L'Aïkido des jeunes à l'honneur !

AÏKI MAG®
UN ART MARTIAL, UN ART DE VIVRE
合氣道

Décembre 2014

FFAAA
Membre pour la France de la Fédération Internationale d'Aïkido
11, rue Jules Vallès
75011 Paris
Tél. 01 43 48 22 22
Fax 01 43 48 87 91

www.aikido.com.fr / ffaaa@aikido.com.fr

AÏKIDO
FFAAA
FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AÏKIDO AÏKIBUDO ET AFFINITAIRES

AÏKI MAG®
UN ART MARTIAL, UN ART DE VIVRE
合氣道

éditorial

Aïki Mag®. Edition de décembre 2014
édité par la FFAAA.

Directeur de la publication
Paul Lagarrigue
Directrice Administrative
Henriette Flader
Comité de lecture
P. Lagarrigue, M. Desmot,
E. Amadieu, J.M. Andre
Conception graphique
Studio KomLowCost
assisté de Elsa Amadieu
Crédits photos : FFAAA
Remerciements aux autres auteurs
Imprimé et distribué par Fléximail
Toutes reproductions interdites sans
autorisation au préalable.

FFAAA
Fédération Française
d'Aïkido
Aïkibudo
et Affinitaires
www.aikido.com.fr
ffaaa@aikido.com.fr

11, rue Jules Vallès
75011 Paris
Tél. : 01 43 48 22 22
Fax : 01 43 48 87 91

Membre pour la France
de la Fédération
Internationale d'Aïkido

Evolution : Transmission des savoirs et adaptation

En Aïkido nous n'échappons pas à l'évolution.

Transmission :

En matière de technique elle passe par la transmission : Malgré la présence du DOSHU, gardien de la voie, les Maîtres passent et la discipline évolue, chacun l'exprimant de façon différente de l'autre mais évoluant lui-même au fil du temps.

A qui transmettre ? Aux plus jeunes, bien sûr, avec la difficulté que les Senseï âgés offrent un art qu'ils ont mis plusieurs décennies à acquérir, et que leurs élèves, plus jeunes ne pourront appréhender, peut-être, qu'avec une durée de pratique aussi longue. Faut-il alors rajeunir les enseignants ?

Bien que difficile, la transmission est indispensable pour la pérennité de l'Aïkido – ce magazine lui est consacré et vous y trouverez plusieurs enquêtes et témoignages sur le sujet.

Adaptation :

En matière d'organisation et de gestion il faut aussi évoluer et s'adapter à la technologie moderne et à ce qui nous entoure : la FFAAA s'y emploie activement, grâce à Vous tous, en ayant recours de plus en plus à l'informatique et internet.

Elle travaille aussi depuis de longs mois à améliorer le règlement de la CSDGE avec la FFAB et le Ministère des Sports, et devra très prochainement prévoir son adaptation au nouveau découpage des régions.

Transmission, adaptation, souvenons-nous toujours que notre discipline est belle, qu'elle nous appartient à tous et qu'il faut que chacun d'entre nous la porte et la transmette.

Le Président de la FFAAAA
Paul LAGARRIGUE

De la pratique de l'Aïkido à l'université
P.5-6

Kinomichi - K.I.I.A.
P.14

sommaire

P.04/ VIE DE LA FFAAA

P.05-06/ DE LA PRATIQUE DE L'AÏKIDO À L'UNIVERSITÉ
Jean-Marc ANDRE

P.07-08-09/ TÉMOIGNAGES
Evolene PREMILLIEU, Laurine ELENA, Héloïse NICK, Jérôme GLORIOD, Jérémy BOUCHET, Jolan LAUJAY

P.10/ ENQUÊTE SUR LES LIENS ENTRE PRATIQUE ET ENSEIGNEMENT CHEZ LES JEUNES ADULTES
Synthèse de l'étude menée par Gaston NICOLESSI

P.11/ NOTORIÉTÉ, IMAGE ET PRATIQUE DE L'AÏKIDO EN FRANCE
Synthèse de l'étude menée par Samuel JULHE

P.12-13/ LE MOUVEMENT EN AÏKIBUDO
Loris PETRIS

P.14/ KINOMICHI - K.I.I.A.

P.15/ CALENDRIER PRÉVISIONNEL DES STAGES 2014/15

UN NOUVEAU VISAGE AU SIÈGE FÉDÉRAL

Certains parmi vous ont déjà eu contact avec “la nouvelle” à la fédération. Après le départ en retraite de Sylvette Douche, qui était le cœur du siège fédéral depuis la création de la fédération il y a 30 ans, Henriette Flader qui a pris la suite en tant que responsable administrative.

Après des études en sciences humaines, Henriette a travaillé au sein des services clientèle de différentes entreprises. Elle a également une expérience en matière de gestion d’événements.

Henriette est une pratiquante d’Aïkido passionnée. Vous l’avez peut-être déjà aperçue lors d’un stage quelque part en France.

Elle dit à propos de son nouveau poste : “Quel bonheur d’avoir été recrutée par la FFAAA ! Ce travail me permet de mettre mes compétences au service de l’Aïkido, que je pratique depuis plus de 10 ans. Allier ma passion à ma vie professionnelle - je n’aurais pas pu tomber mieux.”

Le siège de la FFAAA continue donc à être dans de bonnes mains pour répondre aux questions des licenciés et gérer tous les aspects administratifs de la vie fédérale.

COMMUNIQUE de la COMMISSION SPECIALISEE DES DAN ET GRADES EQUIVALENTS (CSDGE)

Projet de réforme du règlement particulier de la CSDGE

Voilà maintenant près d’une année que nous avons engagé, avec nos homologues de la FFAB et dans le cadre de l’UFA (Union des Fédérations d’Aïkido), des discussions dans le but de réformer le règlement particulier de notre CSDGE.

L’objectif de ces échanges, qui ne s’étaient plus produits depuis fort longtemps, était de renouer le dialogue avec nos partenaires de la CSDGE, d’étudier comment faire évoluer ce règlement pour mieux l’adapter à la situation actuelle de l’Aïkido français, de le rendre encore plus équitable dans le respect des consignes délivrées par le Ministère de la Jeunesse et des Sports et enfin d’envisager la mise en place de nouvelles procédures de traitement qui permettraient une gestion courante plus performante.

Les assemblées générales de nos deux fédérations viennent d’adopter ce projet de réforme.

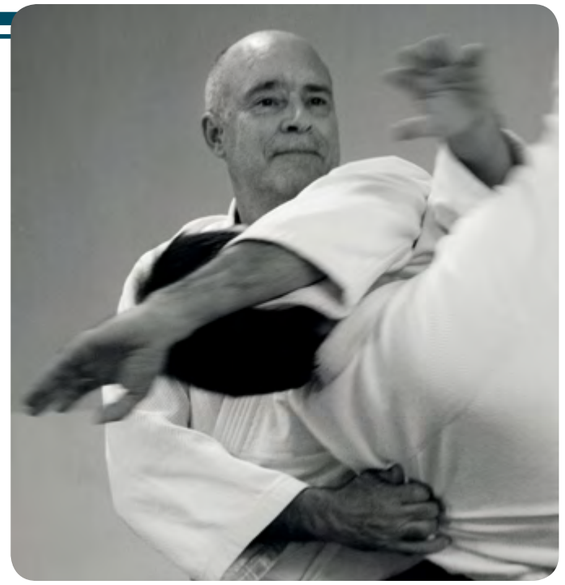
Nous avons donc maintenant à attendre l’aval du Ministère de la Jeunesse et des Sports sur ce projet ainsi que sa publication.

Suivra sa mise en place qui devrait être effective courant 2015 avec, en préalable, une actualisation des critères d’évaluation à réaliser, des formations de formateurs à organiser en commun et en interne suivant des modalités qui restent encore aujourd’hui à préciser.

Ces avancées devraient mieux servir l’intérêt des licenciés de nos fédérations.

(Michel DESMOT / Co-président CSDGE).

DE LA PRATIQUE DE L’AÏKIDO À L’UNIVERSITÉ. *(Par Jean-Marc ANDRE)*



(Photo : Jean-Marc ANDRE)

L’université française compte sur l’année 2013-2014 environ 1 500 000 étudiants qui se répartissent de la manière suivante : 900 000 en cursus licence (BAC+3), 540 000 en cursus Master (BAC+5) et 60 000 en cursus doctorat (BAC+8). Ces chiffres n’intègrent pas les étudiants inscrits dans les classes préparatoires ni ceux qui figurent dans les effectifs des grandes écoles, soit environ 900 000 étudiants supplémentaires. Le pourcentage de réussite en première année est loin d’être satisfaisant. Toutes disciplines confondues, le devenir des étudiants, un an après leur entrée à l’université, se traduit par une poursuite dans la même discipline à 65%, une réorientation vers une autre filière à 10%, une non-réinscription à l’université pour 25% d’entre eux.

Le sport à l’université.

Les activités sportives à l’université sont gérées par les Services Universitaires d’Activités Physiques et Sportives (SUAPS). Les SUAPS sont des structures créées par la loi Edgar Faure en 1968. On en dénombre aujourd’hui 85. L’activité des SUAPS est conduite par des enseignants titulaires ou vacataires (le plus souvent dans le cas de l’aïkido).
Par ailleurs, 80% des heures proposées le sont dans le cadre d’un enseignement universitaire. L’animation sportive ne représente que 20%, 12% correspondant à une pratique d’animation classique et 8% en relation avec la pratique au sein de la Fédération Française du Sport Universitaire (FFSU - sport de haut niveau).
Même si des efforts ont été réalisés depuis de nombreuses années pour améliorer l’offre « sportive » à l’université, les chiffres sont le reflet d’une réalité qu’il est indispensable de mieux cerner. Seuls 20% des 1 500 000 étudiants pratiquent une activité physique et sportive dans le cadre de l’université, ce qui représente environ 300 000 personnes. Pourtant, différentes enquêtes font ressortir le chiffre de 70% d’étudiants qui déclarent vouloir pratiquer une activité physique et sportive à l’université, sans pouvoir le faire. Cet indicateur tend à démontrer que les étudiants plébiscitent largement l’intérêt de la pratique sportive à l’université, sans doute car la vie et le rythme universitaires imposent de nombreux obstacles à la pratique dans les clubs civils (budget, éloignement, méconnaissance ou inadaptation de l’offre hors université, déracinement…).
Il faut également reconnaitre un problème de sureffectifs dans certaines universités où les SUAPS ne peuvent pas faire face à la demande et sont obligés de n’accepter que les premiers inscrits. Pourtant, des frais d’accès aux installations sportives sont généralement inclus dans le montant des droits de scolarité annuels des étudiants. Ils n’ont donc pas à payer de supplément pour participer aux activités proposées. Cependant, ces pratiques ayant lieu dans le cadre universitaire, elles ne donnent pas lieu à une prise de licence auprès des fédérations sportives (FFAAA par exemple). Par conséquent, pour ce qui est de l’aïkido, ces pratiquants ne pourraient prétendre passer un grade CSDGE qu’en candidat libre.

En périphérie des universités, d’autres acteurs jouent un rôle : ce sont les clubs universitaires, clubs civils affiliés aux fédérations sportives (par exemple le BEC : Bordeaux Etudiants Club).

Ainsi l'UNCU est une fédération de 46 clubs omnisports rassemblant 80 000 licenciés. Les activités qui y sont développées concernent tant le sport loisir que le sport de compétition. Les clubs universitaires ont pour objectif de prolonger l'action de l'université dans les domaines sportif, éducatif et social.
Les universités adoptent une attitude variable avec les clubs universitaires civils suivant les régions. Ainsi les relations entre ces deux institutions peuvent-elles être très bonnes, ou très mauvaises, voire conflictuelles.

L'aïkido à l'université : les chiffres, la pratique.

Sur 73 sites internet des universités en France, 38 disent proposer de l'aïkido et 1 de l'aïkibudo. La plupart (80%) ne proposent qu'un cours par semaine, ce qui est très peu au regard des exigences de la pratique.
L'enseignement et la pratique des arts martiaux à l'université est chose courante au Japon.
En ce qui concerne l'aïkido, la plupart des enseignants japonais de haut niveau ont enseigné, ou enseignent toujours, en milieu universitaire. Ce n'est que très peu fréquent en France.
L'université peut apparaître comme un environnement idéal pour développer l'apprentissage de l'aïkido. On peut y toucher sans trop de difficulté un public large (plusieurs milliers), jeune, disponible et naturellement ouvert à la pratique sportive et/ou culturelle.
Néanmoins cette apparente opportunité cache plusieurs écueils spécifiques.
• **Présence et assiduité**. L'année universitaire est relativement courte et répartie sur 7 à 8 mois. Elle est entrecoupée de vacances et d'examens pendant lesquels les tatamis sont nettement moins fréquentés, ce qui laisse finalement assez peu de disponibilité pour une pratique assidue. Sans compter les évènements propres à la vie estudiantine qui ne favorisent pas un investissement régulier.
• **La durée de séjour dans le club**. Plus d'un tiers des étudiants quitte l'université au terme de la première année. Pour les deux tiers restants, la vie universitaire durera au mieux 5 ans, avec souvent un changement d'université après la troisième année (passage en master). Ceci implique que, dans le meilleurs des cas, un pratiquant pourra atteindre (s'il est assidu) un niveau 1er dan (rarement 2ème dan) avant de quitter son club pour débuter sa vie professionnelle dans une autre région...
L'enseignement de l'aïkido dans ce cadre apparaît donc comme relevant le plus souvent de l'initiation. Ce n'est pas inutile, bien que le nombre de pratiquants en milieu universitaire reste très faible au regard du nombre total d'étudiants.

La problématique de l'enseignement de l'aïkido en milieu universitaire.

• **La motivation**. L'enseignant devra accepter de voir passer des générations d'élèves et de faire face à un recommencement perpétuel en termes d'accueil et de formation de débutants, d'investissement dans l'animation d'un nouveau groupe et dans la gestion de sa progression sur 3 à 4 années. A la longue se pose le problème de la motivation de l'enseignant. Certes, ces problématiques sont plus ou moins rencontrées par tous les professeurs d'aïkido, mais il semble qu'elles soient particulièrement appuyées dans le cas d'une pratique universitaire.

• **La progression de l'enseignant.**
Dans un club "normal", l'enseignant progresse avec ses élèves. Généralement, il constitue au fil des années un groupe d'anciens sur lequel il peut appuyer sa propre progression. Cela semble assez difficile dans le cadre universitaire où la pratique génère peu d'anciens parmi les élèves. Le professeur ne pourra alors appuyer sa progression que sur son investissement personnel dans le cadre de stages ou d'une pratique dans un autre club, ce qui nécessite de pouvoir consacrer beaucoup de son temps à l'aïkido.

Conclusion : la pratique sportive en milieu universitaire représente incontestablement une opportunité pour le développement de l'aïkido. Elle permet de toucher un public jeune et nombreux. Cependant, du fait des contraintes propres à ce contexte et à la population estudiantine, il semble qu'il faille l'envisager comme une occasion de présenter et d'initier à notre discipline. Cela permettra néanmoins à quelques uns de poursuivre leur pratique de l'aïkido en rejoignant d'autres clubs.

EVOLÈNE PREMILLIEU & LAURINE ELENA

Evolène PREMILLIEU : J'ai 25 ans, j'ai débuté l'aïkido à 11 ans. Aujourd'hui j'ai le 3ème dan. Je pratique en ce moment au dojo de la Roseraie car je suis à Toulouse pour mes études, mais j'ai débuté à Limoux et Carcassonne. J'ai aussi beaucoup fréquenté le dojo de Boulder au Colorado et j'ai également pratiqué l'été dernier au Japon.

Laurine ELENA : J'ai 22 ans, cela fait 7 ans que je pratique l'aïkido, je suis shodan. Comme Evolène, étant aujourd'hui à Toulouse pour mes études, je pratique au dojo de la Roseraie mais j'ai débuté à Nice et j'ai moi aussi eu l'occasion de pratiquer au Japon.

J'ai commencé l'aïkido parce que je souhaitais avoir une activité physique mais pas faire n'importe quel sport. L'aïkido, dont j'ai entendu parler par mon père qui en avait fait un peu, m'a apporté le "plus" que je recherchais.

Evolène PREMILLIEU : Je suis venue à l'aïkido parce que petite, l'héroïne de ma bande dessinée préférée en faisait ! Puis, quand je suis rentrée au collège, un dojo proposait des cours : je me suis donc inscrite. Ayant lu un texte sur O'Sensei et l'objectif de l'aïkido d'être un art de la paix, j'ai su que je continuerai.

Pour moi c'est un art de vivre, un moyen de développement personnel. La vie est comme un miroir, elle reflète ce que nous sommes et nous reflétons souvent notre environnement… dans la pratique de l'aïkido, sur le tatami, c'est pareil. Chaque jour j'essaie de devenir une personne meilleure, de sourire et d'avoir confiance. Pour les mêmes raisons, j'essaie d'améliorer mon aïkido en pratiquant aussi souvent que possible. Je souhaite d'ailleurs rendre hommage à Mariano Aristin, qui a été mon premier sensei. Quand j'avais 15 ans, j'étais encore très timide, il m'a dit : "je vois que l'aïkido est vraiment important pour toi et que tu aimes pratiquer, mais il faut que tu le montres et souries plus souvent" !

Laurine ELENA : L'aïkido m'apporte de la confiance en moi, de la discipline. C'est aussi un moyen de rencontrer des gens, d'échanger avec eux, différemment de la manière dont on peut le faire dans d'autres cadres. La pratique tient une grande place dans ma vie, j'y consacre trois ou quatre soirées par semaine ; j'aime bien aussi partir en stage le weekend, c'est important pour moi.

Evolène PREMILLIEU : L'aïkido tient une place majeure dans ma vie : en général, la pratique est ma principale priorité. J'essaie de tout concilier mais s'il y a un choix à faire, je regarde avant tout ce qui me permettra de pratiquer et de le faire dans les conditions qui me conviennent. Jusqu'à présent, ce choix s'est toujours avéré positif et cela confirme mon intuition que l'aïkido, c'est une "bonne raison" dans la vie.

Laurine ELENA et Evolène PREMILLIEU : Venir au cours d'aïkido ne représente pas le sacrifice d'une soirée avec les potes, puisque c'en une !

HELOISE NICK

"L'aïkido, ça doit être sympa". C'est ce que je me suis dit avant de commencer. J'avais envie de pratiquer un art martial. Je trouve les arts martiaux beaux et sans mouvement superflu. C'est difficile à expliquer, ça m'inspirait quelque chose d'imposant. J'hésitais entre l'aïkido et le judo, je ne regrette pas mon choix : le judo aurait été trop agressif pour moi. J'ai choisi l'aïkido parce que mon copain en avait fait. Ce n'est pas une raison très objective, mais j'ai fait le bon choix.

Je viens tout juste de fêter mes 21 ans et j'entame ma 3ème saison dans ce sport. Je pratique au club des Clayes sous Bois avec Géraldo De Carvalho. Le cours me convient parfaitement, j'ai maintenant quelques repères, quelques habitudes. En fin de saison précédente, j'ai passé mon 3ème kyu, non sans mal (physique et psychologique). Je retourne à l'aïkido et j'en ressors toujours contente, et en super forme. Ça fait du bien de faire du sport.
Et quand je suis énervée et que j'ai besoin de me défouler, je progresse encore plus.

Mais plus que du sport, je retourne à l'aïkido avec plaisir pour l'esprit qu'il y a. Un esprit de partage, de convivialité. Je revois les autres, j'ai beaucoup de plaisir à partager ce moment avec eux. Blessée, courbaturée, fatiguée… peu importe, j'y retourne. Je favorise la pratique et elle a souvent la priorité sur d'autres activités. Seules mes études passaient avant (et m'ont fait arriver en retard ou rater certains cours), jusqu'à cette année.

JEREMY BOUCHET

Agé de 24 ans, je suis 2ème Kyu, étudiant en STAPS.

Pratiquant depuis une dizaine d'années le judo, je discutais avec mon père de l'aiguillage, à mon goût "trop sportif", vers lequel tendait cet art martial et les conséquences que ceci semblait impliquer. Cette conversation amena mon père à me conter une expérience qu'il avait eu, lorsque lui aussi était étudiant, avec un aïkidoka parisien. Ce dernier se serait adonné à des démonstrations de manipulation de ki (enracinement, membre supérieur inflexible, etc.) en présence d'une petite assemblée, en attestant que cette maîtrise lui provenait intégralement de sa pratique.

C'est à cette anecdote, dont je souris aujourd'hui, que je dois ma première approche de l'aïkido.

Heureusement pour moi, l'orientation de ma pratique vers la recherche d'un "Graal" sous la forme d'un pouvoir extraordinaire, s'est muée rapidement et radicalement vers une recherche profonde d'accomplissement de soi à l'aide et au travers de l'autre.

De par ma mince, presque négligeable, expérience de l'aïkido, j'ai pu faire la rencontre, et ceci dans la grande majorité de mes déplacements, de personnes sans aucun préjugé et pour qui la volonté de transmission et d'entraide dominait largement celle de l'ego. De plus, étant d'un naturel plutôt timide, la pratique de l'aïkido m'a procuré, certainement du fait de son caractère à la fois unificateur et individualiste, un gain non négligeable de confiance en moi, ainsi qu'une meilleure aisance sociale et une relation à l'autre plus apaisée.

Il est vrai que de par mes études dans le domaine sportif, je suis et serai confronté à me tenir devant un comité très éclectique. Aujourd'hui, au stade de ma compréhension, je suis intimement convaincu que l'aïkido m'a permis et me permettra d'aborder cette épreuve (délicate pour une personnalité réservée), avec une appréhension diminuée.

J'ai récemment entendu cette phrase qui me semble être une des clés du secret des bénéfices que peut apporter l'aïkido : "Chaque être humain est responsable de l'humanité". Voilà pourquoi je réponds, très humblement du fait de mon manque de pratique, que l'aïkido m'apparaît comme une quête de perfectionnement humain, dans son sens global.

C'est pour moi un fil conducteur duquel je ne désire pas m'écarter car je pense profondément qu'il s'agit d'une pratique fédératrice et fondatrice à travers le principe de non violence, dont nous, jeunes et moins jeunes, avons plus que jamais besoin.

JEROME GLOROD

J'ai 26 ans, cela fait maintenant cinq ans que je pratique l'aïkido.
Pratiquant au Gonojukan, club d'aïkido à Besançon, je suis titulaire du shodan et du Brevet Fédéral depuis le printemps dernier.
C'est l'idée d'un art martial non-violent qui m'a attirée vers l'aïkido. J'aimais bien l'idée de dévier une forme d'agressivité, plus que celle de porter une attaque. Et puis la fluidité des mouvements, les chutes, le hakama, tous ces aspects m'ont séduit au début de la pratique.
Aujourd'hui l'aïkido me permet, plusieurs fois par semaine, de me vider la tête, de me dépenser… je ressors toujours « content » d'une séance. D'un point de vue plus martial, l'aïkido est pour moi un outil de développement personnel, je me dis qu'il existe une façon « idéale » de faire une technique, et de toujours chercher à s'améliorer pour s'en approcher.
Je pratique l'aïkido deux à trois fois par semaine, à raison d'une heure et demie à chaque fois et je participe à trois ou quatre stages dans l'année. Toujours dans l'idée de recherche du mouvement idéal, je trouve que l'aïkido forge le corps et l'esprit. Ça pourrait se traduire, d'un point de vue physique, par une posture plus droite dans la vie de tous les jours, les épaules moins avachies, et d'un point de vue moral par une autre façon de gérer un conflit ou une tension.
Par ailleurs, j'ai commencé à enseigner l'année dernière avec un tuteur, pour le passage du brevet fédéral. Je commence vraiment à enseigner depuis la rentrée. Nous sommes quatre enseignants et deux BF à nous répartir cinq cours d'aïkido par semaine, ce qui correspond à environ un cours d'une heure trente par semaine. Au départ, je suis venu à l'enseignement surtout pour rendre service au club : il y avait un grand besoin d'enseignants, et je me suis dit qu'avec tout ce que le club m'avait apporté, je leur devais bien ça. Et en fait, dès le premier cours, j'y ai pris goût !
Pour moi, l'enseignement est une autre façon d'étudier la pratique. A chaque fois que je suis face à une difficulté rencontrée par un élève, il faut chercher l'origine de son problème, ce qui n'est pas toujours évident. Du coup on repense tout le mouvement, bien plus que lorsqu'on n'est face qu'à ses propres difficultés.
Pour l'instant j'envisage de continuer de cette manière un moment, c'est-à-dire donner plusieurs cours par mois dans ce club, pratiquer en tant qu'élève le reste du temps, et je me présenterai au deuxième dan quand je serai prêt.

JOLAN LAJUAY

Agé de 24 ans, je pratique l'aïkido depuis 2 ans, à Dusseldorf.

La question qu'on me pose le plus souvent est plutôt "qu'est-ce que l'aïkido"? Pour moi c'est l'art martial le plus complet, spirituellement et techniquement.

Il exige une harmonie parfaite entre son âme, son corps et ceux de son (ou ses) adversaire(s). L'art de combattre intelligemment en utilisant la force employée par l'adversaire et en suivant son mouvement. Avant toute chose, il faut être à l'écoute de soi, ressentir et comprendre le mouvement pour pouvoir guider celui de l'autre vers son point de chute.

C'est bien le seul "sport de combat" que je connaisse où exercer un rapport de force mène à l'échec : pourquoi forcer quand votre adversaire peut le faire pour vous ? Et tant mieux si ce dernier s'obstine !

Mais ne croyez pas pour autant vous endormir sur le tatami ! Entre sabre (bokken), bâton (jo), et poignard (tanto), vous apprendrez à asséner et parer les coups. Entraînez-vous à maîtriser à mains nues un adversaire armé en le faisant voltiger pour l'immobiliser... histoire de le secouer un peu. Une fois à terre il comprendra qu'il peut réessayer de vous attaquer et qu'il finira toujours dans une position inconfortable.

L'issue du combat prône toujours la non violence par l'immobilisation. Dans une ère où la moindre altercation malheureuse avec autrui vous mène en justice, c'est le meilleur moyen d'auto-défense pour éviter tout conflit aussi bien physique que juridique.

Alors à la question "pourquoi l'aïkido ? " je réponds : pour ses valeurs, ses bienfaits et le sentiment de sécurité qu'il procure.

Enquête

Enquête

ENQUETE SUR LES LIENS ENTRE PRATIQUE ET ENSEIGNEMENT CHEZ LES JEUNES ADULTES

(Synthèse de l'étude menée par Gaston NICOLESSI)

Dans le cadre de la feuille de route stratégique définie par le Comité Directeur de notre fédération, trois objectifs ont particulièrement retenu l'attention de la Commission "Jeunes Adultes" :

- Donner la possibilité à nos jeunes d'accéder aux hautes fonctions ;
- Veiller au soutien et à l'accompagnement de chacun de nos licenciés ;
- Participer à l'évolution de notre discipline.

Pour tenter d'apporter de la matière à la réflexion sur ces enjeux qui engagent l'avenir de notre discipline, la Commission a entrepris une étude approfondie sur les liens entre pratique et enseignement.

◤ Une enquête a été lancée en septembre 2013 auprès des jeunes (ou futurs) professeurs âgés de moins de 40 ans et titulaires au minimum du 3ème dan et du Brevet Fédéral.

100 licenciés seulement ont été recensés comme répondant à ces critères. L'enquête s'est concentrée sur les liens entre pratique et enseignement chez les jeunes enseignants ou aspirants enseignants, en insistant sur quelques éléments-clés :

- le profil du pratiquant et son itinéraire vers l'enseignement ;
- les conditions et modalités particulières de l'accès à l'enseignement et les difficultés rencontrées ;
- les leviers éventuels pour mieux accompagner et soutenir la démarche d'accès à l'enseignement ;
- le recueil des besoins plus généraux liés à la pratique et à l'enseignement chez les jeunes professeurs.

Les retours reçus par la Commission Jeunes Adultes (46/100) ont mis en lumière que la majorité des professeurs ont pratiqué l'aïkido pendant au moins 5 ans avant de devenir professeur (31%). Une minorité seulement (6%) a pratiqué entre 9 et 10 ans avant d'accéder à l'enseignement.

◤ L'âge moyen des enseignants débutants est de 26 ans !

Le principal canal d'accès à l'enseignement est le remplacement occasionnel du professeur principal ou découle de la création d'un nouveau créneau horaire que celui-ci ne peut assurer.
Et dans la grande majorité des cas, ceci intervient lors de l'ouverture d'un cours pour enfants/adolescents.

Le principal obstacle à l'accès à l'enseignement est, pour 20% des personnes interrogées, un manque de temps et de disponibilité. La plupart indique en effet exercer, en dehors des heures d'enseignement de l'aïkido, une activité principale différente, car il est difficile de ne vivre que de l'enseignement.

◤ Seules 18% des personnes interrogées affichent clairement leur souhait de devenir professionnels de l'aïkido.

Pour 87% de ces nouveaux professeurs, la réalité de l'enseignement correspond à l'image qu'ils s'en faisaient... en termes de difficultés rencontrées ! Celles-ci se concentrent sur les volets matériel et logistique, avec une problématique particulière qui tient à l'indisponibilité des salles à des horaires favorables.
L'enjeu de la dynamique de groupe à créer est également mis en avant, les jeunes professeurs soulignant leurs difficultés à développer un enseignement de qualité auprès d'un groupe hétérogène et de parvenir à l'amener à une pratique assidue.

◤ La grande majorité des personnes interrogées insiste sur la nécessité de ne pas dissocier pratique, enseignement et formation continue.

Ainsi, les jeunes professeurs interrogés soulignent leur attachement à bénéficier des savoirs que peuvent transmettre les formateurs fédéraux et les experts internationaux. Tous suivent, en parallèle, des stages et participent à des rencontres interclubs, dans l'objectif de continuer à améliorer sa pédagogie et à transmettre sa passion.

(Photo : Gaston NICOLESSI)

Notoriété, image et pratique de l'Aïkido en France

S'interrogeant sur l'évolution de l'attractivité de notre discipline, le comité directeur a fait appel au Laboratoire Cultures, Education, Sociétés de l'Université de Bordeaux, afin de mener une étude portant sur la notoriété, l'image et la pratique de l'Aïkido en France.

M. Samuel Julhe, sociologue et maître de conférences, a conduit cette étude de septembre 2013 à mai 2014 avec l'aide des étudiants de Master "Management et Ingénierie du Sport".

L'étude a été divisée en quatre volets, chacun amenant à interroger une population particulière :

- Le premier volet s'intéresse au "grand public", et plus particulièrement à la jeunesse : comment les personnes non licenciées perçoivent-t-elles une activité comme l'aïkido, au regard des autres arts martiaux ?

• Un deuxième volet s'intéresse spécifiquement aux clubs affiliés à la FFAAA et aux outils de communication qu'ils emploient.
• Le troisième volet de l'étude s'adresse aux licencié.e.s de la FFAAA. Il s'agit d'appréhender la façon dont ils s'investissent dans l'aïkido et leurs motifs de pratique.
•Un dernier volet traite de l'arrêt de l'activité et s'intéresse aux anciens et anciennes licencié.e.s de la fédération.

L'aïkido souffre d'une moindre notoriété que d'autres pratiques martiales, judo et karaté notamment.

Ce défaut de reconnaissance est davantage accentué dans les jeunes générations. Par ailleurs, les représentations entourant notre pratique sont relativement floues et imprécises, plus particulièrement pour les jeunes et les femmes. Mais il a également été montré l'intérêt que le public porte à la dimension "martiale" de l'aïkido, identifiée spontanément par un tiers de l'échantillon.

Les données recueillies auprès des clubs interrogés permettent d'avancer qu'il existe un "effet taille".

Le nombre de licenciés dans le club influence en effet grandement et simultanément toute une série de paramètres, dont ceux liés à la communication. Si différents styles de communication ont pu être identifiés, allant de la forme la plus "traditionnelle" (prospectus, démonstration) à une forme très moderne alliant les outils classiques à ceux du web, il apparaît que les contenus des outils de communication développés par les clubs peuvent encore être précisés en termes de "message transmis".

Les clubs expriment par ailleurs une attente quant aux outils développés par la Fédération et qui leur sont destinés.

Les licenciés sont globalement très investis dans l'activité et satisfaits de ce que proposent les clubs FFAAA (note moyenne de satisfaction de 8,43/10).

Seule une minorité de licenciés (13,9 %) peut être qualifiée de "pratiquants en retrait ", compte tenu d'un engagement moindre en termes de nombre d'heures de pratique ou de participation à des stages ou encore d'un absentéisme plus élevé.

On constate également une forte homogénéité des modes d'entrée dans l'activité, la communication de proximité (réseaux amicaux, familiaux et démonstration) restant un vecteur essentiel, mais aussi dans la façon de représenter l'activité.

Enfin, l'enquête auprès des anciens et anciennes licencié.e.s révèle que les caractéristiques sociodémographiques de cette population sont particulièrement proches de celles des licencié.e.s. Concernant l'arrêt de l'activité et le non renouvellement de la licence, on constate que ces « abandons » sont dus en grande majorité à des causes externes (contraintes professionnelles ou familiales, ennuis de santé). Une part faible, mais pourtant significative, d'environ 10 % de l'échantillon, indique cependant avoir quitté la pratique au sein de la FFAAA suite à une déception liée à ce qui se trouve proposé par les clubs. On note à cet égard que ces anciens licenciés semblent être restés plus longtemps que les autres au sein d'un même grade, signe d'une forme de « stagnation » dans la pratique, qui peut se traduire par un ressentiment conduisant à l'arrêt. Considérons enfin que 12 % des « ancien.ne.s » continuent à pratiquer l'aïkido dans un autre cadre, indication montrant que des efforts en matière de fidélisation des licencié.e.s pourraient être trouvés.

(Synthèse de l'étude menée par Samuel Julhe)

Photos : Loris Petris avec Maître Alain Floquet, 8e dan Katori Shinto Ryu, 8e dan Aïkibudo

LE MOUVEMENT EN AÏKIBUDO

L'origine de l'Aïkibudo, c'est le mouvement

(A. Floquet)

Au cours d'un stage en Suisse en novembre 2010, ce propos de Me Alain Floquet a surpris les stagiaires, qui tentaient de répondre à sa question relative aux origines de l'Aïkibudo. Balayant les explications historiques et techniques, il renvoie à des universaux du Budo mais aussi de l'existence. Il rattache ainsi l'art qu'est l'Aïkibudo à une dimension universelle, le mouvement étant à la source de toute vie.

Le mouvement physique

Le mouvement est à la base de toute vie et pénètre l'immobilité même. "Le monde n'est qu'une balançoire perpétuelle. Toutes choses se meuvent sans cesse : la terre, les rochers du Caucase, les pyramides d'Egypte […] La constance même n'est autre chose qu'un mouvement plus lent" avertissait déjà Montaigne. Au XXème siècle, Nietzsche le dit à sa manière : *"Si ton œil était plus aigu, tu verrais tout en mouvement"*.

L'Aïkibudo fait de la dynamique du mouvement un principe fondateur. Il vise à harmoniser son propre mouvement à celui de l'adversaire pour mieux le contrôler, dans une maîtrise du temps (*sen*) et de l'espace (*ma*). Est-ce à dire que **tout mouvement se justifie** ? Evidemment pas, puisqu'il y a toujours mille manières de se tromper mais souvent une seule juste.

Chacun est en droit de faire comme il l'entend, certes, mais à mon sens il n'y a, à chaque fois, qu'une seule manière de faire qui soit juste ou parfaite ; c'est celle qui harmonisera en un moment et un mouvement unique tous les paramètres "action" (dextérité, morphologie, intention, dynamisme, etc) aux lois naturelles […] C'est là le principe Aiki. Pour réaliser ce mouvement juste, on ne peut pas faire n'importe quoi.[1]

La verticalité de la **posture** (***shisei***) est ainsi, par exemple, un principe fondamental sur lequel on ne peut transiger puisqu'elle se fonde sur une loi physique fondamentale.
"Le mouvement dort au milieu d'une roue qui tourne" (Jean Cocteau). Ce milieu est cette verticalité qui ordonne tout mouvement et qui, une fois maîtrisée, pourra être temporairement sacrifiée, comme dans les sutemis.

En Aïkibudo, le mouvement juste est celui du corps entier. A partir de la région abdominale (*hara*), il s'étend jusqu'aux extrémités, aux pieds (*ashi sabaki*) et aux mains (*te sabaki*). Une des spécificités de l'Aïkibudo est en effet l'importance accordée au mouvement de la main (*te no michi biki*) qui, centré par rapport au bassin, assure la cohérence de la dynamique corporelle.

La distinction entre **technique et mouvement** soumet celle-là à celui-ci : il ne s'agit pas seulement d'apprendre à exécuter une suite de techniques, certes nécessaires, mais essentiellement de développer un savoir-faire : devenir capable de *"s'intégrer au mouvement"*[2]. *Le wa no seishin* constitue à cet égard un éducatif qui est *"en fait l'idéal vers lequel tend toute la pratique du Budo"*[3], à savoir la maîtrise parfaite du mouvement par une harmonisation des énergies physiques et mentales. Il est une matrice essentielle, *"le mouvement pur qui engendre les techniques"*, dans lequel elles s'insèrent, *"l'aboutissement de la maîtrise"* [4] :

La technique est une référence, un prétexte à l'étude de la pratique et enfin un moyen de découvrir les limites du matériel, du Moi, au sein du mouvement infini et créateur.[5]

Un des traits spécifiques de l'Aïkibudo est précisément de développer à la fois une dimension martiale et pragmatique, résumée par l'idéogramme Bu, et une dimension universelle qui dépasse tout aspect purement utilitaire. *"Un mouvement d'Aïkibudo est un dessin dans l'espace et dans le temps"* résume ainsi Me Alain Floquet.[6]

Action et inaction

Le principe de l'harmonie des contraires, symbolisé par le fameux symbole chinois du yin et du yang (*in-yo en japonais*), nous rappelle que l'harmonie s'atteint non par l'exclusion mais par l'intégration des contraires. Dans la Grèce antique, Plutarque prenait l'exemple de la musique, pour rappeler qu'elle parvient à une harmonie non en enlevant des notes mais en conciliant leur variété voire même leurs contradictions. Il en va de même en Aïkibudo, où toute action est équilibrée par une inaction. Un exemple concret ? Le kamae, la posture de garde, reflet d'une disponibilité entière à l'action : son immobilité extérieure est équilibrée et nourrie par une activité intérieure. *"Le rassurant de l'équilibre, c'est que rien ne bouge ; le vrai de l'équilibre, c'est qu'il suffit d'un souffle pour tout faire bouger" (Julien Gracq). Le kamae* est plus proche de ce mouvement qui, à son apogée, s'arrête avant de reprendre, que d'une posture posée et statique : le sommet de la vague, le point médian entre inspiration et expiration.
L'inverse est aussi vrai : la mobilité du corps doit être équilibrée par une sérénité intérieure, une certaine immobilité vigilante de l'esprit *(fudoshin)*.

Tradition et évolution

Nous sommes le fruit d'une longue et lente évolution, qui nous permet par exemple de prendre le bus en s'asseyant à côté d'un inconnu sans forcément craindre d'être agressé. Les lois, les usages et les habitudes nous ont imperceptiblement modelés, à partir d'un héritage constamment perfectionné et amélioré. Me Minoru Mochizuki était fasciné par le darwinisme et son concept d'évolution, de nécessaire adéquation au changement perpétuel, au mouvement de l'humanité.

Au fil de la lente évolution de la race humaine, *homo erectus* a ainsi dû comprendre que la force brutale n'était pas suffisante pour se parvenir à se nourrir, qu'il lui fallait suppléer aux limites du mouvement du corps par le mouvement de l'esprit.

L'originalité de l'Aïkibudo est d'être un art rattaché autant à une tradition pluriséculaire qu'à une évolution, un art qui inscrit chaque mouvement dans une constance, dans une méthode et une régularité, intégrant ainsi les variations infinies du mouvement et de ses réalisations à des principes à la fois universelles et traditionnelles.
En rappelant que le mouvement est l'origine de l'Aïkibudo, Me Alain Floquet en résumait l'essence.

(Loris Petris)

Loris Petris est le Président de la FIAB *(Fédération Internationale d'Aikibudo)*. Elève de Maître Alain Floquet, il est aussi l'auteur de nombreux articles de fond sur la pratique et l'esprit de l'Aïkibudo. Enfin, il est un budoka accompli, notamment 6ème dan Kobudo et 4ème dan Aïkibudo.

1- A. Floquet, hors-série Karaté Bushido, n° 5, juillet 1999, p. 56.
2- A. Floquet, Pensées en mouvement, Paris, Les Editions de l'Eveil, 2006, p. 55
3- A. Floquet, De l'Aïkido moderne à l'Aïkibudo, Paris, Judogi, 1985, p. 56.
4- Idem et p. 65.
5- Idem, p. 65.
6- A. Floquet, Pensées en mouvement, Paris, Les Editions de l'Eveil, 2006, p. 55

CALENDRIER AÏKIBUDO

NATIONAL

Stage intensif : *9 & 10 mai - Vincennes (INSEP)*

NATIONAL DÉCENTRALISÉ

Alsace / Lorraine : *25 janvier - Joeuf*

Côte d'azur : *21 mars - Toulon*

Franche Comté : *15 février - Besançon*

Haute Normandie : *31 mai - Franqueville St Pierre*

Poitou-Charentes : *4 octobre - Poitiers*

Ile de France :
- 13 & 14 décembre - Vanves
- 7 & 8 Mars - Grigny
- 6 & 7 juin - Vanves

Midi Pyrénées : *12 avril - Tarbes*

Provence / Languedoc Roussillon : *22 mars - Aix en Provence*

Rhône Alpes : *10 janvier - Dardilly*

C'est en laissant ces paroles que le Fondateur du Kinomichi, Maître Masamichi Noro, nous quittait ce 15 Mars 2013. Sa discipline continue à être enseignée, à se pratiquer et à se développer en France comme à l'étranger.

La K.I.I.A. (*Kinomichi International Instructors Association*), association créée en 2001 sur proposition de NORO Masamichi Senseï, se veut le fer de lance de ce développement. Constituée à l'origine des instructeurs et enseignants formés et nommés par Masamichi NORO lui-même, elle intègre aujourd'hui les pratiquants de KINOMICHI, hakama ou non.

Je vous ai tout donné, maintenant c'est a vous de transmettre…

Elle est également hiérarchisée selon un mode traditionnel et possède un comité technique. Elle a pour vocation la formation des enseignants et la diffusion du Kinomichi tant au niveau national qu'international par ses actions d'organisation, de contrôle, de formation et d'évaluation.

C'est ainsi que la pratique du Kinomichi est possible grâce à de nombreux dojos dans l'hexagone et hors France.

Le KINOMICHI se définie comme une sensibilité de l'Aïkido, dont il se différencie par la l'approche pédagogique et l'expression de la pratique.

C'est ce qui explique son affiliation historique au sein de la FFAAA et sa parfaite intégration dans le paysage des arts Aïki.

La K.I.I.A. organise chaque année de nombreux stages, tant en France qu'à l'étranger.

www.kinomichi-kiia.com ou www.kiia.net

CALENDRIER STAGES ET EXAMENS DE GRADE

Saison 2014/2015

FORMATION A L'EVALUATION

ILE DE FRANCE (Paris)
7 & 8/03/15 - Pascal Durchon

RHÔNE ALPES (LYON)
6 & 7/12/14 - Luc Mathevet

LORRAINE (THIONVILLE)
28 & 29/03/15 - Paul Muller

PROVENCE
11 & 12/10/14 - Luc Mathevet

BRETAGNE (LAVAL/MAYENNE)
24 & 25/01/15- Joël Roche

AQUITAINE (BORDEAUX)
17 & 18/01/15 - Philippe Léon

NORD – PAS DE CALAIS
(2 demi- journées)
6/12/14 à Pont à Marcq – Philippe Tramon
6/01/15 à Vieux-Condé – Arnaud Waltz

LA REUNION
1er au 7/12/14 - Bernard Palmier & Philippe Tramon

STAGES NATIONAUX ORGANISES PAR LES DIFFERENTES LIGUES

ALSACE - 14 & 15/02/15 - COLMAR
Franck NOEL

AUVERGNE - 30/11/14 - CLERMONT-FERRAND - *Micheline VAILLANT-TISSIER*

BOURGOGNE - 8 /02/15 - DIJON
Christian TISSIER

BRETAGNE - 22 /03/15 - RENNES
Franck NOEL

CHAMPAGNE - 23 /11/14 - REIMS
Micheline VAILLANT-TISSIER

CORSE-10/05/15 - PORTO VECCHIO
Christian TISSIER

COTE D'AZUR -11/01/15 - PUGET SUR ARGENS - *Christian TISSIER*

FRANCHE COMTE - 22 /03/15 - LONS-LE-SAULNIER
Micheline VAILLANT-TISSIER

GUADELOUPE - du 19 au 22 /01/15 POINTE A PITRE - *Christian TISSIER*

GUYANE - 25/04 au 2/05/15 - CAYENNE & MATOURY
Arnaud WALTZ

ILE DE France (Paris)
7 /12/14 - Christian TISSIER
1er /02/15 - Bernard PALMIER
15/03/15 - Franck NOËL

LORRAINE - 4/04/15 - THIONVILLE
Bernard PALMIER

MARTINIQUE -17 & 21/11/14 - LAMENTIN
Christian TISSIER

MIDI PYRENEES - 28 & 29/03/15 - TOULOUSE
Franck NOËL

NORD -14 &15/02/15 – MAUBEUGE/LILLE
Michel ERB

BASSE NORMANDIE - 29 & 30/11/14 - CAEN
Bernard PALMIER

HAUTE NORMANDIE -18 /01/15 - ROUEN
Franck NOËL

NOUVELLE CALÉDONIE -15 au 24/06/15 - Nouméa
Bernard PALMIER

PAYS DE LOIRE - 25 /01/15 - NANTES
Christian TISSIER

PICARDIE -12/04/15 - LAON
Bernard PALMIER

POITOU CHARENTES -19/04/15 - POITIERS
Franck NOËL

PROVENCE -15/03/15 - MARSEILLE
Pascal NORBELLY

LA RÉUNION - 31/05 au 7/06/15 - ST DENIS
Franck NOËL

RHÔNE ALPES - 25 & 26/10/14 - LYON
Bernard PALMIER

FORMATION ET EXAMEN BREVET FEDERAL (BF), CQP

STAGE DE FORMATION NATIONAL, PRÉPARATION POUR BF ET CQP
à SABLE SUR SARTHE
> Les 4, 5 et 6 /04/15
Gilles Rettel et Luc Mathevet

EXAMEN CQP
- *Les 24 et 25 octobre 2015*
- *Rattrapage : à définir*

AUTRES FORMATIONS

Préparation 3° & 4° DAN :

24 & 25 janvier 2015	*Fontenay aux Roses*	*Michel Erb et Mare Seye*
21 & 22 mars 2015	*Marseille*	*Paul Muller et Gilles Rettel*

Stage Enseignants :

13 au 17 avril 2015	*Mèze*	*Bernard Palmier et Luc Mathevet*

Stage Enseignants Juniors :

1er au 3 mai 2015	*Vichy*	*Christian Mouza*

BREVET FEDERAL

ILE DE FRANCE (PARIS)
> Formation : Bernard Palmier
17 & 18/01/15 - 21 & 22/03/15
30 & 31/06/15
> Examen : 27 & 28/06/15

RHÔNE ALPES (LYON)
> Formation : Luc Mathevet
22 & 23/11/14 - 7 & 8/03/15
25 & 26/04/15
> Examen : 23 & 24/06/15

LORRAINE (THIONVILLE)
> Formation : Gilles de Chénerilles & Paul Muller (Examen)
8 & 9/11/14 - 31/01 & 1/02/15
28/02 & 1/03/15

ROUSSILLON & PROVENCE (MARGUERITTES/GARD)
> Formation : Georges Parmentier
18 & 19/09/14 - 17 & 18 /01/15
11 & 12/04/15
> Examen : 20 & 21/06/15

CÔTE D'AZUR (BOULOURIS)
> Formation : Philippe Tramon & Lilou Nadecinek
18 &19/10/14 - 17 & 18 /01/15 -11 & 12/04/15
> Examen : 20 & 21/06/15 (Marguerittes Gard)

BRETAGNE (RENNES)
> Formation : Gilles Rettel
10 & 11/01/15 - 7 & 8/02/15 - 28 & 29/03/15
> Examen : 30 & 31/05/5

AQUITAINE (BORDEAUX)
Formation : Irène Lecoq & Alain Verdier
10 & 11/01/15, 28/02 & 1/03/15, 11 & 12 avril 2015
Examen : 30 & 31/05/15

CHAMPAGNE & PICARDIE
Formation : Pascal Norbelly
17 & 18 /01/15, 30 & 31/05/15 à LAON
à définir : ldates de la formation et de l'examen en 2016 à REIMS

EXAMENS DE GRADE

- *3e Dan : 8 /02/15 (Marseille) – 14 /06/15 (Paris)*
- *4e Dan : 7 /02/15 (Marseille) – 13/06/15 (Paris)*

www.aikido.com.fr
ffaaa@aikido.com.fr

FFAAA
Fédération Française
d'Aïkido
Aïkibudo
et Affinitaires

11, rue Jules Vallès
75011 Paris
Tél. : 01 43 48 22 22
Fax : 01 43 48 87 91

Membre pour la France
de la Fédération
Internationale d'Aïkido