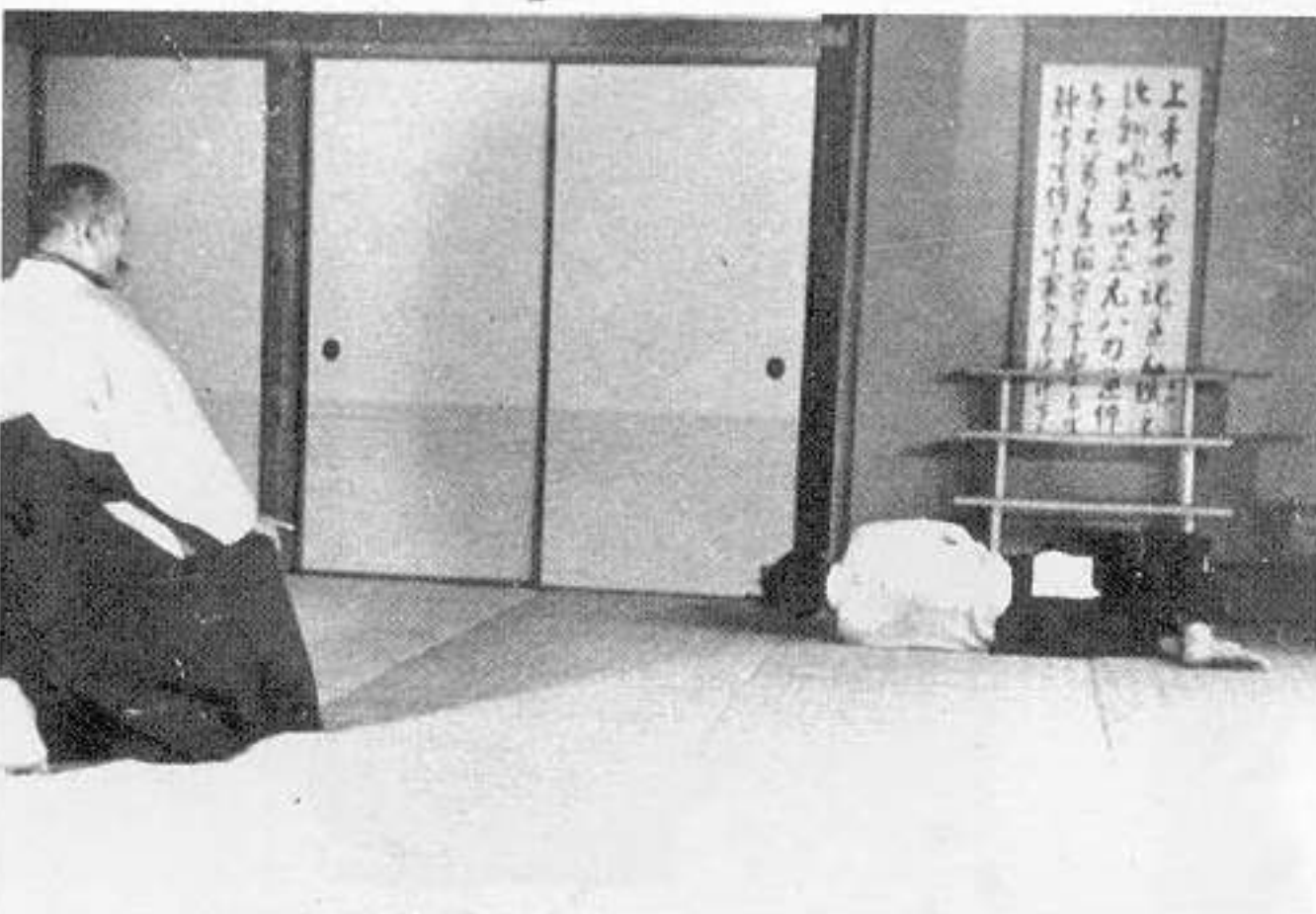
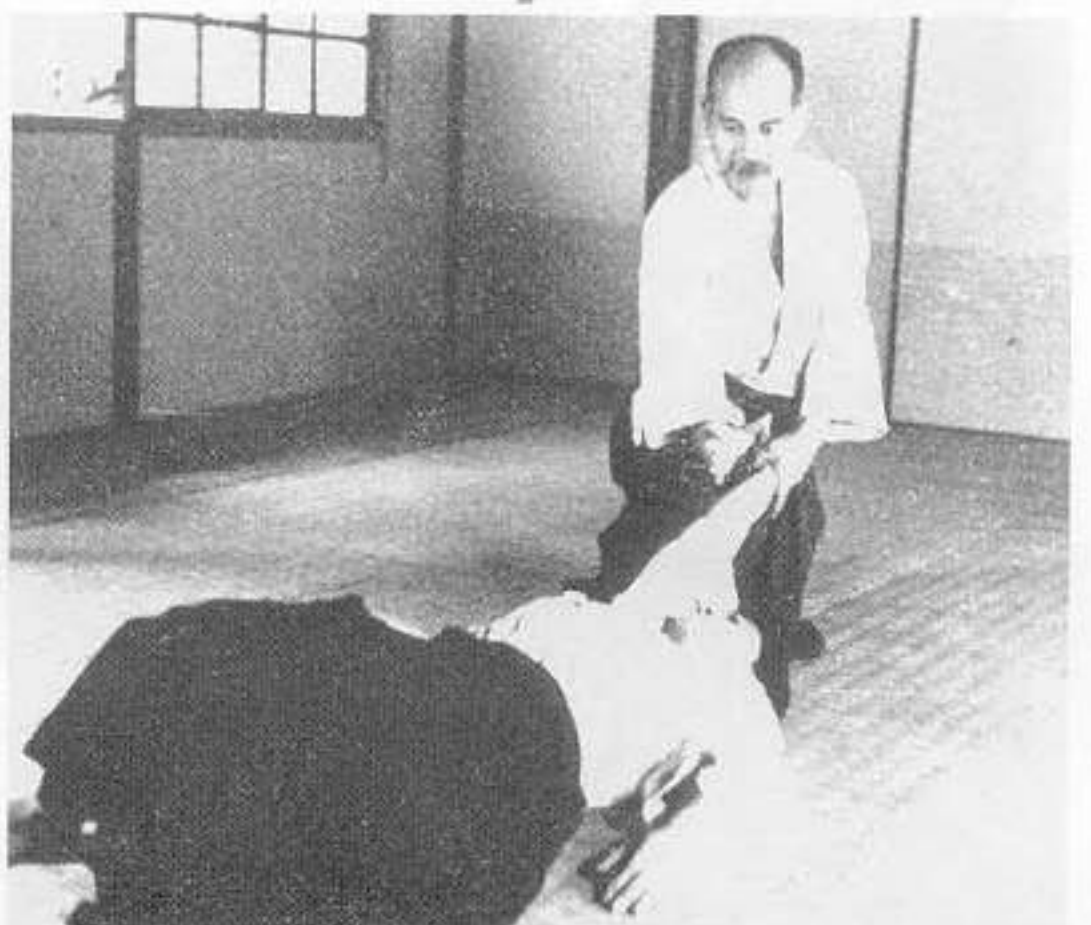
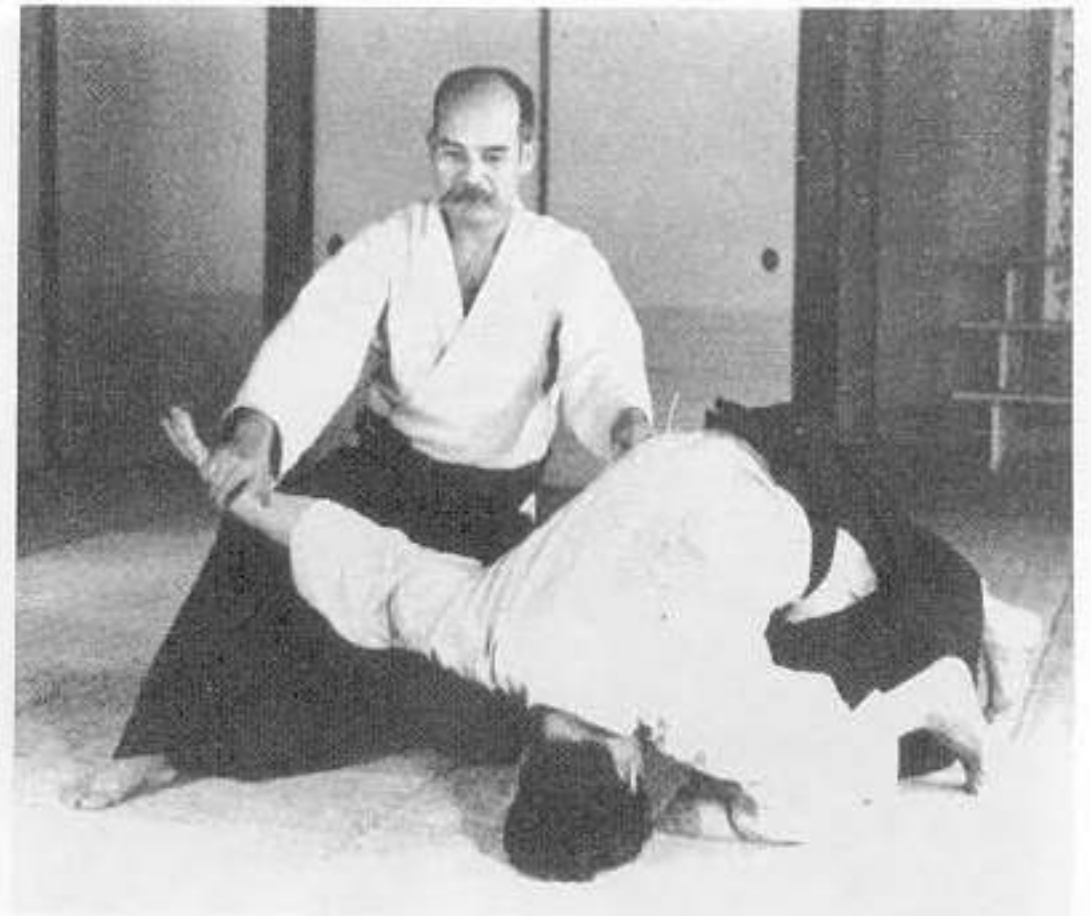


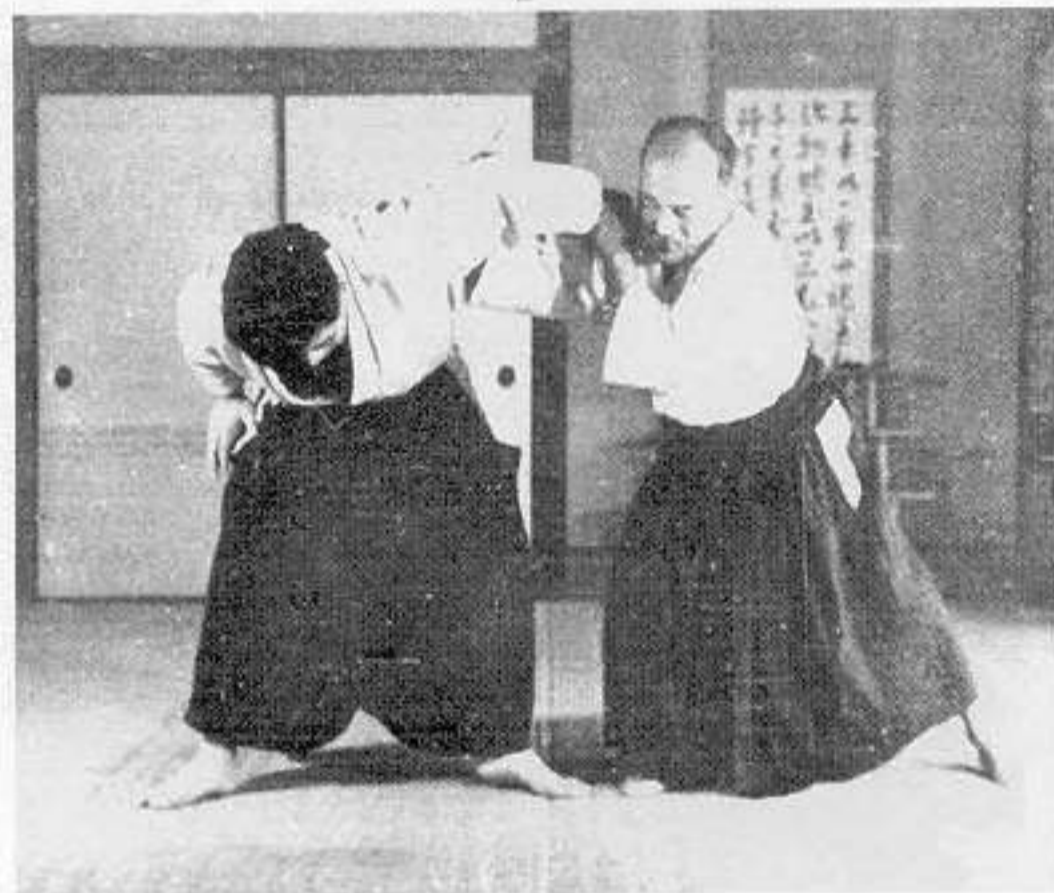
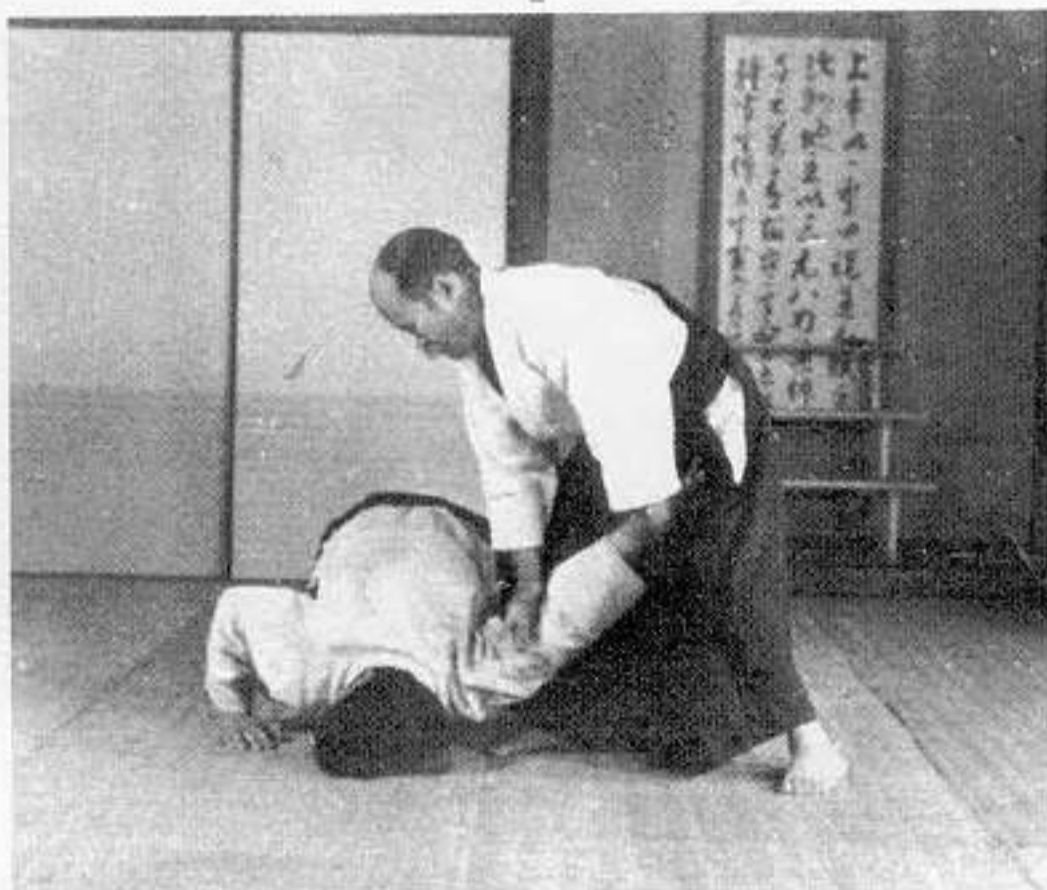


1



2

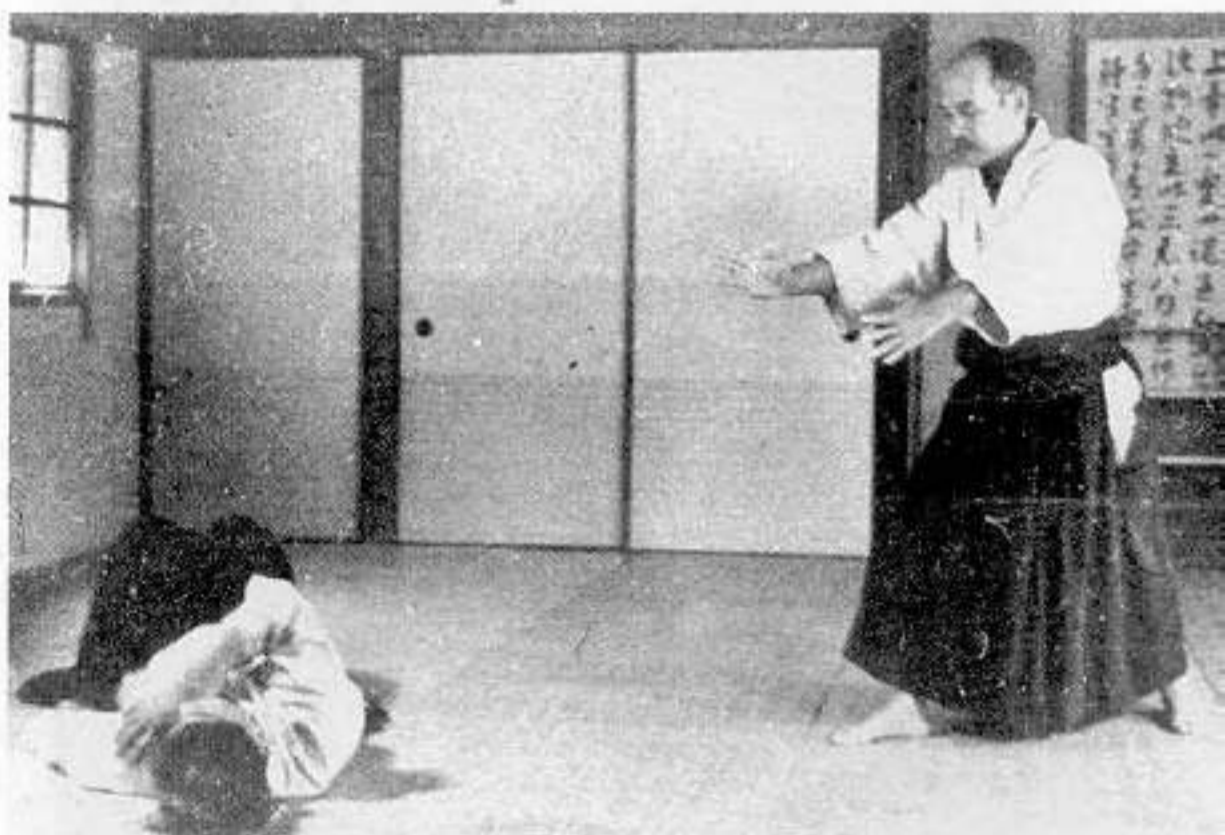


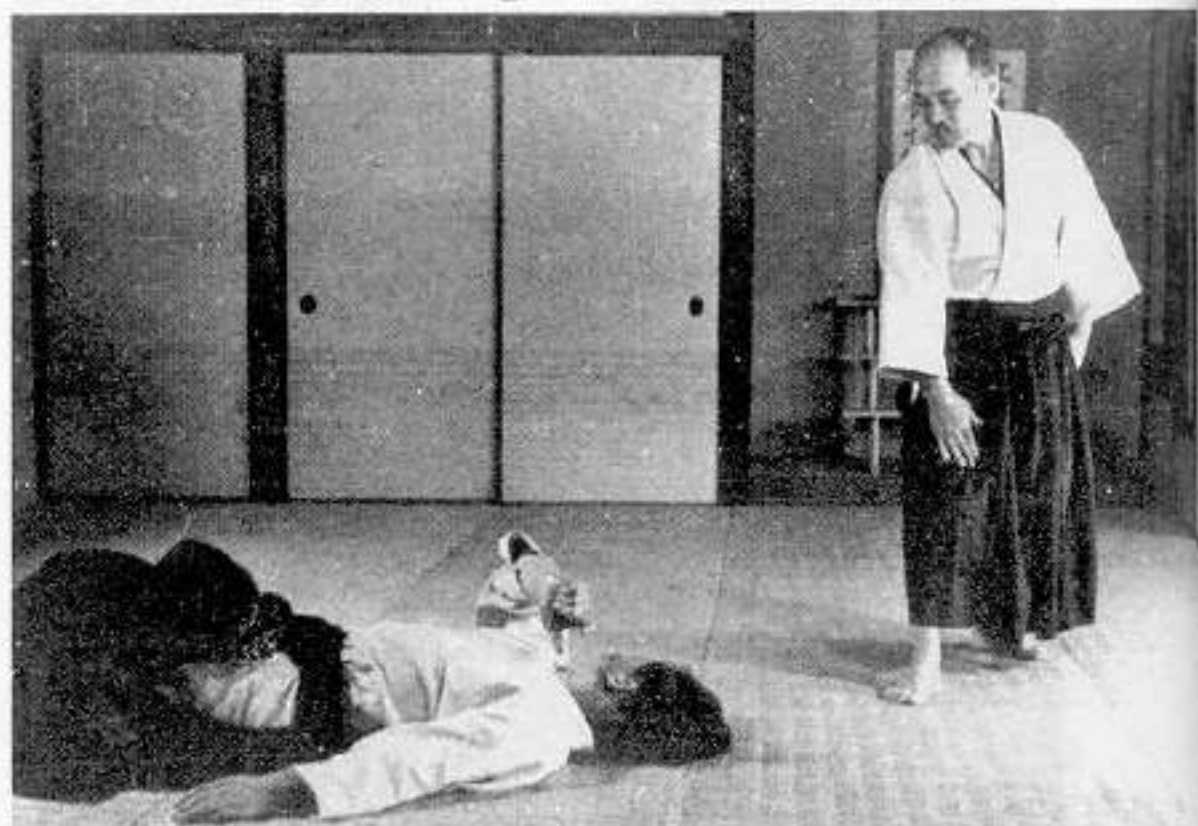


Variante (entrée par le côté)



1

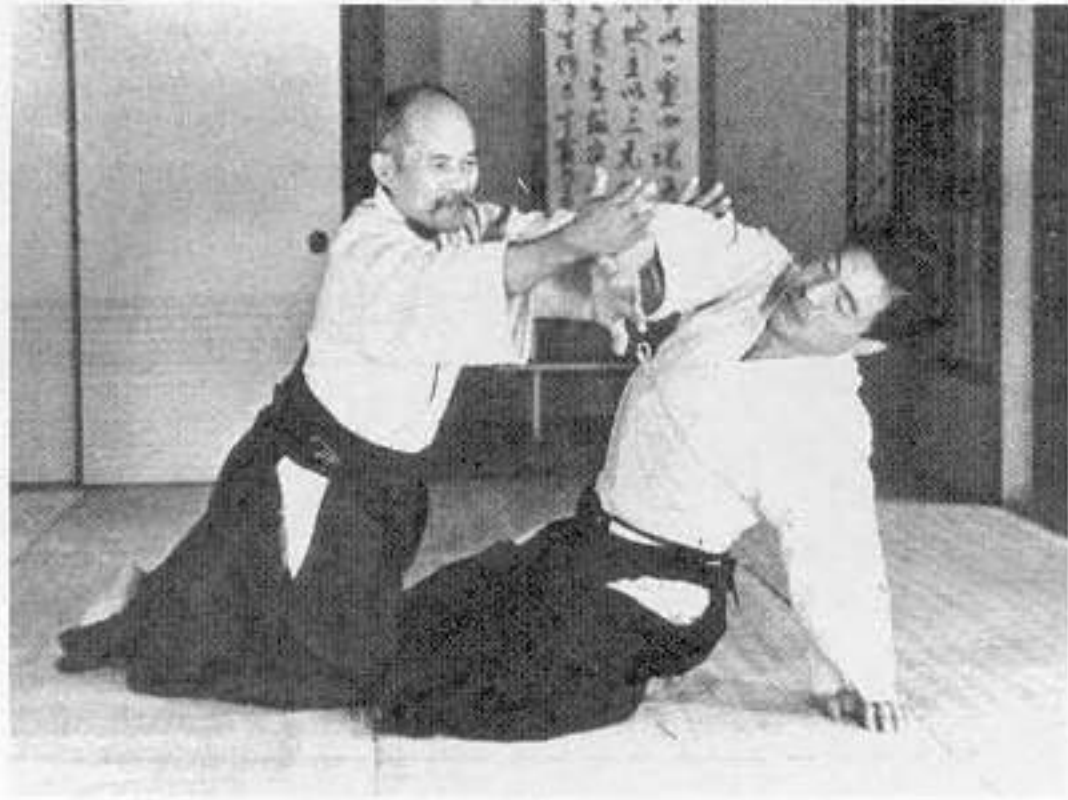




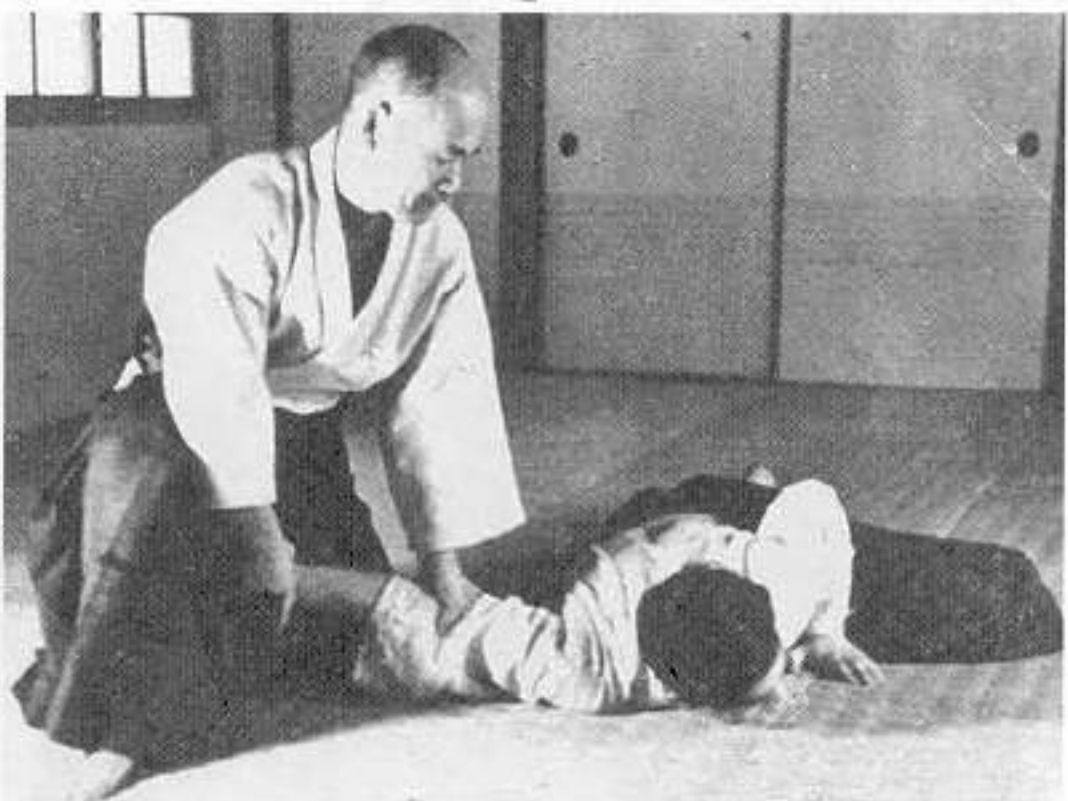
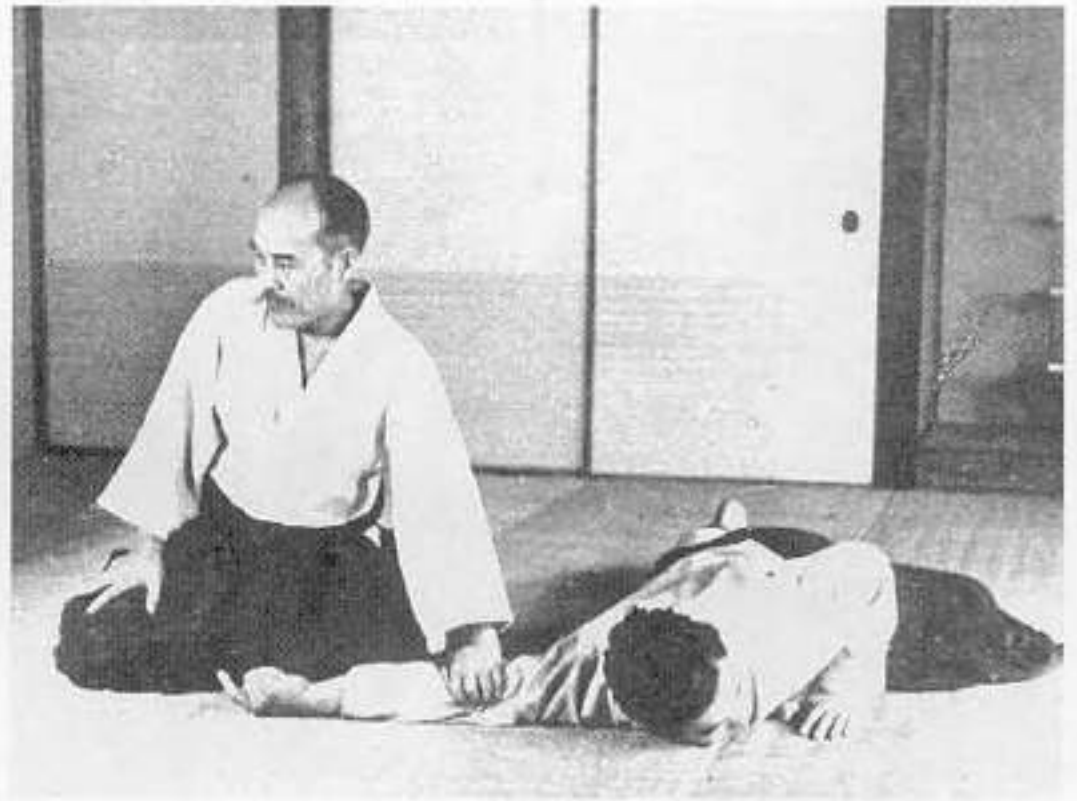
Ude-osae

Suwari-waza

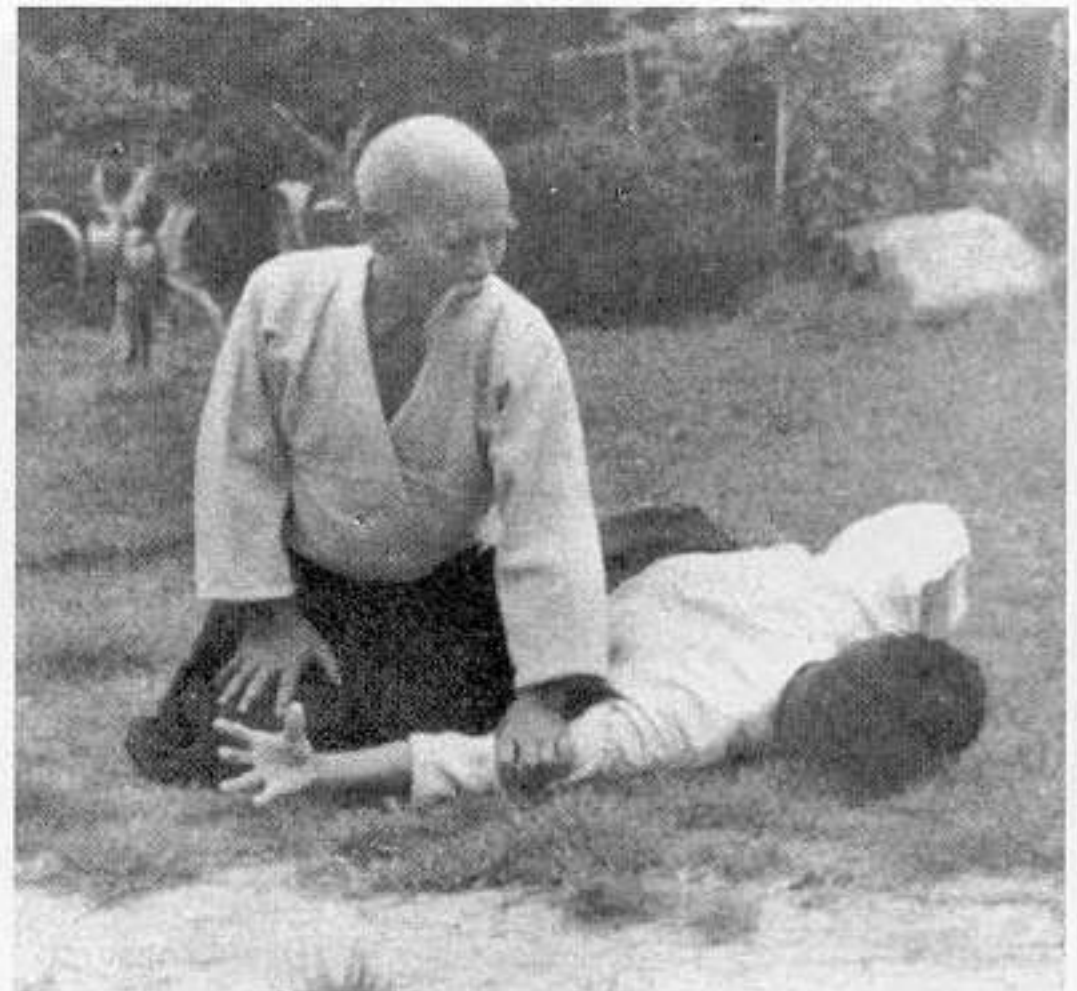
1

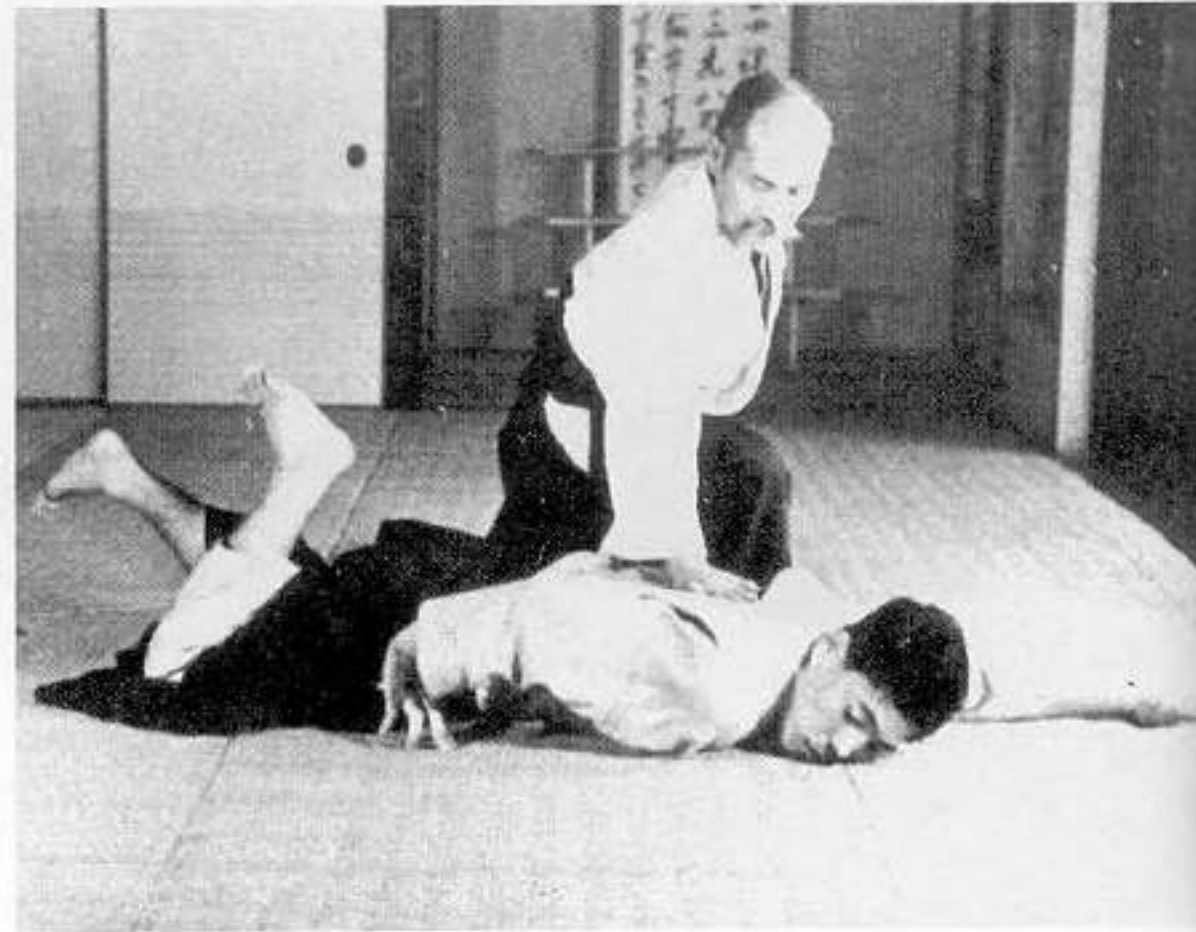
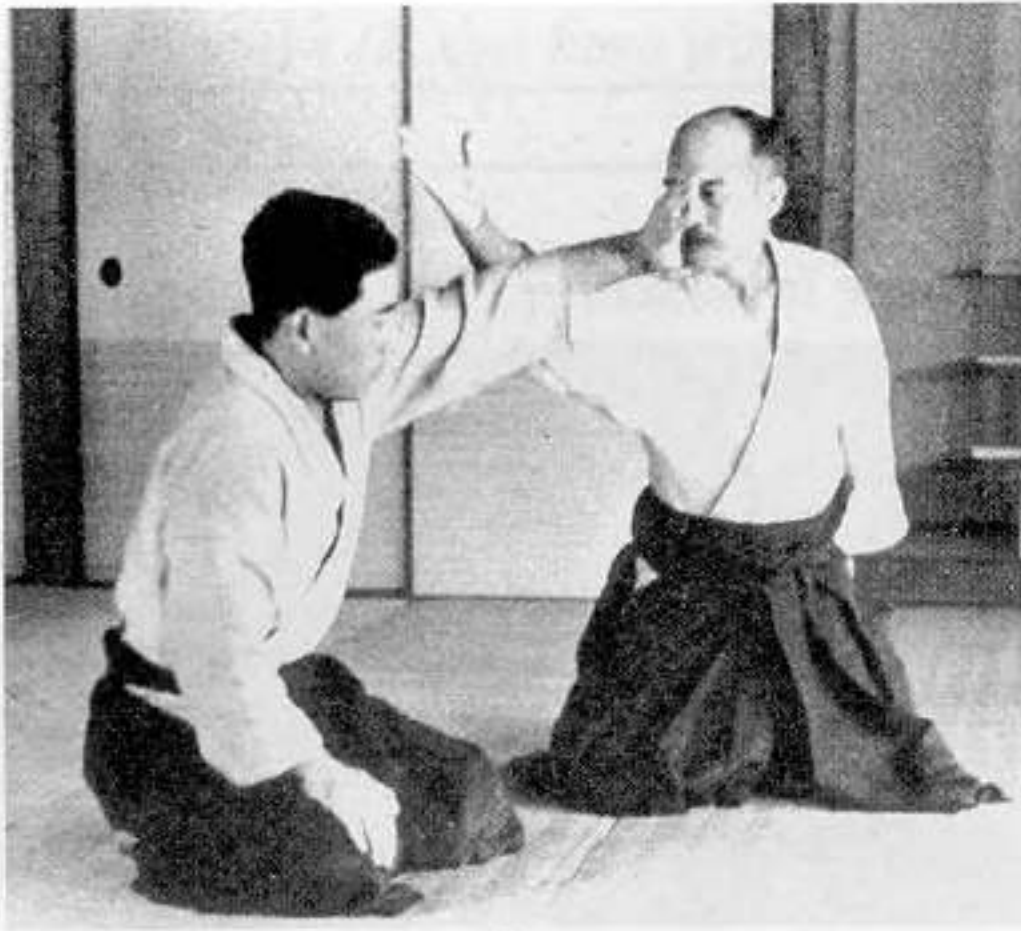


(saisie inversée)



(Wakayama)







1



2

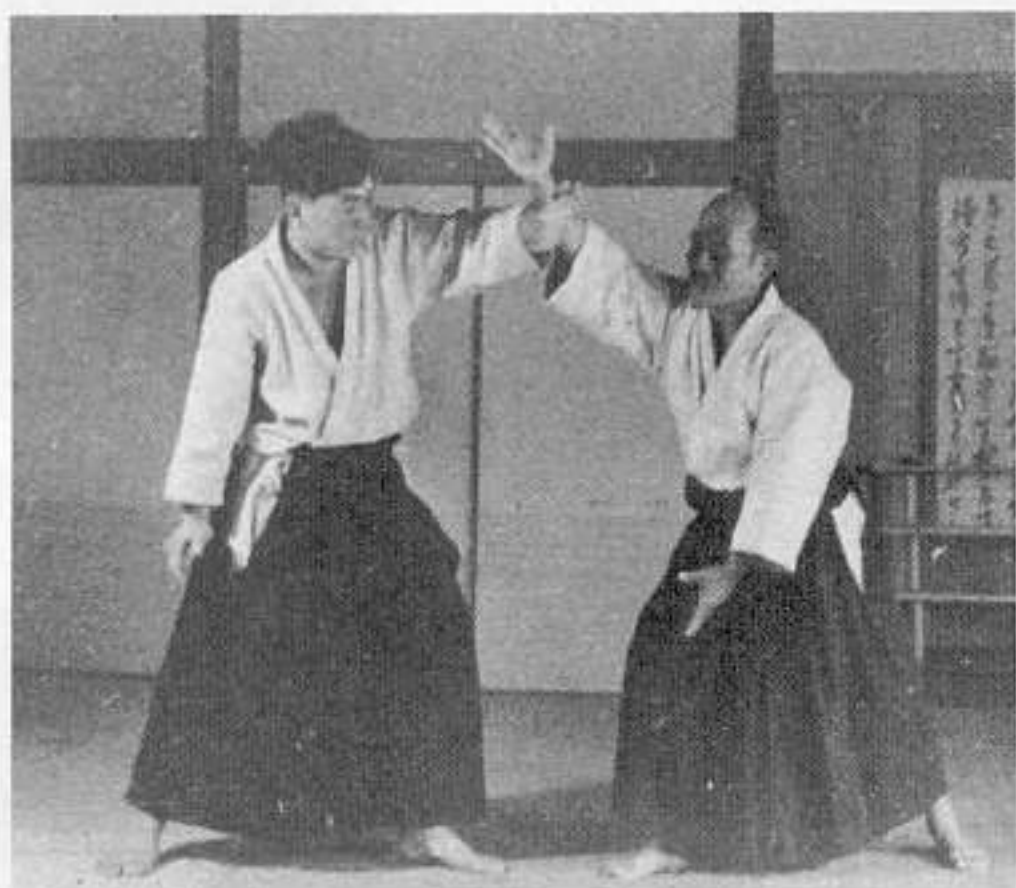


3

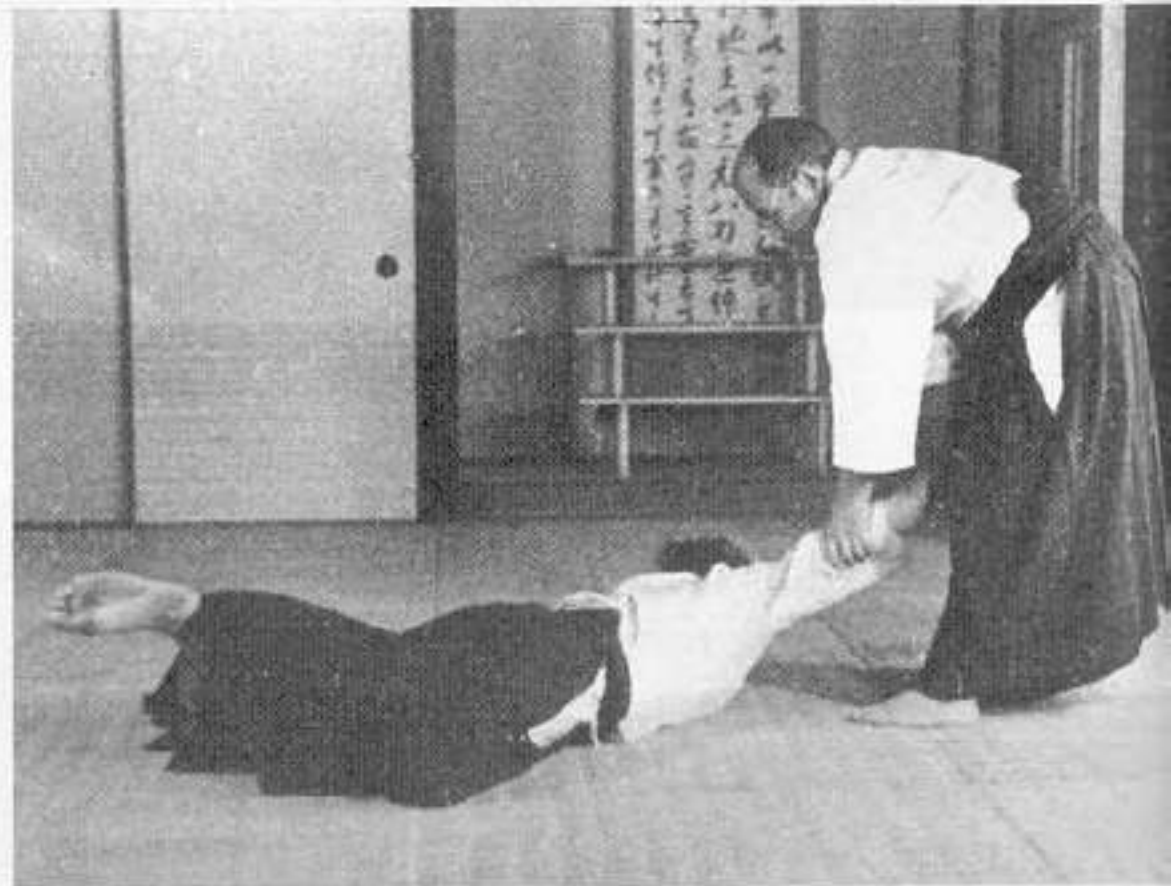
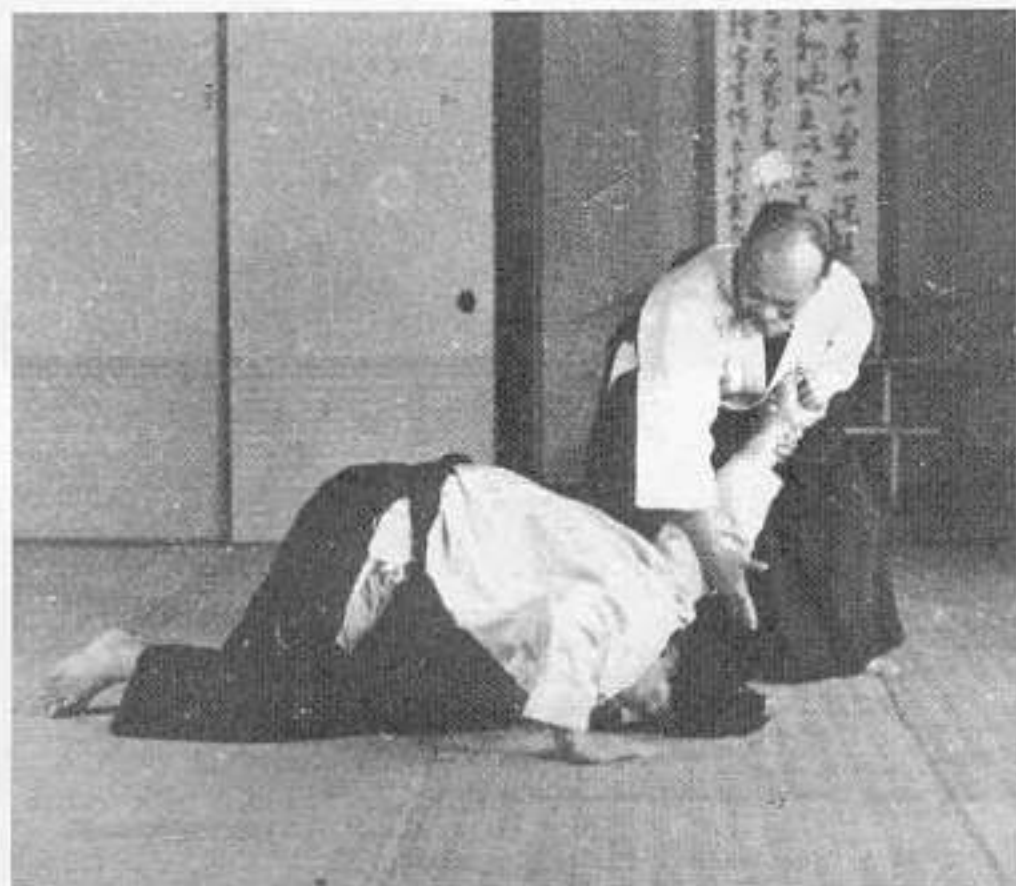


Tachi-waza

1



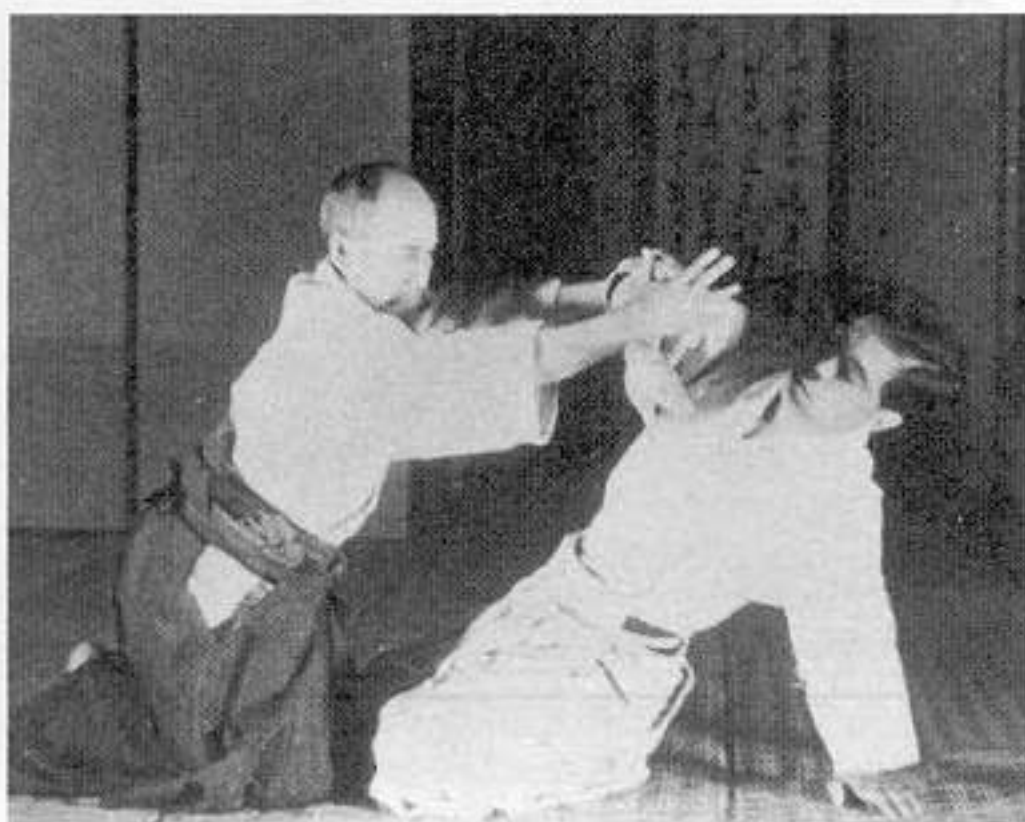
2



Nikkyo osae

Suwari-waza

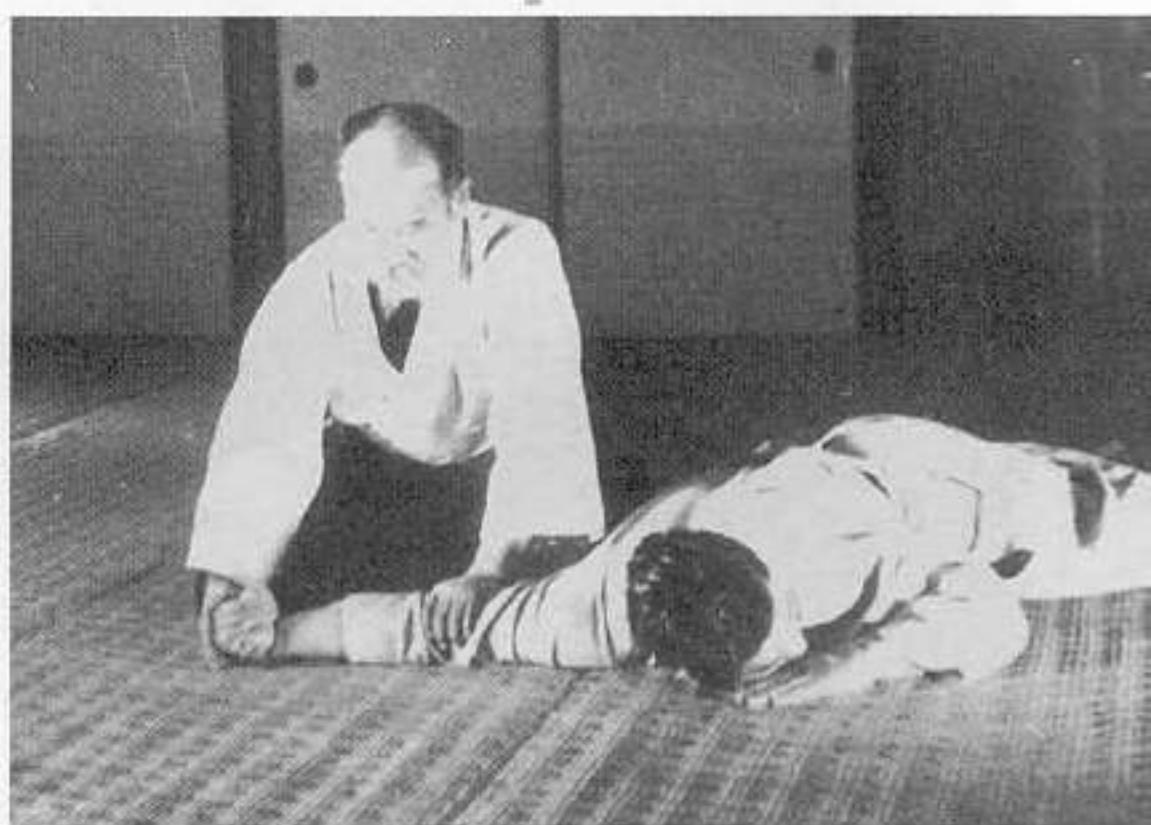
Technique fondamentale



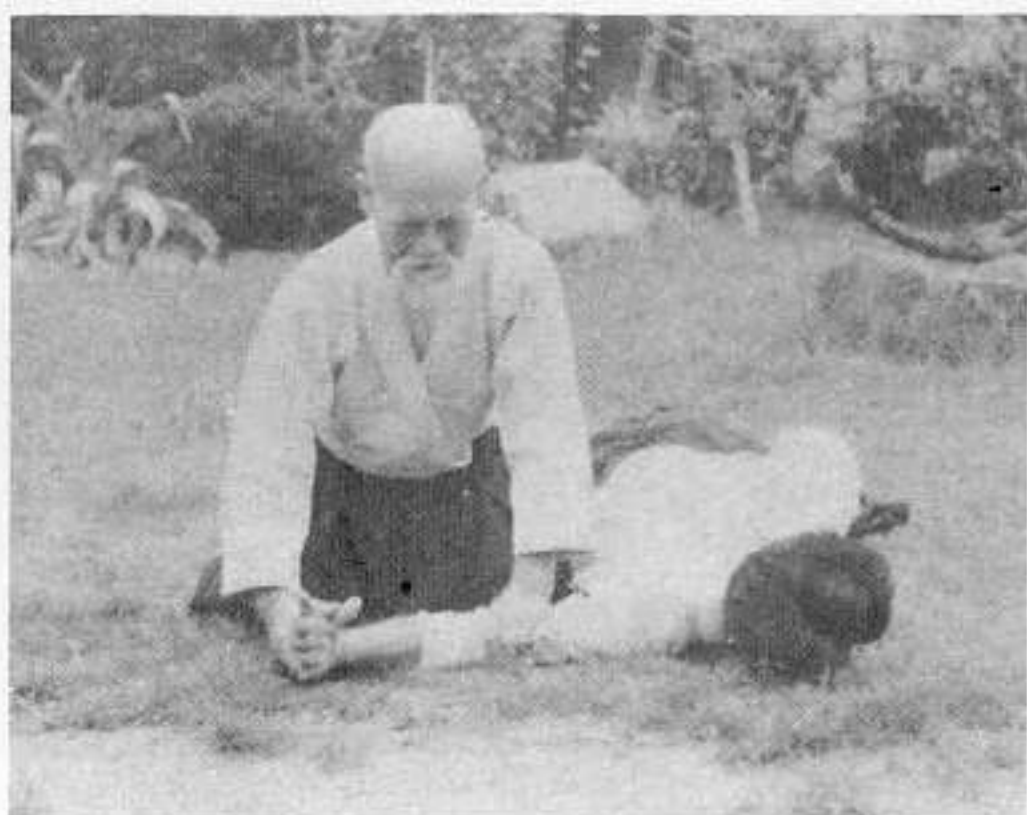
(La saisie Nikkyo)



(vue de face)



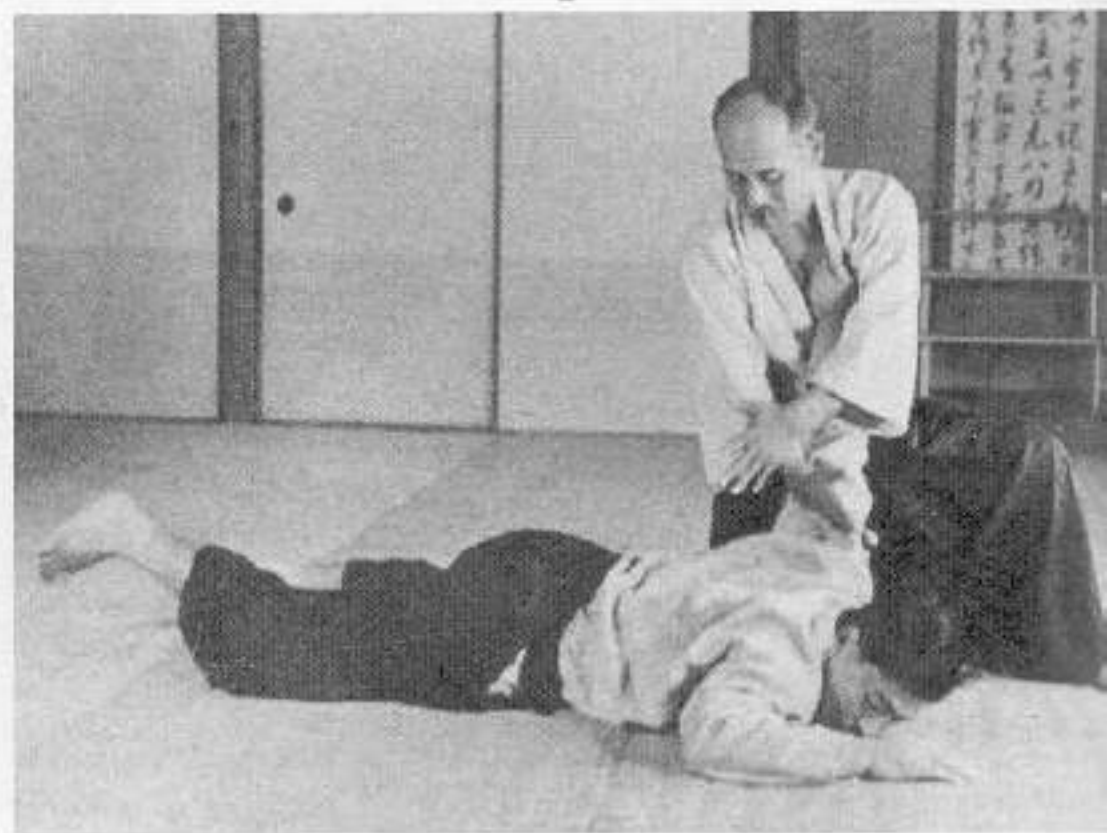
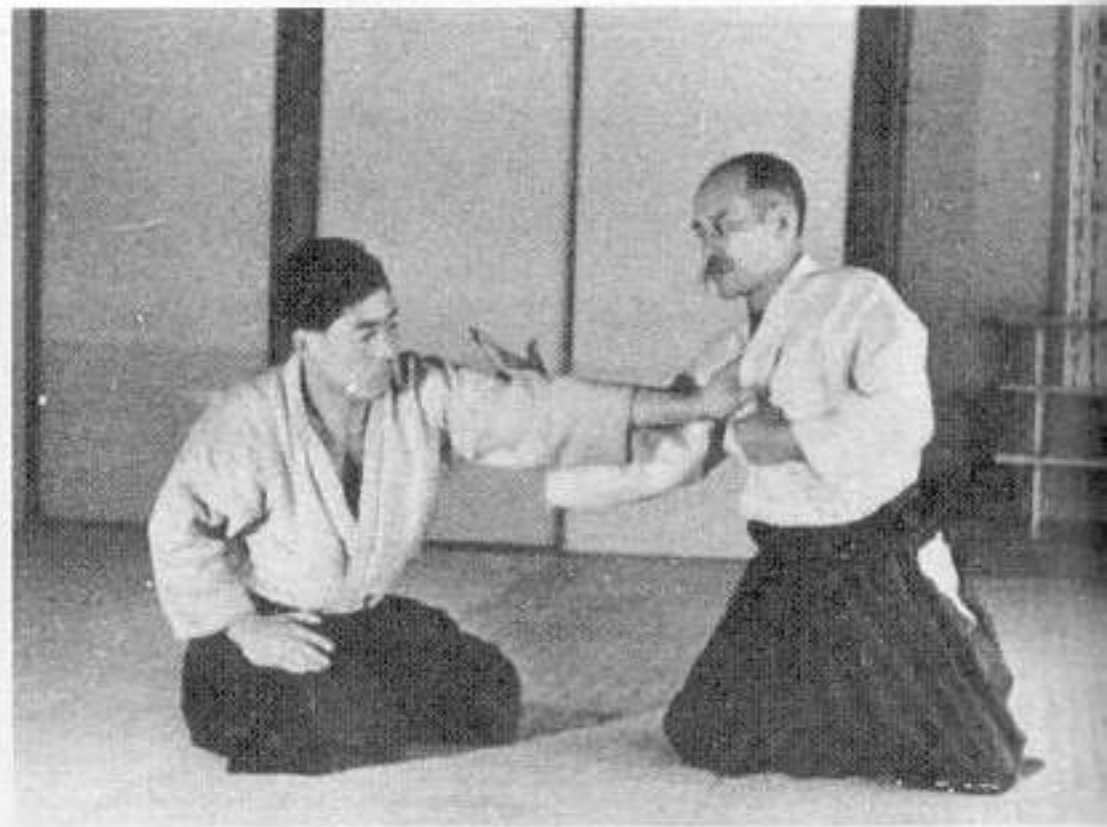
(Wakayama)



1



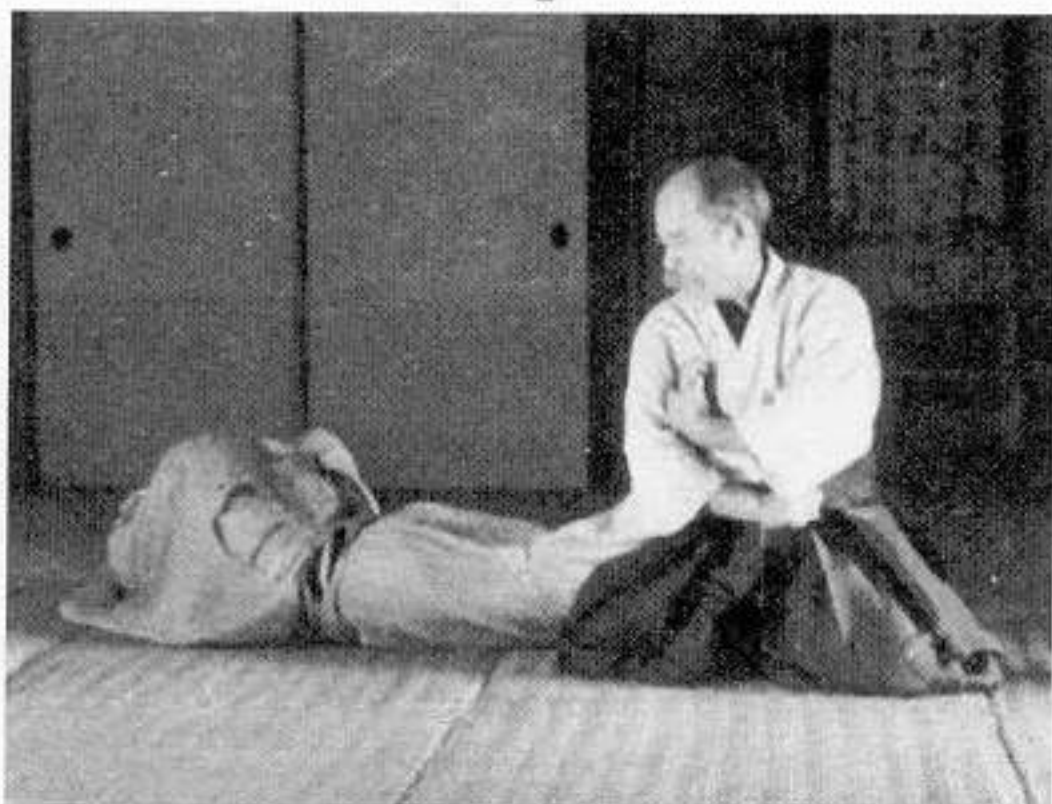
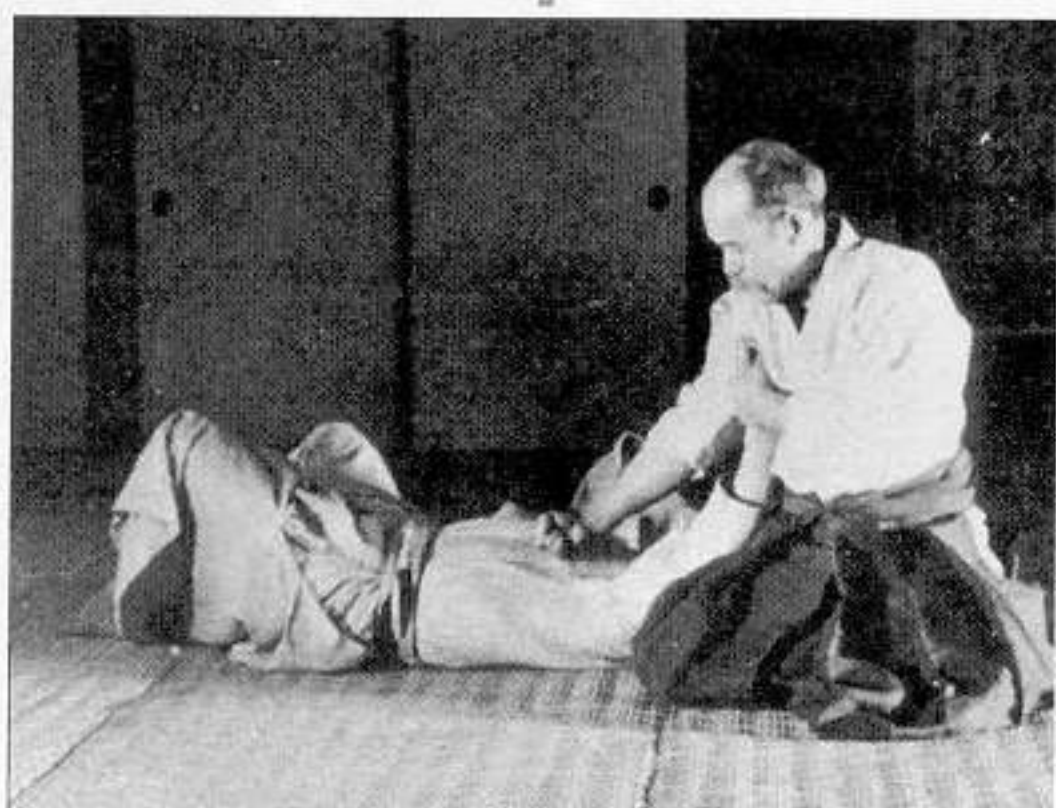
2

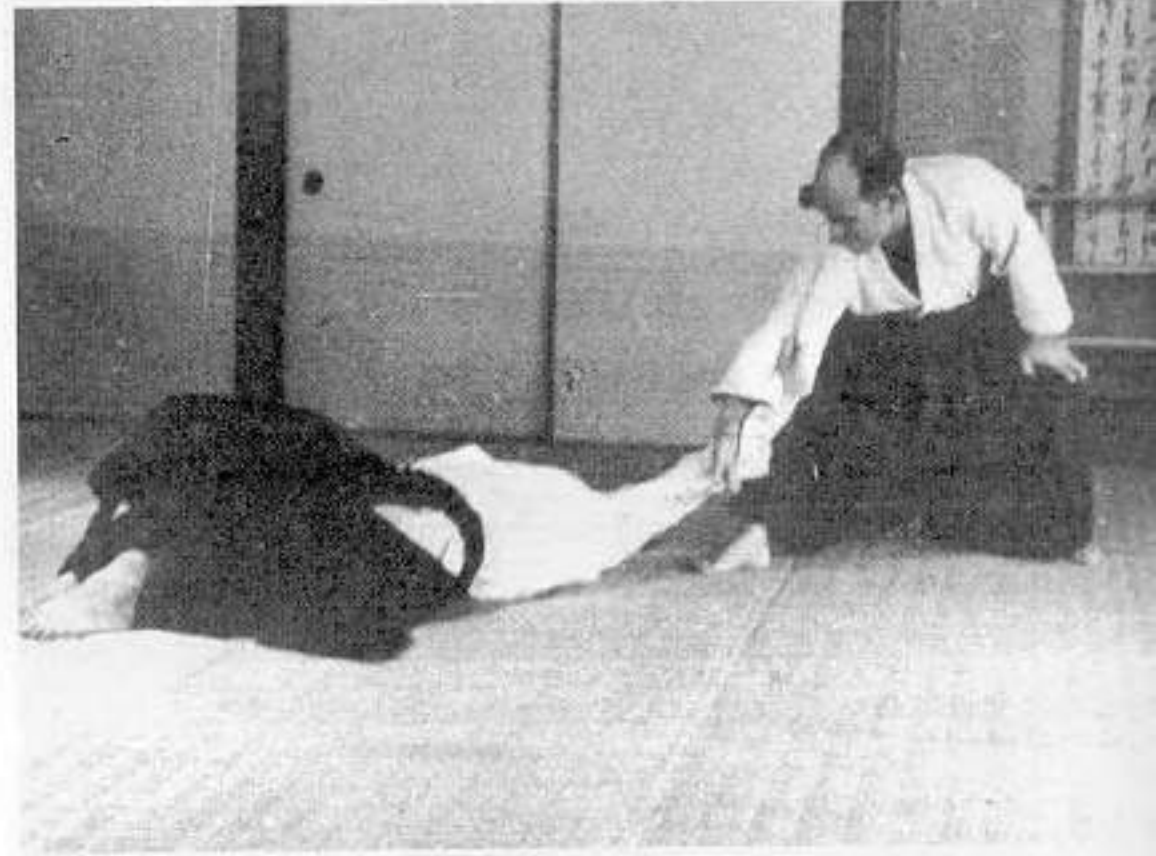


1



2





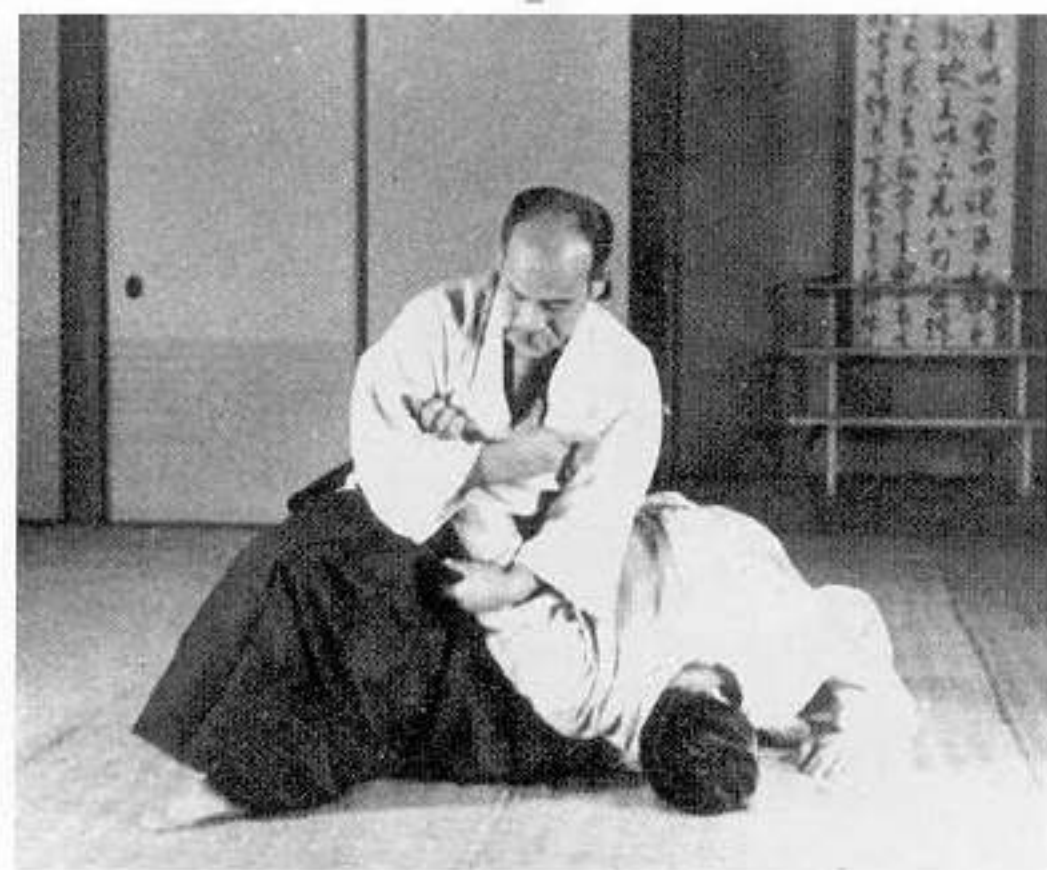
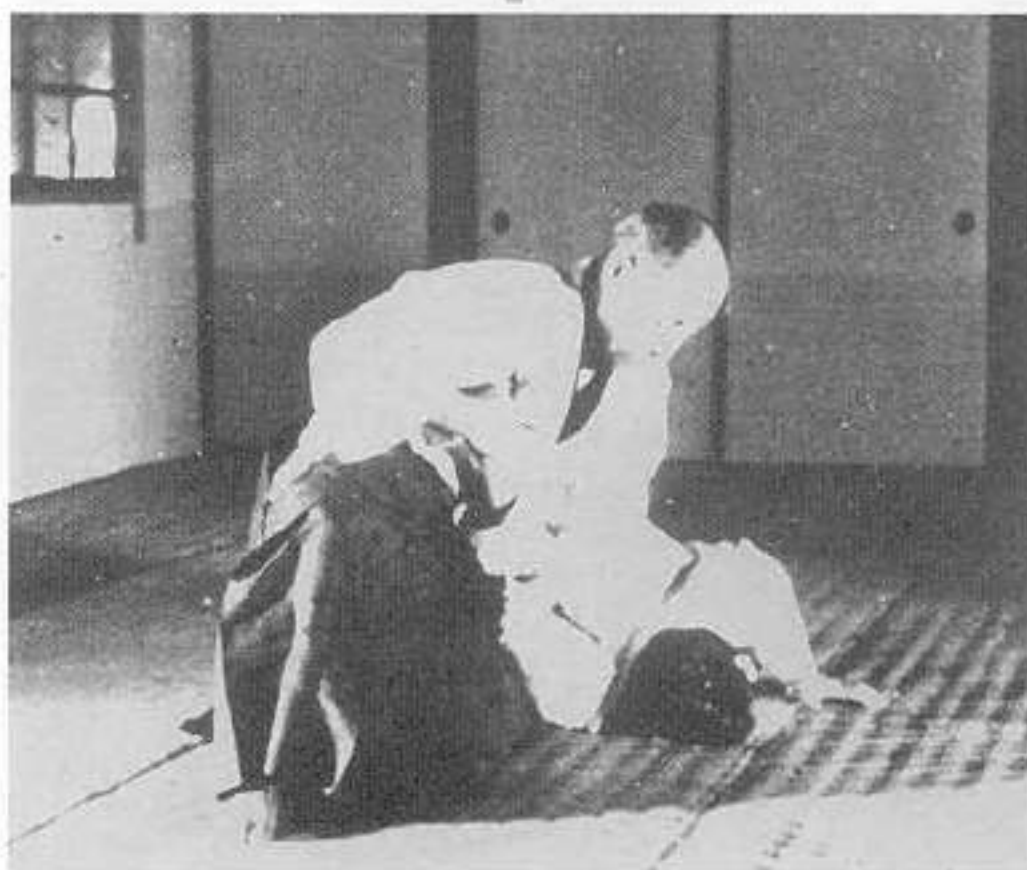
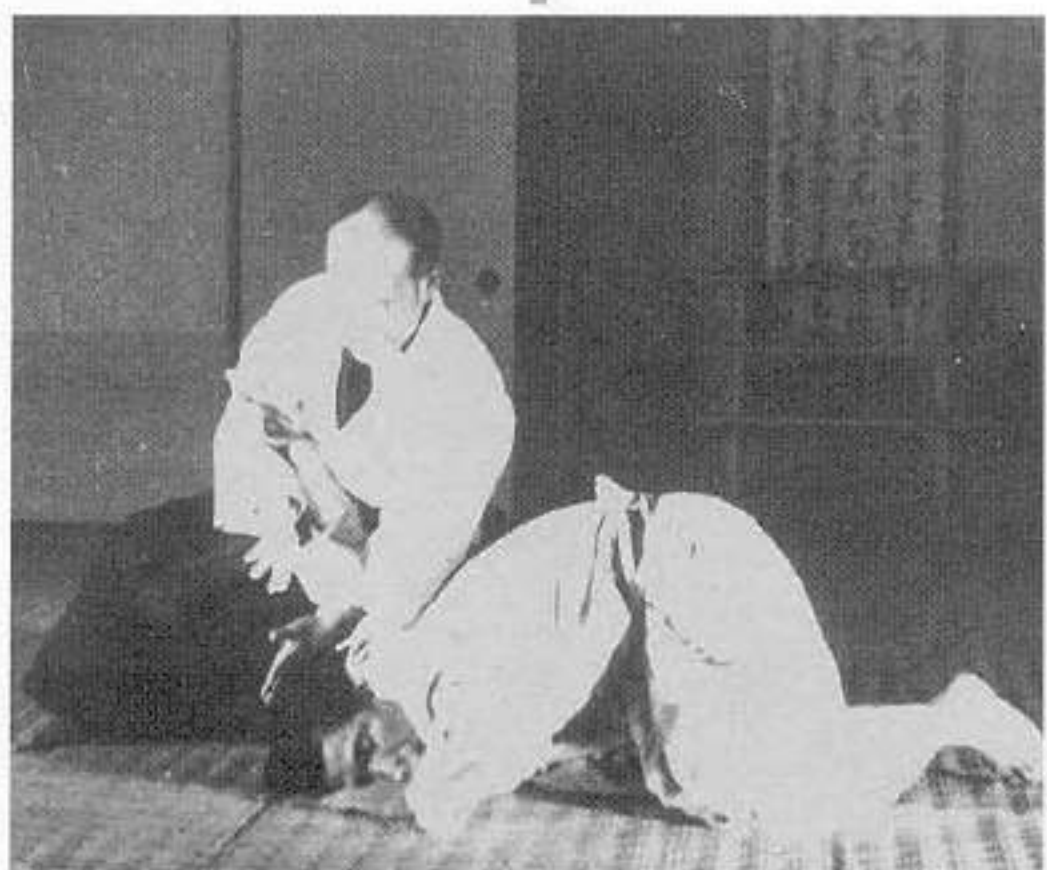
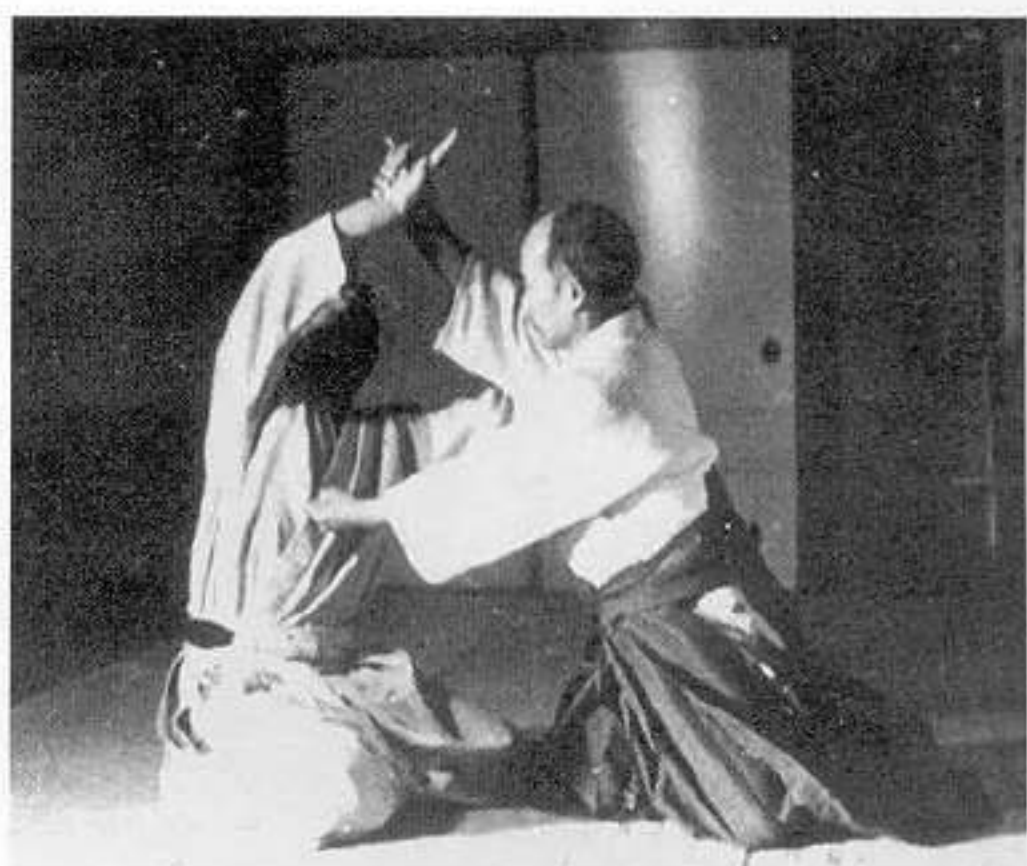
Hiji-jime osae

Suwari-waza

1



2



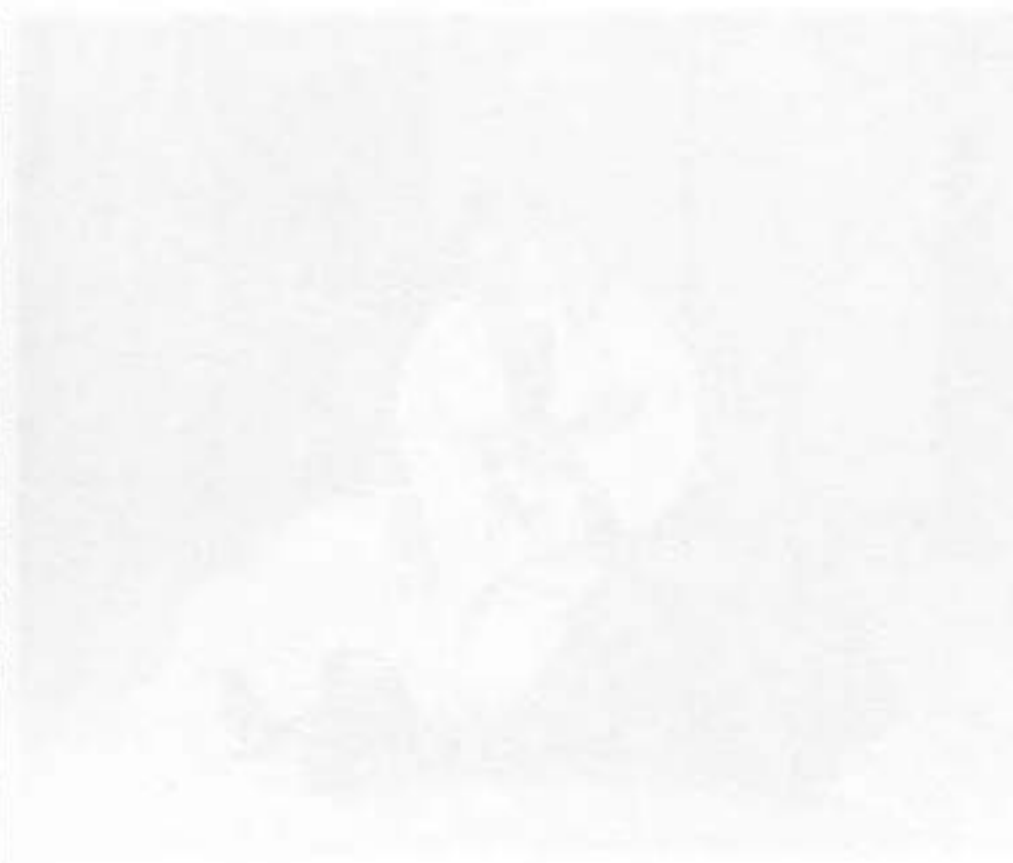
Juji-nage

Suwari-waza

1



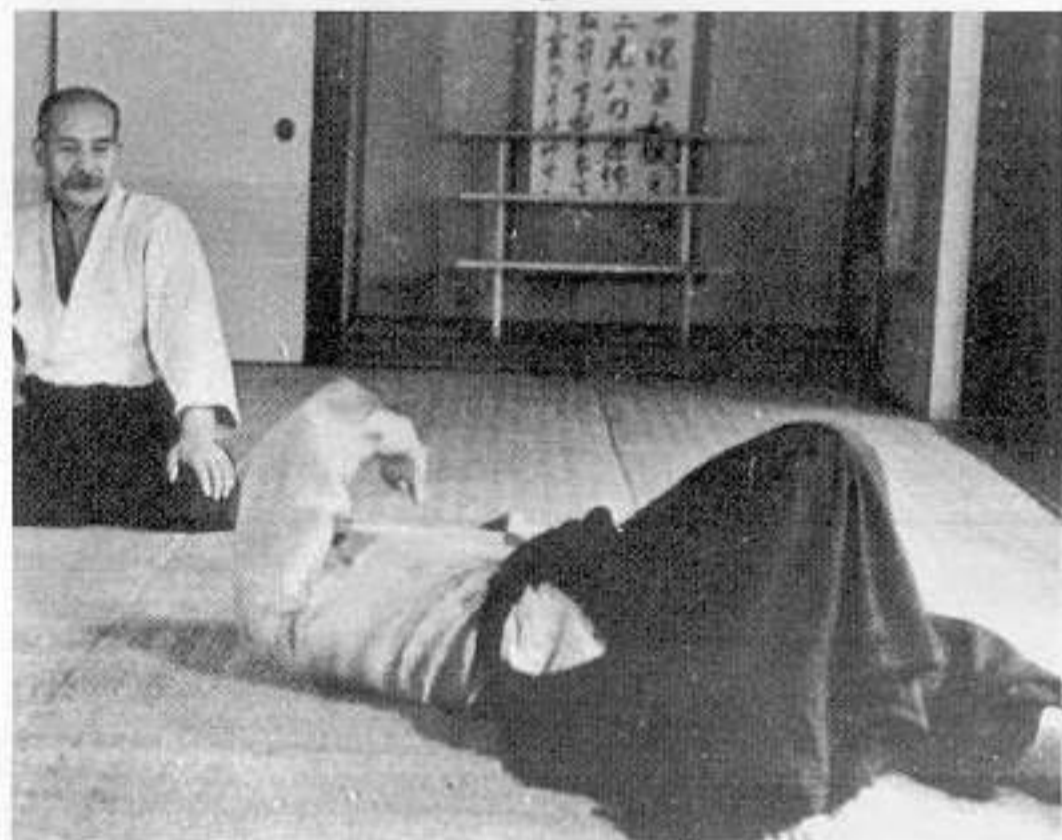
2 (Wakayama)



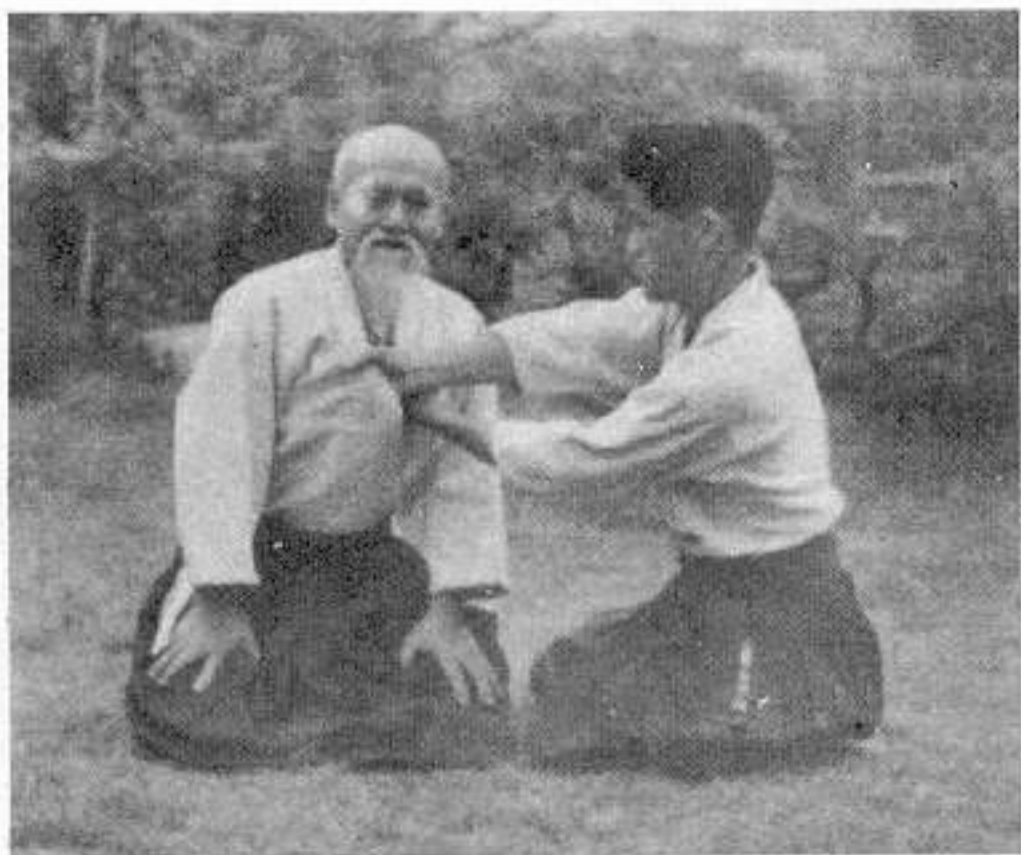
Kubi-nage

Suwari-waza

1



2 (Wakayama)



Koshi-nage

Suwari-waza

1



2



1



2



1



2

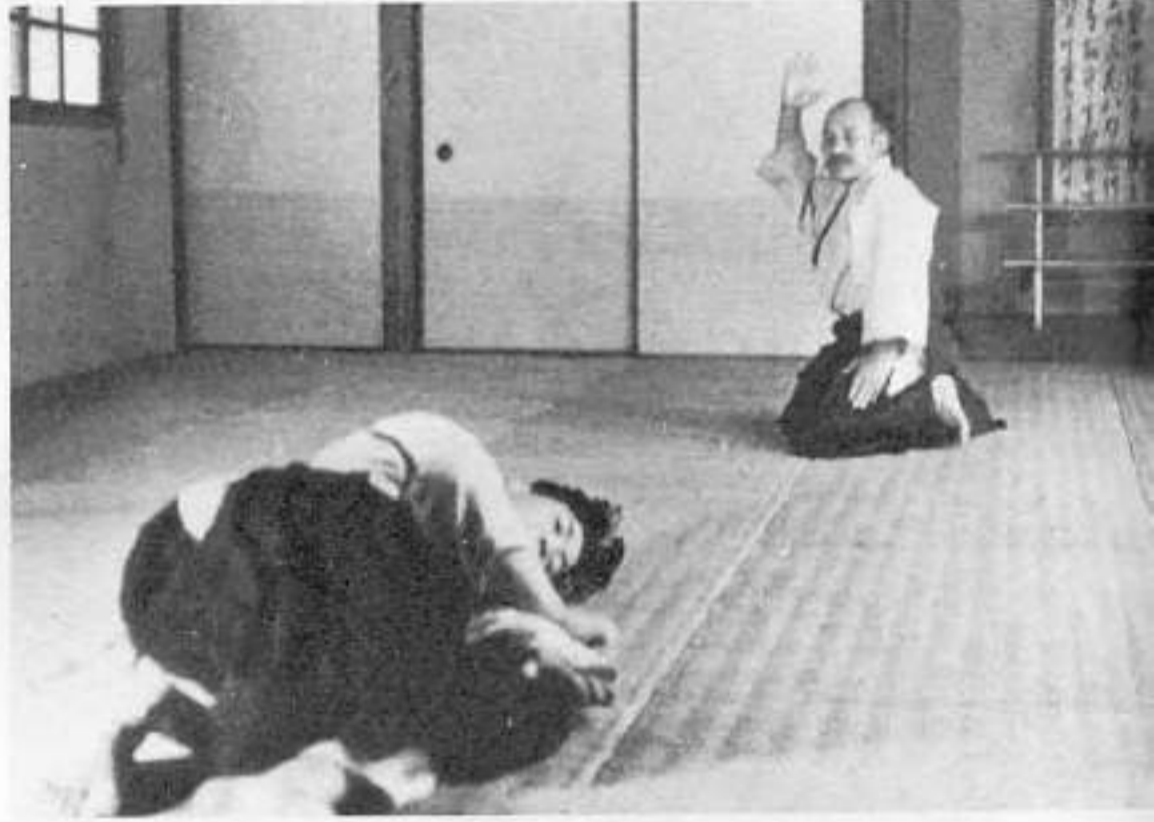


(Ganseki-otoshi)



Ushiro-waza

1



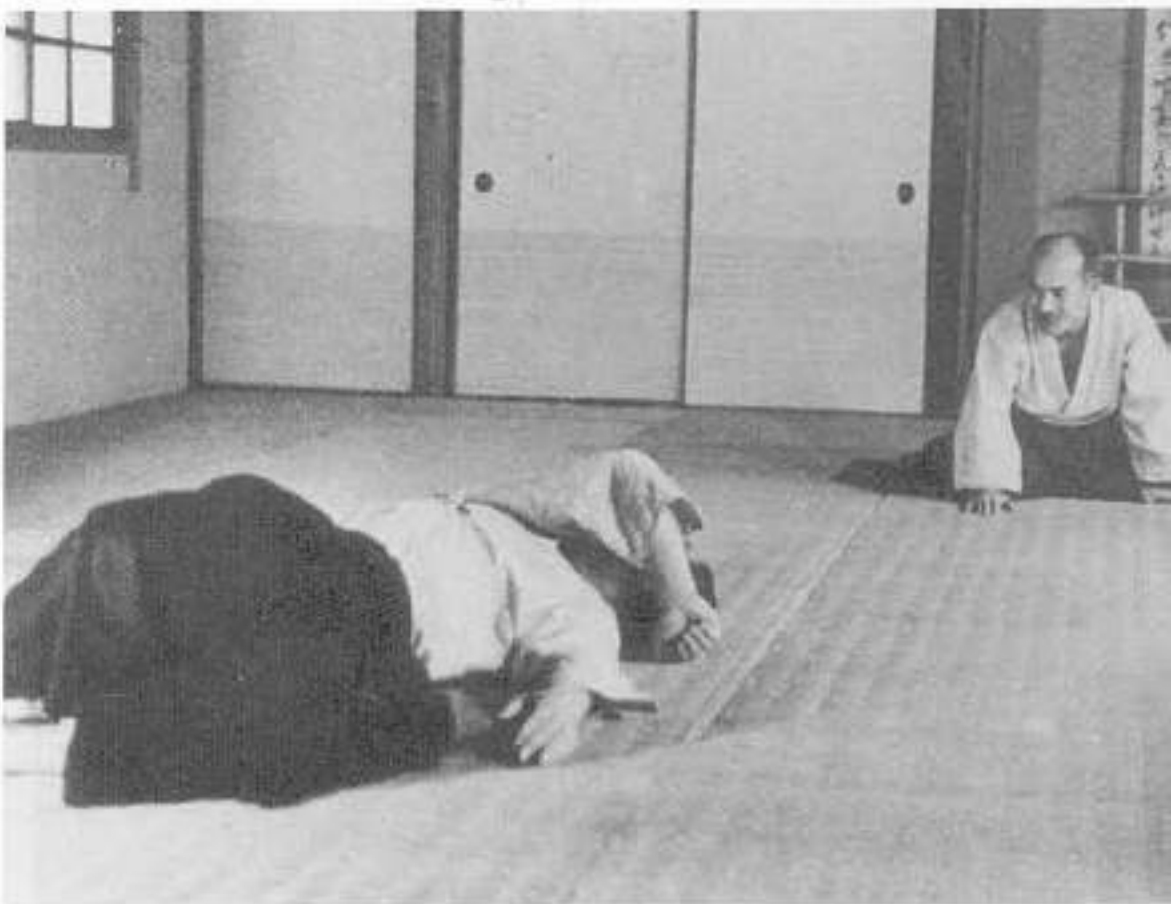
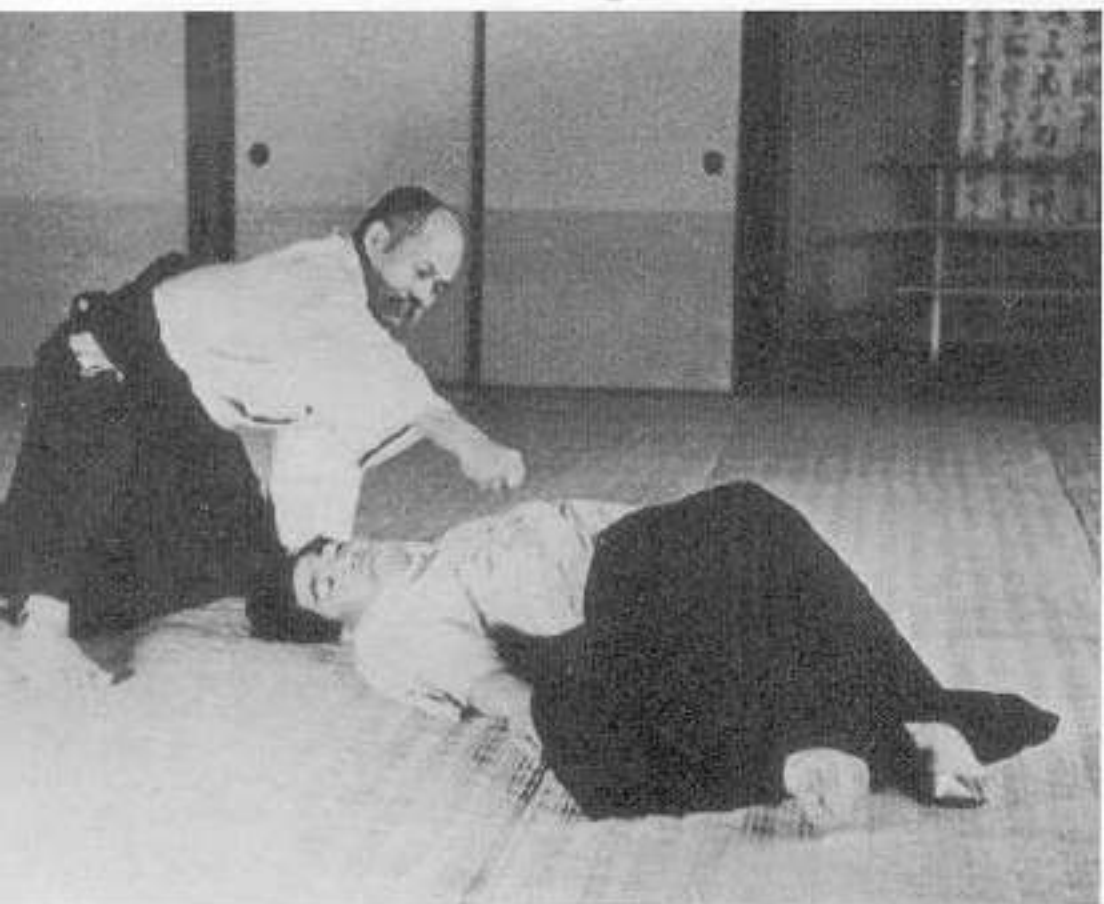
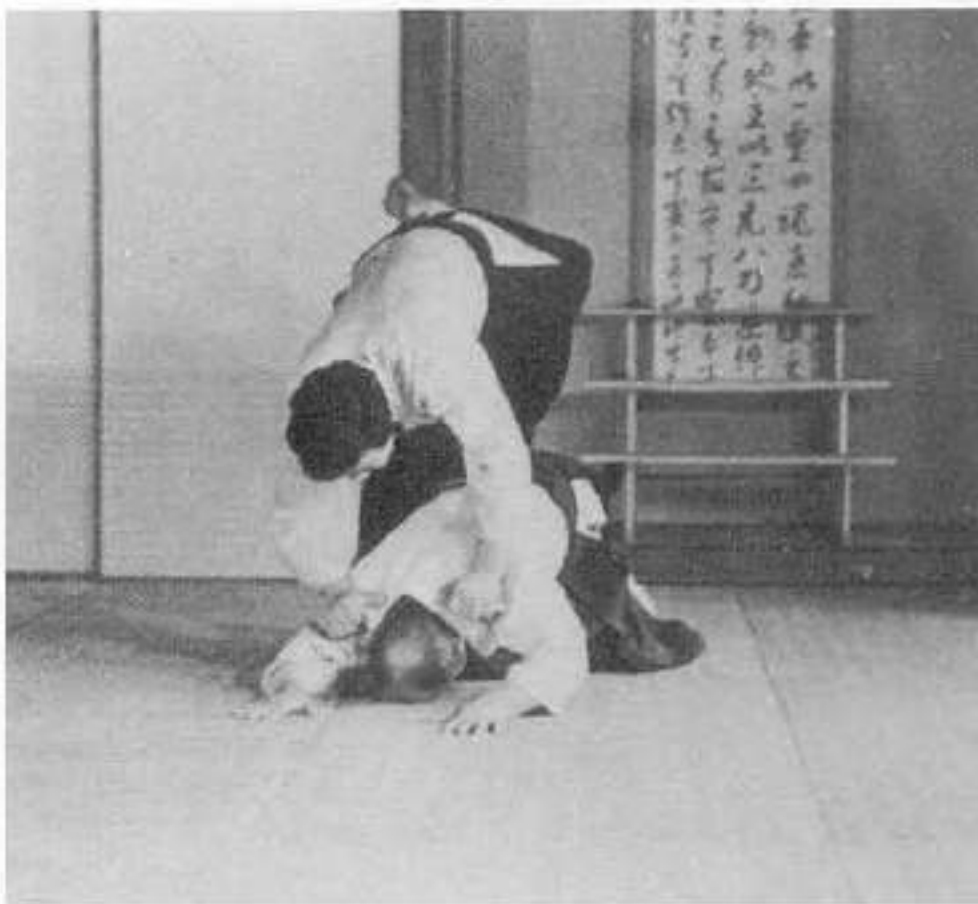
(vue de côté)

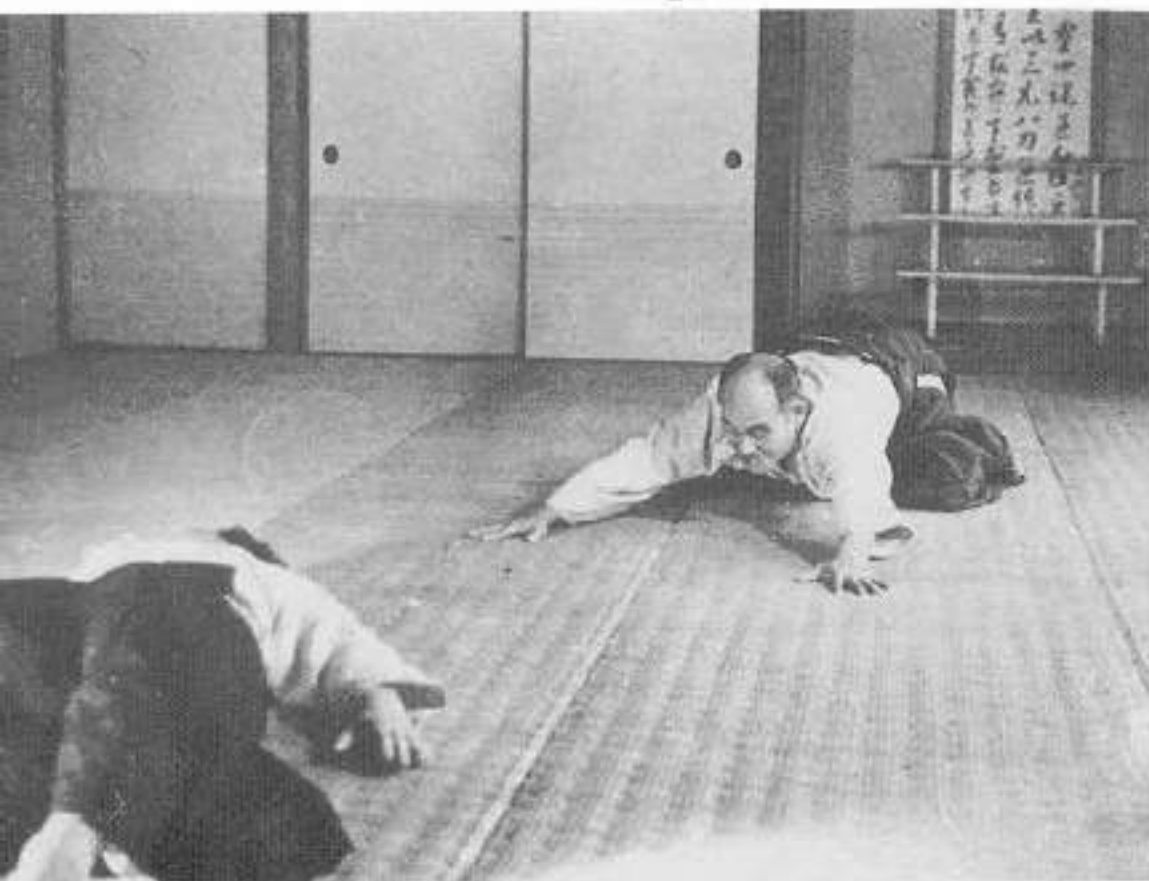


2



3

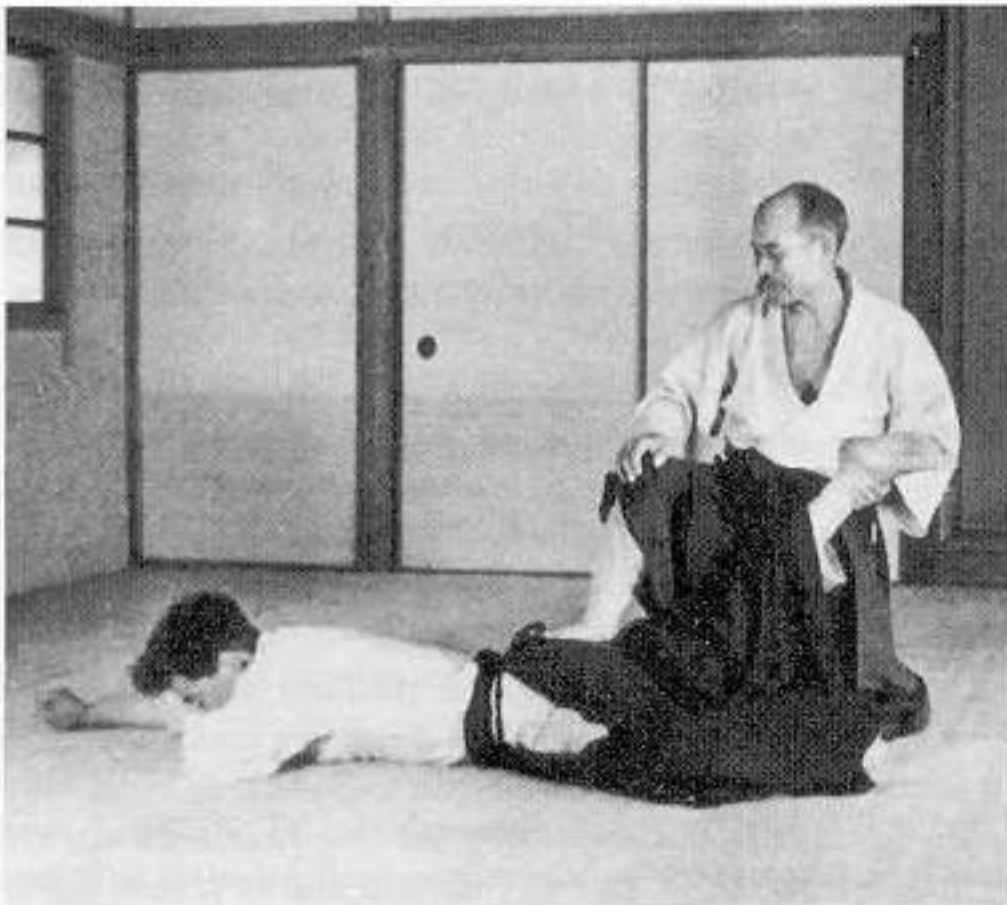
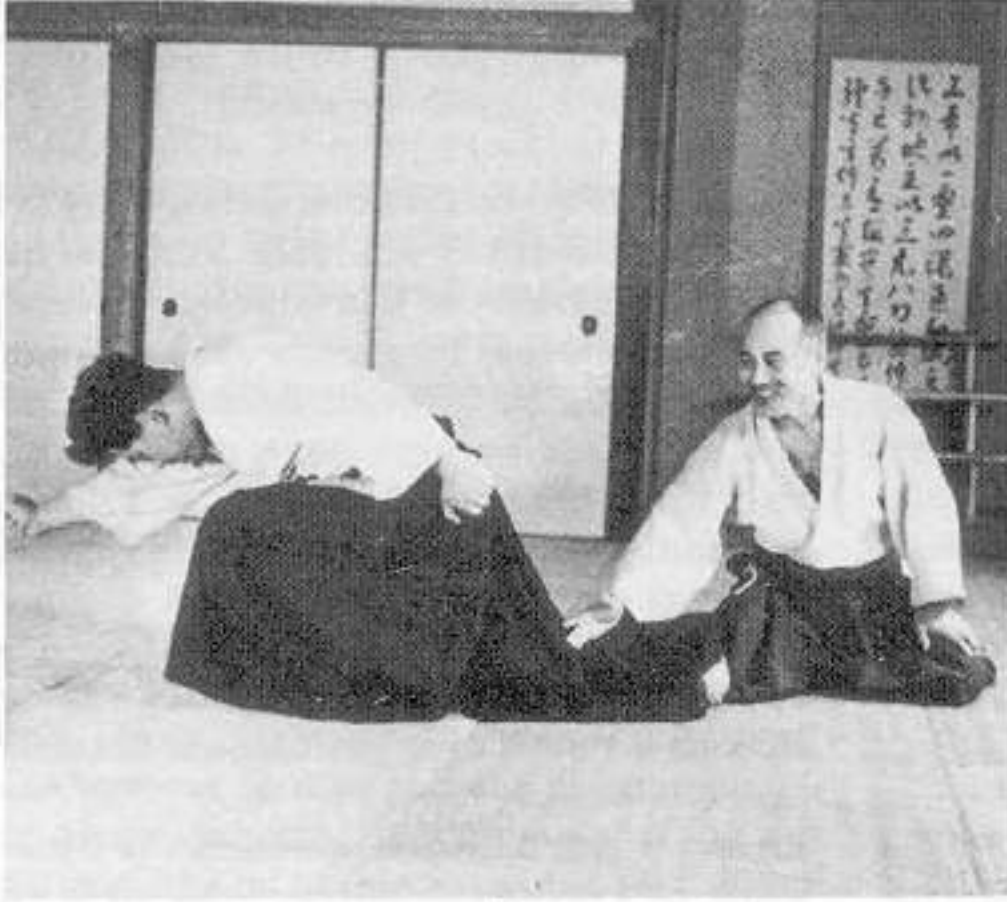
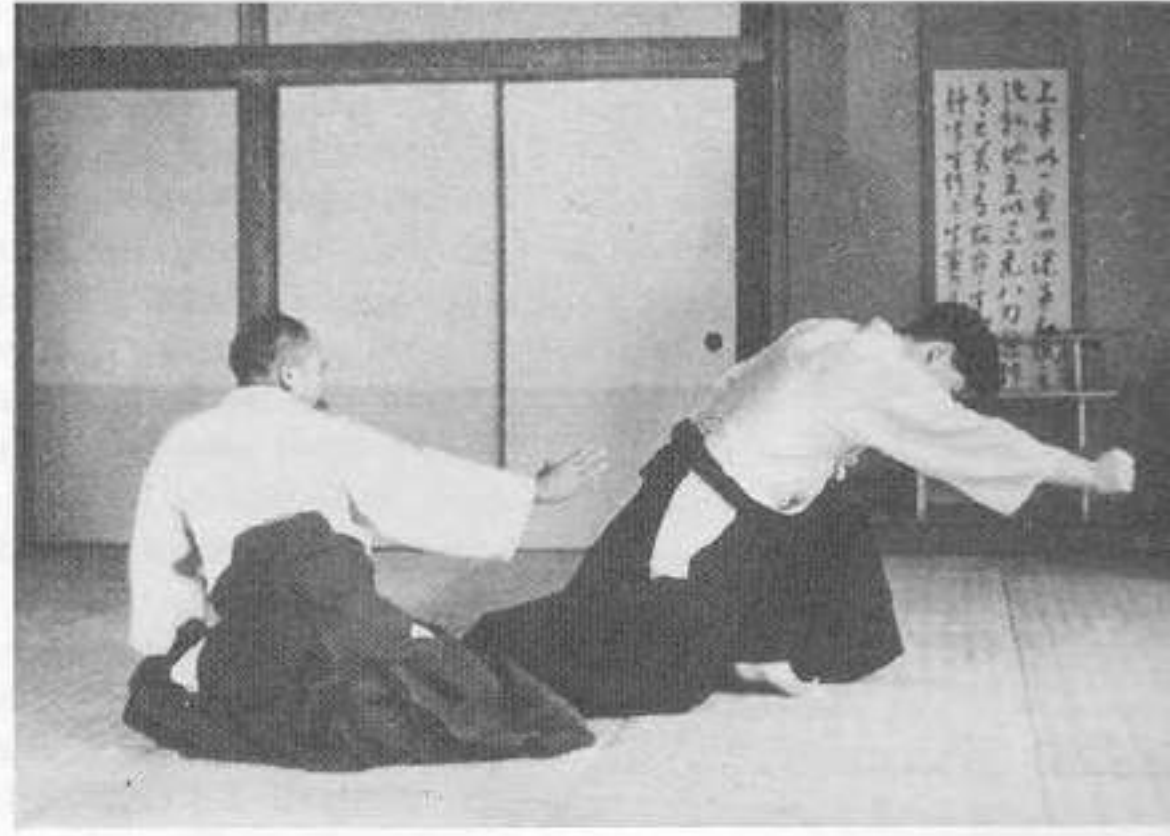




Ashi-waza



(variante)



Notes

1. *Budo* : Le Chemin de la Valeur Martiale, la Voie du Guerrier. C'est un mode de vie dédié entièrement à la découverte de la paix et de la spiritualité dans l'action. Ici *budo* est employé à la fois dans le sens général qu'il a dans la tradition martiale japonaise et pour exprimer sa manifestation spécifique, déjà différente, l'*aiki-budo* de Morihei, laquelle aboutira finalement à la formulation *aikido*. Parfois, dans le texte, l'abréviation *bu* est utilisée, mais pour une compréhension plus aisée, le terme de base *budo* est employé tout au long de cette traduction.

2. Dans le système de Morihei, le cosmos est activé et entretenu par l'interaction de l'eau (*mizu*) et du feu (*ka*). L'eau est matière ; le feu est esprit. En combinaison, ils forment *iki*, la vie, le souffle, et *kami*, le divin.

3. Voie Impériale : l'adjectif «impérial» se retrouve tout au long du livre et pose des problèmes de compréhension. On peut le considérer comme une qualification emphatique synonyme de «suprême» et dans ce cas il s'agirait le plus souvent du *budo*, la Voie Suprême, chemin glorieux entre tous pour parvenir à l'Eveil. Mais on peut aussi, et plus justement peut-être, y voir une référence directe à l'Empereur du Japon, personnage central des conceptions sociales et mystiques japonaises, idéal du Centre et de la Permanence, garant mythique de la cohésion du peuple, représentant tous les japonais dans le Monde Divin, âme du Japon. Le *budo* est alors lié à la cohérence globale de la nation japonaise, il est lié à sa structure intime, fondée sur l'Image Impériale, et se réaliser par le *budo* n'est pas un acte individuel, c'est accepter de faire partie d'un Tout qui englobe l'individu (japonais) et les Dieux. L'époque où est écrit ce texte, en plein renouveau nationaliste, favorise cette interprétation.

4. *kotodama* : la science ésotérique des «sons-esprit». *Kotodama*, des sons purs qui se cristallisent en vibrations de concentrations variées, qui seront perçues en sons, couleurs et formes. Chaque principe, chaque technique a un *kotodama*, une vibration sacrée qui contient son essence ; si l'on comprend la signification du *kotodama*, on peut saisir son rôle physique (l'eau) et fusionner avec son esprit (le feu).

5. *ki* : l'énergie subtile qui remplit l'univers et qui l'anime ; force de vie qui assure la pérennité de la création.

6. *doka* : poèmes didactiques composés par les Maîtres pour inspirer et instruire leurs disciples selon un rythme de cinq vers de 5-7-5-7-7 syllabes. La version française de ces *doka* tente de préserver un moyen terme entre l'expression poétique et l'exactitude du texte. Pour rendre la structure traditionnelle de l'original japonais, le quatrain a été choisi, une forme ancienne, rythmée et élégante qui permet aussi de cerner d'assez près l'enseignement, ou les enseignements, de chacun des poèmes.

7. Ce *doka* dépeint le *kiai*, cri parfaitement contrôlé, concentration d'énergie capable de faire voler en éclat les défenses d'un adversaire.

8. C'est le sabre à double tranchant (*tsurugi*), de sagesse et de purification, le sabre spirituel —celui de notre propre esprit— qui doit être appliqué à toute technique, littéralement ou symboliquement.

9. *kannagara* : ce terme apparaît souvent dans le texte. Il fait référence à un état de parfait accord avec le fonctionnement secret du divin dans tous les aspects de l'existence. Dans cet idéal de l'attitude devant la vie, on doit agir avec naturel, avec spontanéité, sincérité, étranger à tout artifice, à toute dissimulation. Le terme «divin» ne fait d'ailleurs pas vraiment référence à quelque chose de surnaturel, mais à tout ce qui inspire un respect sacré et qui est capable de créer de la bonté, de la pureté, de la beauté.

10. *aiki* : harmonisation spirituelle, la dynamique de tous les éléments de l'ensemble, en parfaite union.

11. *Izu-no-me-no-kami* : Divinité Shinto qui purifie le monde de la souillure et de la corruption.

12. *makoto* : unité du mot et de l'action ; en parfaite conformité avec l'ordre de l'univers.

13. *yamato-damashii* : l'esprit du vieux Japon manifesté. Ou plus précisément, la manifestation de ce qui est vrai et bon dans la nature humaine.

14. «combattre seul la multitude» : l'expression anglaise traduite ainsi est d'une grande ambiguïté et peut être comprise dans un sens différent de celui-ci, qui est une vérité constante du *bu-jutsu* et qu'on retrouve souvent dans d'autres textes sur le

sujet. Cet autre sens est plus hermétique, plus ésotérique mais non moins intéressant : « Apprenez à maîtriser l'Unité pour balayer ce qui est multiple. » Qui peut s'interpréter comme suit : celui qui peut maîtriser une chose — ou celui qui peut aller au centre des choses — peut maîtriser tout le reste.

15. *irimi* : dans sa dimension physique, cela consiste à s'avancer sur le côté de l'assaillant afin d'éviter son attaque ; dans sa dimension spirituelle, cela consiste à investir et à supprimer une volonté agressive.

16. *kokyu* : le souffle, la respiration, flux d'une énergie sans cesse en mouvement. Techniquement, *kokyu* fait référence au flot de puissance contrôlée, au pouvoir sans limite que donne la maîtrise parfaite du temps d'attaque, dans le rythme de la respiration.

17. *tai-no-henka* : rotation du corps en pivot sur un pied. Généralement un demi-tour sur soi-même.

18. *irimi-tenkan* : entrez et tournez, une combinaison de *irimi* et de *tai-no-henka* pratiquée dans certains cas. Dans le texte d'origine, le terme utilisé était *irimi-tenka*, « tournez et transformez », mais pour faciliter la compréhension, le nom moderne de la technique a été gardé dans la traduction.

19. *shomen* : coup envoyé directement sur le sommet du crâne de l'adversaire.

20. Ceci fait référence à une histoire très connue de la mythologie *Shinto*. L'absence de la Déesse du Soleil qui s'était retirée dans une caverne fermée par une énorme porte de pierre, privant la terre de lumière et de chaleur. Elle fut attirée au dehors par l'effort collectif des Dieux, qui, de l'extérieur, surent la persuader d'ouvrir la porte de pierre. Morihei suggère que tous les être humains, en cette époque moderne, s'unissent pour que le monde infecté par la destruction et la mort puisse se trouver de nouveau baigné de lumière, de vérité et de beauté.

21. *bujutsu* : l'art martial, l'application et l'exécution des techniques de combat.

22. Dans ce type de *bujutsu* : Le terme s'applique généralement à un ensemble cohérent de techniques martiales, en synonyme d'« école », et par extension à l'ensemble des écoles martiales qui visent uniquement à l'efficacité guerrière. Dans ces deux acceptations, il s'oppose à *budo*, la Voie Martiale, l'école du combat considérée non plus dans sa fin première, mais comme

un moyen pour se réaliser. Ici il semble bien qu'il soit utilisé dans son sens littéral de « technique de guerre ». Il faut donc comprendre : « par ce type de technique martiale (les techniques arrières) nous apprenons... »

23. « venu des quatre et des huit directions » : expression japonaise qui trouve son origine dans le mythe : le jeune prince Yamato Takeru Nomikoto soumit jadis tout le Japon à l'autorité de l'Empire, en portant la guerre de conquête dans les quatre directions cardinales ainsi que dans les quatre directions intermédiaires. La formule exprime ainsi la totalité, le chiffre huit étant par ailleurs le chiffre parfait chez les japonais.

24. Dans le texte d'origine, il est écrit exactement : « ...créer un peuple japonais sincère... et ne pas divulguer ces techniques aux autres. »

25. *hanmi* : posture « moitié de corps ». Presque perpendiculaire par rapport à votre adversaire, la tête et le pied avancé plus nettement tournés vers lui.

26. Au début, l'angle formé par les pieds semble proche de 90°, mais pendant l'enchaînement, l'écart se réduit le plus souvent à un angle voisin de 60°, voyez les photos 21, 32, 33 et 34.

27. *uke* : celui qui subit la fin de la technique.

28. *tori* : celui qui exécute la technique. Le texte d'origine utilise le mot *shi*.

29. Comme dans *sokumen irimi-nage* (voir page 86).

30. Pour l'illustration de ce coup de poing, voir p. 103.

31. Dans le texte d'origine, les photos 35, 36 et 37 n'étaient pas dans le bon ordre. La technique décrite ici est nommée Immobilisation n°5 dans l'*aikido* moderne.

32. *jodan* : position avec le sabre tenu au-dessus de la tête.

33. Les sabres fabriqués dans l'ancien temps par le maître-forgeron Masamune sont considérés aujourd'hui comme les meilleurs lames jamais forgées au Japon.

34. Connu maintenant comme l'immobilisation n° 5 (voir la note 31).

35. Dans ce cas, Morihei est dans le rôle de *uke*.

Yokomen-uchi irimi-nage



Kokyu-nage



Morihei Ueshiba (1936)

*L'unique ouvrage du plus grand combattant de tous les temps.
La force de son message dépasse sa discipline et le place
parmi les Visionnaires.
Un véritable Livre de Vie, une grande leçon d'Eveil.*