

Le Mag 27/11/96

"L'aïkido, c'est l'art martial de la paix"



De tous les arts martiaux, l'aïkido est sans doute le plus chargé de spiritualité orientale. S'il bénéficie d'une bonne pratique sur l'agglomération angevine, c'est en partie du fait de la présence d'un professeur très connu et d'excellent niveau qui donne des cours dans plusieurs clubs, mais c'est aussi dû à l'image d'harmonie qu'inspire la discipline.

Summum

Joël Roche (c'est le prof) tente d'expliquer la philosophie de l'art martial qu'il enseigne : *"L'aïkido développe une vision très idéalisée du combat. Son but est de transformer le conflit en harmonie. C'est pour ça qu'on dit de l'aïkido que c'est l'art martial de la paix. Le summum, c'est quand l'engagement est évité"*.

Pas de compet'

Avec une mentalité comme ça, on comprend que les amateurs de chicorne vont voir ailleurs. En revanche, plein de gens pratiquent l'aïkido, justement pour cette recherche d'harmonie, parce qu'on n'en

revient pas couvert de bleus, parce que ça ne demande pas de condition physique particulière et aussi par ce qu'il n'existe pas de compétition d'aïkido.

Pureté

Joël Roche dit qu'une seule et unique qualité est nécessaire pour être un bon aïkidoka : *"Avoir une envie de recherche"*.

Recherche de quoi ? *"De soi, des autres, de la pureté des gestes..."*.

Fluide

C'est vrai que c'est très beau à voir un combat d'aïkidokas ; élégant et fluide, sans un poil d'agressivité. Ca se pratique à mains nues ou avec quelques armes comme le sabre (de bois) ou le bâton lors de cours mixte, sans catégorie de poids et même de niveau.

Il existe plusieurs clubs d'aïkido dans la région. Le mieux est de contacter Joël Roche, délégué technique et pédagogique pour les Pays de Loire au 02.41.48.75.66 qui transmettra. Compter 1.000 F pour l'année. Pour débiter, côté équipement, seul un kimono de judo (200 F) est nécessaire.