

GRAND MAÎTRE
**TAMURA
NOBUYOSHI**



une vie, une voix

photo Bruno Germain

Tamura Nobuyoshi shihan nous a quitté en juillet 2010. Arrivé en France en 1964 délégué par son maître, le fondateur Morihei Ueshiba, il n'a eu de cesse de diffuser son message et de faire prospérer son art, l'Aïkido, avec passion. Il a laissé pour tous les aikidoka, de France et d'ailleurs, le souvenir impérissable d'un budoka d'exception ainsi qu'une œuvre considérable qui marque à jamais l'Aïkido de France.

Par Jacques Bonemaison

Comment, après avoir vécu 17 ans auprès du fondateur de l'Aïkido, ce maître japonais arrivé à Marseille à l'âge de 31 ans et après avoir dispensé son enseignement durant 46 années, peut-il laisser une trace aussi indélébile dans le monde de l'Aïkido français ? Aurait-il insufflé une autre dimension de cette discipline ? De quelle aura personnelle a-t-il bénéficié pour que son Aïkido se développe ainsi, et quel héritage laisse-t-il aujourd'hui à l'ensemble des aikidoka ?

Un maître comme tant d'autres ? Un Japonais qui reste ancré dans sa culture pour satisfaire la curiosité des orientalistes ? Non, Tamura shihan n'entre pas dans ces catégories. Sa capacité à unir, à rassembler, à donner le goût d'une pratique sobre et juste et son œuvre qui se poursuit après son « grand départ » nous invitent à poser un regard approfondi sur cet homme énigmatique.

UNE ATTITUDE QUI RECENTRE LA DISCIPLINE

Ce qui se voyait dès la première rencontre...

Un maître réalisé qui tranche avec « l'à peu près », la pratique brouillonne, la « castagne », l'exaltation de l'ego, toute la partie d'illusion colportée à peu de frais dans ce monde de spec-

celle qu'il avait voulue, où anciens et débutants venaient, revenaient, se « rechargeaient ». Et les plus novices découvraient le personnage. Le ressenti du « débutant », avec un regard neuf, son premier regard, offre de manière vraie ce qui se dégage de plus caractéristique : « *Son visage reflète une profonde sérénité... Plus que concentré, il semble habité... Sous son impulsion, les pratiquants se fondent en une unité vibrante... L'effet est à la fois apaisant et troublant* » (cf. l'encadré : *Janvier 2010 - Ma première rencontre avec Tamura shihan de Laurence Lopez*).

...et ce qu'il nous invitait à rechercher nous-mêmes.

L'extraordinaire finesse de sa pratique pouvait paraître déroutante même pour un plus ancien, car se concentrer sur le visible rendait incompréhensible son Aïkido : ce ne pouvait être une addition de détails accumulés pour construire une technique, comme des wagons accrochés les uns aux autres forment un train. La finesse de sa technique était à la fois le résultat d'une recherche inlassable et l'expression d'un homme réalisé.

La technique de Tamura shihan formait un tout. Elle n'offrait pas l'opportunité de décomposer, de trier, ou modifier ; elle montrait simplement le chemin à atteindre car elle conte-



photo DR.

LE PARCOURS EXCEPTIONNEL D'UN BUDOKA EXEMPLAIRE

Ce parcours, pour le moins exceptionnel, est un parcours dont nul ne peut se prévaloir de nos jours. Cela tient à sa formation qui peut être qualifiée d'unique et que Tamura shihan a su approfondir toute sa vie durant, avec une rigueur absolue et dans un don total de lui-même.

Une formation unique...

Ce long parcours d'une richesse rare, aux côtés du fondateur dans la période très difficile de l'après-guerre et que le Japon moderne ne parvient plus à proposer, a permis à Tamura shihan d'acquiescer, outre le niveau martial d'une exceptionnelle qualité, une attention de tous les instants que seule la situation d'*ushi deshi* pouvait façonner. (cf. l'encadré *Tamura Nobuyoshi shihan, 8^e dan*, de Jean-Paul Avy).

C'est grâce à ce contact étroit et permanent avec le fondateur et à la lumière de péripéties dont on ne connaîtra qu'une partie, qu'il a pu affiner à ce point sa personnalité de guerrier, sa noblesse d'esprit, sa force d'âme, et être totalement imprégné des valeurs fondamentales du message de O sensei.

...qu'il a su faire fructifier « ici et maintenant ».

Fort de cette expérience unique et bien que « jeune sensei », il a su très vite s'adapter à cet Occident que, préalablement, il n'avait sans doute pas appréhendé. Il a découvert une culture dans laquelle le *budo* et ses valeurs sont ignorés, où l'Aïkido n'a pas trouvé sa vraie place, où l'idée que l'on s'en fait peut paraître pour le moins « décalée ». En se concentrant sur l'essentiel et dans une probable solitude, il a revisité tout son « acquis », en a travaillé la maturation, l'a fait découvrir (au fur et à mesure de nos capacités, sans doute...), toujours avec une constante vigilance. Vigilance qu'il exprimait de manière redoutable sur les

e, une œuvre

tacle qui gangrène les arts martiaux et auquel l'Aïkido n'a sans doute pas échappé, sauf à creuser jusqu'à son essence et sa genèse.

Nous sommes ici devant une démarche poursuivie sans relâche, qui construit un personnage dont le résultat tangible suffit à capter même jusqu'au plus profane. Au milieu de cet univers débridé, ce n'est jamais moins de 400 personnes que Tamura shihan parvenait à réunir au sein d'une organisation fédérale,

nait tous les éléments qui permettent à l'être humain de s'accomplir. En ce sens, il était parfaitement en phase avec l'Aïkido créé par O sensei Morihei Ueshiba. (cf. l'encadré : *Ce qu'inspirait la pratique de Tamura shihan*, de Christophe Massé).

Fallait-il qu'il ait su capter toute la substance de l'art du fondateur, notamment grâce au lien particulièrement étroit qu'il a entretenu avec ce dernier !



photo DR.

tatamis dans le rapport avec *aité*, mais également à l'extérieur, que ce soit dans l'ensemble des rapports humains, dans le rapport avec l'environnement ou même dans le rapport avec les institutions. Ainsi, par exemple, il a senti le moment où il fallait quitter la fédération de Judo et donner un souffle nouveau à l'Aïkido français. Par la suite et chaque fois que nécessaire, tel le gardien du temple, discret mais très présent, il a permis à l'Aïkido français de garder

le cap. Mais, en dépit des différences culturelles qui génèrent parfois incompréhension, voire refus, Tamura shihan n'a jamais opposé Orient et Occident (cf. l'encadré *Authenticité et ouverture*, de René Trognon). Il a toujours agi afin que nous puissions, disait-il, « *avancer ensemble* ». Son analyse partait toujours de ce que l'être humain, animal vivant, a de commun quelque soit sa culture. Il précisait que le fait d'avancer « ensemble » s'avère non seulement souhaitable, mais absolument nécessaire, et il montrait le chemin du possible.

Très imprégné du message d'O senseï pour qui l'humanité est une seule famille, il allait au fond de lui-même et pouvait indiquer que c'est au fond de l'être humain, donc de chacun, que se trouve la réponse. Il a toujours fait en sorte que l'Aïkido reste porteur de ses valeurs fondamentales.

Le lien entre deux cultures : un vrai dojo au cœur même de la fédération FFAB.

L'essor de la FFAB, pour laquelle et dans laquelle il n'a jamais négligé le fond de l'Aïkido, l'a conduit à la création d'un dojo traditionnel dès 1992, le dojo Shumeikan. « *L'Aïkido est une voie de perfectionnement de l'homme*, disait-il. *Il ne suffit pas de posséder le brevet d'État pour bien enseigner* ». « *Je souhaiterais pouvoir y approfondir tout ce qu'il n'est pas possible de travailler réellement lors des stages et des entraînements habituels* ». « *Mon souhait est que chaque individu découvre de lui-même ce qu'il doit faire, spontanément... trouve où est l'insuffisance et y pallie* ». « *C'est bien, ajoutait-il, ce que nous faisons lors de la pratique : trouver la faille chez l'adversaire, y porter l'attaque, discerner les points faibles... et le contrôler* ». (cf. l'encadré de Christian Gayetti : *Shumeikan, un dojo traditionnel*).

Tamura Nobuyoshi shihan, 8^e dan

Tamura Nobuyoshi shihan est né le 2 mars 1933 à Osaka. Son père était un professeur émérite de Kendo dont le nom était associé à l'école *Busen*, l'une des plus renommées de l'époque. Il avait été, par ailleurs, officier dans l'armée japonaise.

À l'âge de 16 ans Tamura Nobuyoshi fut douloureusement frappé par la mort de son père.

Suite à la disparition de celui-ci, il ne put achever ses études et dut quitter sa maison et parcourir le Japon pour exercer plusieurs petits métiers et assurer ainsi la subsistance de sa famille. Ces voyages le conduisirent à prendre ses premiers contacts avec la macrobiotique auprès des senseï Osawa et Okumura.

Plus tard, il put revenir dans son lycée et achever le cycle de ses études secondaires.

Lorsqu'il revint à Tokyo, il fut hébergé par Yamaguchi senseï qui le recommanda auprès de Morihei Ueshiba, le fondateur de l'Aïkido, selon le système de « parrainage » japonais.

Lorsque Yamaguchi senseï se maria, évidemment il ne put continuer à héberger son jeune protégé. C'est ainsi que celui-ci eut l'honneur d'être accepté comme *ushi deshi* à l'Aïkikai de Tokyo par Morihei Ueshiba, trouvant, dans ces années difficiles de l'après Seconde Guerre mondiale, la sécurité du logis et de la nourriture en échange de travaux, de services. Nous pouvons situer cette période autour des années 1952-1953.

Il convient de souligner que le travail des étudiants venus de « l'extérieur » était très différent en intensité du travail de ceux qui vivaient en continu à l'Aïkikai.

Le quotidien d'un *ushi deshi* était consacré à l'étude et à la diffusion de l'Aïkido. Tamura shihan nous disait parfois combien il était difficile d'aller, sur la demande d'O senseï, présenter l'Aïkido avec le *shodan* qu'il portait à l'époque, alors que dans certains de ces dojos enseignaient des professeurs hautement gradés (6^e dan de Judo – 7^e dan de Karaté). Mais la mission à accomplir devait l'être et l'était sans trop de difficultés car le poids d'un *shodan ushi deshi* n'était pas le même que celui d'un *shodan Aïkikai*, de « l'extérieur ».

Ces années virent aussi l'arrivée à l'Aïkikai de Noro senseï, Yamada senseï, Sugano senseï, Chiba senseï, Kanai senseï, Saotome senseï (qui enseigne actuellement aux USA), Kurita senseï, (qui enseigne

actuellement au Mexique), tandis que Tada senseï, Yamaguchi senseï, Arikawa senseï étaient les *sempai*.

C'est à ce moment-là que Tamura Nobuyoshi devint le responsable des *ushi deshi* de l'Aïkikai. On disait à la *hitto* des *ushi deshi*. Le succès de l'Aïkido s'affirme auprès des jeunes étudiants séduits par les qualités pédagogiques de Tohei senseï, Yamaguchi senseï et Ueshiba Kishomaru senseï, sans oublier le rôle de Osawa senseï père. Tohei senseï joua un rôle capital dans l'ouverture d'un dojo d'Aïkido à Hawaï dont nous avons d'ailleurs fêté récemment le 50^e anniversaire.

C'est en 1962 que maître Tamura accompagna O senseï Morihei Ueshiba à Hawaï pour une démonstration qui demeure célèbre dans le cœur des *aïkidoka*, car elle offre un des premiers témoignages cinématographiques. Pour l'anecdote, Tamura shihan nous confia avoir voulu jouir quelques heures du soleil d'Hawaï au risque d'un très sérieux coup de soleil.

Le 23 mai 1964, Tamura Nobuyoshi épouse Rumiko à Tokyo. Ce n'est pas l'Aïkido, mais l'amour de la musique et les études au conservatoire qui avaient amené Haraï senseï, passionnée de violoncelle, à présenter la future madame Tamura, passionnée de violon, à Morihei Ueshiba.

En octobre 1964, s'ouvrent les Jeux Olympiques de Tokyo. Le lendemain, les deux jeunes époux partent de Yokohama pour une traversée d'un mois qui les mènent en Europe.

Les escales se succèdent : Hong Kong, Saïgon (où les deux jeunes



photo DR.

Il s'agit d'un dojo où l'on pratique, où l'on partage les repas, où l'on dort, où chacun participe à la vie du bâtiment, à son fonctionnement, où les temps traditionnellement forts du *budo* (*Kagami biraki, Kan geiko, Midori no hi, Shoshu geiko, O gogi, Etsunen geiko*) sont vécus avec une intensité remarquable et selon le principe du dévouement. Car, en cette période où tout se monnaie, où toute action est basée sur un principe d'échanges, de réciprocité présumée, Tamura shihan a voulu que son dojo soit « *géré selon le principe du dévouement* ». Et précisait-il : « *le dévouement est un moyen de s'accomplir et une source de joie pour soi-même. L'autre existe sans exister... L'autre est soi-même* ».

Par cette pratique globale qui ne se résume pas à des exercices sur les tatami et grâce à l'impulsion donnée par Tamura shihan, le dojo Shumeikan est devenu la référence. Tamura

shihan a récemment rappelé (cf. la lettre Shumeikan-juin 2007) que « *le dojo est le lieu destiné à l'éducation des corps, des âmes et des esprits, où l'on s'efforce d'apprendre à vivre dans un meilleur sens, où l'on cherche à obtenir une transformation profonde de l'esprit* ».

Mais en quoi cette pratique est-elle apparue, aux yeux de certains, tout à fait spécifique ?

TRAVAILLER SUR LE CORPS POUR CHANGER L'ESPRIT

Tamura shihan est parti du constat très simple selon lequel « *L'homme est ensemble corps et esprit. Il faut les deux pour que l'on puisse commencer à parler d'homme. L'esprit anime le corps tout comme le corps est nécessaire pour animer l'esprit. La fonction des budo est de maintenir l'équilibre entre corps et esprit au plus juste. Il n'existe aucune pratique qui puis-*

se entraîner l'esprit sans l'intervention du corps, pas plus qu'il n'existe de pratique physique sans que l'esprit ne soit présent » (Propos de Tamura shihan recueillis peu de temps avant son décès et parus dans la revue *Shumeikan* n°5 – juin 2010).

Connaître son corps, le solliciter, et simplifier...

De ce constat très simple, arrivent les fruits de l'expérience et de la sagesse : « *Allonger la respiration ou la raccourcir, expirer fortement ou inspirer doucement sont toujours des actes volontaires* ». Or, précise-t-il, « *pacifier l'esprit ou bien l'activer dépend de la respiration* ». Seulement, « *afin de contrôler la respiration, la posture est d'une importance fondamentale* ». Nous voici donc bien ici devant les prémices de la pratique de l'Aïkido, et négliger ces remarques ne peut que condui-



photo Bruno Germain

époux furent fort bien reçus, grâce au travail de Nakazano senseï qui y avait déjà présenté l'Aïkido).

Le 13 novembre 1964, à leur arrivée sur le quai de Marseille, Noro senseï et Nakazano senseï étaient là pour les accueillir, accompagnés des *aïkidoka* français Arnulfo, Moustier, Guerrier et Guiral.

C'est dans le dojo de Jean Zin, compétiteur de Judo très connu à l'époque, que Tamura Nobuyoshi partagea les premiers cours d'Aïkido avec Nakazano senseï. Ces premiers cours rassemblaient les pionniers « héroïques » de l'époque, qui n'étaient jamais plus de dix car ils se déroulaient très tôt le matin.

Passionné par l'histoire de l'art et de la pensée japonaise, le père de Claude Noble fut attiré par la philosophie de Nakazano senseï et, c'est sous son autorité, qu'un cours d'Aïkido put s'ouvrir dans l'école d'Allauch dans les Bouches-du-Rhône. Très vite, d'autres créations de clubs suivirent avec, entre autres, Albert Cerboni à Marignane puis Jeannot Llavera à Gignac-la-Nerthe.

Les conditions de vie du jeune couple Tamura, hébergé dans un petit logement appartenant à Jean Zin, n'avaient rien de très facile en ces temps là où Tadashi Abe et Kenshiro Abe avaient fait connaître la culture du Japon et montré la voie du premier Aïkido en France.

Le succès de l'Aïkido ne cessait de croître et au fil des stages que Tamura Nobuyoshi donnait, à Mazargues, à Avignon dans le dojo du très regretté Jean-Marie Castillon, etc., le nombre de pratiquants ne cessait d'aug-

menter. Au même moment, les senseï Nakazano et Kobayashi connaissaient la même réussite à Genève et dans plusieurs villes d'Europe.

Le succès aidant, des étudiants d'Aix-en-Provence, regroupés dans l'Aix Université Club*, virent peu à peu leur dojo se développer considérablement dans le cadre de cette université.

La pratique de l'Aïkido était en pleine croissance et Tamura shihan devait répondre à de très nombreuses sollicitations partout en France, comme à l'étranger. Madame Tamura nous confia : « *J'ai vécu deux voyages de nocces... le premier sur le bateau qui nous conduisit du Japon vers la France, puis, lorsque mes enfants furent élevés, je repris la pratique et l'étude de l'Aïkido lors des stages de mon mari qui parcourait l'Europe... Ce fut un peu un second voyage de nocces* ».

Une biographie de Tamura shihan ne saurait être exhaustive.

Il ne s'agit pas pour nous de répéter les nombreux livres qui donnent tous les détails de l'histoire française et européenne de l'Aïkido. Cependant, n'oublions pas le rôle éminent que joua Tamura Nobuyoshi shihan dans l'édification de nombreuses structures de l'Aïkido et dans l'installation du premier pôle européen d'Aïkido dans le couvent royal de Saint-Maximin.

Nous nous permettrons de terminer cette courte évocation historique de l'arrivée en France et de l'engagement de Tamura shihan dans l'expansion de notre art, nécessairement objective et subjective à la fois, par deux observations qui marquent, pour nous, son attitude et explique son charisme exceptionnel. Il s'agit de son goût de la liberté et de son courage qui le conduisirent plusieurs fois à sacrifier des positions sûres au sein d'organismes établis pour l'insécurité, lorsque son honneur le lui dictait. Je me souviendrai toujours de la réflexion qu'il nous adressa, à quelques fidèles présents lors de choix fédéraux difficiles : « *Quand je reverrai O senseï, que lui dirai-je de ce que j'ai fait de l'Aïkido ?* ». Aujourd'hui l'absence de Tamura Nobuyoshi shihan nous laisse dans la tristesse, mais sa leçon de vie et la voie qu'il a tracée nous rappellent que la joie dans la pratique, la distance heureuse de l'humour furent le secret de sa réussite et de son bonheur.

Jean-Paul Avy, 7^e dan

*créé par J-P. Avy, R. Peyronnet et S. Benedetti



photo Bruno Germain

Tachi comme suwari waza, Tamura shihan ne négligeait aucun aspect de l'Aïkido.

re à une forme de travail tout à fait inopérante. « Si vous vous trompez dans l'application de la méthode de respiration, votre corps saura vous le dire. »... Tamura shihan laissait ici chacun maître de son propre parcours. Le chemin est indiqué et le pratiquant placé devant sa propre responsabilité, face à son propre devenir.

Il n'y a pas de recherche d'exploits, mais une pratique qui se veut sobre, en respectant ce corps jugé précieux, « un don de nos parents qu'il faut entretenir », ne se privait-il pas de rappeler. Loin de la méthode illusoire d'un

apprentissage de gestes, il s'agit d'épurer le corps (*misogi*). « Simplifier le corps, et la technique sera simplifiée »... (cf. l'encadré de Stéphane Fassetta : *Tamura shihan et le travail sur le corps*). La possibilité de percevoir une telle corrélation est liée directement à la forme de l'entraînement. En clair, l'élaboration d'une technique constitue non une finalité, mais un moyen pour effectuer *misogi*. Pour autant, « il faut savoir prendre son temps et trouver du plaisir dans la recherche de solution » ajoutait-il avec un mélange de sérieux et de malice.

La voie de simplification passe du corps à l'esprit

En travaillant de la sorte sur le corps, on trouve la clé, comme dans la fable du *Laboureur et ses enfants* où le trésor se situe dans l'acte de retourner la terre, encore et encore. La technique d'Aïkido est utilisée comme voie de transformation ; elle doit recentrer le pratiquant et invite à un travail de chaque instant. Tamura shihan rappelait régulièrement que l'Aïkido est un art de vivre au quotidien, une recherche constante dans le dojo et à l'extérieur de celui-ci, en tout lieu. Alors et dans ce cas, l'esprit suit.

Pour ce faire, conduire le pratiquant sur une voie juste devient une responsabilité incontournable, de même que dans la pratique, la responsabilité de *tori* (celui qui porte le mouvement) est de conduire *aitte* (celui qui attaque et suit le mouvement) sur une voie juste. Tamura shihan insistait beaucoup sur le sens de la pratique : « *le véritable objectif du budo est d'agir pour la paix, l'harmonie sociale et le perfectionnement de soi* ». Il aimait expliquer, à partir de l'idéogramme « *bu* » de *budo* qui signifie « arrêter la lance », que le vrai sens de *bu* est de faire en sorte que cet instrument de guerre ne soit pas utilisé et ainsi d'arrêter la guerre. Corrélativement, Tamura shihan constatait avec tristesse que les *budo* modernes se sont éloignés de leur mission originelle et sont devenus des sports où il est important de gagner, de remporter des médailles, où l'on pratique pour se distraire.

Compiègne janvier 2010, ma première rencontre avec Tamura shihan

Le Gymnase est transformé en un immense tatami. 450 hommes, femmes et enfants sont présents au stage de maître Tamura. L'ambiance est détendue, calme et studieuse. Les gens se reconnaissent, se saluent, se sourient. En attendant beaucoup se sont déjà mis à genoux. Ils s'étirent encore, confortent leur position ou sont parfaitement immobiles. Certains jettent des coups d'oeils répétés vers l'entrée, impatients. Les bruits s'estompent. Malgré le nombre de participants, le silence est bientôt remarquable. Pas de roulement de tambour mais c'est tout comme. Le cœur bat au rythme d'une cadence silencieuse. Ça y est, maître Tamura est entré.

C'est un petit homme comparé à ceux qui sont présents. Son visage creusé de magnifiques rides et son gabarit surprennent. Menu, il ne doit pas peser plus de 55 kilos. Il porte la même tenue que tous, avec élégance. Son visage reflète une profonde sérénité, c'est tout. Plus que concentré, il semble habité. Les secondes s'écoulent. Il lance le signal par le premier mouvement, aussitôt relayé par le groupe. Le résultat est magique. Sous son impulsion, les 450 se meuvent ensemble et se fondent en une unité vibrante. Parfaitement osmosée, elle s'étire, se plie dans un même mouvement, dans un même souffle. De l'intérieur c'est vraiment étrange. On sent le champ de force. Même le débutant s'en sort !... Il est guidé dans les figures par le mouvement du groupe, initié par maître Tamura. L'effet est à la fois apaisant et troublant.

L'émotion est forte, le moment unique. C'est un immense privilège d'être là, un vrai bonheur. On se sent bien avec les autres et en soi-même. C'est fou ce que « ce petit homme » arrive à produire...

Le soir au restaurant, la joie est toujours là, mais plus du tout studieuse ! L'ambiance est très animée, très gaie. Les participants souriants, se présentent spontanément. Ici pas d'étranger, quand on est *aïkidoka*, on est de la même famille ! Tous ravis, reviennent sur le stage, et partagent leur joie du moment vécu. À table, les vétérans partagent chaleureusement leurs expériences avec les débutants, dans le respect mutuel. Un peu partout régulièrement, des éclats de rire. Maître Tamura visite chaque tablée, trinquant volontiers, leur consacrant à chacune un long moment, la plupart du temps debout. Face à lui les vétérans le questionnent comme des enfants. Il les écoute patiemment et répond avec simplicité à chacun, impressionnant de tolérance et de douceur. À un moment il a montré un autre visage : une énième fois à une table on lui propose de trinquer. Rapide il, d'abord, jette un coup d'œil furtif, derrière son épaule, en direction de son épouse, puis rassuré (?), un brin espiègle, tend son verre en souriant ! Le moment est drôle et touchant : il nous a rappelé l'espace d'un instant, que tel Ulysse il n'était pas qu'un maître.

Laurence Lopez,
a débuté l'Aïkido en octobre 2009 au dojo d'Alençon

Tamura shihan et le travail sur le corps

Relation avec la nature

Tamura shihan a été fortement imprégné par les préceptes du *shinto*, à la base du principal courant spirituel japonais. Il observait et étudiait avec attention le fonctionnement de la nature, des êtres vivants, leur adaptation en milieu naturel, leurs points forts et leurs faiblesses et leurs diverses interactions. Il avait la conviction que tous les êtres et éléments vivants sur notre planète sont en lien. Il insistait sur la notion d'équilibre, recherche constante dans sa pratique, à la lumière des proportions subtiles du *yin* et du *yang* dans le corps, évoluant constamment en fonction de l'heure de la journée, de l'environnement extérieur et bien d'autres facteurs encore. Connaissant parfaitement le corps humain et les bienfaits des plantes, Il déconseillait tout excès. Son côté épicurien et les nombreux voyages qu'il a effectué en Europe et dans le monde entier, le menait à goûter, avec son épouse, les principales spécialités culinaires. Si dîner de stage bien copieux et se prolongeant dans la soirée il y avait, il savait retrouver l'équilibre et se présenter le lendemain matin sur le tatami bien plus frais et disponible que la plupart d'entre nous ! Son sens aigu de l'observation lui a certainement permis de réellement comprendre la notion d'harmonie, dont chacun des mouvements qu'il faisait illustrait justement. Il disait à ce sujet : « *Les mouvements de l'Aïkido sont souples comme sont souples ceux de la nature, car ils sont remplis de kokyū-ryoku. Ils augmentent la puissance physique, améliorent la santé et la beauté du corps (...)* » Tamura Nobuyoshi, Aïkido, *Étiquette et transmission*.

Développement du corps : posture et respiration

Tamura shihan accordait une grande importance au travail de préparation en Aïkido. Il ne se contentait pas de reproduire une préparation, fusse-t-elle d'origine japonaise, chinoise ou indienne, mais il l'expérimentait en profondeur et nous en proposait le fruit. Il nous invitait d'ailleurs à faire de même et à nous approprier les différents *jūmbi dosa*.

Il disait d'ailleurs à ce propos : « *J'ai sélectionné ce qui convenait le mieux à mon propre corps...* ». Son *shisei* en dit long sur l'importance qu'il accordait à ce principe fondamental en Aïkido, tant sur le plan technique et martial, que dans la vie en général : il aimait répéter que « *notre corps possède en lui la mémoire de la posture juste. Tout ce qui n'est pas naturel impose des contraintes au corps. Des positions qui peuvent nous paraître confortables superficiellement sont souvent incorrectes et ne permettent pas à l'organisme de fonctionner naturellement. Les positions les plus correctes sont toujours les meilleures pour la santé : elles n'utilisent aucune force et ne fatiguent pas, quelle que soit la durée pendant laquelle on les maintient. Si votre shisei est juste, la respiration se pose et le corps se relâche* ».

Tamura shihan, toujours soucieux de progresser sur sa compréhension de l'humain, nous faisait souvent l'honneur de sa présence lors de stages organisés par la commission santé de la Fédération à Bras, avec des sujets aussi divers que le relâchement musculaire, la respiration, le cœur, l'hydratation dans la pratique de l'Aïkido, etc. Lorsqu'il intervenait, il faisait souvent le pont entre notre monde occidental, avec son lot de certitudes et d'analyses cartésiennes, et sa vision plus globale et métaphorique du sujet. Il analysait les limites du corps humain dans un contexte martial, avec toutes les aptitudes que l'*aïkidoka* peut développer par sa pratique.

Le corps et l'esprit étaient pour lui indissociables, recherchant toujours l'unité en lui-même et avec ses partenaires lors des nombreux cours et démonstrations qu'il prodiguait. Bien que peu prolixe à ce sujet, eu

égard à son humilité, la spiritualité était importante pour lui. Cette composante était fortement attachée à sa culture et très certainement à l'enseignement qu'il a reçu comme *uchi deshi* d'O sensei Morihei Ueshiba. Dans sa démarche humaniste, Tamura shihan la trouvait importante pour la pleine réalisation de chacun.

Il nous invitait à pratiquer avec constance *misogi*, au travers des exercices préparatoires, du travail aux armes ou des *ukemi*. Ce travail de nettoyage du corps et de l'esprit était essentiel à ses yeux.

Tamura shihan appréciait particulièrement les techniques énergétiques, et en particulier le *shiatsu*, où une bonne posture du praticien est fondamentale. Il lui arrivait de l'appliquer sur certains élèves, quand cela était nécessaire lors de stages ou de recevoir un soin par certains de ses élèves. Ceux qui ont eu cet honneur savent à quel point son corps était étonnamment souple et réceptif.

Aïkido et vie quotidienne

Tamura shihan ne faisait pas de différence entre l'Aïkido sur le tatami et la vie à l'extérieur du dojo. Il aimait d'ailleurs à dire : « *L'Aïkido, c'est 24h sur 24 !* ». Il souligne, dans le paragraphe qui suit, le lien qui exis-



photo Bruno Germain



photo Stéphane Fassetta

te entre l'Aïkido et les actes de notre vie quotidienne : « *La pratique de l'Aïkido est une ascèse de chaque instant, ce qui revient à dire que les activités quotidiennes sont perçues comme l'étude et la mise en application des principes de l'Aïkido. Il est inutile de rechercher la complication, il suffit de relâcher les épaules, de garder le ki dans le seika tanden, d'avoir une attitude juste. [...] On peut pratiquer à table, en marchant, au travail, aux toilettes... Même en dormant. Si position et respiration sont correctes, on ne peut pas ne pas bien dormir* »*.

Tamura shihan avait cette cohérence entre attitude et discours sur le tatami et comportement à l'extérieur, ce qui fait inmanquablement de lui un véritable maître.

Stéphane Fassetta, 3^e dan

* Réf. Revue *Shumeikan*



photo DR.

UNE PLACE PRIORITAIRE POUR L'ÉDUCATION

Une éducation pour tous les humains...

Soucieux en permanence de forger des « *hommes au cœur droit* », Tamura shihan notait que l'éducation fait de plus en plus défaut de nos jours. Dès lors, celle-ci doit tenir une place privilégiée dans tous les dojos. En pratique, ses règles doivent être sans cesse rappelées, approfondies et toujours mieux comprises. « *Le budo contient ces règles et l'Aïkido traditionnel en est l'émanation parfaite* ». Cette

affirmation, mentionnée dans son ouvrage *Étiquette et transmission*, est bien la manifestation d'un désir profond de voir l'Aïkido au cœur de cette mission éducative et sa réalisation passer par la recherche de l'attitude juste chez tout pratiquant, avec une exigence accrue pour les plus anciens.

Il insistait sur le fait que la recherche ne doit, en aucun cas, être interrompue car, ajoutait-il, notamment pour les plus gradés qui pourraient se complaire dans une autosuffisance : « *une eau pure peut pourrir dans une mare* ».

...avec un regard particulier pour les enfants.

Il a su notamment faire prendre conscience que l'éducation est la première chose à enseigner aux enfants. Toutefois, il portait un regard autre, un regard juste et mettait en lumière certains aspects de l'enfant que des stéréotypes du moment ne permettent pas toujours d'aborder... Il usait de phrases très simples, qui surprenaient, qui renversaient les acquis

et poussaient à la réflexion en ouvrant le cœur. À celui qui voyait la nécessité de reconsidérer l'Aïkido afin de le rendre « accessible » aux enfants, il répondait : « *un enfant, c'est un homme* ».

À celui qui inventait un système de jeux préparatoires à la pratique de l'Aïkido, il notait que « *l'enfant sait tout à fait naturellement entrer dans le jeu de l'Aïkido ; quand il attaque, il attaque ; quand il chute, il est heureux de chuter. Lorsqu'on lui montre le cérémonial, il aime le pratiquer* ».

Tamura Shihan n'hésitait pas à laisser percevoir que les difficultés attribuées aux enfants pouvaient en réalité être un transfert que l'adulte s'empressait de faire... Quant au choix de l'enseignant à qui le cours pour enfants était confié, il disait avec force que « *pour les enfants, ce doit être le meilleur professeur* » (cf. encadré de Jean-Pierre Pigeau : *Tamura shihan, l'Aïkido et les enfants*).

Et dans le même temps, lorsqu'il s'adressait aux adultes, il rappelait qu'il faut « *retrouver en nous notre cœur d'enfant* »...

Tamura shihan, l'Aïkido et les enfants

Dans les premiers temps du développement de la discipline et pendant de nombreuses années, la présence des enfants et des jeunes était pratiquement inexistante. Petit à petit, les sections pour enfants se sont créées et en 1990 les effectifs jeunes représentaient 30% des pratiquants au niveau national.

L'enseignement de Tamura shihan s'adressait à tous et, avec l'essor de la discipline, les enfants ont été de plus en plus présents pendant ses stages. Il ne manquait jamais de venir travailler avec eux. Mais il n'a donné qu'occasionnellement des cours aux enfants, il nous disait que ce n'était pas son domaine de compétence.

Il n'en était pas moins attentif aux questions qu'on lui posait et exprimait souvent le fait que l'enseignement de l'Aïkido pour les enfants devait être confié aux professeurs expérimentés.

Il faisait référence à la sagesse traditionnelle qui nous précise que les enfants sont les miroirs de leurs parents ou éducateurs. Il nous plaçait devant notre responsabilité dans le développement de l'Aïkido pour les enfants, exprimant sans doute que, pour leur transmettre les valeurs du *budo*, un certain degré d'avancement était nécessaire, du fait de leur nature influençable.

Sur le tatami, il s'adressait à chacun sans distinction d'âge, de sexe... Sa présence suscitait le respect, l'attention, le centrage, la distance juste... nous invitant enfant comme adulte à être au cœur de la rencontre, à vivre l'instant. L'application des principes du *budo* était une exigence omniprésente dans sa vie quel que soit le contexte.

« *L'Aïkido est le même pour les enfants et les adultes...* ». Il voulait exprimer que le fond est le même et que nous devons être attentifs au fait de garder le même état d'esprit aussi bien avec les adultes qu'avec les enfants. Bien sûr, l'approche avec les jeunes est différente de celle des adultes, mais le sens de la pratique reste le même. La technique est un tout : on ne peut pas la fractionner. Il insistait beaucoup sur le fait d'aborder globalement la technique plutôt que de la scinder, notamment pour l'apprentissage. Il en donnait l'exemple constamment et pouvait à l'occasion être *uke* (l'attaquant) avec un



photo Bruno Germain

enfant pour lui en transmettre le sens.

Le respect des armes est important dans la pratique et Tamura shihan insistait souvent sur cet aspect de l'étiquette : veiller à la place des armes, à ne pas les enjamber et, sans le dire expressément, il n'appréciait pas qu'une arme soit utilisée autrement que dans le cadre du *budo* ou comme un simple bout de bois, surtout pour l'éducation des enfants.

En créant le dojo Shumeikan, il souhaitait qu'il soit une référence pour l'éducation car il estimait que c'était une nécessité.

Quand des groupes d'enfants y venaient en stage, il ne manquait pas de leur expliquer les règles du dojo et l'importance qu'il y attachait. Il ne se contentait pas de préciser ce qu'il fallait faire ou ne pas faire, il parlait de ce qu'il ressentait : « *quand le dojo est propre, je suis moi-même nettoyé, je me sens bien...* »

Il parlait simplement du sens de l'auto-éducation « *chacun doit trouver sa place pour aider au mieux* », les enfants étaient bien évidemment très sensibles à ces messages.

Jean-Pierre Pigeau, 6^e dan

La préparation à la pratique de Tamura shihan, du Shinto au Taoïsme

Une préparation pourquoi faire ? Il est évident qu'un samouraï, se trouvant inopinément face à un adversaire, devait combattre immédiatement (d'où l'intérêt du *lai-jitsu*), nous le voyons mal demander à son opposant un délai pour sa mise en forme avant l'affrontement... Il se devait d'être constamment prêt à chaque instant.

L'Aïkido se veut être un art martial et sa préparation est complète, c'est-à-dire à la fois physique, énergétique, mentale et spirituelle, à la grande différence du sport qui parle de « d'échauffement », terme utilisé par certains *aïkidoka* qui manquent de compréhension de leur discipline.

Les axes principaux de la préparation traditionnelle sont :

- spirituel, avec la méditation en *seiza*, et/ ou debout ;
- mental, utilisation de la respiration associée à une gestuelle ;
- énergétique, procuré par des exercices spécifiques ;
- physique, comprenant assouplissement, relaxation dans les mouvements, mobilisation des articulations, etc.

À son arrivée en France en 1964, la préparation à la pratique de Tamura shihan était d'origine *shinto*, de sensibilité *Omotokyo*, étudiée par le fondateur Morihei Ueshiba auprès de la famille Deguchi et intégrée dans sa pratique de l'Aïkido.

Les points principaux de cette préparation sont :

- *chikon mitama shimuze* (méditation de l'âme) ;
- *ameno tori fune* (avec les sons) ;
- *furi tama* (vibrations) ;
- *otakebi* (avec *kiaï*).

Puis suivaient des mouvements permettant de préparer le corps à la pratique (assouplissements éducatifs, *ukemi*, etc.)

Dans les années qui suivirent, Tamura shihan, en recherche permanente, nous fit travailler, pendant un stage d'enseignants à Annecy, des techniques respiratoires en début et fin de cours, nous montrant avec évidence la relation entre respiration et *ki*.

Dans cette période, au cours de stages de *Fu ku shi di in* à l'abbaye

de Saint-Maximin, Tamura shihan nous apprit une forme de *Ba duan jin* (8 pièces de brocard) qui, d'après de récentes recherches, me fait dire que celui-ci fut introduit dans le milieu du *budo* japonais avec le *taijiquan (taijyokuken)* par maître Yang Ming Shi.

Beaucoup plus tard, il montra une nouvelle forme du *Ba duan jin*, plus dépouillée, qu'il enseigna régulièrement toutes ces années. Il nous présenta dans ces stages une méthode en *seiza* comprenant des exercices de purification par la respiration, une forme de *Xiao zhou tian* (petite circulation céleste) qui a la particularité d'être très dynamisante. À ce propos, je me suis permis, lors d'une pause, de lui dire que cette technique était trop puissante pour moi. Il me répondit « *c'est normal qu'il y ait de la puissance c'était l'entraînement des samouraï avant le combat* ». Puis il nous fit découvrir les auto-massages en *seiza*. Une autre méthode proposée au cours des stages, en partie assise, fut celle des étirements agissant à la fois sur le physique et l'énergétique. Une méthode qu'il nous présenta également fut le *Jikkyo jutsu* (gymnastique japonaise), comprenant des positions assis et debout. Mais ces dernières années ont montré la préférence de Tamura shihan pour les méthodes respiratoires, les auto-massages, les étirements, les *Ba duan jin*. Sur un stage de deux jours, il s'arrangeait pour que les trois préparations soient différentes, nous donnant ainsi des « outils » pour nous permettre d'entretenir notre santé, notre souplesse, augmenter notre énergie et notre disponibilité, tout en nous préparant mentalement au *keiko* qui allait suivre.

La voie d'O sensei Morihei Ueshiba utilisait des *norito* (prières) du *Kotodama* (l'âme des mots) et des exercices relatifs au *Ko-shinto*. Cette pratique est l'âme profonde et typique du Japon.

Tamura shihan a eu la sagesse de trouver des méthodes plus facilement réalisables que la pratique *shinto*, nous permettant d'obtenir des résultats sensibles pour notre évolution.

Il me semble que son message était de nous faire comprendre qu'à travers une préparation harmonieuse du corps et de l'esprit, nous pouvons trouver le moyen de pénétrer la subtilité de la voie de l'*aïki*.

Bernard-George Batier, 7^e dan,

DE LA TRADITION JAPONAISE À L'HOMME UNIVERSEL

C'est en gardant présentes les sources les plus profondes de la tradition japonaise que Tamura shihan a transmis un Aïkido à portée universelle. La préparation, qu'il nous faisait vivre, tranche avec un simple échauffement physique. Elle correspond tout autant à un travail mental qu'à une ouverture sur la connaissance de soi-même.

Une préparation traditionnelle à portée universelle...

Tamura shihan ne s'est pas autorisé à édul-

corer la préparation chère à O sensei, fusse pour satisfaire les non-initiés ou les fervents adeptes de la logique cartésienne. Il a vécu profondément et conservé ces mouvements traditionnels, pour lesquels il faut remonter au *Kojiki* afin d'en avoir les références et d'en percevoir le sens profond, et a permis aux *aïkidoka* « non-japonais » de les ressentir. Cette préparation pouvait, sans doute, s'avérer quelque peu perturbante ou par trop ésotérique car sans résultat immédiatement perceptible. La tentation eut donc été grande de passer outre et d'y substituer une sorte d'échauffement, apparemment plus physique, assurément plus en phase avec nos critères

sportifs, et sans qu'il ne soit besoin de s'interroger, de se remettre en cause et aller au-delà d'une simple mécanique physique.

Non seulement Tamura shihan a respecté et fait respecter l'intégralité de la préparation traditionnelle et ses mouvements ancestraux, qu'il s'agisse

d'*ame no tori fune, furi tama, shi ho giri*, etc., mais il a fait vivre tour à tour les trois préparations qui s'inscrivent parfaitement dans la tradition (cf. l'encadré de Bernard-George Batier : *La préparation de Tamura sensei, du Shinto au Taoïsme*).

En effet, la préparation appelée souvent *les 8 pièces de brocard* est une préparation très utilisée dans le *budo* et appelée *Ba duan jin*, tout comme le *Jikkyo jutsu* que Tamura shihan n'omettait jamais de travailler en alternance avec les deux autres préparations. Ces préparations ont été rendues perceptibles de par l'extraordinaire intensité avec laquelle Tamura shihan vivait lui-même ces différents mouvements, grâce aussi à quelques explications, volontairement sporadiques afin de nous inciter à ressentir plutôt que d'intellectualiser et découvrir par nous-mêmes.

...où chacun peut se reconnaître.

Ainsi, jamais il ne forçait la main. Lorsqu'une question sur la préparation se posait et qu'il décelait une once de perplexité ou de désarroi, Tamura shihan répondait de manière apaisante : « *j'utilise cette préparation parce*



Toujours beaucoup de détermination chez Tamura shihan dans l'application des techniques



photo Bruno Germain

À Buenos Aires comme ailleurs

Le stage, qui s'est déroulé en Argentine en novembre 2007, illustre bien à quel point le rayonnement international de Tamura shihan est d'une réalité peu ordinaire.

Ce stage fut animé conjointement avec Yamada shihan qui est président de la Fédération d'Aïkido Latino-américaine et donc régulièrement invité dans ces pays. Mais pour Tamura shihan, c'était la première fois qu'il posait le pied sur le sol argentin.

Ce fut localement un véritable évènement : des pratiquants de toute l'Amérique du Sud ont fait le déplacement à Buenos Aires, Chiliens, Brésiliens, Équatoriens, également des Vénézuéliens, des Mexicains, et bien d'autres. Au total 900 pratiquants se sont retrouvés sur un tatami de plus de 1000 m². L'immense majorité de ces pratiquants n'avait jamais vu Tamura shihan.

Le samedi matin, c'est Tamura shihan qui a ouvert le stage. La foule

était vraiment impressionnante. Il a débuté le cours, comme à son habitude, par la préparation des 8 brocards, préparation faite de mouvements très lents avec un contrôle exigeant de la respiration. Un pratiquant traduisait ses explications du japonais en espagnol. De fait, avec les explications et la traduction, la préparation a duré près d'une heure. Du fond du tatami où je me trouvais, un certain flottement était perceptible : certains s'agitaient pour tenter de mieux voir, d'autres pour prendre des photos...

J'imagine aussi que quelques-uns s'attendaient à quelque chose de plus « spectaculaire ». Ils étaient impatients de se faire une idée sur la technique de celui qui était présenté sur la plaquette du stage comme « un des *uke* favoris d'O sensei Morihei Ueshiba ».

Mais ce que proposait Tamura shihan était de commencer par faire respirer 900 personnes à l'unisson. Le soir, lors de l'apéritif, nombreux furent les pratiquants qui entouraient Tamura shihan pour lui poser 1000 questions, discuter, échanger avec lui. L'ambiance était particulièrement agréable et détendue.

Le dimanche matin, il a commencé son cours exactement de la même façon, mais l'atmosphère, elle, avait changé. En dépit du nombre de participants toujours aussi important, le calme et la concentration étaient palpables. Le « scepticisme » de la veille avait fait place à la confiance, à l'adhésion suivie de remise en cause et de recherche dans le sens indiqué par le maître.

C'est cette capacité à capter l'intérêt et la confiance de tant de personnes, quelles que soient leurs origines culturelles, et en si peu de temps, qui est particulièrement impressionnante.

Sans doute, la sincérité, la profondeur et l'universalité de son enseignement sont telles que le ressenti est immédiat ?

Judith Laredo, 2^e dan

que cela me fait du bien ». En réalité, ce travail intérieur, qui nettoie, allège, permet de découvrir le sens du vide. Il aboutit à la rencontre silencieuse avec soi-même et prédispose de manière incontournable à une pratique de l'Aïkido véritable.

Sans doute est-ce grâce à ce travail intérieur, que Tamura shihan n'a jamais négligé, qu'il est permis d'appréhender l'extrême finesse de sa technique. Il serait par ailleurs tout à fait illusoire de tenter une représentation graphique de « son style », car la réalisation de sa technique, tout simplement, échappe au temps : en génie de l'Aïkido il est déjà là, placé, naturellement placé, avant que toute pensée ne surgisse et où le *ma ai* ne répond à aucun critère de durée. Le lien entre ces préparations et la façon de pratiquer l'Aïkido est ici parfaitement bien établi.

Il est amusant de constater que cette notion de *ma ai* souffre chez les « très rationnels Occidentaux » d'une symptomatique difficulté de traduction.

Tantôt traduite par « distance », ou bien par « intervalle », la formule la plus souvent utilisée demeure « espace/temps », acception face à laquelle les toujours « très rationnels Occidentaux » restent bien souvent circonspects. Pourtant, il se trouve que la notion d'espace/temps fut décrite et expliquée en 1908 par le professeur du célèbre Albert Einstein...

qui parlait de « *se soustraire à la durée ordinaire pour atteindre l'unité* »... en faisant référence, dans sa démonstration, au « temps imaginaire » de Descartes...

Il semble bien que chacun soit convié à une meilleure approche de sa propre cul-

ture afin de rendre possible l'ouverture vers ce qui, a priori, pourrait paraître étrange chez « l'autre ».

Dès lors, l'*aïkïdoka* n'est-il pas invité à se mettre à l'écoute de ce que chaque culture renferme d'universel ?

De l'Aïkido au poste de douane

Toute sa vie, maître Tamura a beaucoup voyagé pour enseigner l'Aïkido, parfois dans des régions où notre art commençait à peine à être connu.

Ainsi en 1989, il a été invité à Szczecin en Pologne par le pionnier de l'Aïkido polonais. C'était quelques mois avant la chute du mur de Berlin, nous étions encore en pleine guerre froide. Pour accéder à cette partie de l'Europe, le plus pratique était alors de prendre l'avion jusqu'à Berlin et de gagner la Pologne en voiture.

À l'époque il fallait 3 ou 4 heures pour traverser chaque frontière de cette région du monde car les douaniers vérifiaient très attentivement les passeports, les visas et contrôlaient chaque détail.

À la frontière est-allemande, ils ont tout d'abord été très intrigués de voir voyager ensemble trois voitures remplies de passagers de quatre

nationalités différentes : japonaise, allemande, polonaise et française.

Puis, quand ils ont appris que nous traversions une partie de l'Allemagne de l'Est pour aller en Pologne, pratiquer une activité qui leur était totalement inconnue. Ils ont voulu en savoir plus. Ils ont donc demandé à maître Tamura de venir au poste afin d'expliquer en quoi consistait le métier de professeur d'Aïkido mentionné sur sa fiche de douane.

Dans la guérite, le traducteur a bien tenté d'expliquer notre discipline et sa finalité mais cela ne suffisait pas. Maître Tamura a alors pris le bras d'un des policiers et lui a fait « *nikkyo* » tout à fait naturellement... Satisfaits, persuadés de l'efficacité de la technique et convaincus de notre bonne foi, les douaniers nous ont alors laissé passer.

Henri Avril, 6^e dan

UN RAYONNEMENT INTERNATIONAL, LOIN DES CAMERAS

De par sa recherche permanente et son accomplissement, Tamura shihan était devenu parfaitement disponible et ouvert à toute culture. Aiguisé à une perception juste et immédiate, il était prêt à toute situation nouvelle.

Créer la confiance...

Son regard était celui de l'aigle qui, d'un éclair, avait cerné son environnement et absorbé tout nouvel élément venu s'y insérer. Si l'aigle est passé maître des cieux, Tamura shihan a su traverser obstacles et frontières, avec une facilité stupéfiante. De nombreux *aikidoka* gardent présent à l'esprit des anecdotes particulièrement significatives, où Tamura shihan retournait positivement et avec humour une situation que, de prime abord, chacun imaginait sans issue.

C'est ainsi, par exemple, que Tamura shihan s'est avisé, avant la chute du mur de Berlin, de traverser les frontières difficilement franchissables de l'Europe de l'Est, pour se rendre à Szczecin (cf. l'encadré de Henri Avril : *De l'Aïkido au poste de douane*). Ne fallait-il pas, dans un tel contexte, une maîtrise de soi absolument parfaite pour que le mouvement utilisé « pour les besoins de la cause » lie, à la fois, une efficacité sans faille, surprise et satisfaction des « partenaires » et « spectateurs », puis inspire une telle confiance pour que ces *aikidoka* aventuriers puissent entrer dans la Pologne de l'époque sans être inquiétés !



photo Bruno Germain

...qui génère l'adhésion

C'est cette justesse, cette adaptation immédiate, c'est aussi cette osmose avec les pratiquants de toutes cultures qui ont permis à Tamura shihan de faire montre d'un rayonnement international qu'aucune méthode de communication, si élaborée soit-elle, n'aurait pu générer. Parce qu'il était le même partout avec simplicité, il savait toucher au fond de l'être, là où tous les humains peuvent se retrouver.

Faire respirer 900 personnes à l'unisson reste une véritable gageure (cf. l'encadré de Judith Laredo : *À Buenos Aires, comme ailleurs*). Cette expérience, vécue sur deux jours dans la capitale argentine, reflète bien de la capacité dont Tamura shihan avait le secret pour générer chez les pratiquants de tout niveau, de tout pays et d'implications diverses, une adhésion aussi manifeste qui pouvait même les surprendre.

En fait, le bien-être n'est-il pas contagieux ? La sincérité n'est-elle pas source de confiance ? Le respect de l'autre et la paix qui se dégagent de la personne de Tamura shihan n'inspiraient-ils pas tout simplement une confiance éclairée ? Parce qu'il s'adressait à la racine commune de l'être humain, chacun ne se sentait-il pas concerné ?

HUMILITE, CONVIVIALITE, SAGESSE, SONT LES MAITRES MOTS

D'une humilité particulièrement rare

Tamura shihan faisait toujours montre d'une humilité qui surprenait, humilité faite de respect et de générosité envers ses élèves, ce qui très probablement contribuait à favoriser une relation de confiance. Lorsqu'une remarque ou un conseil s'avéraient utiles, jamais le ton employé n'était impératif. Il n'utilisait pas davantage de réponse toute faite. Il s'exprimait de cœur à cœur, par phrases lapidaires, puis s'effaçait, offrant ainsi un espace vide permettant à chacun de vivre et tâtonner. Il n'ouvrait pas la porte pour l'élève, mais indiquait sobrement où trouver la clé, au pratiquant de la chercher, apprendre à l'utiliser, puis enfin ouvrir sa propre porte.

Le point d'orgue de l'humilité de ce grand maître n'était-il pas dans la considération qu'il pouvait exprimer envers ses élèves ? L'hommage vibrant rendu à notre très regretté Jean-Yves Levourc'h, compagnon particulièrement dévoué et généreux, exceptionnellement actif au sein de l'institution fédérale et extrême-

Une grande spiritualité dans la méditation en seiza.

ment assidu sur les tatamis, a dépassé ce qu'il était permis de supposer de la part d'un senseï. Après avoir précisé « la passion qui habitait ta pratique était admirable », Tamura shihan ajou-

Ce qu'inspirait la pratique de Tamura shihan

C'était cela la pratique de Tamura shihan : souvent quand il montrait un mouvement, il le réalisait plusieurs fois. D'abord, il en laissait entrevoir le sens. Puis c'était moins évident à percevoir... même s'il accentuait le mouvement des hanches. Enfin, un trait de lumière, aussi rapide qu'un sabre tranchant l'air, créait un vide sous *aité*.

Souvent il s'amusait à imiter les pratiquants, montrant le point faible du blocage cérébral. Il doit encore en rire...

La pureté de ses mouvements, la souplesse de ses déplacements, sa liberté à se mouvoir, il ne cachait rien, mais... qui regardait réellement avec les bons yeux ?

Quelle « pédagogie » ! Il invitait à chercher autre chose que la technique elle-même.

L'idéogramme installé au *kamiza* du dojo Shumeikan en est la preuve évidente et ceux qui ont eu la chance d'entendre ses explications ont pu entrevoir la haute spiritualité contenue dans l'Aïkido qu'il savait insuffler. N'était-elle pas celle que vivait O senseï Morihei Ueshiba ?

C'est dans cette liberté de corps et d'esprit qu'il demandait de travailler. Pourquoi faudrait-il en changer les ingrédients ?

Tamura shihan a laissé au plus profond de tous les traces indélébiles de sa pratique comme héritage. Comme le moine zen qui cherche le vide dans l'immobilité, à chacun de libérer l'esprit pour trouver l'unité du corps et de l'esprit et permettre la circulation du *ki*.

Maintenant qu'il n'est plus là, c'est dans ce vide que chacun doit continuer à chercher avec le même langage de corps. N'est-ce pas ce qu'il appelait *musubi* ?

Christophe Massé, 2^e dan

ta de sa plume : « ...ton chemin d'Aïkido correspond parfaitement à mon idéal ».

Un tel positionnement, émanant d'un grand maître, ne dépasse-t-il pas le simple étonnement !

De la convivialité à la sagesse profonde

En guerrier toujours prêt, Tamura shihan était prêt tout autant à rire, jusqu'à saisir le petit détail furtif qui amuse. Nul n'oubliera ses attitudes parfois déconcertantes, son clin d'œil plein d'humour, de douceur, de malice et de charme, qui venait rompre définitivement, tranchant comme un sabre, une discussion dans laquelle nous allions nous engluier. Sobre mais drôle, sérieux mais amusant, il aimait la vie et la vivait pleinement. Il savait la rendre légère et la faire aimer (cf. l'encadré d'Antoine Soarès : *Tamura shihan, un*

Shumeikan, un dojo traditionnel

Dans les premières années de la découverte de l'Aïkido, lorsque Tamura shihan est arrivé à Marseille, l'engouement de cette pratique a très vite fait élaborer de nombreux projets de dojo « pour s'entraîner tous les jours », vivre « à la japonaise », avoir un lien étroit avec le maître, que sais-je encore... Chacun voulait profiter de la présence de ce senseï dont la richesse était immédiatement perceptible. Chacun rêvait en l'écoutant parler de ses souvenirs auprès d'O'senseï. C'est au retour d'un stage à Lyon, on devait certainement parler d'Aïkido, Tamura shihan, assis à la droite du chauffeur, dit : « *Ce serait bien un dojo à la campagne, un petit dojo où l'on pourrait s'y entraîner librement et y vivre sur place* ».

Par la suite, nos rêves ont été pas mal perturbés... et l'administratif a pris la suite. C'est après notre séparation de la FFJDA et avec notre autonomie retrouvée que la possibilité de l'achat d'une bâtisse a pu se faire... Pas sans mal !

C'est sur un ancien hôtel-relais du début du XIX^e, situé à Bras, charmant petit village dans l'arrière pays varois, que Tamura shihan a jeté son dévolu. Dès que la fédération, partie prenante dans cette immense opération, en a fait l'acquisition, elle a aussitôt offert la possibilité à tous les clubs de venir commencer à aménager le bâtiment par des travaux de nettoyage. Des clubs s'organisaient pour mettre « la main à la pâte » plusieurs week-ends durant, tantôt au jardin, tantôt côté maçonnerie. Il est vrai que le jardin était la prédilection de beaucoup...

Ce furent des moments mémorables, même, et peut-être surtout, dans les périodes froides où tous se retrouvaient autour de la grande cheminée, le seul chauffage existant à cette époque. Et ce plaisir se trouvait embelli par la présence de maître Tamura qui venait se joindre aux « pratiquants bâtisseurs », les aider, les conseiller par ses remarques éclairées et dont la pertinence a étonné plus d'un, les détendre quand la fatigue commençait à venir et apporter bonne

humeur et joie qui ont fait de ces « moments de construction » des moments inoubliables qui sont apparus comme des moments de « construction de soi-même ».

Le 1^{er} février 1992, après une longue gestation, le dojo de Bras est né. Tamura shihan a voulu rappeler les raisons pour lesquelles il voulait ce dojo et a écrit un texte, désormais affiché dans la grande salle. En voici quelques extraits : « *Face à l'essor très rapide de notre discipline, nous manquons cruellement de véritables enseignants... L'Aïkido est une voie de perfectionnement de l'homme, et il ne suffit pas d'avoir le Brevet d'État ou l'aval de son professeur pour bien enseigner... Ceux que nous voulons rassembler dans ce dojo sont ceux qui font tout pour avancer et résoudre les problèmes qui se posent... Je souhaiterais y approfondir tout ce qu'il n'est pas possible de travailler réellement lors des stages ou entraînements habituels* ».

Christian Gayetty, 7^e dan



photos DR.

Authenticité et ouverture

Qu'on le veuille ou non, l'Aïkido reste profondément marqué par son origine japonaise : il reste porteur des premiers temps, des *ryu*, des maîtres d'armes, de l'aspect guerrier, du Ju-jutsu. Il intègre les valeurs religieuses du bouddhisme zen, du shinto et du taoïsme.

Il est ainsi le reflet d'une manière de vivre différente, faite de vie monacale, d'importance de la hiérarchie, dans le respect du maître, où l'élève se tait et travaille jusqu'à ce qu'il ait fait ses preuves et puisse être reconnu. Le maître, porteur de ces valeurs, engendre le respect. Il est l'incarnation d'une connaissance ésotérique de la discipline qui ne peut être approchée que progressivement jusqu'à en découvrir les secrets.

Transposer l'Aïkido dans nos cultures occidentales, cartésiennes, aux valeurs religieuses, spirituelles, si distinctes et au fonctionnement social si différent, pose bien des problèmes. On peut, certes, le prendre comme une forme sans âme, une technique harmonieuse et même efficace, codifiée, décomposée, facile à expliquer. Mais n'est-ce pas le dénaturer ?

En prenant pied sur le sol de France, un jour de décembre 1964, Tamura shihan s'est certainement trouvé confronté à cette double exigence : respecter l'enseignement du fondateur dont il avait été très proche, et tenir compte de cette culture différente où les élèves ont

besoin d'explications précises et de logique cartésienne.

Il semble, avec le recul, que Tamura shihan ait voulu principalement respecter les fondements et l'essence de l'Aïkido. En témoigne le rejet de toute explication pouvant dénaturer et simplifier son art. La réponse utilisait volontiers le symbole, l'analyse d'un *kanji* ou une anecdote vécue. En échange, aux élèves de faire l'effort de compréhension pour atteindre l'essence du geste. De même, dans son enseignement, il a toujours privilégié le ressenti. Devenant *uke*, il permettait à l'élève de s'investir plus encore dans la recherche et de découvrir par lui-même, non par un placement de pied ou un geste différents, mais une autre façon de vivre la relation.

Le langage devait lui sembler impuissant à transmettre ce qui ne s'explique pas, mais se sent et se vit.

Parallèlement, il apparaît qu'il s'est particulièrement adapté en tenant compte de notre différence : tout en demeurant très rigoureux sur le *reishiki*, il s'est montré extrêmement aimable et abordable en dehors du tatami, en rejetant la « tour d'ivoire ». De même, avec les hauts gradés de son entourage, il s'est montré très à l'écoute. Sans doute jugeait-il qu'il fallait en passer par là ?

En clair, Tamura shihan a réussi la gageure de tenir compte, dans la forme extérieure, de notre différence occidentale, tout en transmettant l'Aïkido dans son essence jugée « la plus inaccessible ».

René Trognon, 7^e dan

Tamura Nobuyoshi shihan, un sens aigu de la convivialité

L'enseignement et la vie d'un maître tel que Tamura Nobuyoshi shihan ne peut se résumer à la seule pratique sur le tatami.

Les moments pendant lesquels il nous montrait le chemin étaient nombreux et variés. Il y avait une cohérence dans son approche, il était respectueux, attentif aux autres et cette disponibilité que l'on retrouvait sur le tatami était présente durant les différents moments et circonstances de la vie.

Plaisantant souvent, il avait gardé cette malice et cette vitalité qui lui étaient propres, même en prenant de l'âge. Ainsi lorsque l'on se retrouvait autour d'un repas, il aimait faire le tour des tables, aller à la rencontre des pratiquants un verre à la main, trinquant et plaisantant avec tout un chacun, demandant des nouvelles d'anciens, d'amis, de parents et par un geste, une parole savait redonner le sourire, établir ou rétablir une atmosphère de joie. Cette atmosphère, lorsqu'on savait y répondre, l'amenait dans une complicité qui faisait qu'il se sentait bien et, dans ces instants, il pouvait nous faire des cadeaux tels que chanter des chansons sur l'Aïkido ou échanger des instants de son parcours et de sa vie d'*uchi deshi* auprès du fondateur O senseï Morihei Ueshiba.

Il était curieux de tout et s'intéressait aux sujets d'actualité. Ainsi, lors d'un stage de *kagami biraki* à Bras, après le cours qui marquait l'ouverture de la nouvelle année et un repas merveilleusement pré-

paré par madame Tamura, nous nous étions retrouvés en demi-cercle autour de lui. La discussion s'est engagée sur divers sujets jusqu'à des problèmes de société sérieux qu'un pratiquant a abordés en lui demandant quelle position prendre sur un sujet d'actualité particulièrement délicat. Tamura shihan répondit : « *D'abord accepte, après change* ». La réponse laissa la personne perplexe, pensant sans doute que c'était court et assez restrictif et le débat a ainsi duré jusque vers... 3h00 du matin. Aussi, quand Tamura shihan se leva pour partir, il lui répéta la phrase en lui indiquant que c'était l'attitude qu'il convenait d'avoir. À cela l'élève lui dit qu'il y réfléchirait.

Pendant un moment libre, durant un stage, nous visitâmes un lieu et Tamura shihan, toujours très avide de culture, était entré dans une boutique de souvenirs et d'objets anciens. En observant ce que la boutique offrait, nous avons remarqué deux petites faïences qui représentaient deux chérubins en train de boire. L'un était représenté comme un petit diable, l'autre comme un petit ange et cela a beaucoup amusé Tamura shihan. Un des pratiquants présents les lui a offerts. C'est cette représentation qu'il a choisie pour illustrer la carte qui accompagnait ses vœux pour la nouvelle année 2007.

L'Aïkido n'est pas réservé à la pratique à proprement parler, c'est aussi une façon d'être. Cette approche qui était celle de Tamura shihan était celle du cœur.

Antoine Soares, 5^e dan



photo Bruno Germain



photo Bruno Germain

Tamura Nobuyoshi shihan a transmis sa passion de l'Aïkido à un nombre toujours croissant de pratiquants.

sens aigu de la convivialité). D'abord saisi par le côté amusant de la représentation de ces deux chérubins que décrit Antoine Soares, Tamura shihan a aussi noté le lien existant entre ange et démon et, en « observateur éclairé », se permet de rappeler que : « *Les êtres vivants partagent une soif d'exister* ». Il a immédiatement perçu le sens du partage, fut-il entre diable et ange. Une terrible invitation à la tolérance, et mieux, à l'acceptation de l'autre sans jugement sélectif. D'aucuns pourraient y voir un aspect seulement grivois qu'ils jugeraient peut-être difficilement compatible avec l'image surfaite d'un maître ascète et distant. Or Tamura shihan, très amusé par cette faïen-

ce, en saisit le sens et indiquait : « *c'est cette diversité qui les appelle à fleurir dans une même existence* ». Apologie de la diversité qu'il présente comme le passage nécessaire à l'épanouissement. Une invitation très subtile... De « la boutique anodine » à « l'éthique universelle », le maître est venu donner son éclairage.

CE QUE NOUS LAISSE TAMURA NOBUYOSHI SHIHAN

« *Ne pas chercher à changer l'autre, mais se changer soi-même* ». Ce fut l'ultime phrase de Tamura shihan lors de son dernier stage à

Dijon en mars 2010, avant qu'il ne se retire et se prépare pour le « grand passage ». Tamura shihan est un exemple vivant montrant que la technique n'est rien tant qu'il n'y a pas cette transformation intérieure. Il est la démonstration éclatante que « *plus grande est la sérénité, plus juste est le mouvement* ».

Le secret de son efficacité semble bien trouver sa place dans cette sentence japonaise : « *Le sabre n'allonge pas le bras de celui qui ignore la vertu* ». ❁

Jacques Bonemaison, 7^e dan