

[| Blog abonné](#)[Accédez à tous les blogs](#)[Créez votre blog](#)

[04 octobre 2008](#)

AÏKIDO EN VAUCLUSE: toute ressemblance avec le coaching et la pédagogie du coaching....

Les arts martiaux fascinent. Ils semblent pouvoir donner une réponse adaptée au problème de la violence contemporaine. L'Aikido, en particulier, propose une démarche profonde à travers une voie exigeante. L'Ecole d'Aikido du Vaucluse parce qu'elle est animée par R. ARNULFO (CN 6eme Dan), mémoire vivante de l'Aikido en France, propose une pratique vivante et créative tout en garantissant le respect de la tradition et le lien avec le Fondateur.

Qu'est ce que l'Aikido :

Il est toujours délicat d'avoir à définir une pratique. Si l'on posait cette question à un Maître, il répondrait , sans doute, avec un grand sourire, « pratiquez.. ».

L'Aikido est un art martial : un art , car il propose une moyen d'expression corporel à travers une technique élaborée, et martial, parce qu'il s'agit bien du combat, c'est à dire, d'une mise en jeu possible de sa propre vie.

L'Aikido est l'aboutissement de la pratique du Maître Fondateur Morihei Ueshiba (1883, 1969). Ce dernier, considéré comme l'un des plus grands combattants de tous les temps (ses camarades le surnommèrent pendant la guerre sino-japonaise le « Dieu des soldats »), acquit la maîtrise de plusieurs disciplines martiales : jiu jitsu, sabre, lance, bayonnette...

Cette pratique approfondie, confrontée à la réalité la plus brutale du combat, l'amena à élaborer une synthèse des enseignements qu'il reçut. Au cours de plusieurs situations extrêmement dangereuses, en particulier lors d'un duel avec un officier de police qu'il affronta sans armes, il fit l'expérience, proprement mystique, de l'unité de toutes choses. Il décida, alors, de réorienter sa pratique vers une forme active de la non violence. L'Aikido était né qui tire son efficacité, non de la force brutale, mais de la disponibilité absolue du pratiquant, disponibilité qui lui donne cette vigilance lui permettant de sentir l'intention de son adversaire et donc de l'anticiper. Il s'agit, bien sur, de l'aboutissement d'un long et intense travail et il faut, d'abord, savoir passer par les expériences les plus concrètes.

AI , KI, DO :

AI, c'est l'union, KI, l'énergie vitale et universelle. Il s'agit, donc, d'acquérir à travers une pratique intensive et sincère des techniques, l'expérience de l'Unité. Ainsi, on retrouve au bout du compte le même objectif que le yoga ou le Tai Chi Chuan. Ce qui sépare ces différentes disciplines, c'est le Do, la Voie, le cheminement.

Car, celui qui choisit la voie martiale choisit d'expérimenter la peur, la fatigue, l'agressivité voire la brutalité, la douleur...et, donc, l'humilité (Il s'agit bien d'expérimenter et non de nier ou d'éviter). Pour progresser il doit faire preuve d'une sincérité absolue et d'une volonté sans faille.

L'Aikido: une technique, une pratique

L'Aikido propose un ensemble cohérent de techniques, immobilisations et projections, s'appuyant sur des formes de déplacements très élaborées, qui conduisent à éviter l'opposition à l'attaque au profit d'un détournement de sa trajectoire. Ces techniques sont issues des formes anciennes du sabre, c'est pourquoi, la pratique des armes reste

fondamentale pour la compréhension profonde des formes. La disponibilité acquise par la pratique des déplacements permet d'aborder le travail avec plusieurs partenaires éventuellement armés.

La progression obéit à une logique en trois étapes qui vont se déployer pendant toute la vie du pratiquant.

D'abord, la phase « physique » : l'engagement est fort et l'aboutissement en est la maîtrise mécanique du mouvement par un corps endurci par l'entraînement.

Puis, la phase « technique » va permettre de s'affranchir de la force physique grâce à la perfection de la technique qui permet, désormais, à l'énergie de s'écouler librement. C'est la phase du travail énergétique.

Enfin, la phase spirituelle qui voit la disparition de l'ego et donne cette disponibilité totale aux événements qui rendait Maître Ueshiba encore invincible à l'âge de quatre vingt ans (ne pas trop rêver cependant: la route est longue et la pire ruse de l'ego consiste à penser être arrivé avant d'avoir commencer!).

Il faut qu'il soit clair pour tous qu'on ne saurait brûler les étapes et que l'efficacité se paye du prix de la sueur et des heures de tatami. Tout autre discours ne serait qu'un leurre.

L'Aikido dans le monde moderne :

Acquérir une technique de combat à main nue a-t-il encore un sens à notre époque sur-armée. La réponse réside dans ce qui vient d'être dit. Le travail de l'Aikido conduit à la disponibilité du corps, au calme de l'esprit, à cette sensibilité particulière à l'autre qui donne l'intuition des situations. En cela, il favorise la clarté de la prise de décision dans quelque contexte que ce soit. De plus, la Voie Martiale est rude et le pratiquant doit vite faire le constat (pour peu que l'on ne l'entretienne pas dans l'illusion) que l'efficacité ne peut s'acquérir qu'au

prix d'un entraînement régulier, intensif et, pour tout dire, jamais achevé. Il s'agit là d'une leçon de vie fondamentale dans une civilisation qui ne connaît que le principe de plaisir.

L'Ecole d'Aikido du Vaucluse :

L'Ecole d'Aikido du Vaucluse regroupe, aujourd'hui, une centaine de pratiquants répartis entre les clubs de L'Isle sur Sorgues (Delta forme), de Gargas, de Monteux, de Robio et de Rustrel.

Elle est animée par R.Arnulfo qui collectionne quelques cinquante années d'Aikido, expérience précieuse acquise avec les plus grands Maîtres Japonais qui ont exercé en Europe. A l'époque où certains prétendent qu'il faut abandonner le côté martial de l'Aikido au profit d'une forme d'expression corporelle soi disant adaptée, R.Arnulfo tient à maintenir la dimension martiale, celle de la vigilance de tous les instants, de la vérité instantanée du mouvement, tout en proposant un Aikido créatif et vivant... mais aussi une vraie convivialité acquise dans l'effort commun et la rudesse de la relation martiale.

Sens, engagement, sincérité, lucidité, honnêteté...on dirait que je parle aussi du coaching , non?

Ecole d'Aikido du Vaucluse

* zi Grande Marine

84800 - L'isle sur la sorgue

*renseignements:

Lucien Lemaire

tel: 06 22 90 09 82

Recommander

Inscription pour voir ce que vos amis recommandent.

Cette entrée a été publiée dans [arts martiaux](#), [Coaching](#). Vous pouvez la mettre en favoris avec [ce permalien](#).

||

Une réponse à *AIKIDO EN VAUCLUSE: toute ressemblance avec le coaching et la pédagogie du coaching....*

bonjour,
est-il possible de recevoir les informations des stages organisés par l'école d'aïkido de vaucluse par email ?
je vous remercie par avance.
pierre malfettes

Rédigé par : *malfettes pierre* | [le 05 novembre 2010 à 10:53](#) | | [Alerter](#) |

[Aide](#) | Ce blog est édité grâce au concours de [WordPress](#)