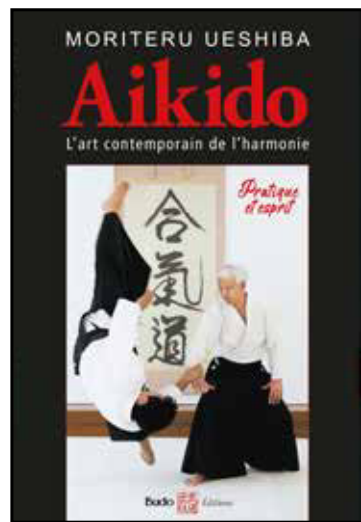


Interview exclusive du Doshu Moriteru Ueshiba

L'HÉRITIER DE LA VOIE



Dans son livre « Aïkido, l'art martial contemporain de l'harmonie » paru tout récemment aux éditions Budo, Moriteru Ueshiba, petit-fils du fondateur et actuel Doshu, nous présente d'abord l'aïkido (l'histoire, la pratique, l'esprit), avant de se confier dans la partie intitulée « Ma lignée, notre chemin ». Il nous a accordé une interview exclusive. Propos recueillis par Dany Chareyre.

Moriteru Ueshiba, né en 1951, est le fils de Kisshōmaru Ueshiba et le petit-fils de Morihei Ueshiba, fondateur de l'aïkido. À la disparition de son père, il fut nommé par le conseil des anciens troisième Doshu (Maître de la Voie) de l'aïkido. Diplômé de l'Université Meiji Gakuin, il est devenu maître du Centre mondial de l'aïkido en 1986 puis président de la Fondation Aïkikai en 1996. Depuis 1999, il représente la plus haute autorité de l'aïkido mondial sous le titre de président permanent de la Fédération internationale d'aïkido. Il occupe de nombreux postes en relation avec le monde des arts martiaux traditionnels dont celui d'administrateur du Nippon Budokan (conservatoire des arts martiaux traditionnels japonais) à Tokyo. Nous sommes allés à sa rencontre le 30 octobre dernier,

dans son bureau de Tokyo, pour en savoir un peu plus. Interview réalisée par Dany Chareyre.

Avant tout, merci de nous recevoir aujourd'hui pour parler de votre livre « Aïkido, l'art martial contemporain de l'harmonie » qui sort en France en mars 2026.

Oui, oui... Mais commençons par prendre le thé, je vous prie.

Nous savourons une tasse de thé vert. L'interview peut débuter.

Pouvez-vous nous présenter l'aïkido en quelques mots ?

Il est très difficile de résumer ou d'expliquer l'aïkido en seulement quelques mots !...

Est-ce un art martial moderne ou traditionnel ?

Le Fondateur, Morihei Ueshiba a d'abord étudié divers arts martiaux traditionnels japonais. En parallèle, il a également suivi

une formation spirituelle approfondie. Puis au cours de la période couvrant la fin de l'ère Taishō et les premières années de l'ère Shōwa [NdT : année de transition Taishō / Shōwa : 1926] il a commencé à développer un art martial moderne. C'est le début de la pratique de ce que nous connaissons aujourd'hui comme l'aïkido. L'ère Taishō / Shōwa, ça remonte à près de cent ans. Le début de cette pratique se situe donc vers 1922.

Par quels éléments principaux se distingue-t-il des autres arts martiaux ?

L'aïkido n'a pas une approche orientée vers la victoire. Il ne s'agit pas d'essayer de gagner, mais plutôt d'essayer de travailler ensemble. Pendant et à travers la pratique, au fil des entraînements, l'intention est de développer à la fois le corps et l'esprit. La spécificité majeure de l'aïkido est donc qu'il n'y a pas de compétition, vous n'essayez pas de battre les autres.



Agé de 75 ans, Moriteru Ueshiba est le 3e Doshu, le gardien de la voie.

Parlons maintenant du livre. La première partie concerne l'histoire de l'aïkido. Votre père, Kisshōmaru le deuxième Dōshu avait déjà écrit à ce sujet. Quels sont les apports de votre livre ?

Déjà, n'est-ce pas, quand on écrit un livre sur l'aïkido, il est incontournable de mettre une petite partie historique. Ici, en plus, j'ai ajouté des éléments de l'histoire telle que je l'ai vécue enfant. Vous voyez donc mon point de vue, basé sur mon expérience.

Et puis, presque une trentaine d'années se sont écoulées depuis la disparition de Kisshōmaru, ce qui représente trente ans d'histoire de l'aïkido, mais aussi de changements sociaux, etc. J'ai essayé d'intégrer tout cela dans le livre.

Enfin, je crois que les jeunes également peuvent être intéressés par l'histoire, c'est pourquoi j'ai choisi une forme d'écriture moderne, pour que la lecture soit facile d'accès.

Pourquoi est-il important pour vous que les pratiquants d'aïkido connaissent un minimum de l'histoire de l'aïkido ?

L'aïkido n'est pas quelque chose qui s'est créé en un instant. C'est le fruit de nombreux efforts, d'une mue et d'un développement au fil du temps. Il est important pour ceux qui pratiquent l'aïkido, pour nous, de connaître cette histoire. Comme je l'ai dit, l'aïkido a d'abord été créé par le Fondateur, grâce à son travail acharné. Dans la continuité, il y a environ 80 ans, à la fin de la seconde guerre mondiale, Kisshōmaru Dōshu a décidé que l'aïkido devait être accessible au plus grand nombre de personnes possible, que tous ceux qui étaient intéressés devaient pouvoir pratiquer. Il a donc ouvert les portes au grand public. Le Fondateur, lui, n'enseignait l'aïkido qu'à certaines personnes, à huis clos. L'aïkido est devenu ce qu'il est aujourd'hui grâce à l'engagement de tous ceux qui nous ont précédés, y compris le Fondateur, y compris Kisshōmaru Dōshu. C'est grâce à leur action et à celle des autres sensei que nous pouvons pratiquer l'aïkido que nous pratiquons aujourd'hui. Il est important de l'avoir en tête.

La seconde partie du livre « Pratique et Esprit » contient peu d'explications techniques détaillées. J'aimerais que vous évoquiez celles que vous avez retenues et pour quelles raisons.

Ce livre n'a pas pour but de présenter les techniques d'aïkido. En japonais,



Moriteru Ueshiba pratique l'aïkido depuis sa plus tendre enfance.

son titre est 「合気道 稽古と心」 « Aïkido - Keiko to kokoro », c'est-à-dire que l'objectif est de parler du « keiko » (la pratique) et du « kokoro » (qui se traduit à la fois par « esprit » ou par « cœur »). Donc il reprend seulement les mouvements de base de l'aïkido. J'explique les tai-sabaki (déplacements du corps), le kokyū-ho, le kokyū-ryoku, parce qu'ils constituent les fondations sur lesquelles repose l'aïkido. Je détaille aussi quelques techniques représentatives de l'aïkido comme Shomen-uchi irimi nage. En fait, ces mouvements de base sont liés à toutes les techniques d'aïkido, mais sont également liés à votre développement en tant que personne au travers du 真心 [magokoro, terme difficile à traduire : profonde sincérité, cœur pur]. Par le magokoro, tout se met en place : on devient quelqu'un dont la posture est juste, mais cette posture n'est pas une simple forme, une posture uniquement physique.

Pourriez-vous nous indiquer quel rôle donner aux armes en aïkido ? Quelle importance ont-elles ?

Le Fondateur apportait le jo ou le bokken afin d'expliquer le mouvement de la technique. Cependant, il répétait sans cesse que la meilleure chose à faire, la chose la plus importante, était de pratiquer les techniques fondamentales. Plus précisément, il citait souvent shomen uchi ikkyō. Pratiquer les armes, c'est très bien, mais il

faut en priorité pratiquer les mouvements de base, tai sabaki, kokyū ho, dont nous venons de discuter. Tout le monde devrait et doit le faire. C'est le plus important pour améliorer votre aïkido. Et puis, une fois que vous avez atteint un certain niveau, il n'y a aucun problème à étudier les différentes armes.

Est-ce pour cela qu'à l'Aïkikai Hombu Dojo, la pratique des armes (ken et jo) n'est pas demandée aux examens shodan ou nidan, mais plus tard ?

Oui, tout à fait. J'insiste sur le fait qu'il faut d'abord et avant tout pratiquer les techniques fondamentales.

Qu'en est-il de la pratique d'autres arts martiaux ? On entend parfois dire que cela permet de progresser plus vite en aïkido. Quel est votre avis ?

En ce qui concerne la pratique d'autres disciplines en plus de l'aïkido, cela dépend de chacun. C'est une décision individuelle. En tant que Dōshu, ma fonction est de transmettre l'aïkido ; il ne m'appartient pas de recommander la pratique d'autres disciplines.

J'ai remarqué qu'il y avait plusieurs jeunes femmes shidoin [instructeur] maintenant au Hombu Dojo. Pouvez-vous nous parler de la place des femmes dans l'aïkido ? Cela nécessite-il un entraînement particulier ?

Il n'y a pas d'entraînement particulier à suivre pour pratiquer en tant que femme. Hommes et femmes pratiquent ensemble en aïkido, et tout le monde fait les mêmes exercices. En dépit du genre, le plus important est d'avoir de l'engagement et de l'enthousiasme. La mixité a toujours existé, depuis le début.

Mais l'aïkido évolue avec la société. Aujourd'hui, le nombre de pratiquantes augmentant, de façon complètement naturelle, le nombre d'enseignantes augmente également.

Je suis ravi de constater cette augmentation, cela signifie que les gens prennent conscience des bénéfices de l'aïkido.

J'ai également remarqué qu'il y a toujours beaucoup de personnes du monde entier qui viennent ici, à Tokyo, pour s'entraîner au Hombu Dojo. Qu'en pensez-vous ?

Le Fondateur de l'aïkido, Morihei Ueshiba, a fondé le Hombu Dojo. C'est là



Le Doshu explique à Dany Chareyre la configuration de l'ancien Hombu Dojo : la partie dojo, en jaune, était reliée à la partie habitation de la famille Ueshiba, en vert sur ce plan.



Il y a de plus en plus de femmes qui pratiquent l'Aïkido, et de plus en plus de femmes instructeurs au Hombu Dojo.

qu'il enseignait. Mais c'est aussi là que Kisshōmaru, le second Dōshu, a enseigné. Et c'est à partir de cet enseignement que de nombreux pratiquants se sont formés. Ils sont ensuite devenus instructeurs, ont parcouru le monde et ont fait connaître l'aïkido dans de nombreux endroits. Maintenant, en quelque sorte, leurs étudiants, qui connaissent et apprécient l'aïkido, reviennent à la source. Ils veulent découvrir « de leurs propres yeux » tout ce que le Hombu Dojo représente en tant que berceau et centre mondial de l'aïkido.

Alors ils ne viennent pas seulement pour l'excellence technique, mais aussi pour « l'esprit » ?

Oui, je pense que oui. Je pense que les pratiquants viennent ici pour ressentir la tradition de l'aïkido de l'intérieur, en vivre l'expérience par eux-mêmes, et par tous les pores de leur peau.

L'aïkido est aussi un entraînement spirituel, une philosophie. Pouvez-vous nous expliquer comment ?

Je crois que c'est surtout la manière de pratiquer l'aïkido qui a une influence majeure. On s'entraîne par deux, uke [celui qui attaque] et tori [celui qui applique la technique], en inversant régulièrement les rôles de tori et d'uke. Et on s'entraîne avec tout le monde, peu importe sa corpulence, son âge, ou son niveau. Cette alternance encourage, nécessite le respect de la personne avec laquelle on travaille. A force, ça n'est pas instantané, il faut du temps, vous devenez capable de comprendre comment les choses affectent votre partenaire. Et à terme, je crois que vous pouvez y parvenir avec tout votre corps. Il n'y a donc pas un entraînement spirituel spécifique, mais une



Shomen-Uchi Irimi-Nage
Il s'agit de l'une des techniques les plus représentatives de l'aïkido.
Tori est face à Uke. À l'instant où Uke lève sa main-sabre pour frapper shomen, Tori avance profondément son pied arrière dans le dos de Uke et prend le contrôle de son cou et de sa main. Tori déséquilibre Uke avec un mouvement tenkan. Tori amène Uke sur son épaule et lève le bras. Tori avance fortement son pied arrière et projette Uke en descendant le bras.

évolution de l'esprit qui se produit au fur et à mesure des entraînements. Quand Kisshōmaru Dōshu a ouvert l'aïkido au grand public, il a déclaré que ce que nous développons au dojo, nous devons le redonner d'une façon ou d'une autre dans la société. Respecter les autres, être capable de s'adapter aux personnes

et aux situations, ce sont des qualités très utiles dans la vie sociale.

Est-ce à dire qu'il ne suffit pas de juste lire un livre sur la philosophie de l'aïkido pour intégrer l'esprit de l'aïkido ? Nous devons aller au dojo, passer du temps sur le tatami ?

Évidemment, lire des livres est une bonne chose ! Cependant, pour bien comprendre et comprendre de manière approfondie la philosophie de l'aïkido, c'est indispensable de pratiquer.

Dans la troisième et dernière partie du livre, vous parlez des événements mar-

Quand Kisshōmaru Ueshiba a ouvert l'aïkido au grand public, il a déclaré que ce que nous développons au dojo, nous devons le redonner d'une façon ou d'une autre dans la société. Respecter les autres, être capable de s'adapter aux personnes et aux situations, ce sont des qualités très utiles dans la vie sociale

quants de votre vie, de votre enfance, en tant que petit-fils du Fondateur de l'aïkido, jusqu'à vos responsabilités actuelles en tant que Dōshu.

Le premier point que j'aimerais éclaircir concerne l'ancien Hombu Dojo, celui d'avant 1967. Pourriez-vous nous expliquer comment les lieux étaient disposés par rapport à aujourd'hui ?

Dans l'ancien Hombu Dojo (bâtiment en bois construit en 1930), la partie dojo se trouvait au sud, tandis que la partie habitation de la famille Ueshiba était au nord. Les deux parties étaient reliées.

Vous êtes donc "Dōshu" (道主 : gardien ou maître de la voie). Qu'est ce que cela signifie ?

Le concept de Dōshu est propre à la famille Ueshiba et à l'aïkido. Le Dōshu est

celui qui hérite de la voie, qui l'incarne, la prend en charge et la transmet ensuite à d'autres.

Dit autrement : dans l'aïkido, la famille Ueshiba est la famille qui détient la tradition, alors les descendants en héritent et continuent à suivre la voie qui leur a été transmise.

Cette notion d'héritage, quel sens revêt-elle pour vous ?

Depuis ma naissance et tout au long de ma vie, j'ai été entouré par l'aïkido, je suis immergé dans cet univers. C'est à partir de cette expérience que je suis devenu Dōshu et que j'ai hérité du passé et du chemin parcouru par mes prédécesseurs. Ça se passe comme ça, très simplement. Je crois que ça fait aussi partie intégrante de la culture traditionnelle japonaise.

Dans le livre, vous dites d'ailleurs quelque chose comme « Nous avons repris la mission familiale, c'est-à-dire la responsabilité de l'aïkido. Parfois, je nous vois comme une famille d'artisans, œuvrant dans l'industrie domestique. »

Oui. Ce système héréditaire existe dans beaucoup d'arts traditionnels au Japon. Et le fait que les Dōshu soient des descendants directs du Fondateur est également un élément qui inspire confiance aux pratiquants du monde entier, car il est celui qui perpétue le plus fidèlement les enseignements du Fondateur.

Cette façon d'hériter des fonctions de Dōshu n'est pas seulement une formalité. Cela aide à protéger l'authenticité de l'aïkido, cela aide à protéger l'authenticité et le cœur de l'aïkido, et il est important de le faire.

Dōshu, c'est donc spécifique à l'aïkido, il n'y en a pas dans les autres arts martiaux. Quel impact cela a-t-il selon vous ?

Cela rejoint ce que j'ai dit précédemment. Le fait d'avoir un Dōshu donne à l'aïkido une figure centrale. De plus, nous avons le Hombu Dojo, créé par le Fondateur et connu internationalement, qui est devenu le lieu central. C'est le centre du monde de l'aïkido. Tout cela aide, cela crée de l'ordre dans la communauté de l'aïkido.

Vous avez écrit le livre voilà quelques années. Y a-t-il des éléments que vous aborderiez différemment aujourd'hui ?

Sept ans se sont écoulés depuis la publication du livre au Japon. Dans cette période, nous avons eu la pandémie de coronavirus, qui a conduit à une pause de 3 ans dans l'aïkido mondial, avec plus ou moins de répercussions selon les pays. Si je reprenais mon texte aujourd'hui, j'écrirais à ce sujet. J'essaierais de faire connaître ce qui s'est passé et d'expliquer à la génération suivante les efforts qui ont été nécessaires. Cela appartient à l'histoire de l'aïkido maintenant. Il serait important de l'inclure.

Vous avez été décoré de l'« Ordre du Soleil Levant, Rayons d'Or avec Rosette » en avril dernier, par l'Empereur et le gouvernement du Japon. Pouvez-vous nous expliquer à quoi correspond cette distinction ?

En quelques mots, le Japon dispose d'un système de récompense pour eux qui ont œuvré au développement de la société japonaise. L'« Ordre du Soleil Levant, Rayons d'Or avec Rosette », est attribué aux personnes ayant accompli des réalisations remarquables dans les domaines de l'éducation, de la culture et de l'action sociale. Il s'agit d'une décoration qui distingue des efforts et des accomplissements de longue durée dans ces domaines. Dans mon cas, j'ai été honoré pour mon travail dans le cadre du développement de l'aïkido.

Est-ce que cela peut nous suggérer que l'aïkido joue un rôle notable pour la promotion la culture japonaise et le



Pour Moriteru Ueshiba, l'aïkido fait partie du quotidien depuis sa naissance.

maintien des traditions japonaises ?

Entre autres, mais aussi dans le domaine de l'éducation.

De plus, cette décoration n'est pas tant une reconnaissance personnelle qu'une preuve que l'aïkido est désormais reconnu par la société. Je considère avoir reçu cette distinction au nom de toutes les personnes liées à l'aïkido.

Avant de finir, si vous me permettez : en quoi aimez-vous l'aïkido ?

L'aïkido fait partie de mon lieu de vie quotidien depuis ma naissance. J'ai grandi dans un environnement où, plus qu'une question d'aimer, sa présence allait simplement de soi.

Souhaitez-vous ajouter quelques mots pour conclure ?

Dans l'aïkido, il y a la technique, l'entraînement et l'esprit. Mais il faut également connaître l'idéal de l'aïkido. Je voudrais

dire aux pratiquants qu'ils doivent continuer, poursuivre sans relâche leur pratique. L'aïkido est une excellente chose, et les bonnes choses devraient pouvoir prendre une forme juste et rassembler beaucoup de gens. Je fais moi-même partie de ces personnes impliquées, et nous devrions nous assurer que l'aïkido continue à se développer sous une forme positive.

Pour cela, j'espère que les Français pourront lire le livre et y percevoir l'essence de l'aïkido, en plus de trouver des réponses à toutes leurs questions.

Merci Dōshu. Votre livre nous donnera des balises précieuses sur le chemin, c'est sûr ! ●

Interview Dany Chareyre.