



Mélusine et l'Aïkido ?



Michel GÉRARD nous fait part d'une pépite trouvée sur Facebook : ce texte très juste qui dépeint assez bien certaines situations vécues dans nos clubs. Il émane de Séverine, pratiquante d'Aïkido dans le club de Courtisols dans la Marne (<https://associationaikidocourtisols.com/>), club « découvert par hasard et quelle rencontre extraordinaire dans notre monde ! Je suis d'accord pour partager l'expérience de Mélusine avec nos amis les Ch'tis,[...] j'ai écrit ce texte le 18 septembre et je l'ai publié sur mon blog « Les élucubrations de l'encrier » (<https://leselucubrationsdelencrier.blogspot.com/?m=1>)



L'Aïkido, ou la fabuleuse rencontre de Mélusine¹.

Cela pourrait être le titre d'un roman d'aventures fantastiques : « Ma fabuleuse rencontre avec l'Aïkido d'un Senseï Extra-Ordinaire ». Suspens ? N'est-ce pas ?

Mais ce n'est pas un conte, c'est ma réalité et elle est belle et bien extraordinaire. La vie nous emmène dans de bien étranges directions et nous amène à faire de très belles découvertes. Moi, je suis Mélusine, la maman de la petite famille de cette histoire. Ainsi, elle pourrait commencer par : « Il était une fois... ». Donc commençons.

Diktat de la compétition

Il était une fois une famille, la mienne, fraîchement arrivée dans un petit village à la recherche d'un club de sport pour leurs enfants. Un sport sans trop de corps-à-corps et pas dans un esprit compétitif car ce n'est pas notre façon d'aborder la vie.

Parce que, qu'elle est la signification de la compétition ? Hormis le côté dépassement de soi et donner le meilleur de soi-même . Cela renvoie aussi à écraser l'autre, balancer l'autre pour être le meilleur. Sinon quoi ? Que se passe-t-il ? On est isolé du groupe ? On est un « bon à rien » ? On est nul ?

Nous ne voulons pas que les choix de nos enfants soient guidés par la peur de ne pas être acceptés d'un groupe, car ils ont des avis ou des envies différents. Nous voulons leur offrir le choix.

Quelle drôle d'époque vivons-nous, dans ce diktat d'être le plus beau, le plus fort, le mieux habillé, avoir le dernier jeu vidéo ou portable à la mode et j'en passe. La télé-réalité qui occupe maintenant les écrans de télévision n'aide pas du tout. On starifie de jeunes crétins qui offrent à voir leur vie indécente, luxueuse et dénuée de sens. C'est montrer aux enfants l'argent facile.

La société fabrique doucement, mais sûrement, des moutons boulimiques de consommation inutile sans une once de jugement. Des personnes facilement manipulables par la désinformation.

¹ [Les intertirtres ont été ajoutés par la rédaction de l'Aïki Ch'ti.](#)

Démonter la valeur du travail et l'entraide voilà ce qui est tristement en train d'arriver.

Résister

Malgré tout, il y a un quand même dans notre pays et dans le monde, des petits groupes de résistants que l'on pourrait comparer au village gaulois d'Astérix et d'Obélix.

Tout espoir n'est pas perdu. Il suffit d'expliquer, de donner des arguments, de savoir chercher, de questionner, d'expérimenter et proposer d'autres alternatives, d'attiser la curiosité de nos jeunes. Ils comprennent tellement de choses et sont passionnés et passionnants. Ils sont curieux de tout et ne cherchent que ça d'explorer le monde qui les entoure, quand leur attention n'est pas exclusivement accrochée à un écran.

Ils ont en eux un trésor qui s'appelle la raison, la logique, qui questionne, nous guide dans nos choix en toute singularité. Ces futurs adultes-là ne seront pas manipulables à souhait, ils réfléchiront, penseront et construiront leur propre jugement et opinion. Pas besoin de compétition quand on comprend les enjeux de la vie en société où le principe de solidarité est écorché, certes, mais tient encore debout.

Enfin, là, je m'éloigne un peu du sujet. Donc, je reprends.

Premiers contacts

Il était une fois, une famille avec des enfants, cherchant un club de sport. Les choix étant restreints par leur « surtout pas ça ! », « non, ça, c'est nul », etc. Par curiosité nous nous tournons vers l'Aïkido que l'on ne connaît pas, mais qui nous interroge.

Un premier contact sur Internet. Nous découvrons des sportifs, habillés de jupes noires par-dessus un kimono qui leur donnent une belle allure, une très grande classe. Ils sont de vrais acrobates. On croirait des « guerriers d'un autre temps », voire même des danseurs d'un tango chorégraphié à la centième près.

Les mouvements sont souples, mais rien n'est laissé au hasard. À commencer par la tenue ajustée à la manière d'un Samouraï et qui a un tombé impeccable. Cela me renvoie à des films japonais d'histoire et d'honneur, de combats minutieusement détaillés, légers, dansants, précis et impitoyables malgré tout.

Cette beauté martiale m'interpelle et nous plaît. Les enfants sont stupéfaits par les chutes et autres roulades. Je peux dire qu'ils sont conquis.

Se renseigner, approfondir

Nous lisons des articles et le concept « spirituel » nous plaît bien. C'est un art martial de défense et non d'attaque. Mais c'est surtout une manière d'aborder et de penser la vie et les échanges avec les autres dans le respect et l'harmonie. Et le point le plus important est qu'il n'y a pas de compétition. Chacun évolue à son rythme. Marché conclu, nous irons faire un essai.

Essayer

Le premier vrai contact dans la réalité s'est passé un jeudi soir.

Dans le Dojo, deux personnages singuliers et accueillants nous invitent à entrer. Il se dégage une atmosphère rassurante et bienveillante mêlée à une autorité naturelle sur le tatami. C'est clair que l'on n'a pas envie de faire n'importe quoi. Nos enfants s'amusent et en même temps, ils ont vite intégré les rituels inhérents à cette discipline. Ils prennent cela très au sérieux et s'enthousiasment en sachant répéter leurs premiers mots en japonais.

Adopter

Voilà trois années que je les emmène à leur séance. J'en passe du temps à les regarder et être fière. J'aimerais être à leur place, mais je n'ose pas.



Puis notre aîné obtient son Hakama, le fameux pantalon large de Samouraï. Quelle fierté dans son regard et quel honneur. De plus, il peut participer au cours adulte pour perfectionner sa pratique.

C'est ainsi que je l'accompagne aux cours du soir et j'attends en les regardant avec un roman dans les mains au cas où je m'ennuierais.

J'ai toujours cette même impression, que tout ça a l'air trop facile pour l'être. Ils dansent réellement et voltigent.

Je m'aperçois que mon roman n'avance pas et que je suis plus absorbée par ce qu'il se passe sur le tatami et par les explications du Senseï Extra-Ordinaire qui partage sa façon de pratiquer, de faire les mouvements en toute bienveillance envers son corps, son moi intérieur et envers l'Autre bien sûr.

Il n'impose pas ses idées, mais dit toujours : « Je vous fais la proposition de... ». C'est différent comme approche.

Il n'y a apparemment aucune place pour le « moi d'abord », « moi, je sais », « je suis le meilleur ».

Observer, s'interroger

Bizarre dans notre société de ne pas être égoïste et juste partager son savoir avec l'autre dans le but de progresser mutuellement quel que soit le niveau. Chacun apprend de l'autre dans cette rencontre singulière sans arrière-pensée.

Est-ce que cela peut-être vraiment réel dans notre société actuelle ? N'y a-t-il pas baleine sous cailloux ?.

Eh oui, je n'ai pas l'habitude de tant d'humanité, de respect et de simplicité. C'est un peu effrayant et déroutant. Car dans la vie de tous les jours, que ce soit en ville, au centre commercial, au travail ou autres, la plupart d'entre nous ont une expérience compliquée dans les relations humaines. Nous revenons au principe de compétitivité et d'agressivité.

Donc je regarde ce qui se passe et garde en moi une certaine méfiance.

Je prends tout de même du plaisir à contempler ce spectacle martial. Les sportifs me saluent, moi qui ne fais pas partie du groupe, de leur groupe. Encore quelque chose d'étrange et d'inhabituel.

Oser ?... Ou pas ?

Intérieurement, j'aimerais être capable de les rejoindre sur le tatami, mais je n'y arrive pas. Timidité, manque de confiance, peur du regard et du jugement des autres. Peur de ne pas être à la hauteur, ils vont me trouver nulle car je ne sais rien faire.

Pourquoi j'ai tant de questionnements et une certaine réticence envers cet accueil si simple, si vrai.

Tout simplement parce qu'on n'est plus habitué à l'entraide ni aux relations humaines simples sans jugement de valeur.

Je sens que mes barrières tombent. La confiance commence à poindre le bout de son nez.

Bref, je suis présente, aimerait être avec eux et j'ai froid. Car quand on ne fait rien, on a froid.

Plusieurs fois, le Senseï Extra-Ordinaire m'a proposé, « on a de la place sur le tatami, on a des kimonos si tu veux... » Mais sans insister. Il devait sentir qu'il fallait me laisser le temps de digérer tout ça.

En parallèle ma famille m'encourage et je me décide à aller acheter un kimono.

Pendant plusieurs séances, je viens avec ma tenue dans le sac sans pouvoir la revêtir et rejoindre le groupe.

Sauter le pas

Et enfin, un soir, je me lance. Je suis arrivée et je suis montée directement mettre ma tenue sans me laisser le temps de réfléchir, car une fois habillée, je n'allais pas pouvoir changer d'avis. En même temps, j'ai déposé ma cotisation, lien contractuel qui me lie au club et dont je ne pouvais me défaire. Maintenant, il fallait y aller « ma vieille, plus d'excuses ! ».

Ce soir-là, le Senseï Extra-Ordinaire n'a fait aucune remarque, ce qui m'a beaucoup aidé et mise à l'aise. C'est à partir de ce moment que j'ai fait ma grande rencontre sportive, martiale et humaine.

L'accueil a été sympathique, bienveillant et chaleureux dans le bon sens du terme et en tout point. Comme si je faisais partie de leur groupe.

J'avais peur de mal faire, de ne pas être à la hauteur, de gêner les Hakamas » avec ma non-compréhension des mouvements, du langage. Mais non, je ne me suis pas sentie de trop, ni une débutante avec qui on ne veut pas pratiquer. Ce premier cours, je me suis éclatée comme une enfant dans un parc d'attraction. Ça faisait longtemps que mon corps n'avait pas réussi à évacuer autant de tensions en une fois. Mon fils était très fier de sa maman et cela n'a pas de prix.

Extra-Ordinaire ?

Pourquoi je parle d'un Senseï Extra-Ordinaire ?

Je pense bien sûr que la technicité et le concept spirituel du fondateur de cette discipline doivent être respectés et enseignés dans d'autres clubs mais notre Extra-Ordinaire Senseï a un plus.

À mon sens, il est le gardien de cette bienveillance, de cette humanité, de ce respect de l'autre et surtout de cette non-supériorité qu'il pourrait aisément nous faire sentir. C'est une qualité, l'humilité. Chacun, à son niveau se sent à sa place. Mais il n'est pas seul, ils sont un tout, un ensemble qui partagent la même vision, la même passion, les mêmes valeurs humaines et sportives. Il a réussi à fédérer les pratiquants et créer cet espace de confiance.

Pour cette recette secrète et magique, je pense qu'il lui faut une pincée de cran, un brin de charisme, une bonne dose d'expérience, une louche d'autorité, trois grosses lichettes alsaciennes de partage, ne pas lésiner sur la bienveillance et la passion, un peu de raison, une dose de questionnement de sa pratique et une cuillerée de respect. Voilà, je pense, la composition de sa recette ancestrale qui nous donne envie d'évoluer et de faire vivre ces valeurs qui sont pour moi fondamentales.

Mais nul ne sait si elle est juste, ce n'est peut-être qu'une légende...

Voilà ! Cette histoire touche à sa fin. Je suis désolée, elle ne se terminera pas par : « Ils vécurent heureux et eurent beaucoup d'enfants » ; mais plutôt par : « Ils furent heureux de se retrouver régulièrement sur le tatami et de s'amuser comme de grands enfants ».

Séverine
[Les élucubrations de l'encrier](#)