

Les Bases en AIKIBUGEI – LES PRINCIPES DU BUDO

Une notion, dans le contexte du BUDO, c'est " la compréhension intuitive acquise par l'expérience". Une notion ne peut être réellement comprise à partir d'une explication intellectuelle. Le débutant sait qu'elle existe, il en a entendu parler, mais il ne la comprend pas encore. La véritable compréhension passe, à la fois par le corps, l'intelligence et l'émotion. La différence entre le fait de connaître intellectuellement une notion et celui de la comprendre, peut être expliquée ainsi :

Celui qui appréhende intellectuellement à une notion peut en parler.

Celui qui la comprend peut l'appliquer.

Celui qui l'a profondément assimilée, l'applique à tous ses actes, automatiquement, toujours et partout.

Tout en insistant sur le fait que ces notions doivent être expérimentées, et cela en temps voulu, je pense que la liste établie ci-après, et qui est loin d'être exhaustive, peut encourager les différents groupes qui travaillent isolément à découvrir l'extrême richesse du *BUDO*.

Finalement, l'apprentissage de ces notions n'est-il pas le but ultime de la pratique du *BUDO* ? S'astreindre à une discipline martiale dans le seul but de bouger ou de manier une arme, cela ne reviendrait-il pas à réciter un poème dans une langue qui nous est étrangère ? Autant le fait de comprendre le sens des mots influencerait notre diction, autant en ce qui nous concerne, la connaissance de ces notions donne à l'Art que nous pratiquons toute son expression.

"Les notions, ces vérités globales, sont autant de graines semées sur le chemin qui mène au DO." Si les graines tombent sur un sol dur, elles ne germeront jamais. Il est donc primordial de préparer le terrain en abordant l'étude d'un Art Martial. La seule manière d'étudier un Art Martial avec quelque succès, c'est de le faire avec une attitude composée des cinq éléments suivant :

- 1. Patience**
- 2. Confiance**
- 3. Humilité**
- 4. Souplesse d'esprit**
- 5. Disponibilité**

A moins qu'elle ne se transforme en cours de route, toute autre attitude conduit à l'échec. Cette attitude idéale est exprimée à travers la notion appelée ***Junanshin*** (esprit malléable). Ces éléments sont très importants car :

1. Patience

L'Impatient s'est déjà inconsciemment fixé un but et le temps qu'il mettra à l'atteindre. Le regard fixé sur ce but imaginaire, il ne pourra prêter attention à l'endroit où se posent ses pas. Il foulera aux pieds les graines semées sur son passage. Il n'aura pas la patience d'attendre qu'un certain travail se fasse en lui. Il voudra des résultats rapides. Il lui faudra vaincre son

impatience, apprendre à marcher simplement, sans s'occuper du chemin parcouru, ni du but à atteindre, mais en concentrant son attention sur l'instant présent (" **Ici et maintenant** ").

2. **Confiance**

Le Sceptique aborde la discipline en la jugeant constamment sur la base des connaissances qu'il a acquises dans d'autres domaines. Il décortique tout et, s'il ne comprend pas tout, il doute. Doué d'un esprit très logique, il n'acceptera pas, ou seulement avec réticence, ce qui n'est pas vérifiable. Son scepticisme l'empêchera de progresser. Il lui faudra apprendre à faire confiance à son enseignant et à la discipline qu'il a choisie.

"On ne peut rien prouver en BUDO. On y acquiert soi-même ses convictions et seulement pour soi-même".

3. **Humilité**

L'Orgueilleux, imbu de "ses grandes qualités", va trouver difficile d'admettre qu'il n'y connaît rien. Il se sent à l'étroit dans sa peau de débutant. Il cherchera à justifier ses erreurs ou ses défauts. Son ego dressera des obstacles quasiment insurmontables sur le chemin de sa progression. Il lui faudra accomplir un énorme travail sur lui-même pour réaliser qu'il n'est pas le centre du monde, mais **"un simple voyageur, ignorant comme beaucoup d'autres, qu'il est à la recherche de lui-même"**.

4. **Souplesse d'esprit**

L'Entêté sera tout d'abord servi par son trait de caractère. Il foncera sur le chemin du DO sans trop regarder où il va. Mais quand vient le moment des remises en question, son esprit "grincera", peu habitué à la mobilité. Il ne se résignera qu'avec difficulté à marcher dans une direction différente de celle qu'il avait jugée, car il ne peut marcher qu'obstinément. Mais si c'est avec la même obstination qu'il se met à faire des efforts pour se libérer de cette rigidité d'esprit, alors rien est perdu.

"D'erreurs en déceptions, d'échecs en défaites, son esprit meurtri s'assouplira et s'accommodera des brusques changements de direction que nous réservent les voies du BUDO".

5. **Disponibilité**

L'Indisponible abordera une discipline avec ce genre de langage : "Je veux bien commencer (sous entendu, pour vous faire plaisir), mais je ne pourrai venir qu'une fois par semaine (sous entendu : je ne connais rien du travail à effectuer, mais voici mes conditions) car j'ai encore d'autres obligations ...". Le **BUDO** exige beaucoup de temps (une vie) et de travail. Ce personnage affairé devra vite faire des choix. On ne peut pratiquer sérieusement le BUDO une fois par semaine. C'est quotidiennement qu'il faut s'entraîner et deux à trois fois par semaine sous la direction d'un enseignant. La participation aux stages et à la vie du groupe monopolise une grande partie des loisirs d'un individu. L'indisponibilité reste un problème majeur, et la principale cause de défection.

En résumé, lorsqu'on décide d'entreprendre un voyage dont le but est la compréhension de la vie et la découverte de soi-même à travers le **BUDO**, il faut prendre le temps, avoir une grande capacité d'adaptation, mettre humblement sa confiance toute entière dans le guide que l'on a choisi, et avancer patiemment, pas à pas, attentif et réceptif.

Toutes ces qualités sont comprises dans l'attitude **Junanshin**. Il est primordial qu'elles soient mises en oeuvre dès le début, car elles sont indispensables jusqu'à la fin du voyage.

***JUNAN SHIN* où *NYUNAN SHIN* « *souplesse de l'esprit* » :**

Qualité exigée d'un pratiquant des arts martiaux, qui doit accepter humblement les directives d'un Maître qu'il s'est choisi, et faire abstraction de son égo.