

Raison à deux

AïkiCom' à la rencontre du différent

Christian Vanhenten

Je te remercie, toi qui as exprimé cette opinion différente de la mienne. Je te remercie pour avoir fait naître cette conscience de la différence. Sans ton opinion la mienne n'aurait pas sa place dans cet espace social. Je te remercie également pour l'avoir exprimée avec tant de fermeté. Ta véhémence montre à quel point je suis accroché à ma pensée, combien est ferme cette identification de qui je suis à ce que je pense. En exprimant ton opinion tu complètes le cercle. Le cercle est fermé. Il nous faut maintenant respirer dedans pour qu'il reste vivant et ne devienne pas une pensée-carcan aux murailles défendues bec et ongle. Pour ne pas que les idées se transforment en étendard et nous en chevaliers défenseurs d'un idéal de pensée unique. Lorsque le dialogue prend les armes, la métaphore se transmute et prend son visage guerrier.

La réalité prend alors son nouveau jour. Exploration de ce qui devient le champ de bataille, identification de ses alliés et des alliés du camp adverse, premières ébauches de stratégies. Les armes sont fourbies et les espions collectent les informations. Une première évaluation peut nous faire croire que nous sommes en position de force et opter alors pour l'attaque immédiate. Ne pas laisser le camp adverse le temps de se préparer, fondre sur lui pour lui faire sentir qu'il est vain de résister. Forcer



l'autre à se rendre ... à l'évidence et admettre que j'avais raison, depuis le début, parce que j'ai les arguments pour te convaincre, parce que tu ne peux croire un instant pouvoir m'apporter quoi que ce soit de plus, quoi que ce soit de mieux, à mon opinion. Ta présence matérialisée par cette opinion divergente, je la vois comme une menace dans mon monde où la règle est « c'est toi ou moi ».

Lorsque la vérité croit n'appartenir qu'à un camp elle s'ampute. Le contraire d'une grande vérité est encore une vérité nous dit le sage.

Respirer dans le cercle disais-je, pour conserver cette pulsation. L'inspire et l'expire se menacent-ils mutuellement ? Lequel des deux a raison ? L'un n'est-il pas l'annonceur de l'autre ? Bien sur, et c'est souvent le cas, il y en a un qui fait plus de bruit que l'autre. Tout le monde parle du premier cri du bébé à la naissance. Mais comment pousser ce cri sans remplir préalablement ses poumons d'air. Et voilà comment la complémentarité se mute en concurrence. Inspire, inspiration, expire, dernier soupir. L'inspiration nous amène au monde dans l'anonymat tant est attendu le premier cri. Il en va de même de notre dernier souffle. Quelle est la qualité de la dernière inspiration, celle qui a précédé et rendu

possible ce dernier soupir? Non, décidément la rivalité ne sortira du cercle vicieux qu'en changeant de nature. La sagesse orientale a imaginé le concept de yin et de yang, les cybernéticiens occidentaux ont développé la systémique. Le tout est plus que la somme des parties. Les séparer c'est perdre ce que l'on appelle les qualités émergentes, celles qui n'existent que de par l'organisation des parties entre-elles. L'intelligence ne réside donc pas uniquement dans les éléments, elle se dissimule aussi dans la relation. Un ensemble de rouages et d'engrenages ne donnent pas l'heure, une montre bien. Je reviens donc vers toi, cet être étrange qui semble avoir perdu tout bon sens puisque tu ne partages pas mon avis. Quel est ton utilité sur cette Terre, toi qui vient perturber ainsi le ronron de mes opinions, de mon confort de penser en rond. Tiens, revoilà le cercle qui pointe à nouveau son nez. Mais ce cercle là est confortable, ce n'est pas comme l'autre, celui que tu as formé en venant me dire j'ai tort, que je n'ai rien compris. Et même si tu ne me l'as pas dit explicitement, j'ai bien senti que tu le pensais puisque tu viens discuter, contredire. Dans mon ronron mental, j'essaie d'abord de t'absorber de te digérer mentalement. Mais cela ne passe pas. J'ai des nausées intellectuelles en découvrant mon bon sens n'est pas le bon sens universel. Tu viens troubler mon sommeil mental et je t'en veux pour cela. Je suis donc tenté par le combat car je connais bien cet univers du « c'est toi ou c'est moi ». Il ne peut y en avoir qu'un qui a raison mais Aïe qui ?

Petite secousse dans mon esprit ces deux syllabes résonnent et m'appellent à sortir de ma torpeur. Moi qui avais déjà la main au fourreau j'entends ce son qui prend une autre dimension : aï-ki !

Et là le monde bascule. En tout cas ma manière de voir le monde. Des sensations corporelles me font sentir ces déplacements et cette conscience de mon centre et du centre du partenaire. Soudain je vois cette discussion en cours d'un point de vue totalement différent.



Le symbole du tao émerge des profondeurs de mon inconscient invité par ces sensations ressenties corporellement. Le mouvement s'invite dans la scène où je m'étais figé, prêt au combat.

Et tout est transformé.

La perception se fait plus nette de la diversité des points de vue. Le respect de mon intégrité et de celle de mon partenaire n'est pas seulement respecter son poignet lors d'une technique c'est aussi respecter qu'il puisse avoir une opinion différente de la mienne.

Le mouvement est commencé.

Qui a commencé ? Lui ou moi ? L'inspire ou l'expire ? Peu importe. Tant que les deux sont présents il y a la vie. Reste à voir s'il est possible de transformer les énergies du conflit en synergie.

Naissance d'un nouveau cycle : shite (celui qui agit), uke (celui qui reçoit), le mouvement aïki n'est complet que si j'ai endossé les deux rôles. L'effet bénéfique de la pratique ne se ressent qu'après au minimum un cycle. Ecoute et expression, cette respiration relationnelle doit alterner les séquences si l'on veut éviter l'étouffement. Apnée, suspension de la respiration, mot composé du a, alpha privatif (α) et de pnée, la respiration, le souffle ce véhicule du Logos ($\lambda\acute{o}\gamma\omicron\varsigma$: la raison, la parole, le discours).

La biologie définit la respiration comme un mécanisme d'échange gazeux. L'être humain peut retenir sa respiration pendant 1 à 2 minutes. Le cachalot peut s'abstenir de respirer pendant près de 90 minutes et rester ainsi en plongée dans les profondeurs. Sur le plan relationnel, constatons que nous tenons parfois plus du cachalot que de l'humain.



L'attitude aïki nous ramène à notre humanité et nous invite à rester présents, à la surface de la relation. Les réactions sanguines se régulent car les énergies circulent. Et je n'ai pas d'attente, à l'issue de l'interaction sur le fait que l'autre changera d'avis (même si je dois bien avouer que mon ego trouve cette idée assez confortable et même plaisante). Je suis déjà pleinement satisfait d'avoir pu

reconnaître l'autre dans sa différence et d'être reconnu dans la mienne.

Naturellement pour pratiquer l'aïki il faut être deux et si l'autre ne veut ou ne peut entrer dans cette démarche de coopération je ne pourrai pas faire grand-chose. Je ne tiens qu'un bout de l'écharpe relationnelle comme l'écrit Jacques Salomé. Il me reste à prendre acte, non sans m'être interrogé au préalable sur mon rôle dans ce refus, et envisager soit de revenir quand les conditions seront plus favorables soit de me tourner vers d'autres relations plus en accord avec ma démarche. Le monde est vaste et généreux. Des possibilités infinies s'offrent à nous pour sortir des schémas de codépendance, des relations énergivores et épuisantes.

En aikido, le « Taï sabaki » est un déplacement destiné à nous placer hors de l'axe de l'attaque et canaliser l'énergie en créant un mouvement où chacun trouve sa place. Taï sabaki vient de taï, le corps et sabaki qui peut être traduit par mouvement. Dans le jeu du Go, le sabaki est un mouvement où le joueur qui a des pièces en difficulté chez le partenaire ne cherche pas à créer plus de territoire (avoir raison) mais crée des formes flexibles et légères qui sortent rapidement vers le centre en procédant au sacrifice d'une ou plusieurs pièces.

