

Journée inter-club Sorgues-Orange du 15 mars 20

Le stage d'aïkido organisé le 15 mars 2014 par le club aikikai de Sorgues a réuni autour de l'enseignant Christophe Balsan, 5° dan, les adolescents des clubs de Sorgues et d'Orange. Le but recherché par Christophe Balsan est celui de créer une dynamique qui accroche ce jeune public confronté à des techniques fines et difficiles à acquérir.

L'échauffement préparatoire, à visée corporelle, certes, a porté principalement sur la disponibilité dans les déplacements en relation avec l'attention portée aux directives de l'enseignant. L'acquisition, par le club, d'armes factices bokens (sabres) en mousse et couteaux en plastique, a permis la pratique sécurisée d'attaques, développant ainsi vivacité, mobilité et l'acquisition d'un garde correcte, appelé kamae.

S'appuyant alors sur 2 techniques d'aïkido, **kokyu mae** et **koté gaeshi**, portées, la première sur une attaque au boken, la seconde sur celle au tanto (couteau), les pratiquants se groupèrent par 3, puis 4 : ainsi mis en situation, ils se sont trouvés à devoir réagir à des attaques simultanées.

Ceci a donné l'occasion d'évoquer la mémoire de Senseï Tamura, notre professeur de la FFAB décédé il y a 2 ans déjà, et de sensibiliser notre jeune public à des valeurs autres que techniques. En effet, nous apprenions ainsi que Senseï Tamura préconisait, lors d'une attaque simultanée de 2 assaillans l'un porteur de boken, l'autre de tanto, de gérer d'abord la menace du boken puis celle du tanto. La raison ne réside pas uniquement dans la dangerosité de l'arme, mais surtout dans le fait que le sabre symbolise l'âme de l'aïkidoka, en ce sens que celle-ci doit être franche, totale, sincère telle la coupe du sabre .

Ainsi se sont trouvés réunis sur le tatami trois aspects de la pratique de l'aïkido, qui sont les composantes

- physique évidente,
- psychique prenant en compte l'environnement global
- traditionnelle et symbolique, porteuse de valeurs morales.

Par ailleurs l'accent fut mis sur l'impérieuse nécessité de faire tout son possible pour éviter de se trouver confronté à une attaque à l'arme blanche : la meilleure et plus sage défense étant avant tout,... si possible... la fuite.