

**RISQUES ET SECURITE DANS LES SPORTS DE COMBAT ET ARTS MARTIAUX****15e JORRESCAM  
Colloque international  
Faculté des sciences du sport et de l'éducation physique  
Université de Lille  
27-28 mai 2021*****De l'hostilité à l'accueil :  
L'exemple du Kinomichi***

*Christophe Genin*

*Professeur de philosophie de l'art et de la culture*

*Université Paris 1 Panthéon-Sorbonne*

*4<sup>e</sup> dan de Kinomichi (FFAAA), instructeur*

*Pratiquant, depuis 1970, de judo (katas 1<sup>er</sup> dan), aikido, kinomichi*

**Argument de la communication**

*Nous nous centrerons sur les « arts martiaux » japonais, les bugei liés à l'évolution militaire, politique et culturelle du Japon depuis l'ère Meiji, voire depuis l'ère Edo.*

*La pratique traditionnelle des bugei, d'esprit chevaleresque, considère que les risques inhérents au combat, qu'il soit effectif sur le champ d'honneur ou codifié sur les tatamis d'exercice, sont partie prenante de la pratique même et doivent donc être assumés, surmontés. D'où une pédagogie nipponne souvent jugée « barbare » par des Occidentaux, avec une sorte de malentendu entre les impassibles et les douillets.*

*Pourtant les pratiques des arts martiaux modernes (judo, karaté, aikido) comprennent des codes de bonne conduite tacites ou explicites - le reishiki -, qui organisent la vie dans le dojo et minimisent les risques d'accidents. Plus particulièrement, les ukemi (en judo et aikido par ex.) sont des techniques spécifiques qui font de la « chute » un art de se recevoir à part entière. En outre, tirant les leçons d'une mondialisation de leurs arts, les maîtres japonais eux-mêmes les ont fait évoluer au vu de pratiquants étrangers en intégrant le risque dans une pédagogie plus prévenante, ou en modifiant les styles vers des formes plus souples, initiant de nouvelles écoles de pensée et d'arts martiaux.*

*En un premier temps, nous nous proposons d'examiner le reishiki et les ukemi à partir d'un double point de vue :*

*- **une approche analytique et conceptuelle**, en examinant ce qui est pensé dans la langue japonaise elle-même par ces termes;*

*- **une comparaison** entre ces apports et abords sémantiques et les pratiques d'exercice qui les mettent en action et en valeur.*

*Nous verrons que par-delà le caractère apparemment « barbare » des bugei (du moins tel que les Occidentaux les reçurent à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle et au début du XX<sup>e</sup> siècle), leur codification correspond à une efficacité éprouvée comme à une attention à l'intégrité physique et mentale d'autrui.*

*En un second temps, depuis une approche **d'observation participante**, nous verrons, à partir de l'école de Noro senseï, le kinomichi (art martial dérivé de l'aikido), comment l'intégration de l'accidentologie des arts martiaux a révolutionné une pratique de fond en comble, intégrant également des gymnastiques occidentales holistiques (Ehrenfried). Cette observation participante requiert tant une connaissance effective des techniques de l'art martial concerné qu'une connaissance de ses **étapes historiques** depuis sa matrice initiale d'aikido.*

*Notre objectif sera de comprendre comment la prise en charge d'une accidentologie a induit une évolution des arts martiaux dont les techniques mortelles ont pu être converties en pratique de santé, de soin réciproque et de bienveillance mutuelle au prix d'une réforme des concepts et des mouvements. On passera ainsi d'un contrôle de l'hostilité à une éthique de l'accueil.*

### Diapo 1 : titre et portrait de Me Noro

Nous parlerons des « arts martiaux » japonais, en nous centrant principalement sur l'aïkido, et plus précisément encore sur une de ses écoles contemporaines, le *kinomichi*, initié en 1979 par Noro senseï, qui fut *uchi-deshi* de Ueshiba senseï.

Notre objectif sera de comprendre comment la prise en charge d'une accidentologie a induit une évolution des arts martiaux dont les techniques traumatiques ont pu être converties en pratique de santé, de soin réciproque et de bienveillance mutuelle au prix d'une réforme des concepts et des mouvements. On passera ainsi d'un contrôle de l'hostilité à une éthique de l'accueil pour cerner une discipline physico-spirituelle à valeur éducative, manifestement esthétique, mais ne relevant pas des « sports de combat » dont la finalité est le terrassement d'un adversaire (*téki*), car son intérêt humaniste vise l'accomplissement mutuel de partenaires (*aïtè*) en préservant les corps et en élevant les âmes.

#### Brève histoire d'un contresens culturel : l'art martial selon le paradigme de l'agôn

Revenons brièvement sur des éléments historiques : la manière dont certains exercices asiatiques furent reçus par l'occident.

La locution « arts martiaux » semble apparaître en France à la fin des années 1950<sup>1</sup>. Précédemment, au XVIIIe siècle, l'*Encyclopédie* de Diderot et d'Alembert connaît les « jeux martiaux » (*ludi martialis*, t.1, p.165), désignant des courses à cheval antiques, qui se déroulaient en août, mois du dieu Mars, ou « l'art militaire » (*ars militaris*, t.10, p.514) signifiant la discipline des Romains ou art de la guerre<sup>2</sup>. À ma connaissance, c'est pour traduire le chinois *guoshu* (arts nationaux) ou *wushu*, que des Américains employèrent la traduction littérale *martial arts*, néologisme de 1933 qu'on pourrait faire remonter à un article à propos d'une démonstration en Chine, à Nankin (1928-1933) parlant de *pugilistic artists*<sup>3</sup>, d'artistes du pugilat (boxe), pour englober des pratiques comprenant la lutte, la boxe, l'épée, le tir à l'arc, qui étaient en même temps des techniques de santé à haute valeur spirituelle. Quoique littérale, cette traduction induisit un contresens. En effet, le chinois *wushu* (武術) ne signifie pas boxe ou art martial, mais désigne celui qui a l'art et la manière ou le savoir-faire (術 : chinois *shu*, japonais *jutsu*) du gardien qui, hallebarde au pied (*wu*), protège la maison. L'idée du *wushu* est d'être un art de la paix, et non un art de la guerre, mais qui suppose de connaître le combat (manier la lance) et de le dépasser pour la paix (garder l'arme au pied). L'idée est la même en japonais où ce qui est martial (*bu*) doit conduire à la paix (*wa*).

<sup>1</sup> Cf. Alain Rey, *Dictionnaire historique de la langue française*, t. 2, Paris, Le Robert, 1992, p.1198. Dans son ouvrage *Jeux et sports* (Paris, Gallimard/Encyclopédie de la Pléiade, 1967, p.1440sq.), Roger Caillois distingue, à propos du *ju-jitsu* et du judo, les « arts de la guerre » des « méthodes d'attaque et de défense ». L'expression « arts martiaux » est utilisée en 1968, dans la revue *Judo KDK*, vol. XVIII, 5, *Judo* n°3, Paris, mars 1968. Plus tôt encore, cette formule se trouve sous la plume de Jean-Lucien Jazarin, in « L'esprit du judo. Entretien avec mon maître (8) », in *Judo traditionnel*, revue du Collège des Ceintures Noires, Paris, n°33, mars 1964, p.13. Plus tôt encore, en 1959, elle est employée par Robert Lasserre dans *Techniques secrètes de réanimation* à propos du *Kiai* (p.137), qui la reprend en 1964 dans *Étranges pouvoirs* (p.56). La formule « art militaire » se trouve dans l'*Encyclopédie*, t.1, p.717

<sup>2</sup> La formule latine *ars Martialis* ne doit pas induire de contresens de traduction puisqu'il s'agit de l'art (poétique) du poète Martial. Fiore Furlan dei Liberi da Premariacco, dans l'introduction d'*Il Fior di Battaglia* (vers 1410), emploie les formules *arte dell'armizare*, *arte de combater*, *arte de armizar* et *de combater*, « art de l'armement et du combat » qui comprend le combat à cheval (armé et désarmé), l'escrime (épée à une ou deux mains, dague), la lance, la hache, la masse d'arme, le combat à pied armé et à mains nues, la lutte. Le terme d'art s'entend à cette époque comme le savoir-faire d'un métier.

<sup>3</sup> Cf. Teh-Chen T'ang, "Chinese pugilistic artists", in *The China Press*, Oct. 26, 1933. p. 6

Ce contresens fut dénoncé très tôt, par exemple par Robert Lasserre qui, dans *Etranges pouvoirs*, écrit à propos de la notion d'*Aïki* : « on peut dire que le véritable secret dans l'étude des *Arts militaires* ne réside pas dans la seule habileté de la technique ou du combat, mais dans la communion avec *l'essence toute pure* (...) Tous les entraînements englobés sous l'appellation « Arts martiaux » (...) n'ont qu'un but : unifier l'esprit et *l'Aïki*.<sup>4</sup> »

Le terme *Bugei* (武芸)- hâtivement traduit par « art du guerrier » ou « arts militaires » - est l'interprétation japonaise du chinois *wushu*. La notion de *gei* est forte en japonais. Elle est, par sa diversité de sens et d'application, analogue à celle d'art en français, comme le rappelait M<sup>e</sup> Noro dans ses cours. *Gei* est foncièrement un art de *l'interprétation* en poésie, en théâtre, en musique, en danse (pour le théâtre Nô, par exemple). Il atteint la beauté par la plus grande économie de moyens et un tact irréprochable. Le vocable moderne *geijustu* (芸術) vaut pour les arts martiaux comme pour les beaux-arts.

*Gei* est un terme valorisant qui marque la maîtrise talentueuse d'un métier, la recherche de perfection dans le geste et l'expression de la pensée (poésie), la délicatesse des manières et le sens de l'harmonie, un tact qui confère une forme d'amabilité ou d'aménité qui culmine chez la fameuse *gei-sha*, laquelle n'a rien d'une *escort-girl* mais est une « personne de l'art ». D'ailleurs la jeune *geisha* s'appelle une *geiko*, l'apprentie, exactement le même terme repris dans les arts martiaux japonais : l'exercice ou *geiko* (稽古) : observer (*gei*) l'ancien (*ko*) soit l'étude pour s'approprier l'art, i.e. l'apprentissage.

Cette dimension d'art (*gei*) doit être entendue dans l'esprit japonais où la finalité de l'art n'est pas vraiment la beauté, qui est le mode de manifestation du geste juste, mais surtout la liberté d'interprétation. En cela un art martial est artistique ni par la seule maîtrise technique (le métier qui obéit aux règles) ni par un aspect esthétique (le beau en lui-même qui prime pour les occidentaux), mais par une liberté d'accomplissement et d'interprétation capable de faire école à son tour. Cette liberté n'est pas la créativité débridée que revendique trop souvent l'occident, mais plutôt le pas de côté que s'autorise celui qui maîtrise une tradition pour la rénover.

D'où vint ce contresens culturel ? Esquignons quelques hypothèses.

Une première possibilité est la foncière différence de culture entre l'occident et le Japon. Faisons nôtre les propos de Kenji Tokitsu : « Il n'y a pas à mon sens, dans la culture occidentale, de réseau ou de trame culturelle qui puisse permettre de concevoir la notion de *do* en profondeur (...) Dans les arts martiaux japonais introduits dans les pays occidentaux sous le nom de *budo*, tels que le judo, l'aïkido, le kendo, le karaté-do, le kyudo, la notion de *do* reste à la surface du phénomène en tant qu'idée abstraite, avec des développements intellectuels ou mystificateurs, alors que la pratique corporelle de ces arts martiaux se développe en pratique sociale de sports et de moyens de violence »<sup>5</sup>. Comme il le dit très clairement « le *budo* n'est pas un sport »<sup>6</sup>, mais un art qui rejoint les autres arts comme la peinture ou la sculpture, à l'instar de Miyamoto Musashi.

Il y eut également une interprétation de ces pratiques comme simples « techniques du corps » telles que Marcel Mauss les définit : « un acte traditionnel efficace »<sup>7</sup>. Certes, tel ou tel art martial japonais est traditionnel au sens où il y a une transmission sur le long terme, et est efficace car il a un effet d'abord sur le corps du pratiquant, puis sur l'ensemble du système social. Mais parler de « techniques du corps » n'est qu'un point de vue factuel, extérieur, ignorant de l'expérience même de cette technique, et par là même réducteur car insensible à toute sa dimension esthétique, morale et spirituelle.

<sup>4</sup> Robert Lasserre, *Etranges pouvoirs*, Paris, Chiron, 1964, p.56.

<sup>5</sup> Kenji Tokitsu, *La voie du karaté. Pour une théorie des arts martiaux japonais*, Paris, Seuil, 1979, p.38.

<sup>6</sup> *Idem*, p.43.

<sup>7</sup> Marcel Mauss, *Les techniques du corps* <1934>, in *Sociologie et Anthropologie*, Paris, P.U.F., 1950, p.371.

D'ailleurs les chevaliers féodaux cultivaient « l'harmonie des Lettres et du sabre » (*Bunbu itchi*), et Musashi fut reconnu comme maître d'armes, urbaniste, paysagiste, peintre, calligraphe et ses peintures sont conservées au Musée Eisei Bunko. Mais on pourrait objecter que si cultiver la poésie fait partie de la culture générale d'un samouraï, cela ne transforme pas *ipso facto*, par contamination en quelque sorte, des techniques de sabre en un bel art.

Une seconde hypothèse tiendrait à l'histoire de l'éducation physique occidentale. Dans le combat à mains nues, l'occident connaissait deux disciplines principales, héritée au moins des Grecs : la *boxe* (*pux*) fondée sur un principe de percussion avec des frappes de poings, et la *lutte* (*palè*) fondée sur un principe de préhension, projection avec des enserrements, des compressions, des torsions, des luxations, des projections et des strangulations. Les deux se combinaient dans le *pancrace*, mêlant coups de poings et de pieds, crocs en jambes et torsions, debout ou au sol. Ces exercices reposaient sur le principe général de *l'agôn* : la rivalité du combat, du concours (athlétique ou artistique), de la compétition, celle-ci n'étant d'ailleurs que la version civile du combat militaire<sup>8</sup>. Cette rivalité repose elle-même sur un principe *d'hostilité*<sup>9</sup>.

Même si déjà à l'époque hellénique des exercices liés à l'armée ou aux compétitions athlétiques purent avoir une valeur éducative autonome<sup>10</sup>, c'est à l'aune de cet héritage antique que l'occident reçut et jugea les exercices de combat d'autres cultures asiatiques (japonaise, chinoise, indienne, thaïlandaise, etc.), car au moment où les arts martiaux japonais furent introduits en Europe, celle-ci méconnaissait leur contexte culturel d'origine. Il en fut de même lorsque les Américains occupèrent pour un temps le Japon après la Seconde Guerre Mondiale.

Cette hostilité mit en place, quand les techniques japonaises furent introduites en Europe une comparaison entre les diverses pratiques et un défi systématique empreint de *rivalité*.

Le *jiu-jitsu* (**diapo5**) fut introduit à Londres en 1903, puis à Paris et fut nommé « lutte japonaise »<sup>11</sup>. Le *jiu-jitsu*, alors traduit par « casse-muscle », fut compris comme un sport athlétique, une méthode dangereuse car susceptible de provoquer la mort<sup>12</sup>, une « lutte libre » où il s'agissait de faire le plus de mal possible à l'adversaire, n'importe comment<sup>13</sup>, par des clés et des coups déloyaux. Dans le dictionnaire *Larousse Universel* de 1922, il est défini comme une « méthode japonaise comprenant à la fois un système d'entraînement physique et un art de se défendre sans armes »<sup>14</sup>, et comme une sorte de lutte accompagnée de coups provoquant commotions, pressions et torsions.

Ses premiers pratiquants rencontrèrent immédiatement la rivalité des lutteurs et boxeurs. Ils durent répondre à des défis, qu'ils remportèrent initialement<sup>15</sup>, ce qui créa une réputation d'invincibilité et de supériorité, avant de cruelles défaites qui discréditèrent ce *jiu-jitsu*<sup>16</sup>.

Il en était encore de même dans les années 1960 quand l'aïkido fut introduit en France. M<sup>e</sup> Noro fut souvent défié par toutes sortes d'athlètes, dont des lutteurs. Et encore dans les années 1970, le *kung-fu* fut appelé « boxe chinoise » de manière réductrice.

<sup>8</sup> Cf. Roger Caillois sur les rapports entre guerre et championnat.

<sup>9</sup> L'hostilité vient du latin *hostis*, l'étranger. Initialement cet « hôte » était l'étranger appartenant à une cité sans traité avec Rome. Par un glissement sémantique, *hostis* a fini par remplacer *perduellis*, l'ennemi, en regard de *hostes*, l'hôte avec lequel il y a une relation de parité par don et contre-don.

<sup>10</sup> Cf. Platon, *Banquet*, 233d 8-11, où Socrate s'en va au gymnase. Henri-Irénée Marrou, *Histoire de l'éducation dans l'Antiquité*, t.1 *Le monde grec*, p.177sq., Paris, Seuil, 1948.

<sup>11</sup> Cf. Fioravanti, « Un sport inédit en France – la lutte japonais » in *La vie au grand air*, 9 octobre 1903, cité in *France Judo*, n°3, Paris, mai 1971, p.46.

<sup>12</sup> Cf. « L'entraînement physique chez les Japonais », in *Je sais Tout*, 1905, cité in *France Judo*, n°4, Paris, juin 1971, p.44-46.

<sup>13</sup> Cf. J. Joseph-Renaud, « Boxe et jiu-jitsu », in *La vie au grand air*, 1905, cité in *France Judo*, n°6, août 1971, PP.35-37.

<sup>14</sup> *Larousse universel*, Paris, 1922, t.1, p.1240, t. 2 p.109

<sup>15</sup> Un des plus célèbres fut le combat du boxeur Dubois contre le « jiu-jitsuan » Régnier, qui eut lieu le 27 octobre 1905, à Courbevoie et vit la victoire fulgurante du lutteur.

<sup>16</sup> Voir le combat, en décembre 1910, entre Ivan Padoubny, champion de lutte gréco-romaine, et Régnier, jiu-jitsuan, lequel fut littéralement écrasé en quelques secondes ; ou encore, quelques jours plus tard, le match entre Sam Mac Veà, boxeur, et Matsuda, envoyé au tapis en moins de quatorze secondes.

Mais l'on mesure du coup, dans le passage du *ju-jitsu* au *judo*, tout l'effort de Moshe Feldenkrais en Europe pour restituer à cette pratique sa dimension de santé contre son aspect destructeur, comme l'a montré Haimo Groenen<sup>17</sup>.

On nous objectera pourtant qu'il serait tout à fait possible d'admettre que les exercices militaires japonais avaient pour but de neutraliser un ennemi par une percussion (*atemi*) qui pouvait le rendre inconscient, briser ses os, le tuer, par des torsions entraînant des luxations d'épaules, de cou, par des projections. Nous répondrons que cette vision est celle d'un Japon féodal, car, au regard des arts martiaux, ce pays connut plusieurs révolutions militaires et culturelles dues, en grande partie, à la pression de puissances étrangères.

On peut dire que la mutation des arts martiaux japonais commence à l'arrivée des Portugais. En 1543, à l'époque des guerres intérieures, un bateau portugais fut rejeté sur le rivage de l'île de Tanégashima (sud-est de l'Archipel). Ce vaisseau transportait des fusils. Des seigneurs, dont le seigneur Oda, les achetèrent. Oda ordonna à ses généraux de faire étudier le mécanisme de la nouvelle arme, d'en faire fabriquer massivement, et d'entraîner les soldats à leur maniement. Par cette mécanisation, il emporta des batailles et, en 1573, soumit d'autres seigneurs.

Les armes à feu marquèrent la fin de la suprématie des armes blanches, celles des chevaliers et du corps à corps. Tout un pan de la chevalerie devint peu à peu désuet. Des paysans purent même gagner des combats contre les samourais. Le changement militaire fut une révolution politique et morale. Dès lors le *bushi* (du chinois *wushi*), ou chevalier (*shi*: celui qui est au service de -) sauvegardant le temple, acquit un autre sens d'éducation spirituelle.

À cette évolution d'origine matérielle s'en ajouta une autre, d'origine politique. Sous l'ère Edo (1600-1868), les Tokugawa créèrent la hiérarchie des castes japonaises : *kizoku* ou la haute noblesse, *shizoku* ou l'ordre des chevaliers, *heimin* ou la classe des travailleurs (marchands, artisans, paysans), *hinin* ou *eta*, le registre des parias. Il s'ensuivit une période de paix civile relative, de prospérité économique et de développement des arts. En outre, les samourais furent amenés à vivre dans les villes, ce qui changea l'orientation de leurs pratiques militaires.

Les autres évolutions furent occasionnées par la puissance de feu américaine.

L'une fut l'ouverture du Japon au commerce international sous la pression des canonnières à vapeur du Commodore Perry en 1854. Cette ouverture amorça une mutation des valeurs et un développement industriel institutionnalisé sous l'ère Meiji (1868) qui vit l'abolition de la classe guerrière des samourais (1877). Sous la pression militaire américaine, l'ère Meiji vit la fin du féodalisme. Il fut toutefois décidé de garder le patrimoine culturel, symbolique et spirituel des samourais dans la DNBK, Association pour les arts martiaux du Grand Japon, fédération créée en 1895 pour préserver les arts traditionnels (et dont l'esprit nationaliste et impérialiste fut outrancier pendant la Seconde Guerre Mondiale). L'idée de l'Empereur fut de convertir ces techniques de combat (*jutsu*) en méthode de formation spirituelle (*do* ou *michi*). De cette époque datent les *budo* comme exercices du corps et de l'esprit. Les *bu-jutsu* devinrent alors le *budo*, des arts dédiés au perfectionnement de soi par l'exercice de gestes codés, neutralisant leur capacité létale. Littéralement *bu-do* signifie la voie spirituelle de celui qui arrête la lance. Comment l'entendre : celui qui arrête l'ennemi grâce à sa lance, ou celui qui retient la lance grâce à sa pénétration d'une maîtrise de soi et ainsi assure la paix ? Officiellement, ces techniques furent réorientées par le pouvoir impérial en un sens éducatif. Trois grands éducateurs furent des fondateurs : Kano pour le judo, Funakoshi pour le karatédo, Ueshiba pour l'aïkido.

Se détache la figure singulière de Jigoro Kano, qui fit du *judo* une éducation totale pour hommes et femmes, pour tous les âges, héritière des techniques anciennes, compatible avec les sports modernes, et de haute valeur spirituelle, en particulier le *Itsutsu No Kata*, l'ésotérique « kata des cinq principes » au cœur de l'esprit (*shin*) du judo).

---

<sup>17</sup> Haimo Groenen, « L'histoire du judo en France sous l'angle de la santé de l'entre-deux-guerres aux années 1960 : d'une finalité de pratique à des mesures de protection face aux risques corporels », communication du 27 mai 2021, colloque Jorrescam *Risques et sécurité dans les sports de combat et arts martiaux*, université de Lille.

En étant reconnu comme *budo*, le *bugei* révéla une dimension humaniste élevée universelle : l'art d'arrêter la lance est une méthode éducative et spirituelle globale par une dissociation entre le combat effectif, celui du champ d'honneur ou de la rue, et le combat symbolique, celui d'un entraînement éducatif réglé par une étiquette (*rei shiki*). Reliquat d'une période militaire révolue, le combat est devenu un exercice sur soi grâce à l'autre, par une mise en scène rituelle, codifiée et réglée d'assauts restreints à une manière de s'éprouver et de se parfaire mutuellement, sans mort d'homme.

La seconde intervention américaine lâcha les bombes atomiques sur Hiroshima et Nagasaki, qui occasionnèrent environ 220 000 morts en un éclair et qui relégua définitivement la psychologie des samourais dans un passéisme<sup>18</sup>. La leçon était aussi claire qu'effroyable : face aux industries de destruction massive (canons, bombes), le combat chevaleresque devenait militairement dérisoire, et même contre-productif. Ce qui se vit lors de la bataille du Midway. En revanche, ces techniques de combat étaient porteuses de valeurs et de vertus, et il fallait donc les sauvegarder comme élément culturel formateur à portée humaniste. S'ensuivit la fondation d'une seconde DNBK, purifiée de ses préjugés impérialistes, décidée à concilier les traditions martiales avec un humanisme et une piété universels.

#### *Le renversement de perspective : l'abandon d'un principe de rivalité*

Comme beaucoup de ses confrères venus répandre l'aïkido en France dans les années 1950 (Minoru Mochizuki, Tadashi Abe) ou 1960 (Hiroo Mochizuki, Mitsuru Nakazono, Nobuyoshi Tamura), M<sup>e</sup> Noro cultivait l'image d'un samourai hors du commun, expert en aikido, mais aussi en judo, jodo, iaïdo, shuriken. Ses mouvements étaient beaux, fluides, aériens, spectaculaires et puissants (**diapo 7**).

Mais pour légitimer l'aïkido au regard de la lutte et du judo, pour ouvrir et animer des centaines de dojo, il dut endurer et surmonter toutes sortes de défis, de combats, de chausse-trappes (physiques, administratifs, voire politiques) jusqu'au surmenage. Sa prise de risques se solda en 1966 par un effroyable accident de voiture, le laissant avec un corps ravagé (multiples fractures, un poumon perforé, un bras gauche inerte). Cela bouleversa sa vision de la vie : à quoi bon pouvoir neutraliser et démolir un Hercule si une négligence d'un instant vous anéantit ?

Il dut se reconstruire. Il le fit par l'aïkido, mais un aikido profondément réformé par une culture kinésithérapique ou une éducation somatique apportée par trois femmes : les kinésithérapeutes Marie-Thérèse Foix et Gisèle de Noiret dès 1970, et surtout, en 1979, le Dr. Lily Ehrenfried, fondatrice de la gymnastique holistique<sup>19</sup> qui envisage le corps comme une totalité organique. Cette « gymnastique douce » va altérer la pratique de M<sup>e</sup> Noro à sa source même, dans les perceptions et consciences du corps, dans sa finalité - le rapport au partenaire -, et dans les moyens - les techniques. Pourquoi réduire des techniques du corps à un seul aspect destructeur quand elles peuvent tout autant construire une personnalité, corps et âme, et même former une harmonie sociale, voire – pourquoi pas ? – une humanité apaisée ? L'accident de M<sup>e</sup> Noro le fit basculer d'une forme de bellicisme orgueilleux (écraser les autres) vers un irénisme utopique : contribuer à la paix par des techniques de rénovation mutuelle.

Il comprit qu'il fallait dépasser un paradoxe inhérent à l'aïkido : si celui-ci se voulait « amour » et « union », « paix universelle », pour reprendre les mots de Ueshiba *sensei*, pourquoi enseignait-on le « combat », sous forme de « défense » en riposte à une « attaque » d'un « adversaire » ? Face au déploiement d'énergie qu'apportaient les techniques de Ueshiba, il fallait choisir entre une

---

<sup>18</sup> L'illustration de cela se retrouve dans la filmographie d'Akira Kurosawa.

<sup>19</sup> Lily Ehrenfried, *De l'éducation du corps à l'équilibre de l'esprit*, Paris, éd. Montaigne, 1956.

« manifestation d'amour » ou « chercher la violence »<sup>20</sup>. Car comment exprimer l'amour quand il faut frapper et luxer ? Malgré la sagesse et la spiritualité shintoïstes de Ueshiba *senseï*, exprimée dans ses calligraphies, la pratique de l'aïkido retombait, sous l'influence du contresens occidental, dans une « méthode de défense ». Ce paradoxe d'une sorte d'amour vache – prétendre être « amour » avec des coups et des clés – fut résolu par un *kei-no-michi* : la bienveillance commençait par le contact avec l'autre dans son altérité même, cœur à cœur.

Noro *senseï* revint ainsi à l'appellation initiale de *bugei*, l'art de celui qui retient la lance, donc préserve la paix. Il voulut penser sa pratique comme un bel-art de la paix.

*Bugei* fait donc du *bu*, de la chevalerie, une des modalités de l'art. La question est donc : comment les techniques du champ d'honneur peuvent-elles être tenues pour un des beaux-arts ? À une condition : convertir l'esprit d'*hostilité* en esprit d'*hospitalité* (**diapo 8**), l'animosité en accueil. Ne plus tenir l'autre comme un ennemi (*teki*) à dominer, un rival à subordonner, mais comme un partenaire (*aité*) possible. Pour que cela soit possible, encore faut-il que cet esprit ne relève pas d'un pacifisme unilatéral, mais soit un *consentement mutuel à l'accueil réciproque*.

En suivant l'enseignement reçu auprès de son maître, il notait trois modes d'entraînement (*geiko*) qu'il orienta différemment.

*Go no geiko*: exercice statique que M<sup>e</sup> Noro appelait « résistance » : le partenaire empoigne fermement, soit en début de mouvement soit en fin, l'autre partenaire, lequel doit délier sans force cette emprise. Il retravaillera cette phase « solide » comme « première manière » qui réinterprète doucement le *go no sen* : le mouvement de *tori* est ultérieur au contact produit par *uke*.

*Ju no geiko*: exercice semi-dynamique ou souple. Il retravaillera cette phase « liquide » comme « deuxième manière » qui réinterprète doucement le *tai no sen* : le mouvement de *tori* est contemporain du contact avec *uke*.

*Ryu no geiko*: exercice dynamique ou fluide. Il retravaillera cette phase « gazeuse » comme « troisième manière » qui réinterprète doucement le *sen no sen* : le mouvement de *tori* anticipe le contact avec *uke*.

Ce sont les trois modalités du *de ai* : prise de contact (*kei awazé*) ou les modes de rencontre :

- en pression, dans la distance de Uke (*Go no sen*),
- en changeant la distance, absorption (*Ju no sen*),
- en anticipant, sollicitation (*Sen no sen*).

En reprenant des notions classiques d'aïkido, présentes dans les cahiers techniques du « premier » Masamichi Noro, on peut dire que le « second » Noro a privilégié le *ryu no geiko* (l'exercice fluide 流) à partir du *kei awazé*, le contact des *kei*, selon *kei no nagare*, le courant (流丸) du *ki*.

### L'éviction des risques

L'accident de Masamichi Noro fut son *satori* en quelque sorte. Il comprit que toutes les techniques étaient réversibles : que leur versant martial et destructeur pouvait se retourner en versant harmonieux et constructif. Autant *san kyô* (**diapo 9**) appliqué sans ménagement peut luxer le poignet et l'épaule d'une personne saine, autant *sanchi* (**diapo 10**), appliqué progressivement, peut assouplir les tendons, ligaments et articulations d'une personne souffrante. C'est tout le passage de l'aïkido au kinomichi, d'une technique de contrôle à un exercice de déliance.

Il fallut donc réformer l'application des techniques, et, avant cela, les postures corporelles qu'elles supposent, et encore en amont l'esprit même de la pratique : l'ouverture du « cœur » (*shin*).

<sup>20</sup> Propos notés par moi-même lors du stage de la Toussaint au dojo des Petits Hôtels, novembre 1975. À cette époque M<sup>e</sup> Noro répétait souvent dans ses cours que la « fin de XX<sup>e</sup> siècle » aspirait à la paix et à l'amour et que sa pratique y contribuait.

D'où en tout premier lieu une réforme du *reishiki* qui n'est pas seulement un code de politesse ni une étiquette sur le tatami, mais bien l'application en toutes occasions de l'idée même de *respect*.

Au premier chef, il convient de respecter l'intégrité du corps :

- De son propre corps en ne produisant pas de techniques propres à induire des blocages, des fatigues. M<sup>e</sup> Noro dénonçait toujours ces *budoka* qui, arrivés à cinquante ans, ne pouvaient plus s'asseoir en *seiza* ni faire de *ukemi* et souffraient dans toutes leurs articulations.
- Du corps du partenaire en supprimant les postures propres à induire des lésions, des lombagos, des tassements vertébraux ; d'où tout un travail postural à partir de la spirale oblique (ascendante, descendante, ondulatoire) allant des pieds à la tête ; d'où l'absence de geste de compression ou de complaisance dans la douleur d'autrui (« sadique » disait-il !).

Le salut n'est donc pas une politesse convenue mais bien la toute première forme de contact qui amène chacun à considérer l'autre et à produire le mouvement comme œuvre mutuelle et commune.

Le respect tient également en une profonde et sincère estime pour les recherches du maître, même si elles paraissent abscondes à première vue. En effet, pour réformer les habitudes des anciens, M<sup>e</sup> Noro proposa pendant des années des exercices de gymnastique douce qui étaient nécessaires pour placer différemment son corps, purifier un certain aikido de tout esprit de domination, mais qui furent méprisées par certains anciens, jouant les Iznogoud pressés de devenir calife à la place du calife... Ils n'eurent d'autre choix que de quitter le maître, quitte à regretter leur départ quelques années plus tard...

#### *La bio-mécanique des mouvements.*

Masamichi Noro a évolué dans l'appellation des formes de techniques. Il parla d'abord de « formes d'attaque » dans les années 1960, puis de « formes de saisie », ce qui était une translittération du japonais *dori*, saisir, puis de « formes d'approche », et enfin « formes de contact » dans une adéquation entre la pensée des mots et l'esprit des gestes. Ce changement de nom identifie une autre conception des postures.

D'où la réduction des *atemi* (**diapo 11**). L'*atemi*, qui simule l'hostilité d'un « adversaire », la parade de *tori*, et la riposte de *uke*, arrête la dynamique du partenaire et suscite souvent une réaction brusque qui induit de micro-crispations. L'idée de « frappe » a donc été abolie pour celle de « caresse » (par exemple dans *kaiten nage/yon ten* (**diapo 12**) qui permet de conserver le *ma-ai*, la juste distance dans le temps juste, en dehors de tout rapport de force et laisser un mouvement fluide, sans heurts ni arrêts, dans la confiance mutuelle. D'où un renoncement à tout principe de percussion, pour ne retenir qu'une spirale fluide, des courbes et contre-courbes (*tai sabaki*).

Aikido et kinomichi utilisent les mêmes techniques, même si elles ont des noms différents. D'ailleurs dans un stage au Japon, M<sup>e</sup> Noro employa indifféremment les termes traditionnels, comme *shibo-nage* pour *itten*<sup>21</sup>. Mais leur différence est visible dans toute la chaîne mécanique, allant du talon à la main, qui est repensée tant dans l'exécution du geste que dans sa réception (**diapo 13 : kote gaeshi**).

- La technique de *tori* change par le bras levé au départ, qui ouvre la cage thoracique et le place d'emblée dans la recherche d'une amplitude maximale du geste, ce qui proscriit tout mouvement tassé ou écrasé. On n'est plus dans une mise en garde (*kamae*) de défense, mais dans une ouverture des bras, du thorax, donc du cœur et du souffle, du regard. Elle change également par le talon levé dans la poussée finale, ce qui exige d'avoir les deux pieds dans le même axe, ce qui place le corps dans une oblique, propre à éviter tout tassement vertébral. (**diapo 14 : niten**)

<sup>21</sup> Cf. vidéo sur Youtube ou Facebook, devenue impossible d'accès.



- La technique de *uke* change en conséquence du tout au tout. Il n'est en rien passif ni suiveur du mouvement, mais en est partie prenante justement pour réduire tout risque d'entorse, de fracture, par un étirement des torsions qui ne produisent pas des luxations, mais des spirales qui peu à peu assouplissent l'ensemble du corps, muscles et tendons (**diapositives 15 et 16 : tenchi nage et goten**). Le rôle de *tori* consiste donc à laisser *uke* prendre sa place avant et afin de parfaire le mouvement commun dans une approche expérientielle mutuelle.

*L'arrivée au sol.* Comment ne pas blesser la poitrine des femmes ? La question n'est ni superflue ni graveleuse<sup>22</sup>. En aikido, trop souvent la projection des mouvements de sol (*ikyō, nikyō, sankyō*) conduit brutalement le partenaire au tatami (**diapo 17 : nikyō**). Pour éviter un écrasement ou un choc des seins, et donc respecter l'intégrité du corps d'une femme (**diapo 18 : nichī**), M<sup>e</sup> Noro repensa les postures et mouvement d'*uke* : ne plus subir le mouvement, mais l'accompagner, descendre le plus droit possible, assis sur un talon, en préparant le contact au sol avec la main libre, puis glisser au sol en amortissant « l'atterrissage » par la main libre.

De même les *ukemi* ont été revus. Si l'on pense en termes de « chute » et de « brise-chute », l'*ukemi* peut être anxiogène. En revanche, pensé en termes de « roulade », il devient un exercice d'assouplissement. La préparation aux *ushiro ukemi* insiste sur la perception du dos, des tensions qu'il porte et qu'il faut relâcher, sur le placement du pied et en une vrille semi-circulaire. La préparation au *mae ukemi* insiste sur l'absence d'à-coups dans la roulade, surtout pour les personnes plus âgées, donc un travail sur les abdominaux et un contrôle de la seconde main. Pour les *yoko-ukemi*, (**diapo 19 : irimi nage**) la frappe du sol, commune en judo et aikido et censée absorber les vibrations du choc, fut retirée et remplacée (**diapo 20 : santen**) par un travail très fin sur l'arrivée au sol, sur un arrondi et amorti du contact qui estompe tout heurt. D'où un *ukemi* silencieux, propre à l'école Noro, qui n'est plus l'esquive de *uke* pour fuir une douleur, puisque le mouvement se fait sans douleur, mais est l'ultime déploiement du geste de *tori*, *uke* allant au sol pour laisser passer en lui le geste de *tori*, comme une algue ondoie sous l'influence d'un courant. L'*ukemi* porte alors bien son nom : savoir se recevoir au sol parce que l'on sait recevoir et conduire l'énergie de l'autre.

### Conclusion

Noro *sensei* transmettait plus que des techniques dans son enseignement. Même s'il institua une méthode codifiée dans une nomenclature progressive (6 mouvements, puis 111, puis 358), il insistait sur la capacité de chacun à acquérir une maîtrise technique comme condition d'une liberté de geste, elle-même liée à une capacité d'interprétation (*gei*) du mouvement. En ce sens le mouvement n'est pas fixé une fois pour toutes, mais évolue selon l'âge, l'approfondissement du sens des techniques et du rapport à autrui.

Convertir l'hostilité en accueil suppose de renoncer à la « *gagne* » et à la performance, ce désir obsessionnel d'être premier puisqu'un tel désir requiert un sentiment d'*hostilité* pour dominer et subordonner l'autre, ce qui dans le fond n'a qu'un temps et est souvent contre-productif à moyen terme, alors que le kinomichi relève des « pratiques de longue vie » et des morales de l'acquiescement.

Le sport suppose un *dualisme d'opposition ontologique*, où l'un exclut l'autre par une antitypie (il n'y a pas de place pour deux), là où le kinomichi met en œuvre une *dualité de complémentaires opérative* où il

---

<sup>22</sup> À comparer avec la communication de Guillaume Jomand sur les risques dans la lutte féminine, communication du 27 mai 2021, colloque Jorrescam sur les risques dans les arts martiaux.

s'agit de *faire couple*, don de passer d'une « pratique physique d'opposition »<sup>23</sup> à une pratique physico-spirituelle de composition.

La réforme des postures, des techniques, de la finalité donnée aux mouvements, de l'esprit qui les initie, venus du cœur (*shin/ kokoro*), dissout les conditions du risque à leur source (**diapo 19 : projection**) : le cœur que l'on met, ou non, à construire un mouvement commun.

En cela Noro *sensai* s'inscrit dans une longue tradition japonaise. Il rejoignit le cheminement et l'esprit de Miyamoto Musashi<sup>24</sup> qui disait que la voie de la stratégie (*兵法の道, hyōhō no michi* : le chemin de la règle guerrière) est un art qui, par-delà le duel, vise à exprimer l'esprit du cœur (*shin*). Il rejoignit également un vieux précepte japonais : « l'art de la guerre culmine dans l'art de la paix »<sup>25</sup>. Et le *keishindo* qu'il appelait de ses vœux à la fin de sa vie pouvait à la fois s'entendre comme l'énergie (*ki*) de la voie des bushi (*shindo*), l'énergie (*ki*) de la voie des dieux-kami (*shindō*), et la voie spirituelle (*do*) de l'énergie (*ki*) orientée par le cœur (*shin*).

#### Bibliographie :

- Caillois, Roger. – *Jeux et sports*, Paris, Gallimard, 1967.  
 Feldenkrais, Moshe. – *Manuel pratique du jiu-jitsu*, Paris, Chiron, 1944, rééd. 1954.  
 Lasserre, Robert. – *Techniques secrètes de réanimation*, Paris, Chiron, 1959.  
 – *Etranges pouvoirs*, Paris, Chiron, 1964.  
 Jazarin, Jean-Lucien. – *L'esprit du judo. Entretiens avec mon maître*, Paris, Budo Editions, vol. 1, 1968, vol. 2, 1972.  
 – *Le judo, une école de vie*, Paris, Le Pavillon, 1974, rééd. Budo Editions, 2011.  
 Murcia, Raymond. – *Le kinomichi. Du mouvement à la création, rencontre avec Masamichi Noro*, Paris, Dervy, 1996.

#### Bibliographie personnelle sur les Arts martiaux et le kinomichi :

##### Articles :

- 2019 : « Le legs d'un maître », in *Dragon, spécial Aïkido n°26*, octobre 2019, pp. 70-74.
- 2015 : « Les arts martiaux japonais comme art de la concorde », in *Nouvelle Revue d'Esthétique*, Presses Universitaires de France, 2015/2, n°16, pp.65-81 (<https://www.cairn.info/revue-nouvelle-revue-d-esthetique-2015-2-page-65.htm>).
- 2010 : « Portrait de Noro *sensei* », in *Energies* (H.S. n°5, *Aïkido*, avril/mai 2010). Traduit en allemand par Andreas Lange-Böhm.
- 2006 : « Kinomichi : une culture de l'accueil », in *Aïkido*, décembre 2006, pp.14-16.
- 1989 : « Rencontre de deux hommes remarquables », entretien avec Masamichi Noro, hommage à Graf Durkheim in *Gespräch zwischen einem Japaner und einem Fragenden* Berlin, 1989, traduit en allemand par Andreas Lange-Böhm, publié le 1/10/1989 dans *Gestern Heute Morgen*, n°3 (revue consacrée à K.G. Durckheim).
- 1985 : « Corps et spiritualité en Occident », Dojo Noro-Kinomichi, Paris, plaquette interne non publiée.

##### Conférences :

<sup>23</sup> Pour reprendre la formule de Reda Bouderbala, in « Sports de combat et arts martiaux : quel usage sécuritaire ? », conférence du 27 mai 2021, colloque Jorrescam, *Risques et sécurité dans les sports de combat et arts martiaux*, université de Lille.

<sup>24</sup> Miyamoto Musashi, *Le livre des cinq anneaux*, trad. M. Random, Paris, Belfond, 1982.

<sup>25</sup> Littéralement : « la règle (*bō*) du militaire (*hyō*) culmine dans la règle (*bō*) du calme (*hei*) ». Cité par Ôtake Risuke, *Katori shintō ryū*, Paris, Budo Éditions, 2011, p.13.

- 2021, 28 mai : « De l'hostilité à l'accueil : l'exemple du kinomichi », colloque Jorrescam, *Risques et sécurité dans les sports de combat et les arts martiaux*, université de Lille.
- 2015, 5 juin : « Les arts martiaux japonais comme art de la concorde », lors du colloque *Extension du domaine de l'art*, université Paris 1 / université de Nice, Paris, Cité Universitaire. Publié : communication publiée in *Nouvelle Revue d'Esthétique*, P.U.F. , 2015/2 n°16, pp. 65-81. <http://www.cairn.info/revue-nouvelle-revue-d-esthetique-2015-2.htm>
- 1988 : conférencier invité, « Le dualisme dans les pensées occidentale et asiatique », Journée Ozawa, Paris, Centre Ozawa.
- 1986 : conférencier invité, « Le corps et le sport dans la culture occidentale », Paris, Dojo Logelbach.

document de travail