



## Édito :

Se dépasser c'est dépasser les limites que l'on s'est fixées.  
Se surpasser c'est repousser ses propres limites.

Les limites d'aujourd'hui seront peut être dépassées demain, si aujourd'hui prépare demain avec soin.

Courage ! Ayez du cœur à l'ouvrage.

Marc Senzier.

## Sommaire

Illusion ou piège confortable.  
Page 1

Question de l'élève au maître.  
Budo ésotérique.  
Stage d'été.  
Page 2

Ignorance.  
Page 3

## L'illusion ou le piège confortable

*"L'intelligence c'est la chose la mieux répartie chez les hommes parce que quoi qu'il en soit pourvu, il a toujours l'impression d'en avoir assez, vu que c'est avec ça qu'il juge." Coluche*

S'il est évident que des domaines sortent de nos champs de compréhension ou de compétence, il est beaucoup moins évident de l'accepter ou de le reconnaître, surtout dans le domaine des arts martiaux et encore plus pour ceux qui se sont éloignés de leur objectif premier par dérive sportive comme par coupure avec ses origines.

Un pratiquant de Taï-Chi, convaincu de maîtriser le Chi (Ki) s'était présenté au Dojo pour un cours d'Aïkido. Désagréable fut la leçon qu'il reçut : il était bien incapable de transmettre la moindre énergie à son partenaire, encore moins de « projeter » du Ki plus loin que le bout de ses doigts ! Mais il ne faut surtout pas critiquer ou dénigrer le Taï-Chi, c'est l'homme et son niveau de compétence qui sont en cause.

J'ai déjà évoqué à maintes reprises la dérive des « sports de combats » qui délaissent les techniques amenant une disqualification comme le coup « aux parties » qui est pourtant bien efficace. Ainsi même un pratiquant de Karaté qui pratique avec coquille pour éviter un « mauvais coup malencontreux » peut recevoir ce très mauvais coup dans une rixe en dehors du Dojo, à moins qu'il ne se sépare jamais plus de sa « petite protection ». Mais il ne faut pas critiquer le Karaté-Do, car c'est encore l'homme qui est responsable de l'usage qu'il en fait.

Un professeur d'Aïkido convaincu, lui, d'être « le combattant invincible » à l'image de O Senseï Moriheï Ueshiba s'était vanté de pouvoir immobiliser un « adversaire » en lui tenant le bras au sol avec la technique « Ikkyo ». Un Judoka le mit au défi : le pauvre « prof » ayant l'habitude d'avoir à faire à des partenaires et non un adversaire, imprécis dans l'axe d'immobilisation, ne put contrôler le judoka que... quelques millièmes de seconde ! Hélas le judoka en question remit en cause l'Aïkido et non l'incompétence du pratiquant.

S'ouvrir aux différentes disciplines martiales permet d'ouvrir son propre champ de conscience et de prendre le recul suffisant pour s'observer avec l'autocritique nécessaire pour dissiper le voile des illusions qui tentent de nous piéger. Les règles sportives ou les techniques martiales développées dans un cocon douillet à l'odeur aseptisée d'une pratique routinière créent ces illusions. Et le piège est là : se conforter dans l'insouciance et le manque de discernement, puis finir de se convaincre que nous avons suffisamment d'intelligence, de pratique et de technique, puisque c'est avec ça que l'on se juge.

Marc Senzier



## Matière à réflexion ...

Dans la série des questions fondamentales de l'élève au maître :

L'élève demande au Maître :

" Maître, comment puis-je progresser ?

- Fais à chaque instant toujours un peu plus que ce que tu peux faire.

- Mais comment puis-je faire plus que ce que je peux faire ?

- Pense-le, répond aussitôt le Maître.

- Mais comment puis-je me dépasser simplement en le pensant ?

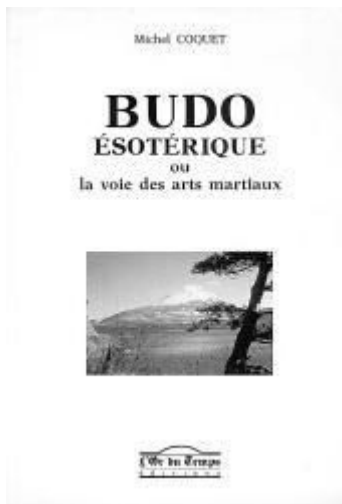
- Si tu ne l'imagines pas, ignore-le puis fais-le. Celui qui ne sait pas que c'est impossible à faire peut sûrement le faire."

Retrouvez les questions de l'élève au maître : <http://aikiryu.free.fr/chroniques/chron06.htm>

Livre :

### Budo ésotérique ou la voie des arts martiaux

de Michel Coquet . Editions l'or du temps



Un ouvrage complexe qui ne laisse pas indifférent. L'approche multidimensionnelle et pluriculturelle éclaire les nombreux aspects du Budo et ses pratiques.

Quarante années de pratique et d'enseignement de Budo traditionnel, dont cinq passées au Japon, ont permis à l'auteur d'accéder à un grade élevé dans des disciplines telles que le kyudo, le iaï jutsu, l'aïkido et le karatédo. Avec une démarche fondamentalement spirituelle, sa quête l'a conduit vers les philosophies nipponnes dont il a assidûment pratiqué les techniques, qu'il s'agisse de la voie magique des ascètes du Shugendo, des pratiques tantriques du Shingon ou de la contemplation zen. Il a toujours été un fervent défenseur de la pure tradition du Budo, dont le dessein ultime demeure "la réalisation du Soi".

神  
道  
合  
気  
流

Ecole Shin Do Aïki Ryu

1° Stage d'été d'une semaine :

Ce sera la première édition d'un stage d'une semaine qui aura lieu :

**du dimanche 15 juillet au samedi 21 Juillet 2012 à Castries (34)**

Au programme :

**Aïkido, Aïki-Jo, Aïki-ken et Iaïdo**

Ce stage est ouvert à tout pratiquant ado adulte munis d'une licence à jour.

Plusieurs formules sont proposées afin de répondre aux souhaits du plus grand nombre.

Plus d'infos : <http://aikiryu.free.fr/stages/stage%20juillet%202012.htm>

Afin d'organiser au mieux ce stage, merci de signifier votre intention de présence par email !  
(Préciser si stage complet, partiel, journalier, matin ou P.M.)

par avance merci

À bientôt sur les tatamis.



## L'ignorance

Fléau majeur dans les Budo modernes, elle est le mot de bien des maux. Pourtant, tel un mandala fait de sable que le souffle peut dissiper, elle est insignifiante. Pourtant, tel le frein à l'intelligence, elle égare le pratiquant parti en quête. Pourtant tel un miroir qui reflèterait le coté obscur de l'ego, elle amadoue l'esprit et l'enferme dans une autosatisfaction.

" Qui es-tu ? D'où viens-tu ? Où vas-tu ?

Brises-tu le miroir qui reflète la fausse réalité qui t'emprisonne dans ce monde d'illusions ?

- Qui es-tu, toi qui te permets de juger ? Qu'ignore ta propre connaissance ? Ta virtuelle réalité n'est elle pas elle-même ta propre illusion ?

- Oui mais Moi, Je sais...

- La connaissance n'est elle pas sans fin ? N'ignores tu pas aujourd'hui ce que tu découvriras demain ? Dis plutôt que tu sais que tu es ignorant.

- Moi ? Mais moi...

- Toi ? Qu'es-tu toi ? Si ce n'est l'image projetée d'un individu en lui-même. Peux-tu te juger toi-même en toute impartialité ?

- Mais...

- Acceptes-tu le fait de manquer de connaissances ?

Acceptes-tu le fait de ne pas connaître quelque chose dans un domaine particulier ?

Acceptes-tu de ne pas être au courant ou d'être incompetent dans un domaine précis ?

Si tu l'acceptes, alors tu sais que tu n'ignores plus. C'est la première connaissance, le reconnaître était si simple, si évident.

N'ignore plus, sais ce que tu sais. Ce savoir, éprouve-le ! Conforte-le ! Comble-le ! Mais ne l'affirme plus car il n'est peut être que le reflet narcissique d'un esprit autosatisfait.

- Mais alors comment savoir ?

- Je l'ignore "



Shin Do Aïki Ryu est le nom de l'école d'arts martiaux dirigé par Marc Senzier.

Les clubs de l'école :

Kihon Gi Budo Kaï à Castelnau le Lez, Aïkido Club de Castries, Aïkido Foyer Rural St Mathieu de Trèvièrs  
et la section enfants du Foyer Rural de St Drézéry

<http://aikiryu.free.fr>