



# AÏKIDO J.A. ISLE

## L'AÏKIDO, UNE AUTRE APPROCHE DES ARTS MARTIAUX

En effet l'Aïkido, le plus récent des arts martiaux, fut créé dans les années 30 du siècle précédent par Maître UESHIBA, après qu'il eût consacré le début de sa vie à étudier les arts martiaux traditionnels japonais : judo, karaté, jujutsu, jojutsu, kenjutsu...

Il s'évertua dès lors à synthétiser l'ensemble de ces pratiques pour élaborer ce qui allait devenir, un peu plus tard, l'Aïkido. Que l'on peut traduire approximativement en français par voie de l'harmonie par l'énergie et l'esprit.

Trois citations de Maître UESHIBA peuvent résumer assez bien ce qu'est vraiment l'Aïkido :

*L'Aïkido est une doctrine de non-résistance ; dans la mesure où il est non-résistant, la victoire est assurée dès le commencement.*

*Les gens à l'esprit impur, au cœur habité par la violence ont perdu dès avant de commencer.*

*La voie de l'Aïki est sans limite. Je ne suis moi-même, et toujours, qu'un simple pratiquant.* (Parole du fondateur lorsqu'il avait plus de 80 ans, et qu'il enseignait encore).

En toute logique, il n'existe donc pas de compétition d'Aïkido, mais la pratique assidue en club et la participation à de nombreux stages régionaux, nationaux et internationaux, organisés par la Fédération Française d'Aïkido et de Budo, permettent à chacun de se confronter avec d'innombrables partenaires et avec lui-même pour parfaire sa maîtrise. Ainsi, l'Aïkido peut être pratiqué par tous, quel que soit l'âge, indifféremment hommes ou femmes, avec ou sans armes.

Pour débiter la pratique, un simple kimono suffit, voire, un pantalon de survêtement et un tee-shirt.

## EVOLUER SANS CONTRAINTE, SANS COMPETITION

かまず、  
競わず、  
研鑽す

