

De l'usage de la force

●●● Par Cinzia Paviot

« Ni domination, ni soumission, ni compromis. » Telle est la devise du Kobayashi Ryu Aïkido.

Elle peut sembler difficile à comprendre, voire utopique, étant donné que nous vivons dans une société basée sur la conflictualité, une société compétitive, concurrentielle, où il faut être le premier, dominer, être le meilleur, sinon rien, dans presque tous les domaines de notre vie, quitte parfois à mettre nos valeurs morales de côté. Si on n'est pas le vainqueur, on devient le vaincu. Si on n'est pas le premier, on est le perdant. Les arts martiaux n'échappent malheureusement pas à cette règle : là où ils devraient être philosophiques, spirituels, artistiques, ils sont devenus codifiés, réglementés, accessoirisés, dans le seul but de comptabiliser des points, afin d'être le plus fort. Cela a contribué à affaiblir nettement le contenu de nombreuses disciplines, privilégiant la forme et les podiums aux principes fondamentaux. Dans ces conditions, l'objectif unique affiché devient la victoire, la domination, fondée sur la dualité. La force est sur-employée dans le but de contraindre, de faire céder ou d'obliger, de peur d'être l'impuissant et le vaincu. Or, ce rapport de force peut se révéler problématique lorsqu'il est, souvent inconsciemment, transposé aux situations de la vie quotidienne, aux relations sociales, professionnelles ou même familiales. De ce rapport d'opposition dominant/dominé, naissent de nombreux conflits, dont la résolution passe par la soumission d'une des parties, autrement dit par la violence.

Il ne faut jamais défendre

Mais ce recours systématique au rapport de force n'est-il pas le constat d'une faiblesse plus profonde ? Il ne s'agit surtout pas ici de dire qu'être victorieux ou fort est mauvais ou que vouloir s'améliorer et progresser ne devrait pas être un objectif en soi. En aucun cas il n'est question de faire l'éloge de la faiblesse, bien au contraire. Être fort est plus que jamais indispensable et



C'est toujours celui qui voit la réalité qui l'emporte.

Dans un conflit, le plus efficace ne devrait-il pas être celui qui est fort sans avoir besoin d'en faire la démonstration ?

c'est une valeur devenue suffisamment rare pour qu'on prenne la peine de la valoriser.

Dans certains cas, l'utilisation de la force peut se révéler être un aveu de faiblesse. On y a le plus souvent recours inconsciemment et généralement dans le cas où on se sent impuissant face à une situation ou à quelqu'un.

La doxa voudrait que le plus fort soit forcément celui capable de gagner, donc capable de contraindre l'autre, d'une façon ou d'une autre. Or, contraindre n'est-ce pas à l'évidence faire usage de violence ? De ce point de vue, le plus fort serait celui qui cède



Être fort n'implique pas nécessairement d'aboutir à la violence.

à l'usage de la violence. Mais dans un conflit, le plus efficace ne devrait-il pas être celui qui est fort sans avoir besoin d'en faire la démonstration ?

Kobayashi Sensei disait qu'il ne faut jamais défendre. Défendre, c'est accepter les règles de l'attaque et implicitement accepter la violence. Il insistait sur le fait de ne pas réagir à l'attaque. En effet, réagir c'est défendre et l'usage réflexe de la force renforce automatiquement l'opposition. Cela renvoie à mettre toutes les parties en danger et augmente l'intensité des oppositions.

Celui qui répond par la force le fait probablement en retour à une attitude, consciente ou non, qui l'a fait se sentir en danger. Réagir à une situation en usant de force signifie donc réagir à une action sous emprise. La réponse donnée n'est pas libre, elle est d'une certaine façon dépendante de l'action de l'autre. Elle constitue ici une preuve de faiblesse. Pourtant, dans notre école, il nous est enseigné de garder l'initiative en ne répondant pas à l'attaque.

Être fort n'implique pas nécessairement d'aboutir à la violence. Cela relève plutôt d'une solidité identitaire, d'une stabilité intérieure. Cognard Hanshi dit souvent que « la non-force est plus efficace ».

Des réflexes incontrôlés

Face à une attaque, on observe que les débutants répondent

de manière incohérente, pris par le réflexe d'opposition.

En Aïkiken, lors du travail de l'Irimi Men Uchi, Shite contre le Bokken de Seme, au lieu de contrôler son centre. Je souligne que dans notre école celui qui réalise la technique est Shite. Ici on voit bien qu'en réponse à l'attaque, le débutant est soumis à des réflexes incontrôlés qui l'amènent à produire un geste inefficace puisque si Seme est habile, il retirera son sabre avant le contact et pourra prendre le contrôle. Ce mode d'action ancré dans notre manière d'aborder les conflits nous empêche de voir la réalité de la situation. Maître Kobayashi disait que c'est toujours celui qui voit la réalité qui l'emporte alors que la réaction conduit à une perte de lucidité qui interdit l'accès à la réalité. L'usage réflexe de la force c'est de la violence et nous sommes soumis à une mémoire génétique qui nous dit que la violence paye et nous incite à produire des réponses violentes dès lors que nous sommes confrontés à une situation conflictuelle. Or La vraie force est la capacité à faire évoluer un conflit vers une situation créative. Cela implique de pouvoir se libérer complètement de toutes formes de réflexes d'oppositions et de changer de point de vue sur l'attaque afin de tendre vers ce que proposait Ô Sensei, le conflit créateur.

Je prends un autre exemple. En Taijutsu, le débutant aura tendance à se mettre en tension face au contact de Seme. C'est une réponse réflexe du corps que d'augmenter son tonus mus-

