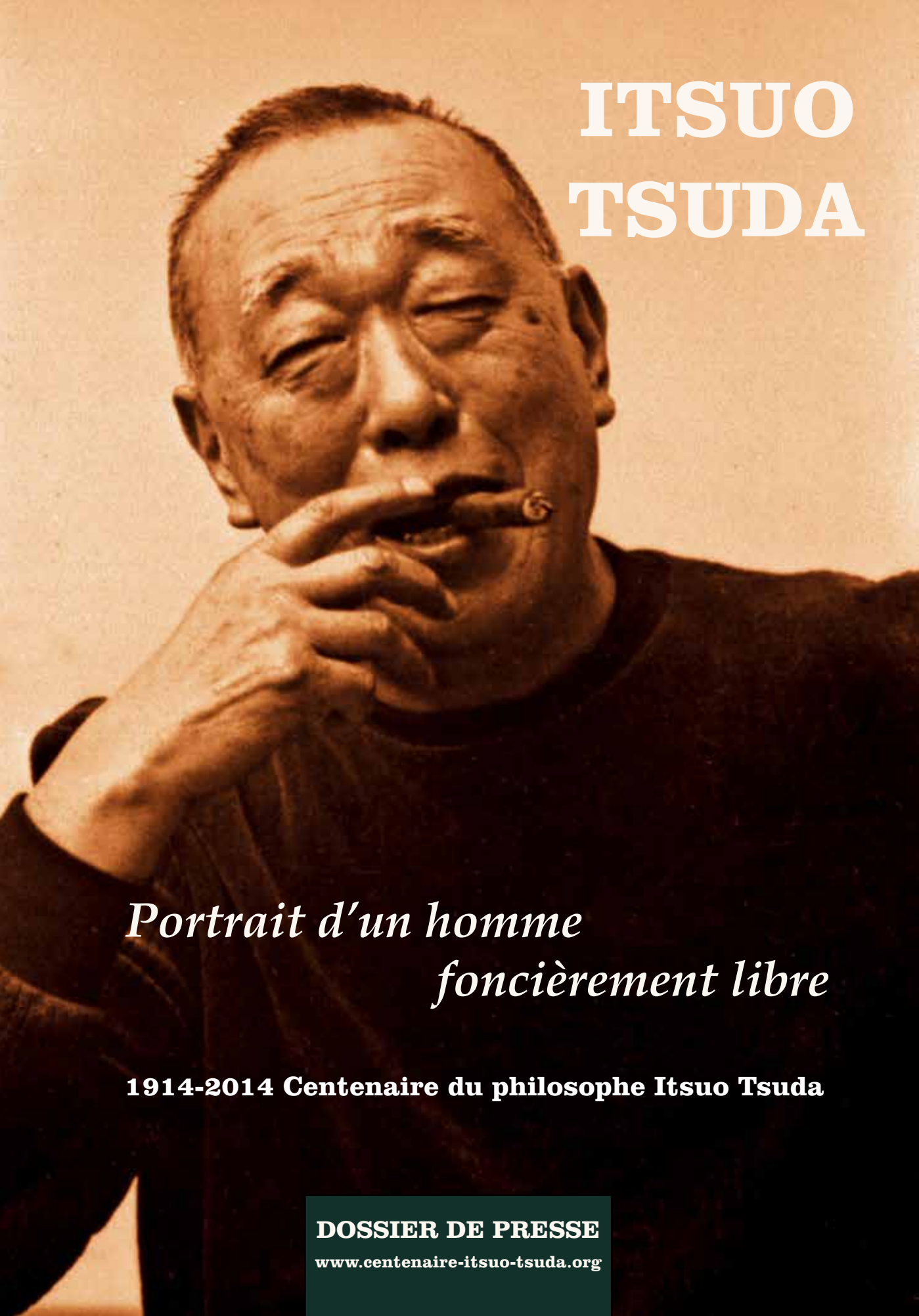




ITSUO TSUDA

*Portrait d'un homme
foncièrement libre*

1914-2014 Centenaire du philosophe Itsuo Tsuda

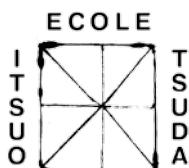
DOSSIER DE PRESSE

www.centenaire-itsuo-tsuda.org

SOMMAIRE

Communiqué de presse	3
ITSUO TSUDA (1914-1984)	4
Une philosophie de la vie.....	6
L'œuvre littéraire d'Itsuo Tsuda	8
2014 le Centenaire	9
Un parcours	10
La recherche de la liberté de pensée : la France des années 1930	12
Les recherches sur le ki : le Japon de 1945 à 1970	13
1970, l'Émergence d'une philosophie pratique	18
Programme	20
Les organisateurs	22
Renseignements pratiques	23

Photo de la page de garde : Dominique Guiraud



ITSUO TSUDA

PORTAIT D'UN HOMME FONCIÈREMENT LIBRE

On applique toutes sortes de grilles pour se former un jugement. La science en est une. Si l'on abandonne un instant ces grilles, on voit mieux ce qu'est l'homme en réalité. Non pas tel qu'il doit être, mais tel qu'il est.¹

Pour le philosophe Itsuo Tsuda, ce constat est le point de départ de sa réflexion sur une écologie du corps humain. Une écologie non pas appliquée de l'extérieur mais qui émerge de l'intérieur, par le réveil de la capacité de se rééquilibrer sans cesse pour se maintenir en vie, capacité qui existe à l'origine chez tous les êtres vivants.

L'être humain a déjà tout en lui mais, du fait des conditions du monde, il a besoin de se retrouver.

Le terrain normal, c'est la disponibilité à dégager le maximum de capacité au moment nécessaire.²

Itsuo Tsuda proposa une philosophie du Non-faire que l'on peut notamment découvrir et approfondir à travers les pratiques de l'Aikido et du Katsugen undo. Le *ki* et la respiration, abordés dans ses livres et dans son enseignement, sont autant de moyens pour réveiller la sensibilité et pour retrouver la liberté intérieure.

Dans la philosophie du Ki, l'être humain y est considéré dans son ensemble : il est à la fois mental et physique, à la fois pensée et action, à la fois individu et environnement.³

2014 : Centenaire de la naissance d'Itsuo Tsuda

Cette année consacrée à Itsuo Tsuda est pensée comme une mosaïque. À travers le blog dédié à Itsuo Tsuda seront abordées tout au long de l'année les multiples facettes de sa philosophie pratique. À force d'éclairages, d'angles d'approches et de témoignages, un puzzle s'assemble et une vision d'ensemble se dégage.

Le tout culminera dans l'événement hommage au Dojo Tenshin à Paris les 15 et 16 novembre 2014.

Itsuo Tsuda (1914-1984), philosophe, technicien seitai, maître d'Aikido

Personnage atypique ne faisant partie d'aucune fédération, c'est pourtant une figure incontournable de l'Aikido en France. Technicien seitai, c'est lui qui introduisit le Katsugen undo en Europe. Sa pensée philosophique nous est transmise par son œuvre littéraire : neuf livres écrits en français et publiés au Courrier du Livre.

Itsuo Tsuda quitte le Japon dans les années 30 pour se rendre en France. Il y fait ses études auprès de Marcel Granet et Marcel Mauss jusqu'en 1940, année de son retour au Japon. Il s'intéresse alors aux aspects culturels de son pays, étudie la récitation du Nô avec Maître Hosada, le Seitai avec Maître Noguchi, et l'Aikido avec Maître Ueshiba. Riche de ces enseignements, Itsuo Tsuda revint en Europe en 1970 pour propager le Mouvement régénérateur et ses idées sur le *ki*.

Contact presse

Manon Soavi, par téléphone 06 70 35 27 53 ou par mail : presse@ecole-itsuo-tsuda.org
<http://www.centenaire-itsuo-tsuda.org> - <http://www.ecole-itsuo-tsuda.org/blog>

*Depuis le jour où j'ai eu
la révélation du « ki », du souffle
(j'avais alors plus de quarante ans),
le désir ne cessait de grandir
en moi d'exprimer l'inexprimable,
de communiquer l'incommunicable.⁴*



Photo de Frédérick Leboyer

ITSUO TSUDA (1914-1984)

**Chercher la source commune des arts
qu'il pratiquait, la transmettre, dire et redire
que « l'homme est foncièrement LIBRE »**

Itsuo Tsuda vint en France en 1934 et fit ses études avec le sinologue Marcel Granet et le sociologue Marcel Mauss à la Sorbonne. En 1940, de retour au Japon, il s'intéressa aux aspects culturels de son pays, comme la récitation du Nô qu'il étudia avec Maître Hosada de l'école Kanze Kasetsu, la technique seitai et l'Aikido avec leurs fondateurs, respectivement Maîtres Haruchika Noguchi et Morihei Ueshiba.

Quand il débute l'Aikido à quarante-cinq ans c'est la dimension respiration, Non-Faire qui va principalement l'attirer. Une véritable complicité se crée entre Tsuda et ces maîtres. C'est Haruchika Noguchi, avec lequel il noue un dialogue sur l'autonomie des individus, qui va appuyer la démarche qu'il entreprend dans les années 70 : propager le Mouvement régénérateur et ses recherches sur le ki en Europe.

Un pont entre Orient et Occident

Pour transmettre à des personnes d'une culture si différente de la sienne, il a su élaborer et présenter des connaissances qu'il avait reçues de ses maîtres. Il s'agit là d'un défi où l'être humain est considéré par-delà l'époque, le lieu et la tradition. L'être humain en tant que tel. La vie dans ses multiples aspects.

Itsuo Tsuda a transmis ce savoir à travers ses livres, ses calligraphies et son enseignement direct : c'est en cela qu'il est considéré comme un maître, du point de vue oriental évidemment.

L'enseignement d'Itsuo Tsuda traite les thèmes du ki, à travers le Mouvement régénérateur (Katsugen undo), le Seitai et l'Aikido : ce sont des moyens pour réveiller la sensibilité et pour retrouver la liberté intérieure. L'être humain a déjà tout en lui mais, du fait des conditions du monde, il s'éloigne bien souvent de lui-même et il a alors besoin de se retrouver.



UNE PHILOSOPHIE DE LA VIE

Pourquoi une chose aussi simple que vivre, est-elle devenue aussi compliquée chez les civilisés ?⁵

La capacité de se rééquilibrer sans cesse pour se maintenir en vie, sans intervention extérieure, existe à l'origine chez tous les êtres vivants. Elle est de l'ordre de l'involontaire, du spontané.

Le terrain normal, c'est la disponibilité à dégager le maximum de capacité au moment nécessaire.⁶

Pour Itsuo Tsuda, cet état que Haruchika Noguchi qualifie de « seitaï » est le point de départ de ses réflexions sur ce qu'on peut appeler une **écologie du corps humain**.

Son approche ne se réduit pas à l'analyse objective :

La différence entre une bouteille à moitié vide et une autre à moitié pleine, la différence entre ceux qui sont en train de mourir et ceux qui sont en train de vivre, aucun critère objectif ne peut la déterminer. Seul le réveil intérieur nous la fait sentir.⁷

Il constate que la faculté d'adaptation et de réaction spontanée du corps humain se trouve affaiblie du fait des conditions de vie de l'homme contemporain.

De ce monde qui tend à privilégier l'hypertrophie cérébrale, le volontarisme, au mépris du spontané, et finit par régir tous les moments de la vie humaine, de la naissance à la mort, Tsuda nous dit :

Je ne refuse pas de comprendre le caractère essentiel de la civilisation occidentale : c'est un défi du cerveau humain à l'ordre du monde, un effort de volonté pour reculer les limites du possible. Qu'il s'agisse du développement industriel, de la médecine ou des Jeux olympiques, ce caractère prédomine. C'est une agression contre la nature. Homme superbe, il agit, pourtant sans le savoir, contre nature. La vie pâtit, en dépit de nos savoir et avoir accrus.⁸

Prenant acte de cette évidence qu'il n'y a pas, depuis l'origine du monde, deux êtres humains identiques, sa recherche philosophique s'articule autour de la science du particulier.

On applique toutes sortes de grilles pour se former un jugement. La science en est une. Si l'on abandonne un instant ces grilles, on voit mieux ce qu'est l'homme en réalité. Non pas tel qu'il doit être, mais tel qu'il est.⁹

Pour Itsuo Tsuda, ce qui caractérise chaque individu est du domaine du ki, mot japonais intraduisible, sans équivalent dans les langues occidentales, par lequel il nous introduit à une pensée qui est celle de l'unité.

Le ki n'est pas une abstraction. Il s'applique à la sensation, donc à un aspect fluide insaisissable et pourtant que l'on ressent en profondeur. Pour nous, Occidentaux, il en parle aussi sous le terme de *respiration*. « École de la respiration » est le nom sous lequel il a rassemblé les neuf tomes de son œuvre littéraire.



Photo DR

*Ce que nous faisons
ce n'est pas d'ajouter quelque chose
en plus, mais un « retour à la source »,
qui nous permet de vraiment sentir
ce qui se passe tous les jours,
à chaque moment.*



Donner carte blanche à la sagesse du corps

Renouer avec sa propre sensibilité, se débarrasser de ce qui est inutile, accepter de donner « carte blanche » à la sagesse du corps, c'est le « chemin inverse » que propose d'entreprendre Itsuo Tsuda :

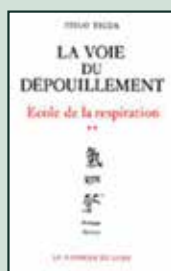
Ce que nous faisons ce n'est pas d'ajouter quelque chose en plus, mais un « retour à la source », qui nous permet de vraiment sentir ce qui se passe tous les jours, à chaque moment.¹⁰

S'il est possible de retrouver le « terrain normal » dont parle Noguchi, il est d'autant plus souhaitable de ne jamais le quitter... d'où l'importance accordée dans le Seitai à la grossesse, à l'accouchement et à l'enfance.

L'œuvre littéraire d'Itsuo Tsuda

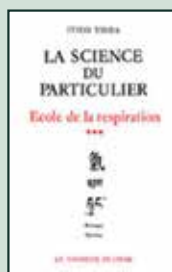
Neuf livres en français, publiés au Courrier du livre - éditions Trédaniel

« L'Européen ne peut agir que si, auparavant, il en comprend la raison. D'où la nécessité d'un développement dans le domaine de la pensée. »



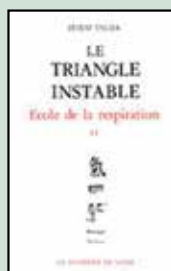
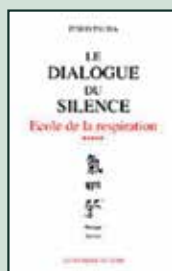
« On peut toutefois faire le chemin inverse. On peut remonter, à partir des formes connues, à cette source insondable qui détermine le comportement chez l'individu. »

« On peut toujours se justifier en appliquant le général dans le particulier, en déclarant que logiquement, il est impossible d'arriver à d'autres conclusions que celle qui est adoptée. Mais l'homme réserve des surprises. »



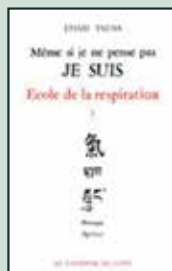
« Aucune formule n'est valable tant que l'Individu ne se sent pas vivre. S'il se sent vivre pleinement, il ne manquera pas de trouver sa formule à lui. »

« Ce réveil n'est pas le résultat des spéculations intellectuelles, ni des agressions moralisantes. À un certain moment, sans qu'on s'y attende, la porte s'ouvre et le dialogue commence dans le silence. »



« Il n'est donc pas impossible, même pour les civilisés, de se libérer du monde rhétorique dans lequel ils vivent et de retrouver leur vrai "moi". »

« Il n'est certes pas facile de se libérer de l'emprise du passé et de faire face au présent. J'essaie, de mon côté, de diriger votre attention sur la richesse insoupçonnée de notre être inconscient. »



« Je soupçonne que La Voie des Dieux va peut-être faire une entorse au rationalisme prédominant dans le monde occidental. »

« On applique toutes sortes de grilles pour se former un jugement. La science en est une. Si l'on abandonne un instant ces grilles, on voit mieux ce qu'est l'homme en réalité. Non pas tel qu'il doit être, mais tel qu'il est. »





ITSUO TSUDA

Portrait d'un homme foncièrement libre

2014 le Centenaire

Cette année consacrée à Itsuo Tsuda, nous l'avons pensée telle une mosaïque qui s'assemble par de nombreuses pièces.

Le **blog** (www.ecole-itsuo-tsuda.org/blog) dédié à Itsuo Tsuda permettra d'aborder tout au long de l'année les multiples facettes de la philosophie pratique que cet homme a découverte et transmise. Les divers éclairages, angles d'approches et témoignages qui y seront proposés constituent les pièces d'un puzzle qui se met en place. Et petit à petit se dégagera une vision d'ensemble. L'événement hommage qui se déroulera les 15 et 16 novembre 2014 au dojo Tenshin à Paris en sera en quelque sorte le point culminant.

L'événement s'articulera autour de témoignages d'anciens élèves d'Itsuo Tsuda qui se relayeront pour brosser un portrait croisé du maître que fut pour eux Itsuo Tsuda. Un récit biographique nous plongera dans son histoire, son parcours : *De la liberté de pensée à la liberté intérieure*. L'exposition de photographies présentera les images d'une vie, témoignage visuel d'un *homme ordinaire* comme il se définissait lui-même. L'exposition de calligraphies originales *Sur les traces d'Itsuo Tsuda* constituera une autre porte d'entrée vers cet univers d'un homme qui se passionna pour la vie dans ses multiples aspects.





Photo de Bruno Vienne

UN PARCOURS DE CHERCHEUR

Menant une réflexion profonde
sur les grands développements
de la pensée humaine, Itsuo Tsuda
parcourt l'Orient et l'Occident
et met le ki au centre de ses recherches.



LA RECHERCHE DE LA LIBERTÉ DE PENSÉE : LA FRANCE DES ANNÉES 1930

À l'âge de vingt ans, Itsuo Tsuda quitta le Japon pour la France. Souffrant de l'étroitesse d'esprit vis-à-vis du monde extérieur qui régnait dans son pays, il cherchait la liberté de pensée. Après son arrivée à Paris durant l'été 1934, Itsuo Tsuda passa les premiers mois dans une désorientation complète tant le choc des cultures fut important. Un an après il s'inscrivait à la Sorbonne.

Marcel Mauss et Marcel Granet : deux chercheurs qui ouvrent la voie

Les études de Itsuo Tsuda en sinologie avec Marcel Granet et en ethno-sociologie avec Marcel Mauss ont été décisives pour son parcours, en ce qu'elles lui ont permis d'avoir une ouverture sur des aspects inconnus de la société occidentale.

J'ai dû quitter Paris à cause de la guerre, mais ce séjour et l'enseignement de ces deux grands chercheurs ont été très enrichissants pour moi... peut-être même d'une certaine façon décisifs. C'est peut-être grâce à eux que j'ai pu essayer d'exprimer et de propager en Occident, par des termes et des concepts compréhensibles pour les Occidentaux et, surtout, les Français, ce que sont le Ki et la philosophie du Non-Faire.¹¹

La profondeur inégalée des constatations que Mauss dégagait dans son travail sur la sociologie des peuples marqua Itsuo Tsuda. Mauss s'attache à saisir les réalités dans leur totalité, à rendre compte de leur nature intrinsèquement pluridimensionnelle. Cela concerne également sa conception de l'être humain qu'il appréhende dans sa réalité concrète. Contrairement aux sociétés occidentales qui procèdent toujours par l'analyse, par des observations rationnelles, etc., Mauss s'intéresse aux phénomènes totaux :

**Mauss s'attache
à saisir les réalités
dans leur totalité,
à rendre compte
de leur nature
intrinsèquement
pluridimensionnelle.**

Mauss appelait « phénomènes totaux » les divers faits constatés chez les primitifs. Chacun des actes n'existe pas séparément des autres, il fait partie d'un tout indivisible. La mythologie, le rituel, l'économie, la guerre, les personnes et les choses, la vie et la mort, tous sont étroitement liés entre eux.¹²

Comprendre les phénomènes dans leur complexité

L'impact que Granet laissera sur lui n'en est pas moins considérable. L'importance donnée au monde d'expérience humaine qui se dégage à travers l'analyse sociologique de Granet marqua Tsuda d'autant plus qu'elle est ignorée dans la conception occidentale de l'humanisme. L'exigence de considérer chaque fait sociologique au sein d'un tout indivisible est perçue par Itsuo Tsuda comme une idée absolument révolutionnaire car, selon lui, depuis l'essor de la science expérimentale, la science ne fait que suivre une voie de compartimentation, de spécialisation. Le choix du titre *Un* pour son quatrième livre fait écho à cette idée que la partie est inséparable du tout, idée que Itsuo Tsuda a pu rencontrer aussi bien chez Granet que chez Mauss.

Et puis, Granet m'a donné aussi la possibilité de voir la société chinoise ancienne, et avec une perspective très très différente de ce qu'on fait d'ordinaire : transformer tout, avec les raisonnements occidentaux.¹³

Ce grand spécialiste de la Chine ne manqua pas de frapper les esprits :

Un jour, Granet affirma devant sa classe : « la Chine, je m'en fous, ce qui m'intéresse, c'est l'homme ». Lorsqu'on a tant entendu sur le style élevé de ses conférences, on peut imaginer la sensation créée par ce propos.¹⁴

Imprégné par les idées et approches de ces grands chercheurs, Itsuo Tsuda dut quitter la France au début de la Seconde Guerre mondiale. Il partit à contre-cœur – retardant son départ jusqu'au dernier bateau de rapatriement – avec le regret de ne pouvoir prolonger ses études, qui seront si décisives pour son parcours.

**Un jour, Granet affirma
devant sa classe :**

**« la Chine, je m'en fous, ce qui
m'intéresse, c'est l'homme »**

LES RECHERCHES SUR LE KI : LE JAPON DE 1945 À 1970

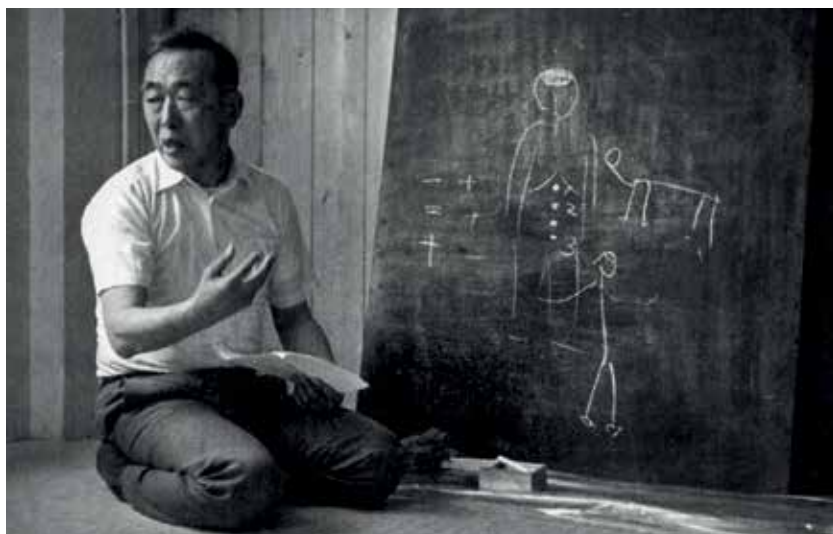


Photo de
Eva Rodgold

Lorsqu'il rentre au Japon, Itsuo Tsuda œuvre en ethnologue. Il mettra à profit la distanciation acquise lors de son séjour à l'étranger, fera siennes les méthodes de recherche qu'il a découvertes en France et s'intéressera aux aspects culturels des anciennes traditions de son pays :

En 1950, je me suis mis à étudier très sérieusement la récitation du Nô avec Maître Hosoda, le Seitai avec Maître Noguchi et l'Aikido avec Maître Ueshiba. Nô, Seitai et Aikido sont basés sur le Ki non seulement comme le sont tous les Arts traditionnels japonais, mais aussi comme tous les aspects de la vie quotidienne traditionnelle au Japon.¹⁵

Une des particularités de la démarche d'Itsuo Tsuda réside dans son intérêt pour plusieurs arts très différents. Notamment au Japon, il est inhabituel qu'une personne approfondisse ses recherches dans plusieurs domaines simultanément. De plus, Tsuda n'en proposait pas de synthèse mais chaque art l'intéressa dans son unicité. Néanmoins, ce qu'il découvrait dans chacun de ces arts venait fructifier, enrichir les autres.

La rencontre avec Haruchika Noguchi : l'individu dans sa totalité

Itsuo Tsuda rencontra Haruchika Noguchi, fondateur du Seitai et du Katsugen undo, aux alentours de 1950. L'approche de l'être humain telle que proposée dans le Seitai l'intrigua de suite. De plus, l'acuité de l'observation des individus pris dans leur globalité/complexité indivisible que Itsuo Tsuda découvrit chez Noguchi s'inscrivait dans le prolongement de ce qui avait retenu son intérêt lors de ses études en France. Itsuo Tsuda décida alors de suivre son enseignement.

Maître Noguchi, m'a permis de voir les choses d'une façon très concrète. À travers ces manifestations de chaque individu, il est possible de voir ce qui agit à l'intérieur. C'est une approche tout à fait différente de l'approche analytique : la tête, le cœur, les organes digestifs, chacun prend dans sa spécialité et puis, le corps d'un côté, le psychique de l'autre, n'est-ce pas. Eh bien, il a permis de voir l'homme, c'est-à-dire l'individu concret, dans sa totalité.¹⁶

La maladie conçue comme un point d'équilibre

D'autant que c'est précisément dans les années 50 que Haruchika Noguchi (1911-1976), qui avait découvert très tôt ses capacités de guérisseur, décidait de renoncer à la thérapeutique. Il créa alors la notion de *seitai*, c'est-à-dire de « terrain normalisé ».

La maladie est une chose naturelle, c'est un effort de l'organisme qui tente de récupérer l'équilibre perdu.

Le mot "terrain" étant entendu comme l'ensemble qui constitue l'individu, le psychique et le physique, tandis qu'en Occident on divise toujours en psychique, et puis physique.¹⁷

Le changement d'optique vis-à-vis de la maladie est décisif dans cette réorientation de Noguchi. Itsuo Tsuda le formulera de manière poignante en intitulant un de ses chapitres *Bonjour, maladie*.

La maladie est une chose naturelle, c'est un effort de l'organisme qui tente de récupérer l'équilibre perdu. [...] Il est bon que la maladie existe, mais il faut que les hommes se libèrent de son assujettissement, de son esclavage. C'est ainsi que Noguchi est arrivé à concevoir la notion de Seitai, la normalisation du terrain, si on veut. On ne s'occupe pas des maladies, il est inutile de guérir.

Si on normalise le terrain, les maladies disparaissent d'elles-mêmes. Et de plus, on devient plus vigoureux qu'avant. Adieu la thérapeutique. Finie la lutte contre les maladies.¹⁸

Un chemin vers l'autonomie

L'abandon de la thérapeutique va aussi de pair avec le souhait de sortir des rapports de dépendance qui lient le patient au thérapeute. Noguchi souhaitait permettre aux individus la prise de conscience de leurs capacités ignorées, les réveiller au plein épanouissement de leur être.

Itsuo Tsuda a suivi l'enseignement de Noguchi pendant plus de vingt ans et il eut le sixième dan de Seitai. Les deux hommes passèrent de longs moments à parler philosophie, art, etc. et Noguchi trouva dans la vaste culture de l'intellectuel que était Tsuda de quoi nourrir et élargir ses observations et réflexions personnelles. Un rapport d'enrichissement mutuel se construisit ainsi entre eux.

La mise au point du Katsugen undo (Mouvement régénérateur) par Noguchi intéressa particulièrement Itsuo Tsuda. Il saisit d'emblée l'importance de cet outil, notamment en ce qui concerne la possibilité de permettre aux individus de retrouver leur autonomie, de ne plus avoir besoin de dépendre d'aucun spécialiste. Bien que conscient et admiratif de la précision et de la portée profonde de la technique seitai, Tsuda considéra que la diffusion du Katsugen undo était plus importante que l'enseignement de la technique. Aussi fut-il à l'initiative des groupes de Mouvement régénérateur (Katsugen kai) qui se constituaient un peu partout au Japon.

Tsuda considéra que la diffusion du Katsugen undo était plus importante que l'enseignement de la technique.

L'Aikido avec Morihei Ueshiba : la révélation du « Ki »

Itsuo Tsuda a quarante-cinq ans quand il rencontre Maître Morihei Ueshiba, le fondateur de l'Aikido, dont il sera l'élève pendant dix années, jusqu'à la mort de celui-ci en 1969.

C'est en tant qu'interprète du judoka et Aikidoka André Nocquet – venu au Japon entre 1955 et 1958 pour étudier l'Aikido – qu'Itsuo Tsuda découvrit Morihei Ueshiba. Certainement frappé par l'aisance époustouflante de cet homme dans son art, Tsuda ne s'y intéressa pourtant pas pour devenir à son tour aussi efficace, voire invincible – désir qui attirait nombre de disciples chez M^e Ueshiba – mais il plaça son étude de l'Aikido sur un autre plan : « L'Aikido fait partie de mes recherches sur le ki. »¹⁹

Itsuo Tsuda considéra que le fait d'avoir découvert l'Aikido à quarante ans passés lui avait permis d'en saisir des aspects ignorés par les plus jeunes élèves.

Il faut dire aussi que j'ai été initié à l'Aikido à l'âge où l'on sent l'approche du vieillissement. Ma vision est totalement différente de celle des jeunes batailleurs.

*Ce que j'ai constaté en pratique, c'est un grand soulagement de mon être. L'aikido me permet de faire le vide du cerveau.*²⁰

Ces propos trouvent leur correspondance dans un témoignage récent d'un ancien *uchi-deshi* (élève interne) du fondateur, Maître Tamura, très jeune à l'époque : « Nous étions comme des enfants de maternelle écoutant une discussion d'universitaires » et encore « Nous recevions un enseignement extraordinaire, mais étions aveugles »²¹. Avec le temps, Maître Tamura dit avoir compris des choses qui lui avaient échappé alors.

L'art de redevenir un enfant...

Ayant connu Morihei Ueshiba dans ses dernières années de vie, Itsuo Tsuda nota encore à propos de l'âge :

*M^e Ueshiba pratiquait à l'âge de quatre-vingt-cinq ans. Je crois au contraire que plus on vieillit, plus on a la chance de comprendre la portée immense de la respiration. Elle peut plus facilement dépasser le cadre physique auquel nous nous trouvons confinés.*²²

L'Aikido fait partie de mes recherches sur le ki.



Photo extraite de *La Voie du dépouillement* de Itsuo Tsuda, édition de 1975

*L'Aikido est un art
de redevenir des enfants...
sans être puéril.*

Le grand âge et l'enfance se rejoignent en ce qui concerne l'approche de l'Aikido tel que le concevait Itsuo Tsuda qui aimait à rappeler comment, par la respiration « l'Aikido est un art de redevenir des enfants... sans être puéril ».

D'ailleurs, l'Aikido idéal de Ueshiba, selon Tsuda, n'était-il pas celui des jeunes filles ? Maître Ueshiba qui fera finalement passer les aspects techniques au second plan :

M^e Ueshiba, lorsque je le voyais dans ses dernières années, semblait n'avoir plus la notion de technique. Il faisait de petits gestes de rien du tout et ses adversaires chutaient. Il était comme un enfant qui s'amuse avec n'importe quoi, n'importe comment. [...] Il était libre et naturel comme les vents ou les vagues.²³

Aussi naturel que respirer

Itsuo Tsuda se disait frappé par la grandeur du paysage intérieur de Ueshiba qui se déployait devant ses yeux. La sérénité, la concentration extraordinaire mais aussi sa perméabilité et son humour inimitable laissèrent en lui une empreinte durable :

Ce que je peux dire de ma propre expérience, c'est qu'avec M^e Ueshiba, mon plaisir était tellement grand que j'avais toujours envie de redemander. Je n'ai jamais senti aucun effort de sa part. C'était tellement naturel que, non seulement je ne sentais aucune contrainte, mais je chutais sans le savoir.²⁴

La particularité de l'approche de l'Aikido d'Itsuo Tsuda réside dans l'importance qu'il accorde au ki, à la respiration. *Petit à petit, ma respiration s'approfondit, et je crois arriver à sortir de moi-même qui est enfermé dans ce petit cadre, à l'intérieur de ce clivage qu'on appelle la peau. Sortir de la peau, et me promener partout, c'est une sensation extrêmement agréable.²⁵*

À travers ses calligraphies, l'accès au vide...

Itsuo Tsuda a aussi laissé des traces sous la forme de calligraphies. Le qualificatif de « calligraphies amateur » que Tsuda donnait à son travail ne sert pas tant à le distinguer du travail d'un professionnel mais désigne avant tout une orientation. Au Japon, le terme « calligraphie amateur » s'applique par exemple aux calligraphies faites par les maîtres zen, d'ikébana ou de sabre, ces tracés ont la particularité d'être porteur d'un enseignement, de transmettre quelque chose.

Itsuo Tsuda expliquait parfois que les gens qui s'intéressent à la calligraphie savent que ce n'est pas le signe qui est important mais l'espace qu'il délimite. Ce propos gagne encore en profondeur lorsqu'on sait qu'Itsuo Tsuda a utilisé la technique du batik (cire chaude sur tissu ensuite teinté) pour réaliser la plupart de ses calligraphies. Ainsi, le signe qui délimite l'espace est en réalité un vide chez Itsuo Tsuda, puisque la cire est ôtée à la fin du processus de batik.

Rien que les titres des calligraphies nous révèlent la dimension d'enseignement qui s'approfondit à mesure que l'on découvre les tracés en eux-mêmes, tels des portes qui s'ouvrent : *la Vie ; le Dragon qui sort de l'étang où il demeurerait endormi ; le Rêve / l'Illusion ; le Vide ; Regarde sous tes pieds ; Cœur de ciel pur*, etc.

Récitation de Nô, d'intuition à intuition

Itsuo Tsuda étudia le Nô pendant environ vingt ans. Il prenait des leçons de récitation des pièces de Nô avec Maître Hosada de l'école Kanzé Kasetsu et assistait au moins une fois par mois aux représentations. C'était une école très ancienne remontant au quatorzième siècle. Itsuo Tsuda appréciait particulièrement le Nô, notamment le fait que rien ne devait être extériorisé, que tout devait se traduire à l'intérieur à travers la vibration dans une grande concentration et par une économie des gestes et des déplacements.

Si le théâtre français frappe d'abord le conscient pour capter l'attention, le Nô pénètre dans l'inconscient pour préparer le terrain. Dans ce dernier, toute l'importance réside dans l'ambiance et non dans l'intrigue qui, d'ailleurs, y est très simple en général.²⁶

Itsuo Tsuda faisait du Nô en tant qu'amateur – selon la tradition japonaise, seuls les membres d'une lignée familiale pouvaient être acteurs de Nô. La pratique du Nô s'inscrivait chez Tsuda dans son intérêt pour les manifestations du ki dans les arts traditionnels japonais, il y poursuivait sa recherche personnelle d'aller à la rencontre de ce qui fait vibrer l'être.

Dans le théâtre Nô, il n'y a pas le mot Ki. Mais, lorsqu'on sait ce que c'est, ça saute aux yeux : le théâtre Nô frappe d'intuition à intuition.²⁷

Le départ pour l'Occident

Itsuo Tsuda raconte qu'avec la mort de son père suivie de peu de celle de M^e Ueshiba, il perdit en 1969 deux points d'attache précieux qui le retenaient au Japon. Il se mit donc en route vers l'Occident pour une aventure qu'il avait senti grandir en lui depuis quelques années déjà :

En 1970, à l'âge de cinquante-six ans, je quitte mon emploi salarié et me lance dans une aventure sans garantie ni promesse.²⁸

L'écho de la provocation de Granet est bien là lorsque Itsuo Tsuda résume son intérêt pour ses maîtres :

Mon travail ne correspond pas à un effort de prosélytisme en faveur d'une méthode, d'une opinion, de certaines personnes, d'une institution ou d'une civilisation.

J'ai parlé de Noguchi et de Ueshiba, non pas pour en faire des saints et des dieux, pour les transformer en objets d'adoration, mais parce qu'ils ont connu des expériences de la vie qui m'étaient totalement inconnues et dont le contenu m'a fortement intéressé.

Dans le fond, ce n'était pas eux qui comptaient, ce qui m'intéressait, c'était la vie, un point c'est tout.²⁹



Photo extraite du film documentaire
La Bataille du Pacifique de D. Costelle

1970, ÉMERGENCE D'UNE PHILOSOPHIE

Au croisement de l'Orient et de l'Occident, Itsuo Tsuda réunit pensée philosophique et pratique orientale : la Pratique respiratoire.

Une des spécificités de son enseignement repose sur le lien que Itsuo Tsuda a établi entre sa compréhension de l'Aikido auprès du fondateur, O Sensei Ueshiba, et la pratique du Katsugen undo découvert auprès de Maître Noguchi (fondateur du Seitai). Ces deux pratiques deviennent en quelque sorte complémentaires.

Le Katsugen undo

**Mouvement qui permet
le retour à la source
(aux origines de l'être)**

Le Katsugen undo (ou Mouvement régénérateur) existe à l'état naturel chez tous les êtres humains. Il se déclenche lorsque le besoin du corps s'en fait sentir. Le corps maintient ainsi de lui-même son équilibre et sa santé.

En tant que pratique, c'est un entraînement du système moteur extra-pyramidal, une sorte de gymnastique de l'involontaire, qui normalise le terrain (corps physique et psychique). Il n'y a pas de pratique intensive du Mouvement régénérateur, mais un lent retour vers le naturel des réactions corporelles, et une réelle redécouverte de notre autonomie.

Les exercices qui permettent son déclenchement pour l'entraînement ont été mis au point par Haruchika Noguchi au milieu du vingtième siècle et introduits en France par Itsuo Tsuda dans les années 1970.



Photo de Eva Rodgold

PRATIQUE

L'Aikido

La respiration, est le fondement même de l'Aikido.

Lorsque vous êtes saisi par derrière à bras le corps par une personne plus forte que vous qui vous empêche de vous asseoir... que faire ?

Le projeter pour se dégager ?

Devenir un enfant, répond Itsuo Tsuda et il poursuit :

Je vois un coquillage merveilleux sur la plage et je me baisse pour le prendre. J'oublie celui qui continue à me serrer par derrière. Il y a l'écoulement du ki qui part de moi vers le coquillage alors qu'avant le ki était figé à la pensée de celui qui me serre avec tant de force. Il devient alors léger et chute par dessus mes épaules [...]

L'idée de projection provoque la résistance. Dans le geste de l'enfant, il y a la joie de ramasser le coquillage qui fait oublier la présence de l'adversaire.³⁰

La pratique de l'Aikido implique donc l'adoption du principe de la non-résistance, en ce sens qu'on ne pousse ni ne tire l'adversaire, qu'on évite d'agir dans un sens susceptible de susciter la force antagoniste. Elle implique aussi celle du principe du non-adversaire.³¹

O Sensei Morihei Ueshiba (1883-1969 fondateur de l'Aikido) disait souvent « L'Aikido c'est un art de s'unir et de se séparer. » Cette alternance d'union et de séparation, je l'ai obtenue par l'inspiration et l'expiration. [...]

Il y a synchronisation de l'inspiration de part et d'autre, en même temps que coordination des gestes. Cette interaction réciproque est, je crois, une des caractéristiques de l'Aikido. Elle n'existe ni dans le Judo, ni dans le Kendo. Dans ces derniers, chacun respire indépendamment et guette l'occasion d'attaquer l'autre. [...]

La respiration, d'après mon expérience, est le fondement même de l'Aikido.³²



Photos de Dominique Guiraud

CENTENAIRE

**ÉVÉNEMENT HOMMAGE
LES 15 ET 16 NOVEMBRE 2014**

de 10 h à 18 h, entrée libre

en partenariat avec les Éditions Trédaniel

**DOJO TENSHIN
120 rue des Grands Champs 75020 Paris**



D'ITSUO TSUDA

Portrait d'un homme foncièrement libre

PROGRAMME

Les témoignages :

Jean-Marc Arnauve, karateka, aikidoka, technicien seitai

Kika Juan, artisan restauratrice d'art

Régis Soavi, aikidoka, conférencier

Bruno Vienne, réalisateur, cinéaste

Sur les traces d'Itsuo Tsuda...

Exposition de calligraphies originales

Avec l'aimable autorisation des propriétaires

De la liberté de pensée à la liberté intérieure

Récit biographique

de **Yan Allegret**, écrivain metteur en scène

Itsuo Tsuda, un homme ordinaire

Exposition photo

présentée par **Jérémie Logeay**, photographe

Tirages réalisés en Piézographie



L'Association École Itsuo Tsuda

Maître Tsuda nous a laissé un enseignement qui se continue encore aujourd'hui à travers ses élèves.

L'École Itsuo Tsuda est née d'un besoin et du désir de nombreux pratiquants dans les dojos d'Europe de s'unir afin de donner une plus grande possibilité à cette transmission et de la partager dans le quotidien.

Elle œuvre à la diffusion de la philosophie pratique d'Itsuo Tsuda et réunit aujourd'hui neuf dojos, dont certains existent depuis plus de trente ans : Paris, Milan, Rome, Amsterdam, Toulouse, Ancône, Mas d'Azil, Turin et Blois.

Régis Soavi

Aikidoka, conférencier, Conseiller technique de l'École Itsuo Tsuda.

Tout en se formant en tant que professionnel dans les fédérations d'Aikido, Régis Soavi rencontre Itsuo Tsuda en 1973. Il suivra son enseignement durant dix ans. L'Aikido de M^e Tsuda correspondant à ce qu'il recherche, il s'oriente définitivement dans cette direction vers 1980. Il se consacre maintenant depuis plus de trente ans à l'Aikido et au Mouvement régénérateur en enseignant tous les matins au dojo Tenshin. Il conduit des stages réguliers dans les dojos qui sont réunis dans l'École Itsuo Tsuda, à Paris, Toulouse, Milan, Rome et Amsterdam. Conférencier lors de ces stages, il est aussi invité à d'autres occasions pour donner des conférences publiques.



Photo de Bas van Buuren

L'Association Tenshin

Le dojo Tenshin, créé en 1985, propose la Pratique respiratoire de M^e Tsuda : Aikido et Katsugen undo (Mouvement régénérateur). C'est un lieu réservé à cette pratique et géré par ses membres (association loi 1901). Ce fonctionnement particulier favorise une ambiance similaire à celle d'un dojo traditionnel japonais et la découverte de la pratique du non-faire.



Photo de Yan Allegret

Dates 15 et 16 novembre 2014

Lieu Dojo Tenshin

120 rue des Grands Champs 75020 Paris

Horaires, tarifs De 10h à 18h. Entrée libre

Directeur de l'événement Régis Soavi, enseignant d'Aikido

Scénographie, expositions Yan Allegret, écrivain, metteur en scène

Jérémie Logeay, photographe

Coordination Manon Soavi

Contacts presse Manon Soavi, tél. : 06 70 35 27 53

Renseignements info@ecole-itsuo-tsuda.org

Notes

1. Itsuo Tsuda, *Face à la science*, Paris, le Courrier du Livre, 1983, p. 9.
2. Itsuo Tsuda, Interview sur France Culture, « Maître Tsuda s'explique sur le Mouvement régénérateur », émission n°5, début des années 1980.
3. Claudine Brelet-Rueff, *Chez le philosophe du Ki*, dans « Question de » N°9, Editions Retz, 4^e trimestre 1975.
4. Itsuo Tsuda, *Le Non-faire*, Paris, le Courrier du Livre, 2006 (1973), p. 7.
5. Itsuo Tsuda, *Le Triangle instable*, Paris, le Courrier du Livre, 1980, p. 9.
6. Itsuo Tsuda, Interview sur France Culture, *op. cit.*, émission n°5.
7. Itsuo Tsuda, *Le Dialogue du Silence*, Paris, le Courrier du Livre, 2006 (1979), p. 10.
8. Itsuo Tsuda, *Même si je ne pense pas*, JE SUIS, Paris, le Courrier du Livre, 1991 (1981), p. 13.
9. Itsuo Tsuda, *Face à la science*, *op. cit.*, p. 9.
10. Itsuo Tsuda, Interview sur France Culture, *op. cit.*, émission n°1.
11. Claudine Brelet-Rueff, *Chez le philosophe du Ki*, *op. cit.*
12. Itsuo Tsuda, *La Voie des dieux*, Paris, le Courrier du Livre, 1982, p. 18.
13. Itsuo Tsuda, Interview sur France Culture, *op. cit.*, émission n°3.
14. Itsuo Tsuda, *Le Provincialisme européen*, écrits posthumes non publiés.
15. Claudine Brelet-Rueff, *Chez le philosophe du Ki*, *op. cit.*
16. Itsuo Tsuda, Interview sur France Culture, *op. cit.*, émission n°3.
17. Itsuo Tsuda, Interview sur France Culture, *op. cit.*, émission n°4.
18. Itsuo Tsuda, *Le Dialogue du Silence*, *op. cit.*, p. 64-65.
19. Claudine Brelet-Rueff, *Chez le philosophe du Ki*, *op. cit.*
20. Itsuo Tsuda, *La Voie du dépouillement*, Paris, le Courrier du Livre, 2006 (1975), p. 133.
21. Tamura Nobuyoshi, interview, *L'Aigle de l'Aikido*, 27 juillet 2007 pour TsubakiJournal www.tsubakijournal.com/article-7142924.html
22. Itsuo Tsuda, *La Voie du dépouillement*, *op. cit.*, p. 176.
23. *Ibid.*, p. 131.
24. *Ibid.*, p. 172.
25. Itsuo Tsuda, Interview sur France Culture, émission sur l'Aikido *La matinée des autres*, début des années 1980.
26. Itsuo Tsuda, *Premiers écrits*, Cahier n°3, « Pratique respiratoire », non publié.
27. Claudine Brelet-Rueff, *Chez le philosophe du Ki*, *op. cit.*
28. Itsuo Tsuda, *Le Non-faire*, *op. cit.*, p. 7.
29. Itsuo Tsuda, *Le Provincialisme européen*, écrits posthumes non publiés, (nous mettons en gras).
30. Itsuo Tsuda, *La Voie du dépouillement*, *op. cit.*, p. 167 (librement adapté).
31. *Ibid.*, p. 157.
32. *Ibid.*, p. 174-175.



www.ecole-itsuo-tsuda.org

www.centenaire-itsuo-tsuda.org

www.ecole-itsuo-tsuda.org/blog