

Le magazine officiel de la

Fédération Française d'Aïkido et de Budo

Siège Fédéral : Les Allées - 83149 BRAS - Tél. 04 98 05 22 28 - Fax 04 94 69 97 76

SESSERAGI



Tamura Senseï
(Photo FFAB)

Laurence Oriou
(Photo D.Guillemain, FFKT)

au sommaire

Aïkido et Santé / Réflexion : compétition et rébellion /
In memoriam Marc COUDURIER-CURVEUR / Stages Jeunes...

Ecole Nationale d'Aïkido >> Venir à Bras avec l'ENA

Kyudo >> Laurence Oriou, première Kyoshi non japonaise

laïdo >> Saint-Mandrier 2005 - Shohatto, étape n°4



Tozando Aïkikai, le must du hakama !

Confectionné au Japon, le hakama Tozando est 100% polyester. Légèrement brillant, il vous donne la douceur satinée du cachemire et le confort d'un très haut de gamme. Facile à plier, il résiste bien au suwari waza et garde sa tenue et ses plis.

Coutures renforcées pour usage intensif, Koshiita (dosseret) solide et souple en caoutchouc spécial.

Obi avant 4m20, obi arrière 2m05, sept lignes de couture.



135€, port compris

Disponible en noir ou bleu nuit

En taille 24 (1m63-1m67) taille 25 (1m68-1m71) taille 26 (1m72-1m75)
taille 27 (1m76-1m79) taille 28 (1m80-1m84) taille 29 (1m85-1m89)
taille 30 (1m90 et plus)

Lavable en machine à 30° maxi.

<http://www.hakama-aikido.com>

BON DE COMMANDE (photocopiable)

NOM, Prénom :

Je commande hakama (Nbre) taille :

couleur : Bleu nuit Noir

Adresse complète :

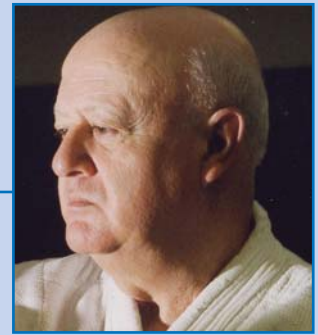
Code Postal / Ville :

Téléphone :

A renvoyer avec votre règlement par chèque à :

MANZOKU Diffusion, 1 place de la Liberté, 68100 Mulhouse - Tél. 03 89 46 31 47

Expédition très rapide



Une fédération ayant obtenu un agrément ministériel se doit de respecter les règles imposées par le Ministère. C'est le cas de la FFAB, mais également de l'UFA.

Au plan de l'UFA, quelques remous viennent secouer ce fonctionnement qui, en fait, peine à trouver une allure confortable pour le respect de nos valeurs et de nos règles.

Ainsi, le Ministère vient de retirer Jean-Luc ROUGE de sa responsabilité de médiateur et menace de ne plus accorder à l'UFA la subvention allouée dans le cadre de la convention d'objectifs.

Cependant, notre idée de mise en place d'une fédération unique où chacun mènera une existence libre, reste primordiale. Nous défendons également la reconnaissance des groupes car l'unicité est au sein de la discipline mais la pratique peut être différente. En cela, nous nous reconnaissons de l'Aïkikaï.

J'ai d'ailleurs longuement débattu de ce sujet dans le dernier numéro du magazine Dragon.

Notre objectif reste de favoriser l'ouverture de nouveaux clubs, je sais pouvoir compter sur l'engagement des Présidents de ligues pour appuyer cette démarche. Aussi, nous maintenons la décision d'exempter les nouveaux clubs du paiement de la cotisation nationale annuelle, l'année de leur création.

D'autre part, les responsables fédéraux ont fait des efforts afin de mettre au point les « séances d'essai que beaucoup réclamaient. Je ne suis pas convaincu de l'efficacité d'un essai. Sans être favorable à cette mesure nous avons tout de même tenté cette démarche. Ne connaissant pas le système idéal qui convienne à tout le monde, nous pouvons envisager de supprimer cette facilité la saison prochaine.

Je vous souhaite une bonne saison 2005/2006 en espérant un développement considérable pour tous les clubs. Ce qui me paraît évident avec des enseignants qui suivent fidèlement Maître TAMURA et répercutent la pratique avec respect.

Vous participerez ainsi à la construction de la fédération de demain.

Pierre GRIMALDI
Président de la FFAB

Un livre, toutes les techniques, du début à la ceinture noire...

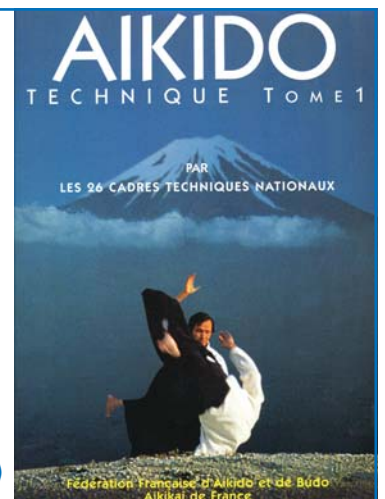
• Pour la première fois dans l'histoire de l'Aïkido, 26 spécialistes de haut niveau rassemblent leurs compétences dans un ouvrage qui, au travers de 1600 photos, dévoile les techniques fondamentales de l'Aïkido.

En filigrane apparaît le génie créateur de celui qui inspire et dirige cette équipe au sein de la Fédération Française d'Aïkido et de Budo, Aïkikaï de France, Maître Tamura, 8^{ème} DAN de l'Aïkikaï de Tokyo, responsable de la diffusion de l'Aïkido en Europe.

• 224 pages - format 24 x 32 cm - Papier couché 150g - Plus de 1600 photos - Couverture couleur.

Photos René BONNARDEL - En librairie et maisons spécialisées 26 €

(qui peuvent le commander auprès de l'éditeur CASTEILLA-CHIRON SA Tél. 01 30 14 19 30 - Fax 01 34 60 31 32)



SESERAGI N°37 - OCTOBRE 2005

Responsable de la publication : Pierre Grimaldi, Président de la FFAB / Rédacteur en chef : Pierre Grimaldi, Président de la FFAB / Comité de rédaction : Monique Guillemard, Michel Gillet, Chantal Cardy / Comité de relecture : Jean-Pierre Horrie, Dominique Massias, Pierre Sevin / Maquette : A PRIORI - 03 85 90 40 30 - apriori@wanadoo.fr

Hauts Gradés de la FFAB

8ème DAN

NOCQUET André	†
TAMURA Nobuyoshi	01.10.1975

7ème DAN

AVY Jean-Paul	16.09.2000
CHARRIE Pierre	02.04.2005
COUDURIER CURVEUR Marc	17.09.2005 †
FONTAINE Jean-Luc	14.09.2002
MILLIAT Gilbert	13.09.2003
PELLERIN Claude	15.09.2001
VAN DROOGENBROECK René	18.09.2004

6ème DAN

ALLOUIS Didier	14.09.2001
AUTRET Guy	13.09.1997 †
AVRIL Henri	13.09.2003
BARDET Jacques	31.03.2000
BECART Michel	08.05.1986
BENARD Michel	15.09.2001
BENEDETTI Stéphane	11.09.1999
BONNEFOND Guy	12.03.1994
BONEMAISON Jacques	08.05.1988
BOUCHAREU Luc	13.09.2003
CARDOT Joseph	17.01.1987 †
CASTILLON Jean-Marie	11.09.1999 †

CEBILLE Claude	28.07.1990
CHRISTNER Edmond	13.09.2003
CLEMENT Marcel	08.05.1986 †
COUNARIS Joseph	10.09.1994
DALESSANDRO Robert	13.09.2003
DIZIEN Hervé	09.03.1996
DUPUY Jean-Louis	08.05.1988
FRIEDERICH Paul	08.05.1986
GAYETTI Christian	11.03.1995
GENTIL Claude	17.01.1987
GEORGE BATIER Bernard	08.05.1986
GILLET Michel	17.09.2005
GOMBERT Robert	08.05.1986 †
GRIMALDI Pierre	17.09.2005
JOANNES Jean-Claude	08.05.1990
LE VOUREC'H Jean-Yves	31.03.2000
LLAVERIA Jean	11.09.1999
MARTIN Daniel	22.02.1992
MASSON Corine	11.09.1999
MOINE Jean-Paul	15.09.2001
PANZA Clément	08.05.1986
PIGEAU Jean-Pierre	13.09.2003
SHEWAN Tiki	08.05.1988
SOLEIL Félix	08.03.1997 †
SOLLE Serge	14.09.2002
SUGA Toshiro	08.05.1988
TROGNON René	08.05.1986
VURAL Nébi	13.09.2003

Stage « Santé et Aïkido »

La pratique de l'aïkido s'inscrit, au niveau réglementaire, dans le cadre des activités physiques et sportives. En tant que telle, la discipline est assujettie au respect de règles de fonctionnement : sécurité dans la pratique, règles sanitaires, couverture médicale, lutte contre le dopage, etc. C'est le rôle de la commission médicale fédérale de tendre à cette conformité.

Au-delà de ce cadre, des questions se posent tant aux pratiquants qu'aux enseignants : l'aïkido pour préserver sa santé, les risques et bénéfices à court et long terme de la pratique, comment optimiser le geste face à des publics différents (enfants, personnes âgées, handicapées ou présentant des difficultés de santé...). Cette diversité de questionnement nous fait penser que le sujet touche beaucoup, d'autant que, parmi les questionneurs, plusieurs ont amorcé des réponses. De nombreux pratiquants ont en effet développé des compétences en santé, à titre professionnel ou individuel. Certains ont mené des recherches particulières dans un domaine spécifique.

Les questions des uns peuvent peut-être trouver réponse auprès des autres.

C'est pourquoi la commission « santé et aïkido », au-delà de sa mission réglementaire, concerne ceux qui le souhaitent.

Le prochain stage « santé et aïkido » aura lieu en 2006 à Nantes, sur le thème de la respiration. Des intervenants de différents horizons seront conviés pour échanger sur ce thème très vaste. Nous vous invitons dès à présent à réserver ces dates sur votre calendrier, à formuler les questions qui vous préoccupent ou votre expérience sur le sujet.

■ Docteur Nicole SICARD, Responsable de la Commission Médicale de la FFAB

L'Aïkido et sa relation avec la santé

Préambule

L'aïkido est un art martial traditionnel basé sur la mise en œuvre du ki ; pour parler de sa relation avec la santé, nous utiliserons les médecines traditionnelles orientales qui ont pour fondement des principes immuables dans le temps, qui pendant des milliers d'années ont fait leurs preuves et qui sont encore vivantes de nos jours.

La médecine occidentale dont l'évolution permanente est due à des ajouts dans le temps de connaissances, et qui privilégie, à quelques exceptions, la vision matérialiste de l'homme ne sera pas utilisée dans cet article.

Dans la tradition orientale, c'est l'harmonie de l'Humain avec les lois de la nature qui lui permet d'optimiser son état de santé ; les principes en sont définis dans le Huangdi Neijing, Suwen 1 et 2 (datant d'environ 2600 ans avant JC), par un dialogue entre Qi Bo maître céleste et l'empereur jaune Huangdi.

Extrait du suwen 2 :

« les quatre saisons du yin/yang

sont fin et commencement des dix milles êtres, tronc de la mort et de la vie.

Aller à contre- courant

C'est la catastrophe qui détruit la vie.

Suivre le courant,

C'est prévenir la maladie,

C'est cela obtenir la voie. »

1 - Les temps de la vie

1-1 Les ancêtres

Pour commencer nous regarderons la santé des ancêtres et des parents, leurs potentialités, leur mode de vie (nourriture, activités, etc.), leurs lieux de vie, leurs états physiologiques, psychologiques et spirituels, ainsi que le moment et la manière de la procréation, les différentes étapes de la grossesse, tous ces éléments seront des facteurs déterminants pour le futur enfant.

Georges OSHAWA, créateur de la macrobiotique, relate dans l'un de ses ouvrages une analyse de cet environnement pour le fondateur de l'aïkido, O sensei Morihei UESHIBA. Je cite :

« il doit la formation de sa constitution aux conditions suivantes :

- Conditions géographiques et climatiques Yang où vit la famille
- Sa vie embryonnaire très Yang (de mars à décembre) 6 mois chauds (yang), 3 mois Yin (oct, nov,déc) avec activité de la mère dans les champs
- Travaux campagnards depuis son enfance
- Après 15 ans, vit en dehors de sa famille, seul à Tokyo, gagnant sa vie, étudiant le Budo et vivant dans la pauvreté
- Vie laborieuse à Hokkaido sous un climat très froid. »

1.2 L'enfance correspond au printemps, qui est le jaillissement et la poussée de la vie, c'est la découverte du monde extérieur, du jeu, de la souplesse, de la liberté et de l'éducation, l'entraînement de l'aïkido peut commencer vers 4/5 ans sous une forme ludique, mais la période favorable est vers 7 ans pour les filles et 8 ans pour les garçons, c'est vers cet âge que le corps énergétique a fini son organisation. Le keiko devra être précis, très souple, avec une certaine rigueur, une grande

discipline et si possible le cours sera dirigé par l'enseignant le plus qualifié et expérimenté du club, c'est aussi la phase de l'apprentissage.

1.3 L'adolescence et début de l'âge mûr correspond à l'été qui prospère, parfait la technique, qui est aussi l'apogée de la vitalité, c'est la recherche de la puissance (sans oublier les principes d'aïki) de l'endurance, et aussi de la perfection technique, le keiko sera intense, continu, avec une forte transpiration, le cours sera dirigé par un enseignant plein de vitalité, c'est la phase du pétrissage.

1.4 L'âge mûr adulte correspond à l'automne, paix, tranquillité, équilibre et retour sur soi, c'est la recherche intérieure, trouver ses propres règles, son propre ordre de vie et de pratique, le keiko sera orienté vers le subtil, la force physique sera minimisée, des pratiques complémentaires (diététique, méditation, etc.) ainsi qu'un massage régulier par un tiers seront nécessaires pour aider le corps dans ses prochaines étapes, c'est la phase de transformation.

1.5 La vieillesse correspond à l'hiver, tourné vers soi, occupé à se posséder, c'est l'écoute de ses propres vibrations, c'est la préparation de la racine d'un nouveau jaillissement, le keiko sera dans la paix du cœur, dans le non-agir, dans le vide, c'est la phase d'aboutissement

Ce qui précède est théorique, il est évident qu'en fonction des personnes et leur début dans la pratique une adaptation sera nécessaire, mais les principes demeurent.

2 - La pratique et son effet sur la santé

Le certificat médical est obligatoire, seul le médecin est juge de la non contre-indication ou pas, à ma connaissance seuls des cas extrêmes empêchent la pratique de l'aïkido.

L'état de santé n'est pas une ligne droite, mais oscille sinusoïdalement en permanence avec une amplitude modérée, une amplitude excessive signale une pathologie.

Une régulation énergétique, physique, physiologique et psychologique se fait par une pratique régulière et correcte de l'aïkido, ce qui permet :

- De maintenir un état de santé
- D'éliminer des petits maux (stress, fatigue, insomnie, etc.)
- D'avoir une action préventive contre le vieillissement prématuré
- De trouver son équilibre dans le flux constant de la vie
- D'unifier harmonieusement le corps et l'esprit, permettant un contrôle naturel de soi-même.

Il est évident qu'une pratique erronée peut amener aussi des déséquilibres qui peuvent dans le temps être préjudiciables à la santé.

Cet article permet à chacun de trouver un éclairage dans sa recherche et sa pratique.

« Notre corps, issu de celui de nos parents, appartient à la Terre ainsi qu'au Ciel. Ce corps est si vénérable que rien ne peut le remplacer ».

Extrait de Yôjôkun par KAIBARA Ekken (17ème siècle)

In Memoriam *Marc Coudurier-Curveur*

Je voudrais rendre hommage à Marc et saluer au nom de tout le département technique national l'homme responsable qu'il était, sans le dissocier de l'ami, de la relation de cœur qui me liait à lui.

Vous savez le rôle que Marc a joué dans le processus de réunification de l'Aïkido français. Il a déployé beaucoup d'efforts de diplomatie pour qu'existe l'ACFA, puis l'UNA, puis la FFAB, puis l'UFA. Sa présence si forte, rayonnante et tranquille, imposait un naturel respect ; sa modestie et sa tempérance naturelle aussi.

J'étais Président alors et voyant mes inquiétudes de littéraire un peu brouillon et agité, il avait rassuré mes angoisses en me disant qu'il me soutiendrait – et il m'avait montré ses mallettes aux dossiers impeccablement rangés. Tout était rassurant, dans un ordre et une méthode sans défaut, et il m'avait insufflé son énergie.

Marc, c'était aussi un passionné d'Aïkido qui s'est affirmé dans la fidélité au message du fondateur, O Senseï Moriheï UESHIBA. Ce message il l'a rencontré comme nous tous dans l'enseignement de Maître TAMURA. C'est dans cette relation du Senseï avec le disciple qu'il s'est épanoui et dans la pratique inlassable sur les tatamis avec ce groupe d'amis des techniciens.

Cette discipline qui vise à l'harmonie et à l'amour inspire aussi le désir de transmettre. Transmettre aux élèves de son club et de sa région mais transmettre aussi aux plus jeunes. Dans la Commission Jeunes nationale, il se dévouait à la pédagogie et avec Michel VENTURELLI constituait une équipe aussi solide que joyeuse et dynamique. Il a ainsi sillonné le territoire dans de grands stages rassemblant parfois plus de 350 enfants.

C'est ce double enracinement dans la pratique pure, et dans la transmission de la tradition reçue, que Maître TAMURA a décidé ce week-end de l'honorer en présentant sa nomination au grade de 7ème DAN aux instances officielles de la CSDGE.

Mais Marc, pour moi, ce n'était pas que ces qualités humaines dont témoignent toutes ses réalisations dans des domaines aussi divers, que la pratique du Shiatsu, de l'Aïkido, de l'administration. C'était aussi et surtout ces liens d'amitié si intuitivement tissés au fil de ces 30 années. Je le charriais toujours sur sa puissance dont il ne faisait jamais usage, sur cette force que la nature lui avait si généreusement donnée et qu'il savait transformer en bienveillance, en patience et en attention à l'autre. Car Marc c'était ce paradoxe d'énergies si rarement assemblées en un seul individu. Des mains si puissantes, mais qui caressaient aussi les cordes d'une guitare. Il n'aimait pas se montrer et j'ai dû attendre longtemps pour le coincer un jour et le faire jouer des airs de jazz qu'il aimait tant lors d'un stage à BRAS.

C'était cet homme si sérieux qui restait patiemment à l'écoute lors des



heures souvent interminables des négociations... et aussi celui qui déclenchait les éclats de rire de l'amitié la plus conviviale dans ces blagues débridées dont il avait seul le secret et qu'il conservait sur de petits carnets.

Mais pour moi il restera surtout l'infatigable ami. Celui qui n'emploie de grands mots mais écoute avec les oreilles du cœur grandes ouvertes. Celui qui mesure les situations et lorsqu'il sent que vous avez mal vous sort tout à coup le mot de la délicatesse et de la douceur. Il donnait alors une telle gentillesse dans le regard, une telle compassion discrète que vous en étiez bouleversé et revigoré. Je ne sais pas trop pourquoi me revient à la mémoire ce fameux stage de Chalon sur Saône qui fait partie de notre mémoire. Nous avions arpenté les rues en hurlant comme souvent dans la passion de nos débats... avec les responsables de l'époque... et lui m'avait dit, « tu sais Jean-Paul, il faut que tu te protèges. Tu prends mal les choses et trop de coups ». Il m'avait conseillé de porter sur moi une turquoise dont la puissance pouvait arrêter les ondes négatives selon les Maîtres de Shiatsu.

Et tout Marc était dans cet art d'écoute de l'autre, dans cette générosité, dans cette ouverture... et toujours marié à la discrétion comme une volonté de ne pas peser. Un art de donner aux autres l'énergie intérieure que son sourire dévoilait si bien. Son sourire rendait immédiatement tangible, comme l'éclat de ses yeux rieurs, sa vraie générosité.

Maintenant je sais que pour moi comme pour les autres compagnons, aucune turquoise au monde ne pourra nous enlever la douleur de ton absence.

■ Jean-Paul AVY

Compétition et rébellion

par **Patrice DUBOURG, 5e DAN, enseignant à Vendôme (Centre)**

Commençons ce temps de réflexion par deux questions posées par Senseï, il y a quelque temps déjà, au cours d'un stage : « Pourquoi avez vous le visage fermé, durci lorsque vous êtes projetés par Tori ? Et, pourquoi souriez-vous lorsque c'est moi qui vous projette ?¹ » Ces deux questions ouvrent à de nombreuses réflexions et je vous propose celles qu'elles ont suscitées chez moi.

Pourquoi faites-vous la tête lorsque vous êtes projetés par Tori ? Senseï nous interroge là, sur notre manque de plaisir apparent dans la pratique, et à mon avis, au-delà de cette apparence, stigmatise, la réalité de la compétition qui existe sur nos tatamis. Bien sûr, la compétition sportive est exclue de l'esprit de l'Aïkido². Mais la compétition, au sens psychologique du terme, fait partie du fonctionnement de l'être humain. La compétition psychologique est un ensemble de comportements destiné à prouver à l'autre (et surtout à soi) que l'on est le plus fort, le plus performant, le plus compétent. « Où est le problème ? », pourrait-on dire. Après tout, l'histoire nous montre que bien des civilisations se sont fondées sur le rapport de force et notre société s'appuie souvent sur les incitations à être le premier dans sa catégorie : l'école, les filières professionnelles, le sport, le commerce, la recherche scientifique... où sont récompensés les vainqueurs, les champions, les forts.

La compétition présente deux inconvénients : le premier, c'est que nous mesurons notre valeur par rapport aux autres. Être meilleur que les autres ne signifie pas forcément être bon : « au pays des aveugles, le borgne est roi ». Le deuxième inconvénient est plus insidieux : chercher à prouver que l'on est le meilleur peut nous amener à cacher nos manques et nos difficultés, aux autres (ce qui n'est pas très grave), et parfois même à nous-mêmes (ce qui est plus gênant) et ce, parfois même, sans s'en rendre compte (ce qui devient très gênant). Comment progresser sans connaître ses défauts et ses faiblesses ? D'où l'adage souvent répété en Aïkido : « il n'y a de compétition qu'avec soi-même », pour nous inciter à éviter ces inconvénients liés aux relations de compétition.

Pourtant le besoin de s'affronter aux autres est nécessaire à la progression, et il nous faut distinguer une compétition positive que l'on peut appeler « émulation », où la volonté de dépasser ses difficultés grâce à l'autre nous fait agir. Comment distinguer compétition et émulation ? Dans une relation basée sur

l'émulation, il est plaisant de voir l'autre réussir, même si nous sommes dans une impasse. « Il faut travailler dans la joie », disait O Senseï. La joie de réussir, de voir notre partenaire réussir, mais aussi la joie d'avoir identifié un blocage, une difficulté chez nous, car cette difficulté sera le point d'appui d'une nouvelle progression.

Cette contradiction entre la volonté de détruire l'ennemi inhérente aux arts martiaux et l'utilisation de l'autre comme miroir de soi-même avait été identifiée et résolue par O Senseï : « Je veux que les gens pensent à écouter la voix de l'Aïkido, non pas pour corriger les autres, mais pour corriger leur propre esprit, c'est cela l'esprit de l'Aïkido. C'est la mission de l'Aïkido et cela devrait être la vôtre³ ».

Pourquoi souriez-vous lorsque c'est moi qui vous projette ?

Parce qu'il n'existe pas de compétition avec un Maître. Entrer en compétition avec celui qui le numéro 1 d'un groupe, c'est s'exclure du groupe. Dans ce cas, il serait plus précis de parler de rébellion et non de compétition. Dans une perspective psychanalytique, la compétition est du niveau de la fratrie, tandis que la rébellion se construit face au père.

De la même manière qu'il existe un versus positif à la compétition appelé émulation, y a-t-il une rébellion qui permette de grandir sans être exclu ? Il s'agit là d'un thème plus délicat. Rester dans la stricte copie du Maître, c'est se condamner à rester petit — s'opposer pour être grand, c'est s'exclure. La réponse à cet apparent dilemme se trouve dans le temps et dans le regard du Maître. Il y a un temps pour être petit et accepter de reproduire le comportement du Maître sans forcément comprendre, puis un temps pour commencer à comprendre et à ressentir, un temps pour proposer une vision différente et accepter les refus du Maître. Un temps, enfin, pour créer et apporter dans la continuité de l'enseignement reçu.

Respecter le temps de la progression n'est pourtant pas suffisant, car il nous faut pour progresser, grandir et devenir autonome, que ce soit en Aïkido ou dans tout autre domaine de notre vie, le regard d'une personne « plus avant que nous sur le chemin » posé avec confiance sur nos capacités.

La notion de confiance est au cœur de ces modes de relation. La confiance en soi permet de sortir de la compétition pour des relations d'égal à égal. La confiance en l'autre permet d'éviter les pièges de la « rébellion-exclusion ». Il est nécessaire à l'élève d'avoir confiance dans le Maître lorsque celui-ci refuse

1-Ce ne sont pas les phrases exactes de Senseï, car celui-ci avait mimé les deux attitudes (de fermeture et d'ouverture) de Aïte, mais ces deux phrases me semblent traduire l'interrogation qui nous fût posée.

2-Bien que dans les années 80, le débat d'introduire la compétition en Aïkido ait été posé par certains experts.

3-Cité par Chiba Senseï dans une conférence aux Pays de Galles à Bangor, en 1975

aïkido

réflexion

(une promotion, un grade, une idée, etc) ou le soumet à une épreuve. Et plus la valeur de l'élève est élevée, plus les épreuves sont dures. Le Maître a confiance dans les capacités de l'élève à surpasser les situations qu'il rencontre au cours de sa progression. Notons que les choses ne sont pas forcément aussi simples. Lorsque le Maître refuse, cela peut être une épreuve qu'il impose à son élève pour l'amener à se dépasser par delà le refus ! Ce que résume Chiba Senseï par : « le Dojo est le lieu où la destruction sévère et intense de l'Ego prend place ».

Terminons cette réflexion par une métaphore de la religion brahmanique...

Une fois que les dieux eurent créé le monde, les animaux, puis l'Homme, ils se réunirent, se rendant compte du danger de leur création. Ganesha prit la parole pour expliquer la situation : « l'Homme », dit-il, « est une créature capable de Sagesse. Bien sûr, l'Homme peut se montrer vindicatif, jaloux, retors, méchant, violent, barbare, mais il est également capable de compassion, de justice, de bonté, de coopération, d'entraide, d'amour et même de ... Sagesse. Et si l'Homme devenait sage, il serait notre égal ». Indra, le chef des Dieux, celui qui a pour monture un éléphant tricéphale, leur dit : « Cachons la Sagesse de

l'Homme afin que jamais il ne la trouve ». « Mettons la Sagesse de l'Homme sur la plus haute des montagnes », proposa l'un des dieux. « Non, dit Indra, nous avons créé l'Homme aventureux et un jour l'Homme atteindra la plus haute des montagnes ». « Cachons la Sagesse de l'Homme au creux de la matière ? », dit un autre. « Non, nous avons créé l'Homme intelligent et un jour l'Homme maîtrisera la matière ». « Cachons la Sagesse au fond des mers ? » Non, dit Indra, nous avons créé l'Homme ingénieux, et un jour l'Homme pourra créer les machines pour aller au fond des mers. La discussion se poursuivit ainsi sans que les Dieux ne trouvent de solution à leur problème. A un moment, Indra annonça : « Je sais ce que nous allons faire. Cachons la Sagesse de l'Homme au fond de lui-même. Il n'aura jamais l'idée d'aller la chercher si près de lui. »

Et l'on peut dire que les Dieux ont été plus loin que cela, car, pour nous mettre face à notre liberté, ils ont créé des êtres d'exception comme O Senseï qui ont su construire des chemins vers la Sagesse et puis ils nous ont posé deux choix : le premier est de choisir le chemin et le guide sur cette voie vers la Sagesse et, le deuxième, plus inconscient, est de choisir ce que nous faisons de l'enseignement de ce guide.

4-Même conférence de 1975



TSUBAKISHOP

Dogis
Hakamas
Obis
Bokkens
Jos
Tantos
Iai-tos
Zooris et getas
Kobudo d'Okinawa
Collection privée
DVD

La qualité de la tradition japonaise • WWW.TSUBAKISHOP.COM

Le stage « jeunes » prend de la hauteur Brommat en Calardez (Aveyron) Haut lieu de formation et d'accueil

Le stage jeunes de l'interligue « Midi-Pyrénées - Aquitaine » qui a lieu traditionnellement pendant le week-end de la pentecôte, était organisé cette année par la commission « jeunes » de Midi-Pyrénées, dont Pascale Taltavull en est la responsable.

Ce stage a eu lieu cette année dans un nouveau centre d'accueil, au Nord de l'Aveyron, à Brommat en Calardez, près de Mur de Barrez.

Ce centre accueille régulièrement des retraités et des familles. Il s'est spécialisé ces dernières années dans l'accueil de sportifs de haut niveau qui viennent préparer des rencontres importantes.

C'était la première fois qu'il accueillait des enfants et des pratiquants d'Aïkido, discipline que les dirigeants ne connaissaient pas.

Ce centre est récent et il possède des installations sportives correspondant aux normes actuelles du haut niveau : grand gymnase qui peut être recouvert d'un tatami de 600 mètres carrés.

Toutes les installations sportives et d'accueil, petits bungalows, salle de restauration et de convivialité qui permettent aussi l'accueil de handicapés en fauteuils ou non-voyants, présentaient les conditions idéales pour les stagiaires d'Aïkido, petits et grands, au milieu de prairies et de bois.

Les cours d'Aïkido ont pu se dérouler dans les conditions les plus favorables, tant par les lieux que par la qualité des intervenants.

Michel Venturelli et Jean-Paul Brunel, toujours appréciés des enfants et des adultes, y ont assuré neuf heures de cours.

Une centaine d'enfants, accompagnés d'une quarantaine de professeurs, ont suivi, avec toujours autant de plaisir et de découvertes, les diverses facettes de l'Aïkido. Michel et Jean-Paul prennent régulièrement soin de faire évoluer cette discipline que Tamura Senseï leur transmet depuis toujours.

Ce stage fut intense pour tous, et plusieurs enseignants présents ont assuré successivement un « troisième » cours, en ayant dans leur cœur et leur esprit l'absence de Marc Coudurier-Curveur, qui était jusqu'à l'année dernière présent à ce stage.

C'est ainsi que Marc Desniou (Orléans), Bruno Both (Orléans et La Chapelle St Mesmin), Francis Rivière (Colomiers), Pascale Taltavull (Colomiers), Gilbert Clerc (Belfort), Bernard Biciacci (Muret), André Laumond (Sébazac), Marc Hung (Villeneuve sur Lot), Alexandre Gesp (Bédarieux) et Hervé Breton (Clermont l'Hérault) se sont succédés sur le tatami pour intervenir auprès des enfants et des ados.

Michel ayant donné, lors du premier cours pour tous, les thèmes et le sens du travail de ces journées, tous ont eu à cœur de reprendre ces indications en les présentant chacun selon leur sensibilité et selon les âges des enfants qu'ils avaient en charge.

Tous les enfants, regroupés par âge, ont pratiqué avec Michel, Jean-Paul et deux enseignants des clubs. Tous ont travaillé à mains nues ou avec des armes, et plusieurs ont pratiqué en suwariwaza et hanmihandachiwaza, en ushiro waza, prouvant par là que l'on pratique vraiment l'Aïkido chez les enfants. Tout est possible et ils comprennent très vite surtout quand les consignes de sécurité, dans certaines techniques et avec les armes, sont correctement données et explicitées.

Le centre proposait aussi deux animations sportives (tir à l'arc et bowling), encadrées par deux animatrices, et les accompagnateurs enseignants ou parents ont aidé très efficacement à l'encadrement des groupes qui se déplaçaient d'une activité à l'autre. Les plus grands ont pu aussi accéder aux installations de fitness, bains bouillonnants, jacuzzis, squash et autres appareils de « remise en forme ».

Les soirées furent animées, autant pour les plus jeunes, avec une soirée dansante, que pour les plus grands avec un cours commun aux enseignants et aux ados avec Michel et Jean-Paul.

Le stage s'est terminé le lendemain par la remise des diplômes et des tee-shirts aux enfants et celle des cadeaux aux intervenants, un « Laguiole » pour un premier stage dans cette région.

Le directeur du stage a conclu cette manifestation par un discours qui a fait chaud au cœur des participants, insistant sur la tenue, en particulier des enfants, qui ont fait honneur à leur discipline en respectant les lieux, le matériel, et par leur tenue sur le tatami. Il souhaite que d'autres arts martiaux prennent exemple sur l'Aïkido, et conclut en les invitant quand ils veulent pour faire un autre stage, même de plusieurs jours.

Chacun est parti ravi de son stage et des lieux, en regrettant une fois de plus l'absence de la journée supprimée cette année.

Stage d'été Michel Bécart à Embrun (Hautes-Alpes)

Du 24 au 30 juillet 2005, différentes nationalités (France, Belgique, Angleterre, Espagne, Italie) se sont retrouvées dans l'écrin naturel des Hautes-Alpes (05), autour de Michel Bécart, 6e Dan. La bonne humeur encourageante du professeur s'est subtilement adjointe à la rigueur non moins indispensable à laquelle ce dernier a habitué son public.

Portés par cet état d'esprit pointu, les stagiaires ont approfondi le travail du corps comme un passage obligé pour affiner la coordination et tendre vers l'harmonisation avec l'esprit. C'est donc par une étude en souplesse, ampleur et mobilité que Michel Bécart a tiré chaque élève vers une gestuelle plus esthétique et plus efficace. Quelques séances extérieures ensoleillées et revigorantes au milieu des montagnes n'ont rien gâché à l'affaire !

La concentration a été maintenue à son maximum, notamment lors du travail aux armes chaque matin. Le laïdo, discipline de précision, a ainsi trouvé sa place dans le stage et a complété avec cohérence l'apprentissage des bases de l'Aïkido. Le boken ou le iaito pour certains ont matérialisé le prolongement de l'énergie et de la volonté des pratiquants dans une recherche de justesse technique. Par ailleurs, n'oublions pas que le laïdo se pratique dans un souci d'authenticité et contribue à éviter la dénaturalisation en sport des Arts Martiaux.

Une autre tradition reste à souligner, celle à laquelle l'Aïkido Club Haut-Alpin d'Embrun s'emploie tous les ans, à savoir l'accueil, l'organisation d'animations et d'activités sportives récréatives qui ajoutent aux joies de cette rencontre annuelle.

■ S. CAIRE

Notre ami, Pierre SEVIN, à l'honneur



La mise à l'honneur de nos dirigeants ou autre pratiquant, si quelquefois a un petit goût de « déjà vu et entendu » valorise, outre le récipiendaire, notre discipline et notre Fédération ou ses instances, et il est du devoir d'un Département « Communication » de faire connaître, voire de reconnaître, ceux qui, inlassablement se sont dévoués pour une cause, bien souvent dans l'anonymat le plus complet. C'est au travers de quelques lignes que nous découvrons le cheminement, les engagements, les passions de ceux que nous avons pu côtoyer durant des années de pratique ou de réunions.

Ainsi, aujourd'hui, nous avons glané quelques informations sur Pierre SEVIN à la suite de la remise de la médaille d'ARGENT de la Jeunesse et des Sports en 2003 (médaille de Bronze en 1990).

Son parcours de bénévole débute en 1968 par la création d'un club de Basket-ball avant de s'intéresser à l'Haltérophilie. Puis en 1974, création du « JUDO CLUB

DERVOIS » ; et, oui, Pierre, comme tant d'autres a pratiqué le Judo (de 1952 à 1989) avant de venir à l'AIKIDO (1978) et créer « l'AIKIDO CLUB DERVOIS » en 1985 dont il le Président depuis 1998.

Moniteur de notre discipline depuis 1985, 3ème dan, il fut aussi membre de l'Organisme Disciplinaire de la FFAB de 1997 à 2004.

En Haltérophilie, Pierre a remporté quelques médailles (or ou argent) lors de championnats de France «Vétérans» et en AIKIDO, il recevait en 1999 la médaille d'honneur de notre Fédération.

Mais c'est surtout à la tête de la Ligue CHAMPAGNE ARDENNES FFAB que nous connaissons l'ami Pierre SEVIN ; Ligue dont il a assuré la Présidence de juin 1983 à octobre 1996 et dont il est toujours Vice Président.

C'est donc une vie bien engagée au service du sport, du bénévolat, et des autres, que nous tenons aujourd'hui à rappeler.

■ Jean-Pierre HORRIE

L'Aïkido et les jeunes

Les valeurs éducatives de l'Aïkido

L'Aïkido est particulièrement adapté aux enfants pour différentes raisons :

- Il n'y a pas de compétition, donc accessible à tous et à toutes ; l'enfant n'aura pas tendance à se comparer aux autres (moins fort, plus fort). Ainsi il pratiquera avec joie et sans souffrance physique et morale pour arriver obligatoirement à un résultat, une performance. Son esprit restera donc ouvert, relâché, et son comportement sera plus en harmonie avec les autres, il communiquera mieux.
- Le respect de l'étiquette, du cérémonial, des traditions et l'esprit particulier de la non-violence, caractérisant l'Aïkido permettent au pratiquant d'acquérir des valeurs morales" telles que la politesse, la modestie, la bonté, le courage et la maîtrise de soi". Le cérémonial, l'étiquette enseignés en Aïkido conduisent au respect mutuel, à la considération des autres, à l'écoute des autres. Les valeurs ne sont pas enseignées aux élèves par l'endoctrinement ou les menaces, mais simplement par une pratique juste : "un corps droit implique un esprit droit." (Kisshomaru Ueshiba).
- L'Aïkido rejette toute forme de violence qu'elle soit justifiée ou non.

Ce que nous proposons et apprenons aux enfants, ce n'est ni la force brutale, ni la violence, mais bien au contraire un entraînement qui leur permettra de construire des êtres capables de diriger leur vie avec confiance, respect et calme.

Ainsi nous enseignerons l'Aïkido aux jeunes de telle sorte qu'ils comprennent, ainsi que vous, leurs parents, la finalité de l'Aïkido.

- Au travers de cet entraînement, l'enfant apprendra à coordonner ses gestes, le plus naturellement du monde.
- Il générera plus facilement son espace, sans le rétrécir (pour les uns) sans empiéter sur l'espace des autres (pour d'autres).
- Le jeune va acquérir un équilibre physique certain et par conséquent un équilibre mental.
- L'Aïkido lui permettra de mieux canaliser son énergie.
- Son corps se fatiguera sans violence et naturellement.

Chers parents, vous voilà rassurés ; vous n'hésitez plus à nous confier vos jeunes ! MERCI...



■ Monique GUILLEMARD



Week-end « jeunes » en Touraine

Points d'orgue de la saison enfantine tourangelle le week-end jeunes s'est déroulé pour la 11ème année consécutive les 12 et 13 mars 2005. Ce stage, qui accueille une cinquantaine de jeunes entre 7 et 16 ans, est organisé par le Comité Départemental d'Indre et Loire et encadré par Joël BARILLET. Il a lieu chaque année au Centre de Loisirs de Fondettes, endroit privilégié car doté d'un parc magnifique et entièrement clos (sécurité oblige).



Ce stage qui requiert une organisation relativement lourde trouve toute sa récompense dès lors que l'on se laisse porter par l'enthousiasme des participants. C'est en effet un bonheur, certes épuisant mais inégalé, que de voir tous ces jeunes pratiquer avec autant de motivation et d'entrain. Leur énergie semble sans limite car il suffit de jeter un coup d'oeil au programme du week-end pour constater qu'il n'a rien à envier à la densité d'un stage adulte :

Samedi

Aïkido 15h30 - 17h00

Goûter 17h00 - 17h30

Animation 17h30 - 19h15

Repas 19h15 - 20h15

Veillée 20h45 - 23h00

Retour au calme (relaxation, shiatsu) 23h00 - 24h00

C'est peut-être lors de la veillée que toute l'excitation des enfants semble toucher à son paroxysme. Les tympans des adultes ne sortent jamais indemnes de cette soirée mémorable et la séance de relaxation qui suit est indispensable pour permettre à tous ces jeunes aikidokas de se détendre et de prendre quelques heures de sommeil avant le cours d'armes matinal.

Nous sommes toujours étonnés de constater que le lendemain, et ce malgré la courte nuit, qui est d'ailleurs souvent plus courte encore pour les assistants qui encadrent le groupe, tous répondent présents au cours de 7h00. Pour quelques-uns d'entre eux il s'agit d'un premier week-end « entre copains » sans un parent, ce qui explique certainement leur enthousiasme.

Dimanche

Cours d'armes 7h00 - 8h00

Petit déjeuner 8h15 - 9h15

Aïkido 9h30 - 11h30

Repas 12h15 - 13h15

Animation 14h00 - 15h00

Préparation de la démonstration 15h00 - 16h00

Le clou du stage est sans aucun doute la démonstration où tous les enfants ont leur rôle à jouer. Les parents regardent avec admiration et fierté les prouesses réalisées par leurs enfants et orchestrée par Joël BARILLET. Quant aux enfants, ils sont toujours un peu fébriles de montrer à leurs parents ce qu'ils ont appris lors de leur week-end : travail de chute, travail des armes, techniques chorégraphiées...

C'est repu de fatigue mais ivre de bonheur et en parlant déjà du stage de la saison suivante que chaque participant, petit ou grand, regagne le monde extérieur après cette petite parenthèse aikidokate.

■ Isabelle ROCHE



aïkido

jeunes

Stage régional « jeunes » de La Rochelle

Intitulé « l'aïkido, en toute citoyenneté », ce stage a été une réussite totale. Dirigé par Jean-Luc Fontaine, encadré par les enseignants des clubs La Rochelle, Chauray et Jonzac, l'équipe éducative a été unanimement appréciée des participants. L'organisation matérielle prise en charge par le club de La Rochelle a permis à tous d'apprécier la chaleur et la convivialité qui règnent dans ce club. A la suite du stage, les jeunes ont reçu des mains du président de ligue André Guillon trophées et diplômes les récompensant des efforts fournis.

Ecouter un jeune, c'est lui donner un signe de reconnaissance très fort.



ena

ECOLE NATIONALE D'AIKIDO

Les Allées - 83149 BRAS - Tél : 04 94 69 94 77

formulaire d'adhésion 2005-2006

Devenez membre de l'Ecole Nationale d'Aïkido en renvoyant ce bulletin complété à :

M. Jean-Pierre HORRIE, Trésorier Général - 2, boulevard Faidherbe - 80000 AMIENS



Renouvellement

Nouvelle Adhésion

Renouvellement carte (si carte complète)

• Cotisation annuelle : Membre adhérent = **16 euros minimum** Montant versé =
Membre bienfaiteur = **154 euros minimum** Montant versé =

Chèque à l'ordre de l'E.N.A. Réception le : A.R. le

Ou pour faciliter le virement de la cotisation depuis l'Etranger :

code IBAN : FR76 3000 4001 0100 0100 8922 893 - BIC : BNPAFRPPAMS

N° Membre (obligatoire si renouvellement) :

NOM de l'Adhérent à l'ENA (club ou individuel) : Prénom :

Merci de préciser s'il y a eu des modifications

Adresse :

Code Postal : Ville : Pays :

Date et lieu de naissance :

N° Tél : Adresse E-mail :

Club et Ligue d'appartenance :



Venir à BRAS avec l'E.N.A...

Vous avez déjà constaté à la lecture du SESERAGI ou du SHUMEIKAN-
INFOS édité par l'ENA que certaines Ligues ou certains clubs
organisent des stages à BRAS...

Afin d'apporter une aide à ceux qui voudraient organiser un tel stage,
il nous a paru utile de fournir quelques renseignements sur
l'organisation du voyage et du séjour.

Dans un premier temps, prendre contact avec les responsables de
l'ENA pour connaître les disponibilités des lieux, dojo et chambres ; et
en donnant quelques précisions : nombre de jours, nombre de
personnes (enfants, adultes, encadrement). Ces contacts, les voici :

Mickaël MARTIN à BRAS Tél. : 04 94 69 94 77

Jérôme COLOMBANI, Responsable des activités ENA

Tél. : 04 42 22 01 76

jerome.colombani@neuf.fr.

Chantal CARDY, Secrétaire de l'ENA

Tél. : 04 94 87 66 76 ou 04 98 05 22 28

chantal.ffab.aikido@wanadoo.fr

Jean-Pierre HORRIE

Tél. : 03 22 44 24 39

email : jphor@tele2.fr



Si une période vous convient, vous recevrez un devis reprenant à
partir des précisions données le coût du séjour que vous projetez (frais
fonctionnels, chambres).

Ensuite, vous organisez votre déplacement en prenant contact avec la
SNCF si vous descendez par le train, avec un transporteur pour le
voyage de Marseille à Bras (Transports Seillonnais à Seillons Source
d'Argens – 04/94/72/16/75) ou organiser votre « covoiturage ».

Ainsi, vous pouvez bénéficier des cours de Senseï du mardi et du
mercredi soir si vous restez une partie de la semaine, sachant que
Mickaël MARTIN dirige des cours les autres soirs pour le club « DOJO
DES ALLEES » et se fera un plaisir de vous y accueillir.

Ci-après, un rappel des conditions d'accueil :
(tarifs fournis à votre demande ou sur le site de l'ENA)

HEBERGEMENT (34 couchages)	Chambres à 2 lits (sanitaires privés) 30.50 euros la chambre	Chambres à 4 lits (sanitaires collectifs) 11.00 euros par lit occupé
N.B. Les draps sont fournis - Serviettes et produits de toilette ne sont pas fournis.		

RESTAURATION

L'établissement comprend 1 office de réchauffage et 1 local de plonge. La préparation des repas en grande quantité n'est pas prévue. L'office permet de préparer individuellement son repas, il ne peut pas être préparé de repas collectifs. Des containers chauds et froids sont mis à disposition des stagiaires pour le transport des repas préparés par un restaurateur et/ou traiteur. **DANS TOUS LES CAS, LA VENTE DE REPAS EST INTERDITE.**

STAGES (40 maximum Dojo)

Sont placés sous la responsabilité et l'animation d'un des dirigeants qui doit être adhérent de l'E.N.A.

Les ligues, départements, clubs, associations, individuels doivent être adhérents E.N.A.

Si la ligue, le département, le club ou l'association est membre bienfaiteur, c'est le tarif bienfaiteur qui est appliqué.

Dans le cas de stage d'un groupe de jeunes encadré par des adultes, c'est le tarif jeunes qui est appliqué à tous.

Les stagiaires contribuent au fonctionnement de l'école : entretien des locaux occupés et utilisés (Dojo, chambres, office, communs) et en général à toute action, source d'accomplissement, individuel et collectif.

Pour se rendre à Bras : quelques précisions...

En avion : aéroport de Marseille Marignane.

En train : gare SNCF d'Aix en Provence ou Marseille. Puis prendre le bus (voir dessous). Possibilité de tarif de groupe, avec bus jusqu'à Bras affrété par la SNCF.

En bus : prendre le bus à Marseille (Gare routière à 100 m de la gare SNCF) ou à Aix en Provence, dans la direction de St Maximin ou bien de Tourves. Ces deux villages se trouvent à une dizaine de km de Bras.

En voiture :

- Depuis Toulon, par la A57, prendre sortie N°10 puis direction de Brignoles. A Brignoles prendre direction de St Maximin par N7. 2 ou 3 km après la sortie de Brignoles prendre à droite la direction de Bras

- Depuis Nice ou Aix en Provence par la A8 prendre sortie 34: St Maximin. Se diriger vers St Maximin et avant d'arriver au centre du village on trouve la direction de Bras.

Il ne vous reste plus qu'à organiser votre séjour...

culture

lire, écouter, voir...

Lire

Hiroshima, deux cerisiers et un poisson-lune

D'Alain Serre et Zaii - Editions Rue du Monde - A partir de 7 ans

« Yoko habite Hiroshima et chaque année la terrible histoire de la bombe A revient à son esprit : c'était le 6 août 1945, à 8h15. La vieille tsukiyo a survécu mais elle préfère parler des cerisiers, des grues et des poissons-lune. »

Chronique japonaise

De Nicolas Bouvier - Petite Bibliothèque Payot

Nicolas Bouvier, l'écrivain voyageur, sait nous livrer en une ligne le pur diamant d'une sensation. Car « avec Chronique japonaise, il réussit ce que les anciens maîtres artisans appelaient un chef d'œuvre » (A. veltter, Le Monde).

Le Lâcher Prise - Oasis

De J.Robert - Editions Berger Poche, T2

« Il n'est pas facile de distinguer laisser-aller et lâcher prise ; pourtant, l'un conduit à l'échec et l'autre fait en sorte que les réussites se présentent sans effort. Combien de fois fait-on des efforts pour finalement aboutir à des échecs ? Combien de fois obtient-on, alors que l'on s'y attend le moins ? Combien de fois est-on exaucé au moment même où l'on est prêt à tout lâcher ? »

Cent vues du Mont Fuji

De Dazai Osamu - Picquier Poche, numéro 202

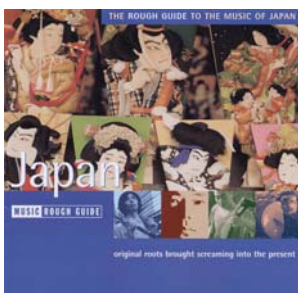
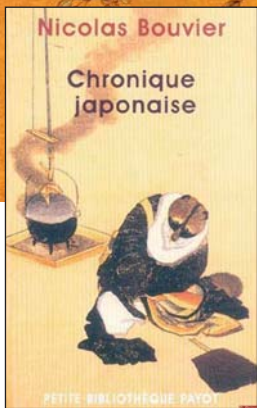
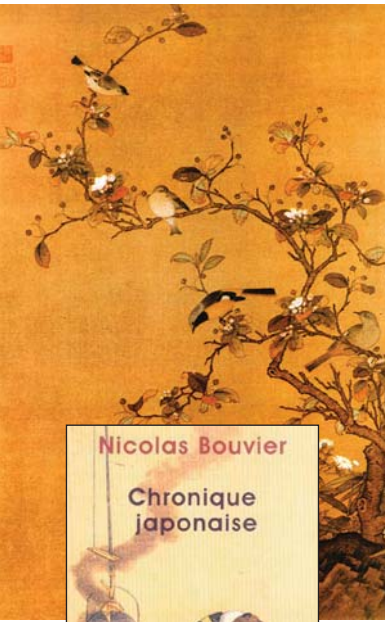
« On peut lire ces récits autobiographiques comme autant de croquis, de choses vues ! Mais il faut les relire pour entendre cette « PETITE MUSIQUE », ce curieux mélange de véhémence, d'honneur et de familiarité, qui fait de Dazai un des plus grands écrivains japonais. »

Ecouter

Japan - Music Rough Guide

Harmonia Mundi - Chez World Music Network

Compilation de musiques et chants - Classique, moderne et folklore.



KYUDO : Laurence Oriou, Première Kyoshi non japonaise

Le 4 mai 2005 Laurence Oriou est entrée dans l'histoire du Kyudo en devenant la première occidentale à recevoir le titre de Kyoshi au palais impérial de Kyoto. Un parcours exceptionnel, pour une femme d'exception. Née à Orange en 1965, Laurence Baumet découvre le Kyudo à 24 ans lors d'un stage dirigé par Sato Sensei, Kyoshi 6e dan. Elle rencontre alors Charles-Louis Oriou qui deviendra son professeur car, Laurence l'a compris : là est sa voie. Depuis, elle participe à tous les stages régionaux, nationaux et internationaux et entame un parcours unique. En 2001, elle est la 1e française à obtenir le titre de Renshi et en 2003 la première occidentale à décrocher le 6e dan. En lui décernant le titre de Kyoshi, les maîtres japonais ont jugé, outre les qualités techniques et esthétiques de son tir, que Laurence possède toutes les qualités humaines requises pour être propulsée au plus haut niveau de la hiérarchie française. Parallèlement à cette progression, Laurence poursuit une carrière de psychologue et c'est bénévolement, comme il se doit, qu'elle enseigne inlassablement le Kyudo avec celui qui devenu son époux, Charles-Louis Oriou aujourd'hui Renshi 6e dan.

Pourquoi pratiquez-vous le Kyudo ?

Ce qui distingue le Kyudo du tir à l'arc sportif, ce sont les principes de noblesse, de vertus universelles et d'esthétique qui s'ajoutent aux dimensions de la technique et de l'habileté. S'entraîner pour améliorer seulement la technique n'a pas de sens. La pratique du Kyudo peut nous aider à progresser dans notre vie de tous les jours, à raffiner notre personnalité et à former notre caractère moral.

Qu'est-ce qu'un Kyôshi ?

C'est un professeur qui enseigne le kyudo, bénévolement et en dehors de ses activités professionnelles, comme l'exige l'éthique de la discipline. La meilleure définition se trouve dans le Manuel de Kyudo : "Il est essentiel de posséder de la volonté, une grande compétence technique et un bon jugement, d'avoir de l'instruction et une bonne culture générale, conditions nécessaires pour enseigner le Kyudo. De plus, le candidat doit prouver par ses mérites qu'il est éligible à ce titre."

L'examen consiste en un tir de deux flèches en groupe. Puis, si les examineurs en conviennent, le candidat est appelé pour deux épreuves destinées à déterminer sa valeur : un examen oral portant sur une question de pédagogie du kyudo et un autre tir de cérémonie d'un extrême raffinement exprimant l'harmonie entre les trois archers qui l'exécutent. Si la prestation est satisfaisante, le candidat doit enfin rédiger un mémoire sur une question liée davantage à l'esprit du kyudo.

Vos impressions après cette réussite ?

Le Kyudo est un exercice de courage devant la difficulté de donner le

meilleur de soi-même. L'échec aux examens est chose fréquente. De la même manière, il faut aussi le courage de se remettre en question lorsqu'il semble que l'on a réussi. La réussite est une illusion si on refuse de prendre des risques avec son Ego. Il faut avoir le courage de montrer son tir devant les autres, et prendre le risque de montrer ses efforts constants de progression, même si le résultat est aléatoire. En réalité, ce parcours vers la perfection en tant qu'être humain a pour but de se comporter dignement pendant tout le déroulement de sa vie, mais aussi à l'approche de la mort.



© FFKT, Laurence Oriou Kyoshi 6e dan de Kyudo



LEGENDES PHOTOS

1 - la photo officielle (photo Ch-Louis Oriou)
La délégation officielle de l'ANKF
Assis de gauche à droite
Uozumi Ichiro - Hanshi 8e dan
Suda Sadao - Hanshi 8e dan
Suzuki Sensei - Hanshi 9e dan
Iijima Masao - Hanshi 8e dan
Satake Mariko - Hanshi 8e dan

O'Brien Liam - Kyoshi 7e dan
Hoff Feliks - Kyoshi 6e dan
Sigurdsson Triggvi - Kyoshi 6e dan
Oriou Laurence - Kyoshi 6e dan
Viasselaer Jean-Pierre - Renshi 6e dan
Oriou Renshi Charles-Louis - 6e dan

2 - Remise du diplôme de Kyoshi 6e dan par Suzuki Sensei - Hanshi 9e dan à Laurence Oriou.
(photo Ch-louis Oriou)

3 - Au japon : photo Alain Scherer

De nouveaux clubs à la FFKT cette année : Toulouse, Hyères, Montgeron, Nantes... Toutes les adresses, et horaires des séances sur notre site www.kyudo.fr.

A noter que le séminaire Européen de Kyudo aura lieu cette année en France, à Bourges (Cher). Comme tous les ans, il accueillera une délégation de sensei japonais qui encadrera les séminaires des plus anciens, les 0, 1er et 2e dan bénéficiant de l'enseignement des shogo (plus hauts gradés) européens.

La participation des français étant toujours importante dans les événements internationaux, beaucoup d'inscriptions en perspective pour ce séminaire au centre de la France...

« L'Aïkido est une aide pour la pratique du laido, et réciproquement.
En Aïkido, il y a un adversaire. En laido on pratique seul. Les deux pratiques sont donc mentalement différentes.
La pratique du laido tout seul permet de se contrôler plus facilement.

Nous avons besoin des deux formes de pratique. Par exemple, avec le laido, il est plus facile de trouver les principes de la coupe et de les appliquer ensuite avec un partenaire en Aïkido. Prenons aussi la souplesse, lorsque l'on pratique le laido seul, si l'on n'est pas souple, cela ne fonctionne pas.

Tout le travail d'Aïkido est comme celui du sabre. Lorsque l'on fait un ushiro ukemi, c'est exactement comme en laido.
Actuellement très peu de pratiquants le font comme s'ils sortaient le sabre. Normalement, le samourai sortait le sabre contre une attaque, et il devait le faire simplement, quelle que soit la situation. En laido, on apprend à le faire.

Si l'on travaille bien en laido, on peut trouver des solutions pour l'Aïkido.
Je suis très heureux de l'existence d'une association qui prône la pratique du laido liée à l'Aïkido. »

Tamura Shihan, Saint-Mandrier 2004

Saint-Mandrier 2005

L'Édition 2005 du stage de Saint Mandrier a connu la plus forte fréquentation depuis la création du Cercle de laido, grâce à l'organisation sans faille des Rencontres Internationales d'Aïkido et à l'accueil de la Base Aéronavale dans une structure spacieuse.

De nombreux enseignants d'Aïkido ont pu trouver matière à initier des bases de laido au sein de leur dojo. L'ensemble des pratiquants, regroupés autour de Michel Prouvèze, et des Animateurs du Cercle de laido ont passé une semaine formidable...



Orientations

Le 2 août dernier, ont eu lieu la réunion de Comité Directeur et l'Assemblée Générale du Cercle de laido, en présence de Pierre Grimaldi et de Tamura Senseï. Elles ont permis de définir les orientations pour la saison à venir. Deux axes importants ont été approuvés par l'ensemble des membres présents.

Le premier est la reconnaissance d'un statut d'Enseignant du Cercle de laido. Il s'adresse aux enseignants d'Aïkido souhaitant suivre la recommandation de Maître Tamura en pratiquant au sein de leur dojo les bases de laido essentielles à tout pratiquant d'Aïkido.

Les enseignants le désirant pourront donc bénéficier d'une attention particulière de la part des Cadres du Cercle de laido, ainsi que des outils pédagogiques leur permettant d'initier plus facilement leurs élèves.

Le deuxième point concerne l'orientation technique des Stages et des Rencontres. A la demande de nombreux pratiquants, français et étrangers, et dans la mesure du possible, les interventions de la saison à venir se verront partagées entre laido et Aïkido. Cela permettra aux intervenants de matérialiser davantage le lien entre les deux pratiques et les principes qui les unissent.

Calendrier 2005-2006

Stage internationaux

- Saint-Mandrier 2006

Stage nationaux :

- Ile de France, 1er trimestre
- Provence, 2ème trimestre
- Lorraine, 3ème trimestre

Stages régionaux :

- Bretagne
- Saint Dizier (à confirmer)
- Lille (à confirmer)

Rencontres laido & Aïkido :

- Ardennes, Bouches du Rhône, Champagne-Ardennes, Ile de France, Languedoc-Roussillon, Lorraine, Var...

Retrouvez les dates et tous les détails sur notre site Internet.

www.cercledeiaido.com



Tout d'abord, pouvez-vous vous présenter ?

Je m'appelle Armand Mamy-Rahaga. Après avoir pratiqué le judo, j'ai découvert l'Aïkido avec M. Jean-Pierre Trainaud, élève de Maître Nakazono, en 1970 à Madagascar. Je suis venu en France en 1972. Depuis, j'étudie l'Aïkido sous la tutelle de maître Tamura. Je me souviens qu'à l'époque, nous recevions cinq cours par semaine en plus des entraînements au dojo de Stéphane Benedetti.

Actuellement, j'enseigne l'Aïkido à Rognes dans les Bouches du Rhône (cf. www.kaeshi.org). Parallèlement à ma pratique de l'Aïkido, je me suis impliqué dans la légalisation et la structuration de la chasse à l'arc. Je suis actuellement 1er Vice-Président de la Fédération Française des chasseurs à l'arc, responsable de la commission formation et de la commission éthique (cf. www.ffca.net).

Il va sans dire que ce que j'ai de pertinent à apporter à la chasse me vient de ma culture martiale.

Comment avez-vous découvert le laido ?

J'ai découvert le laido voilà une trentaine d'années avec maître Tamura. A l'époque, il y avait de la place sur les tatamis, et Sensei nous donnait régulièrement des cours de laido. Avec Tiki Shewan et Stéphane Benedetti, nous passions notre temps entre le katana, le bokken, le jo, la java...

Que vous apporte le laido dans votre pratique personnelle ?

Comme je l'ai dit récemment à Michel Prouvèze, je reviens au laido pour mettre de l'ordre dans ma pratique et dans mon esprit. J'en ai été éloigné à la fois par le feu de la jeunesse, et un accident qui m'a

longtemps empêché de plier correctement le genou.

Il y a deux domaines où la pratique du laido est très utile en ce qui me concerne : l'étude de "hei ho shin" (l'esprit de tous les jours) et de sho shin (l'esprit du débutant).

Je tiens à remercier ici Carl Bouchaux pour l'aide qu'il m'apporte. Ce partage fait partie aussi de la pratique et ça me donne du bonheur.

En tant qu'enseignant d'Aïkido, quelle place accordez-vous au laido ?

Je commence mes cours par le salut au sabre, afin d'amorcer le seishin tanren (forger l'esprit), ensuite nous faisons des suburi pour développer le relâchement, et enfin, nous pratiquons Shohatto. Je constate que cette façon de faire purifie le Tai Jutsu.

Comment l'abordez-vous avec vos élèves ?

J'ai commencé par leur expliquer que, bien que dur d'oreille (Sensei a planté une graine qui ne germe que maintenant !), j'ai enfin entendu le message de Maître Tamura qui nous encourageait vivement à pratiquer le laido.

Je leur ai expliqué en quoi cela pouvait enrichir leur Aïkido : à savoir une pratique solitaire qui, comme un miroir, dévoile sans concession toutes les failles (techniques et mentales) et du coup rend possible la progression.

Quels conseils donneriez-vous aux pratiquants d'Aïkido ?

Etant donné que je me considère comme un débutant, je ne me sens pas le droit de conseiller les autres, à part mes élèves, qui sont mes compagnons d'étude. Je ne peux que témoigner de ce que le laido m'apporte. Le laido permet au pratiquant de se rendre sensible à tout ce qui se passe en lui (au niveau de l'intention), avant le passage à l'acte. Il permet ainsi de développer une technique nette et efficace basée sur "sen no sen".



SHOHATTO, Etape n°4 : CHIBURI (Nettoyer le sabre) avec Michel Prouvèze

Avant d'exécuter Chiburi, la main droite tourne de 45° sur la tsuka lorsque le bras est tendu. La main droite envoie la pointe du sabre vers l'arrière. Le sabre monte légèrement. Le bras se replie, sans que le coude change de place jusqu'à amener l'index en direction de la tempe. Enfin, le sabre tombe naturellement, profitant de l'élan du corps qui se relève.

Le sabre tombe avec la même sensation que lorsque l'on coupe (Kiri Tsuke).

Après Chiburi, le talon est à peine décollé (sinon l'essentiel du poids du corps serait sur le pied avant). Le poids du corps est réparti sur les deux pieds. Les doigts de pied avant peuvent être légèrement rentrés (stabilité).

Le bras et le sabre ne forment qu'un seul et même plan.

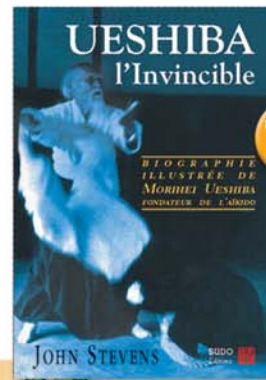
**Retrouvez l'ensemble des techniques d'omoryRyu
sur le DVD "Omory Ryu - Michel Prouvèze"**



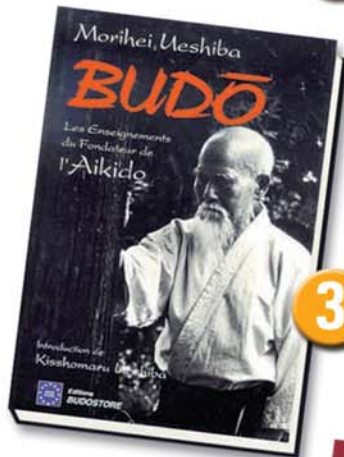
1



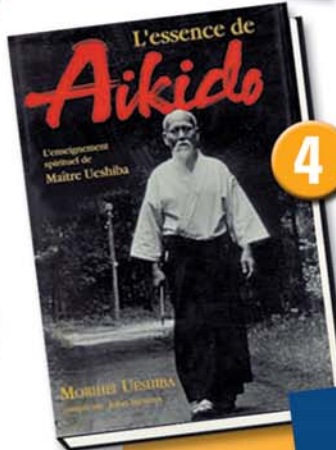
2



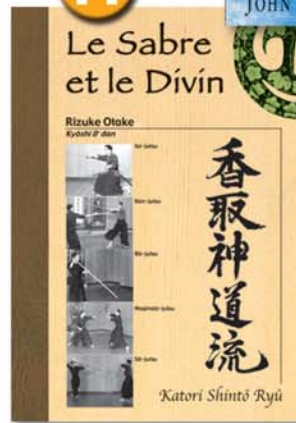
10



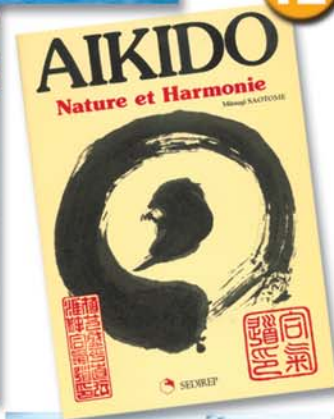
3



4



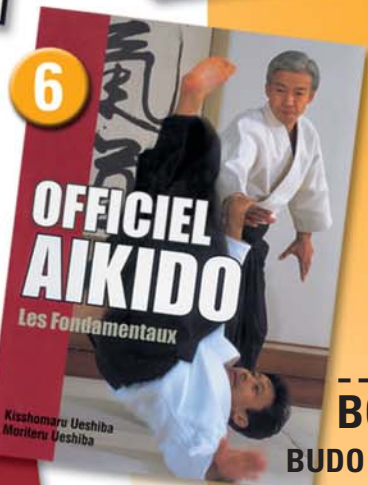
11



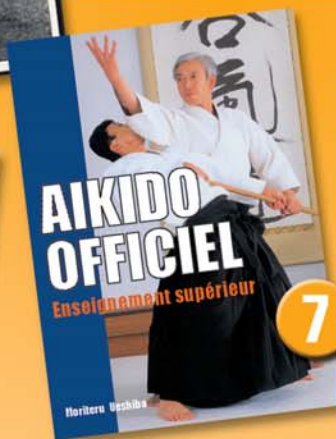
12



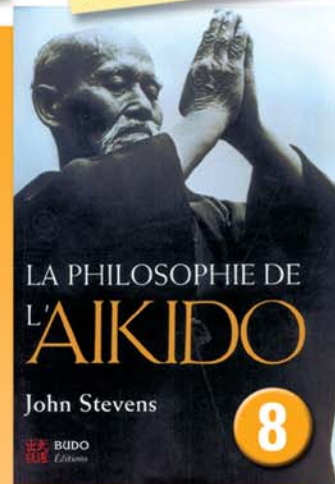
5



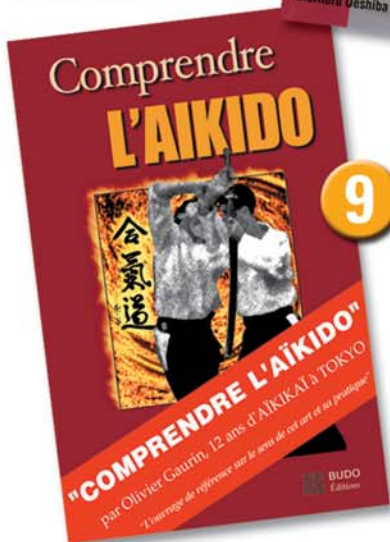
6



7



8



9

BON DE COMMANDE à retourner à :

BUDO Editions - Les Editions de l'Eveil - 77123 Noisy sur Ecole

Je commande 2 LIVRES au moins :

CADEAU

Je reçois un poster Maître Ueshiba



- 1. L'ESPRIT DE L'AIKIDO 14,95 €
- 2. LA PRATIQUE DE L'AIKIDO 29,95 €
- 3. BUDO DE MORIHEI UESHIBA 36,50 €
- 4. L'ESSENCE DE L'AIKIDO 39,95 €
- 5. TECHNIQUES DE BUDO 21,30 €
- AIKIDO OFFICIEL :**
- 6. LES FONDAMENTAUX 27,00 €
- 7. ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR 27,00 €
- 8. PHILOSOPHIE DE L'AIKIDO 11,95 €
- 9. COMPRENDRE L'AIKIDO 22,95 €
- 10. UESHIBA L'INVINCIBLE 18,95 €
- 11. LE SABRE ET LE DIVIN 59,95 €
- 12. NATURE ET HARMONIE 31,00 €

CALCUL ET REPORT

Nbre d'ouvrages :
 Montant Cde : €
 Frais de port : 3 €
 Votre règlement : €

Chèque joint à ma commande Mandat (4308606H La Source)

Carte bancaire : n° _____
expiration ____ / ____



VISITEZ NOTRE SITE

www.budo.fr

FEDERATION FRANCAISE D'AIKIDO ET DE BUDO

F.F.A.B Siège Fédéral - Les Allées - 83 149 BRAS

Tél. 04 98 05 22 28

Fax 04 94 69 97 76

e-mail : ffab.aikido@wanadoo.fr

www.ffab-aikido.fr



Découvrez la nouvelle voie de l'Aïkido :
www.ffab-aikido.fr

Recherche sur le site
Mot rubrique
Indifférent OK
Nous sommes le 12/01/2004

L'Aikido La F.F.A.B Infos Les ligues Les clubs Les stages NewsLetter Liens Contacts

Site Officiel de la Fédération Française d'Aïkido et de Budo
Les Allées - 83149 Bras - Tel. 04.98.05.22.28 - Fax. 04.94.69.97.76

Conception
Mizz-O-Net

Pour tout savoir

sur l'Aïkido, la FFAB,
ses ligues, ses clubs, les stages...

Consultez la nouvelle version du site fédéral !

