



André NOCQUET

# Episode 2

Pages 11 a 21

ZEN ET AÏKI NE FONT QU'UN

*Que signifie « communier avec l'Esprit originel » ? –  
C'est rejeter tout égoïsme et tout désir de profit  
personnel. Si on a quelque chose sur le cœur,  
si on a le cœur « préoccupé » par la crainte,  
par le désir, on ne peut développer complètement  
ses possibilités.*

*Au contraire, si l'on parvient à un véritable  
détachement, à un vrai désintéressement, alors  
dans l'esprit ainsi devenu solitaire, libre et ouvert,  
l'inspiration naturelle peut jaillir  
comme une force venue de l'univers.*

*Maître UESHIBA exprime cela en disant :  
« Je suis un avec l'univers, et je ne suis rien d'autre ;  
si quelqu'un s'attaque à moi, il s'attaque à l'univers  
lui-même ».*





*Tous les exercices qu'on désigne globalement  
sous le nom d'« arts martiaux » ne devraient avoir  
qu'un but : unifier zen et aïki.*

*Cet accord est source de clarté et de paix et permet  
de communier avec l'esprit qui réside au cœur  
de toute chose, avec l'Esprit originel.*

*Le véritable but des arts martiaux, quels qu'ils soient,  
n'est pas de vaincre l'adversaire.*

*Ils doivent être, pour des hommes parvenus à maturité,  
l'occasion d'acquérir cette attitude de l'esprit,  
grâce à laquelle on « gagne sans combattre ».*



*L'homme, délivré de son « ego », de son « moi »,  
exécute parfaitement et comme en se jouant,  
avec même une certaine désinvolture,  
l'action désirée.*

*Par ailleurs, la disparition de son « moi » anéantit  
la cible que vise l'adversaire.*

*Par le fait même, le désir que ce dernier a de vaincre  
à tout prix, en tirant, en frappant, en bousculant,  
en se battant sans aucune mesure, perd son objet,  
il ne rencontre que le vide... et il est vaincu.*



*« Dans tous les arts, qu'il s'agisse de peinture, d'arrangement floral (ikebana), de tir à l'arc, l'élève doit tendre, par une incessante répétition, à une exécution parfaite.*

*Mais il ne peut y réussir que si, mort à lui-même, affranchi de son « moi », il est devenu l'organe de la Vie, s'il est un avec l'Esprit originel » (1).*

*Cette union essentielle est alors en œuvre, elle s'exprime, elle se manifeste, elle respire, elle fleurit, à travers la forme créée par l'homme. En vérité, tout dépend de la transformation de celui-ci en instrument de la Vie. Ainsi seulement s'explique ce que dit Maître UESHIBA : « Le kyudo (tir à l'arc), la danse, l'art de l'arrangement floral, peindre ou lutter en judo ou en karaté, boire du thé ou chanter, ... fondamentalement, tout cela, dans tous les arts que je viens de citer, c'est une seule et même chose ».*

---

(1) Graf Karlfried von Durckheim.





*Penser, ne fût-ce qu'un instant, à la performance,  
à une victoire quelconque à obtenir,  
cela n'a aucun sens.*

*Le seul but, le seul objectif à viser, c'est de quitter  
le « moi » pour devenir « soi », pour acquérir la vraie  
maturité, qui ne s'obtient que lorsque la « plus grande  
vie », celle du cosmos, de l'univers, se manifeste  
dans la « plus petite ».*

*C'est là une pure et simple évidence.*

*Réaliser cette union avec les énergies cosmiques  
est la condition nécessaire pour que jaillisse  
l'inspiration naturelle. Celle-ci exige un état  
de totale vacuité mentale, qui élimine tout sentiment.*



*L'accord de zen et aïki se réalise au terme d'un processus de libération, qui tend à favoriser le jaillissement de réflexes à l'état pur, c'est-à-dire absolument indépendants de ce que le Maître appelle curieusement le « moi-animal ».*

*« Cette énergie n'est autre que la force universelle qui engendre la vie des mondes, qui fait éclater les étoiles et naître les soleils » (1). Elle est de même essence que celle qui nous permet de penser et d'agir. Elle est présente partout. Elle est subtile, inépuisable, source de toutes les créatures.*

*C'est ce que veut faire comprendre le Maître, quand il dit : « Pour combattre, je n'ai pas de sabre, je fais, de zen et aïki, mon sabre ».*

---

(1) Graf Karlfried von Durckheim.



*En conjuguant les trois forces : celle du corps humain, celle de la volonté, celle de la conscience, on arrive à les transcender, à aller, de cette façon, bien au-delà des possibilités de chacune de ces trois forces prises séparément.*

*Purifier notre cœur, apprendre à se maîtriser soi-même avant de maîtriser les autres, et vivre en paix avec le monde et dans notre foyer... alors, qu'elles soient artistiques, poétiques, dramatiques ou religieuses, qu'elles se réalisent au cours d'une existence paisible ou dans le feu d'un travail intense, toutes les activités de la vie concourent à une réalisation de soi qui s'exprime de manière parfaite dans chacun de nos faits et gestes.*





*Aïki-do est amour et respect de la personne humaine.*

*Parce qu'il respectait l'adversaire dans le combat,  
en le maîtrisant implacablement tout en évitant  
de le blesser, le Maître incomparable qu'était  
O SENSEI MORIHEI UESHIBA a redonné vie  
à l'aïki-jujutsu, qui, avant lui, était un art de tuer.*

*Parce qu'il considérait l'art de combattre sous l'angle  
du zen, il m'a fait découvrir l'union étroite qui existe  
entre zen et aïki. Il déclarait :  
« Zen et aïki ne font qu'un ».*



*Pour des non-initiés, zen et aïki sont des disciplines différentes, et si elles leur paraissent séparées, elles ont, pour l'initié, plusieurs points communs.*

*Il n'y a pas zen d'un côté et aïki de l'autre, mais un « milieu » qui est zen et aïki à la fois.*

*Il faut parvenir à ce « milieu » où zen et aïki ne font qu'un.*



*Un pratiquant qui, dans le maniement du sabre  
et pourvu que son esprit et son cœur (kokoro) soient  
arrivés à maturité, habite dans le « sans domicile »,  
c'est-à-dire partout et nulle part, ne présentera,  
dans le combat, pas la moindre faille,  
fût-ce de l'épaisseur d'un cheveu.*

*Si l'adversaire vous atteint et vous frappe,  
c'est que vous n'êtes pas mûr.*





*La seule méthode valable dans le maniement du sabre  
est d'entraîner son propre cœur.*

*Par conséquent, l'essentiel dans l'attaque – qu'on  
utilise un « jo » (bâton), un « katana » (sabre) ou  
un « yari » (lance) – n'est pas d'atteindre l'adversaire,  
mais de faire en sorte que chaque coup porté révèle  
à celui qui le reçoit sa vraie nature.*

*Car, le coup porté par un Maître représente la  
compassion qu'il éprouve à l'égard de son disciple,  
et dispose ce dernier à faire un pas dans la voie  
d'un entraînement authentique, qui lui apprend  
à vaincre sans combattre, à seule fin d'amener  
l'adversaire à vivre au moyen de la vertu.*

