

Maître Noguchi & *Itsuo Tsuda*

« Ceux qui ont vécu une vie pleinement ont une mort paisible. »

par Anne Biadi

Le concept de « vie intégrale » développé par Maître Noguchi et repris par Itsuo Tsuda nous invite à vivre pleinement, dans la spontanéité.



crédit photo: Ecole de la Respiration, Itsuo Tsuda.

en plein épanouissement de leur capacité ont un sommeil profond, ou encore : Ceux qui ont vécu pleinement ont une mort paisible.

On peut alors s'interroger sur le sens qu'il faut donner à une pratique qui propose la vie comme une Voie. C'est ce questionnement qui guide Itsuo Tsuda dans ses recherches sur le Ki. Avec Maître Noguchi, fondateur du Seïtai (normalisation de l'organisme) et du mouvement régénérateur, il prend conscience de l'importance du terrain et d'une approche globale et non dualiste de l'individu. Quant à l'Aïkido de Maître Ueshiba, il lui révèle : *Une dimension incommensurable à l'échelle humaine... Je sentais un dépouillement complet dans sa pratique, son comportement et sa technique. Il était aussi insaisissable qu'un phénomène naturel...⁽³⁾ Ou bien encore : L'essentiel de son enseignement ? C'est l'amour... L'amour, c'est la respiration, le souffle, invisible et insaisissable avec nos cinq sens, mais efficace... Il n'y a pas d'opposition entre moi et le monde, entre maître Ueshiba et l'univers... Dans sa conception de l'amour, il n'y a pas de séparation entre l'âme et le corps. L'amour, c'est tout un, avec la respiration, l'action, la fusion, l'intuition.*

La vie intégrale dont parle Maître Noguchi et l'Aïkido de Maître Ueshiba est-ce pour autant la même chose ? Tsuda propose d'explorer ces univers grâce à la sensation. Cette Voie n'est pas une autoroute qui impose une destination, c'est une pratique sans but, et même, ajoute-il, sans connaissance et sans technique. Le naturel et la simplicité requises pour ressentir la vie dans sa spontanéité sont ceux du jeune enfant qui n'intellectualise pas mais qui simplement agit la vie. ■

Simplement agit la vie.



PORTRAIT

Anne Biadi-Imhof est née en 1944. Elle suit des études d'ethnologie à Neuchâtel, en Suisse avant de mener sa carrière professionnelle au CNRS dans différents laboratoires de sciences humaines. Elle rencontre Itsuo Tsuda et l'Ecole de la Respiration en 1978. Elle fut présidente de cette association durant 13 ans (1998-2011).
ecoledelarespiration@free.fr

Au début de son quatrième ouvrage, qui s'intitule « Un »⁽¹⁾, Itsuo Tsuda⁽²⁾ se réfère à un texte : « Pensée sur la vie intégrale » que publia Maître Noguchi en 1930 à l'âge de 19 ans. Voici les premières lignes de la traduction qu'il en donne : *Moi, je suis. Je suis le Centre de l'Univers. En moi réside la Vie. La vie n'a ni commencement ni fin. A travers moi, elle s'étend à l'infini, à travers moi, elle se lie à l'éternité. Comme la Vie est absolue et infinie, moi aussi je suis absolu et infini. Si je me meus, l'Univers se meut. Si l'Univers se meut, moi, je me meus. « Moi » et l'Univers sont Un indivisible, un corps et une pensée. Je suis libre et sans barrière. Je suis détaché de la vie et de la mort. Ainsi en va-t-il, bien entendu, de la vieillesse et de la maladie. Maintenant je réalise la Vie et demeure dans la quiétude infinie et éternelle. Ma conduite dans la vie quotidienne reste imperturbable et inaltérable. Cette conviction est incorruptible et éternellement inattaquable.*

Lorsque l'on redescend d'une pensée de cette nature dans la vie ordinaire des Occidentaux, comme des Orientaux du 21^e siècle, l'idée de vie intégrale de Maître Noguchi reste liée à des expériences simples de la vie : *Ceux qui vivent*

(1) Itsuo Tsuda, « Un », Le Courrier du Livre, 1978.
 (2) Itsuo Tsuda est arrivé en France en 1970. Il fonde en 1977 le dojo de l'Ecole de la Respiration où se pratiquent depuis cette date deux activités, le Mouvement Régénérateur fondé par Maître Noguchi et la pratique respiratoire de Maître Ueshiba (voir GTao n°27 & n°28).
 (3) Itsuo Tsuda, « La science du particulier », Le courrier du livre, 1976.

Pour + d'infos, consultez le carnet d'adresses p. 60