

Izawa Nagahide (1668-1731, Konjaku monogatari)

Par **Claudio Zanoni** Sensei, laido Kyoshi 7e dan et **Vittorio Secco**, laido 5e dan (Kiryoku.it, 21 novembre 2025)



« Selon un dicton ancien : Dès qu'on ouvre les yeux, on tombe dans l'erreur. Cela signifie qu'on s'attache à ce que l'on voit. Par exemple, si on regarde à gauche, on ignore la droite, et si on regarde à droite, on ignore la gauche. Si on regarde les mains d'un adversaire, notre esprit se focalise sur les mains ; si l'on regarde les pieds, notre esprit se porte sur les pieds. Chaque fois qu'il y a un déséquilibre, c'est comme se retrouver dans une maison inhabitée. Si des cambrioleurs s'introduisent, le propriétaire, absent, ne peut pas les arrêter. C'est pourquoi il faut toujours avoir une vision d'ensemble et non un point de vue partiel. »

Izawa Nagahide (1668-1731), in T. Cleary (ed), *Training the Samurai Mind: a Bushido Sourcebook*, Shambala, Boston (MA) 2008. [éd. italienne: *La mente del Samurai*, Mondadori, Milano 2009, p. 212]

L'ancien dicton cité par Izawa Nagahide m'a immédiatement fait penser à une autre expression typiquement italienne : « Occhi aperti ! » (Ouvrez les yeux !). Dans le cas de cette expression italienne, l'idée sous-jacente est que l'invitation métaphorique à ouvrir les yeux coïncide avec l'exercice d'un état d'attention. Avoir les yeux ouverts signifie, avant tout, être éveillé et donc conscient de la réalité qui nous entoure.

Dans le cas de l'ancien proverbe japonais, en revanche, avoir les yeux ouverts, ou plutôt ouvrir les yeux, correspond à une perte cognitive fondamentale. Il arrive parfois, lors de longs trajets en voiture ou de longues promenades, de continuer à avancer pendant des kilomètres tout en discutant avec quelqu'un. Dans ces cas-là, il est important de noter que chacun d'entre nous n'a pas besoin de se concentrer particulièrement sur des éléments précis de la route : nous sommes capables de percevoir clairement la route dans son ensemble, même si nos pensées portent sur des sujets tout à fait différents. L'action d'ouvrir les yeux de l'ancien dicton japonais ne se réfère donc pas au moment où on se réveille, mais à celui où notre attention est attirée par quelqu'un alors qu'on marche tranquillement en centre-ville.

À moins d'avoir des problèmes de santé spécifiques, aucun d'entre nous n'a besoin de se concentrer pour éviter de bousculer ou de trébucher sur les passants qui marchent autour de nous. De même, marcher, mais aussi bien plus complexe, conduire un véhicule, ne nous empêche pas d'avoir une conversation profonde ou de chanter une chanson en même temps. Ouvrir les yeux signifie plutôt sortir de cet état cognitivement efficace pour concentrer toute notre attention, et donc notre présence, sur un seul élément.

Le moment précis où l'on heurte quelqu'un survient lorsque notre attention est attirée par un ami qui nous appelle ou par un bruit soudain qui nous fait sursauter : nous ouvrons les yeux sur un seul élément de la réalité qui nous entoure, et cela nous rend incapables même

d'accomplir des actions pourtant simples. Dans le *laidō*, tout cela est étroitement lié au concept fondamental de *Metsuke*, ou plus précisément, de *Enzan no metsuke*.

« Regarder les montagnes au loin » correspond en fait à l'attitude de celui qui peut discuter de philosophie en cheminant sans trébucher sur les racines des arbres. Le fait que dans le *laidō*, il n'y ait pas d'adversaire physiquement visible, comme c'est le cas dans le *Kendō* ou du *Jodō*, rend ce point particulièrement difficile à mettre en pratique, et lorsqu'il est présent, c'est déjà un indicateur important de la profondeur de la pratique. Ce n'est pas un hasard si les directives pour les examens requièrent que l'exécution correcte du *Metsuke* soit une condition pour réussir l'examen à partir du 4^e dan et si les règlements arbitraux l'indiquent comme un élément décisif dans l'attribution de la victoire sur un *Shiai*.

En général, dans le *laidō*, l'une des erreurs les plus courantes chez les débutants consiste à regarder la pointe de leur sabre, en la suivant pendant les mouvements de coupe avec les yeux voire en tournant le cou ; tandis que pour les personnes de niveau intermédiaire, le *Metsuke* a souvent tendance à être irréaliste, de sorte que lorsqu'elles essaient de discipliner leur regard pour qu'il « reste sur l'adversaire », ce regard est bloqué et artificiel, car absorbé par l'action même de regarder. Dans les deux cas, le *Metsuke* n'est pas correctement réalisé.

Des années de bonne pratique démontrent comment notre esprit est capable de superposer des images à ce qu'il perçoit intuitivement, comme lorsqu'on pense à quelque chose en conduisant. Bien sûr, il ne s'agit pas de penser à autre chose pendant la pratique du *Kata*, mais plutôt d'avoir une image vivante de la situation vécue projetée sur une réalité où nous sommes appelés à agir et à combattre intuitivement. Nous découvrirons ainsi que nous avons les « yeux ouverts » sans avoir à « les ouvrir ».



KIRYOKU