

STÉPHANE BENEDETTI (né en 1951) **7^{ème} dan Aïkikai**

Stéphane Benedetti, né en 1951, a commencé par pratiquer le judo, puis a découvert l'aïkido dès 1966. Après avoir vécu une dizaine d'années au Japon, il s'est installé à Aix en Provence, où il a créé plusieurs clubs, dont l'Institut Aixois d'Aïkido ! Élève et traducteur de Tamura senseï des années 1970 à la mort de celui-ci, il vit désormais en Catalogne. Il est le président-fondateur de Mutokukai, organisation regroupant, de façon très ouverte, des aikidokas du monde entier.

Fin 2005, sollicité par les animateurs du forum "aikidoka.fr", Stéphane Benedetti répond brièvement à une question visiblement très sensible pour beaucoup d'aïkidokas : l'aïkido est-il un art martial ?

Vieux refrain... Clairement, non. Art martial, qui se rapporte à la guerre... Or l'aïkido (*takemusuaiki*) se place dès l'origine hors de ce cadre. L'aïkido est un art de paix et de protection, c'est ce que signifie *takemusu* qui n'est pas sans évoquer le chevalier sans peur et sans reproche protecteur de la veuve et de l'orphelin...

J'ai sans doute, l'âge venant, un peu tendance à me répéter mais l'aïkido n'a aucun rapport avec la bagarre de rue et l'infinie discussion sur les armes et l'aïkido ou la place des armes dans l'aïkido n'a pas lieu d'être. Si sabre il y a, c'est celui de Manjushri, l'arme absolue qui tranche les liens de l'ignorance, sans pitié aucune, l'arme de la connaissance qui renvoie au néant l'obscurité engendrée par l'ignorance fondamentale, elle-même produit de nos désirs et de nos émotions refoulées et rendues sauvages plutôt que d'être explorés et domestiqués (au sens originel de faire partie de la maison) :

L'aïkido est une voie héroïque, certes, mais il n'est pas question d'y échanger des horions dans une arrière-salle de bar, mais bien d'aller bouter le feu de Prométhée dans les arrière-salles de notre être. Il ne s'agit plus de faire la guerre mais de vivre en guerrier. "*Satsujin tô katsujin ken*"

Face à l'ampleur (par le nombre et la virulence) des réactions provoquées par ces quelques lignes, Stéphane fut amené, quelques semaines plus tard, à détailler un peu sa réponse...

Faudrait jamais écrire, je le savais ! Un petit édito... et voilà ! Faut que je m'explique ! Que j'en rajoute ! Je vais encore écrire des trucs qui vont foutre la panique dans les forums... Faire une embolie du curriculum vitae ! Je voulais juste faire plaisir... Écrire des évidences...

Que Morihei Ueshiba ait enseigné avant-guerre la technique de la baïonnette aux académies de Police, de l'Armée de Terre, Académie Navale et écoles d'espionnage, haut lieux du militaro-fascisme japonais n'est un secret pour personne... Que le même ait enseigné après-guerre que l'aïkido est amour, protection de la vie, joie et paix universelle non plus. Que l'*aikijutsu* première version soit un art martial, je n'en doute pas. Je ne suis pas un compliqué :

omo-tokyo, je n'y comprends rien, quant au *kotodama*, il est peut-être préférable que je conserve mes opinions par-devers moi...

Vivre en guerrier (pas faire la guerre), ça a rameuté les souvenirs de mai 68 ? Pas fait la guerre ? Aucun regret ! Mon pote Sam Noyce, lui... au service plus ou moins officiel de sa gracieuse Majesté... Beaucoup de travail à la main, au couteau, aux Malouines et ailleurs... Il n'en confondait pas pour autant l'aïki et la guerre... Au contraire ! Il avait ses fantômes, pas moi, Paix à son âme !

J'ai vu, il y a peu, un reportage à la télé sur la Légion Étrangère. Il y avait là un Japonais qui était venu s'engager pour faire la guerre... Il avait raison, la guerre, il y a des spécialistes pour cela, des vrais ; ils ne jouent pas avec des sabres en bois. Celui-là voulait être samouraï des temps modernes, il était parti du Japon, direction la Légion, chez les pros, il était sérieux...

Je ne suis pas violemment pacifiste mais je n'aime pas la guerre, je suis d'accord avec Sun Tzeu « le meilleur général n'a pas besoin de faire la guerre. » Et j'admire un seul militaire : un général de parachutistes russes, Alexandre Lebed, qui a su en arrêter deux sans combattre... On l'a assassiné plus tard... Pour la petite histoire, ses gardes du corps faisaient de l'aïkido...

Alors vivre en guerrier ? Pour commencer un guerrier n'est pas nécessairement un militaire ou un soldat... Il n'est guère utile de se déguiser en samouraï ou de dormir avec son sabre... Pour moi qui n'étant pas la réincarnation de Morihei Ueshiba ne peut parler en son nom, il s'agit d'une voie, d'un processus d'évolution de l'homme vers un degré plus affiné de l'être.

La voie du guerrier est une voie périlleuse non parce qu'on risque d'y périr fauché par une pluie de balles dans un geste héroïque immortalisé par les photographes, mais tout simplement parce que les échecs spirituels y sont nombreux et que les abords de la voie sont jonchés de laissés pour compte Cette voie, comme toutes les autres est marquée par de grandes étapes que je voudrais maintenant essayer de décrire :

La forteresse (paranoïa I)

La 5e colonne (paranoïa II)

Le cul dans l'herbe tendre...

Et rythmée par le **Syndrome du Désert des Tartares**

La forteresse correspond à une période de construction physique. Il faut construire le corps au moyen d'un entraînement rigoureux, accumuler les techniques. Fondations profondes, murs épais et solides, rien n'est laissé au hasard, chaque détail est élaboré en fonction de son intérêt défensif et de sa valeur stratégique. Gare aux châteaux de cartes ou de sable ! C'est, je crois le sens de l'enseignement de Saito senseï: construire sur des bases stables, saines et fortes.

De nombreux élèves de Morihei Ueshiba l'ont quitté, comme Gozo Shioda du Yoshinkan, car ils ne voulaient (ou ne pouvaient) s'intéresser à autre chose. Il est tentant de s'attacher à un chef d'œuvre de l'art militaire aussi soigneusement bâti, allez donc voir le château de Salses ! Planification totale contre "l'autre" !

Il est évident que cette étape de fortification n'est pas et ne peut pas être une étape de libération, qu'elle se construit contre le monde par prise de conscience de la dualité "moi/monde". L'adversaire, celui qui est en face, me saisit, m'attaque... Je me défends... Il n'y a pas moyen d'y échapper quel que soit le discours. Ceci n'en est pas moins caractéristique de la paranoïa sous sa forme bénigne : le monde extérieur **est** agression.

À ce niveau des tensions sont induites par le discours ambiant sur l'harmonie [NB : l'aïkido est parfois décrit comme la voie de l'harmonie] qui ne cadre pas et cela est normal avec des techniques qui fonctionnent de toute évidence en réaction à une attaque, un adversaire. Il ne peut en être autrement et prétendre le contraire c'est se mentir à soi-même, il n'y a rien de plus idiot ni de plus dangereux pour tout développement futur.

Le problème est plus grave encore pour les gens physiquement "doués" qui peuvent être amenés à croire qu'ils ont déjà atteint la maîtrise alors qu'ils en sont encore au maniement d'armes.

Cet aspect physique du travail est doublé dès le premier jour par un travail sur les émotions sur lequel on s'attarde moins car il est simplement moins visible, moins évident. La relation physique directe à l'autre ou à la Terre déclenche automatiquement des émotions puissantes et très profondes de peur, d'angoisse, d'agressivité etc... que notre culture tend à occulter, ou pire sans doute, à considérer comme émotions négatives. Le simple fait d'être saisi et de ne pouvoir s'en sortir est anxiogène, sinon tout un chacun, sans entraînement préalable, pourrait rester décontracté sans être affecté par l'agression. Il en est de même des chutes... La Terre fait peur (et parfois mal) !

Pourtant un guerrier sans peur est un guerrier mort ! Il n'est rien de plus inutile sauf pour remplir les cimetières militaires... La peur, l'agressivité etc... sont des émotions indispensables à la vie. La question, une fois de plus, est d'apprendre à les reconnaître puis à travailler avec et non contre. La peur qui vous conseille de vous écarter du chemin d'un camion est bonne conseillère, celle qui vous incite à fermer les yeux pour ne plus le voir est assassine. Dans le premier cas il y a communication avec l'émotion, dans l'autre invasion, débordement, perte de contrôle et surtout de liberté mais cela reste la même émotion fondamentale.

Ce double travail physique et émotionnel est la nature même de la forteresse. Si tout se passe pour le mieux un jour vient où l'on est amené à se poser la question : "Pour quoi faire ?" En effet je crois la proportion de ceux qui ont été amenés à se servir de techniques d'aïkido dans leur vie quotidienne infime. (Je ne dispose d'aucune statistique...) Il est clair que l'enfermement ne nuit qu'à soi-même et qu'aucun ennemi assoiffé de sang ne mugit dans nos campagnes... **C'est le syndrome du Désert des Tartares !**

Le doute s'insinue, tout cela n'aurait-il servit à rien ? Ces beaux murs dont je suis si fier sont-ils inutiles ? Ma belle forteresse, un monument absurde dressé contre le vide ?

Ce questionnement en pousse beaucoup à l'abandon... Certains s'enferment résolument dans d'aveugles certitudes, d'autres que le doute a minés plus profondément se mettent à la recherche d'un nouvel ennemi... Si rien ne vient de l'extérieur, il faut bien qu'il y ait à l'intérieur de ma belle forteresse un ennemi intérieur, une cinquième colonne, un ennemi bien plus insidieux, dangereux, traître invisible !

Son nom est connu de tous "Ego", la bête malfaisante... Et voici notre châtelain parti à la chasse à l'ego avec le même enthousiasme qu'il mettait à veiller aux Marches de l'empire... Le bougre est bien dissimulé, la forteresse regorge de nombreuses caches, oubliettes, caves, souterrains, passages secrets, coins d'ombre... Là, pas de rutilante cavalerie, sons de trompe, vains rêves de gloire, non, il faut ramper silencieusement dans la boue froide des galeries obscures... C'est une quête longue et pénible qui use la patience. Il est possible de trier tous les grains de poussière mais aucun ne dissimule l'ego...

Avec le temps le syndrome du désert des Tartares revient en force... aucun ennemi extérieur ne s'est jamais manifesté, aucun ennemi intérieur ne se manifeste... et le doute s'insinue, plus terrible, plus dévastateur. Le doute est comme une énigme à la croisée des chemins... Je ne peux quand même pas m'être trompé à ce point... Il faut que je continue à tout prix. L'attachement au moyen que représente la forteresse comme au travail accompli, au chemin parcouru à la chasse à l'ego, est un piège redoutable.

Le danger est de s'enfermer soi-même et pour toujours devenant tout à la fois son propre gardien et son propre prisonnier. D'un autre côté s'ouvre la voie nihiliste de l'abandon...

Mais si vraiment tout ceci ne servait à rien, ne menait à rien ? S'il n'y avait pas d'ennemi ? Si le monde n'était pas contre moi ? S'il n'y avait pas non plus d'ennemi intérieur ? Si l'ego

n'était rien d'autre qu'une modalité d'expression de l'être, une autre forme d'émotion utile ou néfaste suivant l'usage qu'on en fait ? Si l'ego ne s'était transformé en ennemi que du fait de projections mentales fantasmatiques ?

C'est alors que retentit un formidable éclat de rire... Démantelons les murs. Allons profiter du soleil enfin revenu, un verre de vin à la main et le cul dans l'herbe tendre... dans un monde apaisé.

Le cycle du guerrier est accompli.

Afin d'éviter d'avoir à y revenir, il me semble utile de préciser que ce processus n'est pas linéaire et que ces "étapes" n'en sont pas vraiment. La construction de la forteresse et la chasse à l'ego ne s'excluent pas et les deux se mélangent le plus souvent. Il n'en reste pas moins que le cheminement se fait en plongeant dans le monde et son activité, et non en prétendant à son inexistence où en s'en retirant. Si l'on se retrouve un jour le cul dans l'herbe tendre, cela ne peut résulter que de l'expérience et non du discours.

Il s'agit de ma compréhension de l'aïkido après quarante ans de pratique, rien ne dit que demain je ne regretterai pas ce que j'ai laissé échapper ici...

Si cette vision de l'aïkido vous intéresse je me permets de vous conseiller un petit livre : *Shambhala* de Chogyam Trungpa (collection Points Sagesses - Le Seuil), à mon avis la plus intéressante perspective sur le guerrier spirituel dans la société moderne. Je dirais le meilleur livre d'aïkido que je connaisse.