

Kochi Toheï:

«Le K.I. unifie corps et esprit»

Après Londres, Venise et Florence, Kochi Toheï 10^e dan d'aïkido avait posé pied à terre en Franche-Comté. Répondant à l'invitation de M. Rigoulot du dojo belfortain, il axa essentiellement le travail sur la perception du K.I. Sans nul doute, ce samedi 8 août restera longtemps gravé dans les mémoires des aikidokas régionaux, fascinés par une telle puissance mentale.

Pour son premier et sans doute dernier voyage en France, Kochi Toheï était accompagné d'un interprète: Kenjiro Yoshigasaki, aujourd'hui installé en Belgique et chargé de divulguer la méthode du maître sur notre continent. M. Yoshigasaki vient d'ailleurs périodiquement au Kino Ken Kyu Kai belfortain afin d'y enseigner la voie (do) de maître Toheï. En effet, le dojo belfortain (installé rue Pierre Bonnet) suit fidèlement la méthode Toheï et accueille plusieurs fois par an son représentant européen.

Qui est O'Senseï Toheï?

Né au Japon en 1920, Kochi Toheï y apprend très jeune le judo avant d'être pris en main par le fondateur de l'aïkido Morihei Ueshiba. Au sein de l'Aiki-kai de Tokyo (école d'Ueshiba), il gravira tous les échelons avant d'obtenir son 10^e dan (le grade suprême), puis d'y remplir la fonction d'instructeur-chef. Dans les années 50, envoyé par Morihei Ueshiba, il développera l'aïkido aux Etats-Unis. Puis à la mort du maître, reviendra au Japon où il assurera la conti-

nuité du dojo pendant quelques années avant de fonder sa propre école: le «Shinshin Toïtu Aïkido», créée en 1974. Il percevra ensuite la nécessité de développer le K.I. dont les vieux maîtres se refusaient même de parler... Il développa cette méthode, forma de jeunes aikidokas qui, aujourd'hui, transmettent celle-ci sur les cinq continents.

D'où vient le K.I.?

Selon la cosmologie (lois qui gouvernent l'univers) orientale, l'univers entier est régi par le K.I. Son énergie est l'énergie de la vie même, maître Toheï ajoute: «Les principes du K.I. sont applicables à la vie quotidienne, il doit aider l'homme à surmonter le malheur et la maladie». C'est pour mieux faire comprendre cette théorie où le charisme n'est pas exempt, qu'il divulgue ses quatre principes fondamentaux du K.I.:

1. Garder le point; 2. Se

relaxer complètement; 3. Garder le poids en dessous; 4. Envoyer du K.I.

Il s'agit en quelque sorte de ne pas utiliser une énergie physique, mais de se détendre, bien concentrer son énergie autour du point qui la génère (un peu en dessous du nombril) et de permettre par conséquent au flux (K.I.) de passer dans les bras en ouvrant également la main, comme l'eau qui coule dans un tuyau non obstrué. Un long travail de cette énergie permettra à l'aïkido-ka d'unifier son corps et son esprit avant de réaliser l'unification avec l'univers: aikido.

Pour que ses principes soient valables et démontrés, O'Senseï Toheï espère allégrement vivre jusqu'à 100 ans et ceci évidemment sans apport extérieur si ce n'est son ascétisme oriental pour unique conviction. Mais sans doute aura-t-il déjà grâce à la maîtrise de son K.I., réalisé son aikido.

GÉRARD FAINOT

JANE

re

utefois la moisson aurait encore, la société du SN d'un souffle pour la mé-

il confirmé qu'elle était en grande forme actuellement.

Après quelques jours de repos bien mérités, Marie-Pierre Seigneur préparera avec l'équipe de France les championnats du monde qui se disputeront à Londres au mois de septembre.

L'objectif de la Montbéliardaise sera d'entrer en finale dans les trois disciplines et si possible de rééditer sa performance de 1985 où elle avait obtenu une médaille de bronze.

Norbert BONNET

