

Un Sport : L'Aïkido



L'Aïkido

La discipline aikido s'est implantée en France à partir des années 1960. Aujourd'hui¹ il y a environ 57 300 licenciés fédérés et un nombre difficile à déterminer dans des groupes plus ou moins indépendants des structures fédérales.

Il y a environ 5 000 licenciés fédérés en région Rhône-Alpes pour environ 160 clubs (environ 700 ceintures noires) dont 350 licenciés dans l'Ain². Ces chiffres n'expliquent cependant pas l'étonnante confidentialité de l'aïkido qui comporte autant de pratiquants que l'escrime ou le tir à l'arc. Un tiers des effectifs sont composés de femmes et un tiers ont moins de 18 ans. L'aïkido est pratiqué en effet par une majorité d'adultes, car il ne réclame pas de performances corporelles réservées aux jeunes.

Contrairement aux "Jutsu" (Ju Jutsu) qui sont des "techniques" ou des "méthodes", les "Do" sont des disciplines au sens où l'apprentissage intègre non seulement des notions de savoir-faire mais aussi des compétences comportementales comme la vigilance, la maîtrise de soi, la concentration, l'équilibre, la non-opposition.

Le pratiquant d'aïkido augmente sa "résolution sensori-motrice", tant dans la perception que dans l'action. Si le violoniste développe une conscience précise de ses doigts, l'aïkidoka fait de même de l'ensemble de son corps, en apprenant à sélectionner uniquement les segments corporels nécessaires à une action et en relâchant ceux qui entraveraient l'action. Ainsi, si l'aïkido est un outil de croissance et d'entretien du corps, il est aussi un moyen de rédemption des tensions et des lésions dues au surmenage.

L'aïkido est une des rares disciplines sportives qui a jusqu'ici conservé intact cet esprit de perfectionnement sans médaille et sans combat. C'est ce qui fait de cette discipline, un vecteur exceptionnel de valeurs civiques. Le pratiquant d'aïkido apprend que le partenaire n'est jamais un adversaire, mais un collaborateur qui effectue des attaques de difficultés graduées, afin de s'améliorer, sans que jamais la notion de "perdant" ou de "gagnant" vienne troubler la sérénité de l'exercice.

Cette absence de compétition, de podium, de cérémonies officielles, nuit incontestablement à la notoriété de cet art. Pourtant, un article paru dans le journal les Echos mentionne qu'il existe une "très forte demande sociale de sport" qui n'est plus satisfaite par *l'objectif gaulliste de 1958 : créer un sport olympique d'état*. 92 % des 23,5 millions de Français qui disent pratiquer un sport, le font dans un état d'esprit "d'entretien et de détente" très loin donc de la performance et de la compétition³.

Il s'agit là selon des experts d'une tendance lourde et durable, qui rejoint tout à fait les principes de l'aïkido. Plusieurs actions sont d'ailleurs menées par les aikidokas dans ce sens : conclusion d'une convention avec l'Inspection Académique de l'Ain pour l'intervention de l'aïkido en temps scolaire EPS⁴, intervention dans les établissements pénitentiaires à Poissy (78), Roanne (42), Bourg-en-Bresse (01).

Toutes initiatives qui témoignent des valeurs profondes de la discipline.

¹ Ministère des sports Licences et ATP 2009

² Extrapolation d'après les chiffres de la ligue Rhône-Alpes FFAAA

³ Les Echos 30/12/2009 "Les fédérations gagneraient à élargir leur offre"

⁴ <http://aikido-rhone-alpes.org/xoops/modules/wfdownloads/singlefile.php?cid=1&lid=44>



Comité départemental de l'Ain d'Aïkido de la Fédération Française d'Aïkido Aïkibudo et Affinitaires

Courrier : Catherine Dumont - 76 rue Louison Bobet - 01000 Saint Denis Lès Bourg

Tél. +33 (0)4 74 32 64 42 - Fax +33 (0)9 72 14 08 11

courriel : catherine.dumont3@wanadoo.fr

