

ALAIN VERDIER

L'AUTRE EN AÏKIDO OU COMMENT SORTIR DE SOI POUR REVENIR À SOI

Il est fréquemment fait grief aux pratiquant(e)s d'Aïkido de développer de manière souterraine une sorte de narcissisme, un narcissisme qui, selon « les milieux autorisés », trouverait son origine dans un excès de frustration engendré lui-même par une absence de reconnaissance « sportive ». Et on sait que frustration et réconciliation ne font pas bon ménage ! Si troubles narcissiques il y a, il semble plutôt qu'ils soient à rechercher dans une sorte d'incertitude sur ses propres fondements, celle (cause ou effet ?) de l'aïkidoka complaisant à l'égard de soi-même, qui ne veut pas sortir de sa zone de confort, qui ne réveille pas « son aikido », qui n'accepte pas de s'en laisser déposséder, qui refuse tout décentrement de soi-même et qui, de ce fait, ne laisse aucun espace pour une co-production avec le partenaire, donc pour une vie vivante avec lui.

Mais alors, pour les pratiquant(e)s que nous sommes, comment qualifier cette vie vivante ? C'est peut-être une certaine façon d'envisager de vivre en risque, le risque de l'expérimentation permanente et incertaine, faite de cheminements complexes, d'impasses parfois, d'imprévus souvent mais aussi de joie réelle, c'est peut-être ce qu'on appelle avoir une vie éveillée. Certes, le risque évoqué là n'est pas un risque au sens martial du terme, il s'agit de bien plus que cela : c'est un risque vital. L'Aïkido n'est pas magique, il n'est pas non plus exclusivement technique et celui ou celle qui ne se risque pas à expérimenter s'expose à une lente mais inéluctable dégradation. Alors, il est important de maintenir notre attention en éveil, de retrouver l'appétit de l'enfant qui découvre la vie ou du convalescent qui la redécouvre, de celui que nous étions aux débuts et auquel on a certainement des comptes à rendre, autrement dit de retrouver en soi cette disponibilité à

faire connaissance avec ce qu'on ne connaît pas et à devenir ce qu'on n'est pas encore. Sans doute serait-il bon aussi, pour peu toutefois qu'on accepte encore d'être surpris, de laisser en soi la place à des fragilités, mais cela est une autre affaire. Dans tous les cas, il n'est pas souhaitable que, quand elle existe, cette dynamique du « risque » soit freinée voire cassée par des enseignements paradoxalement dépourvus d'incertitude, où les élèves ne seraient considéré(e)s tout au plus que comme des extensions de l'enseignant(e), avec tout le processus d'infantilisation que cela entraîne.

En effet, l'autre - le ou la partenaire - assure une grande part du processus créatif permanent que veut être l'Aïkido. Ce partenaire est sinon un « directeur de conscience » du moins un référent qui suggère en permanence de nous éloigner de la complaisance que l'on est tenté de nourrir à l'égard de soi-même (c'est toujours la faute de l'autre, il n'attaque pas assez fort

ou trop fort, il ne sait pas chuter, etc.). Le pratiquant a un besoin essentiel de cette fonction extérieure attribuée au partenaire : développer sa singularité d'aïkidoka suppose de s'en remettre en partie à autrui.

Devenir différent(e) de ce que nous étions, voilà bien la conséquence d'une pratique régulière et rigoureuse qui se traduit notamment par la nécessaire « connexion » que nous essayons d'entretenir en permanence avec le ou la partenaire et qui est au fondement même de l'expérience « martiale ». Assurément, tout cela réclame du temps. Aussi, la pratique et l'enseignement doivent être envisagés avant tout comme un étirement du temps permettant aux pratiquant(e)s d'avoir cette prise

de conscience progressive qui en fait des individus à part entière. Alors, la patience aidant, peut s'exprimer un sentiment de plénitude qui va de pair avec l'estime de soi et qui contribue à donner aux pratiquant(e)s d'Aïkido un équilibre à la fois physique et psychique. En cela, et par irrigation, l'Aïkido et les valeurs fondamentales qu'il véhicule alimentent bien un projet éducatif plus vaste.

Si le besoin de l'autre pour se construire en Aïkido n'est pas une idée très nouvelle, gardons bien à l'esprit, dans son prolongement, qu'il n'est pas possible de faire coexister durablement et sans dommage pour notre discipline l'absence de respect pour autrui et le maintien du respect pour soi-même.

*« Il faut appartenir
avant de sa part tenir »
(propos lacaniens...)*

