

Aïkido et agression

Par Jean-Marc SERIO

Introduction.

Bien que cela ne doive pas être la préoccupation première de l'Aïkidoka, il faut bien reconnaître qu'à partir d'un certain niveau de pratique, la connaissance de son utilisation en situation d'agression, doit être envisagée par le pratiquant.

Nous savons que l'Aïkido est un art martial de self-défense; la mise en application des techniques apprises à haut niveau, doit devenir naturelle, spontanée comme par réflexe, pour être efficace en situation d'agression.

Evidemment peu de pratiquants arrivent à un tel niveau technique, car il faut bien connaître, que cela nécessite un entraînement régulier, rigoureux avec pour objectif l'efficacité.

Cette pratique est actuellement peu enseignée dans les dojos, où l'on préfère orienter la pratique vers une harmonie entre Uke et Tori dans un ensemble de techniques souples et circulaires sans tenir compte de la réalité du "combat", se référant en cela à l'Aïkido enseigné au Hombu Dojo depuis 1948 par Kisshomaru Ueshiba fils de (Morihei Ueshiba) et depuis son décès le 04 Janvier 1999, par son fils Moriteru Ueshiba.

C'est pour cela que se défendre efficacement au moyen de l'Aïkido est actuellement très difficile. Il faut cependant se rappeler que cette pratique "douce" n'est pas l'Aïkido originel enseigné par O Sensei, mais celui enseigné par son fils Kisshomaru, qui a transformé la pratique de son père en enlevant les techniques trop complexes à enseigner ainsi que la pratique du Kihon (pratique grâce à la puissance du Ki) ainsi que la pratique des Armes (Buki-Wasa, Aïkiken et Aïkijo).

Ces simplifications ont donné naissance, dès 1948, à un style plus souple, moins martial, moins efficace, tourné vers une pratique douce et souple privilégiant l'harmonie du mouvement au détriment de l'efficacité, oubliant peu à peu que cet Art Martial était au départ un BUDO.

Aïkido et légitime défense.

Ce que nous dit la loi.

☉ Article 122.5 et 112.6 du code pénal.

Nul ne peut se faire justice soi-même; une des missions fondamentales de l'Etat est d'assurer la sécurité des personnes et des biens. Toutefois la légitime défense constitue une exception à cette règle.

La légitime défense des personnes.

☉ Lorsqu'une personne subit une atteinte menaçant sa vie ou son intégrité physique ou celle d'autrui, elle peut accomplir un acte de défense.

☉ Il faut cependant savoir que l'attaque doit être injustifiée c'est-à-dire sans motif légitime contraire au droit. La défense doit être nécessaire. Il faut que la personne atteinte n'ait aucun autre moyen de se soustraire au danger.

☉ L'attaque doit être actuelle c'est-à-dire imminente, sur le point de se réaliser: La défense doit être simultanée, c'est-à-dire immédiate par rapport à l'atteinte.

☯ L'attaque doit être réelle. L'atteinte doit exister de manière certaine (une crainte subjective ne suffit pas): La défense doit être proportionnelle. Les moyens de défense employés doivent être mesurés, en rapport avec la gravité de l'attaque.

La légitime défense des biens.

Lorsqu'un bien est menacé par l'exécution d'un crime ou d'un délit: L'acte de défense doit être strictement nécessaire au but poursuivi, (ce ne peut être un homicide volontaire, le législateur ayant considéré qu'aucun crime ou délit, aussi grave soit-il, ne pouvait justifier la mort d'une personne), et proportionné à l'attaque (la personne poursuivie doit démontrer que le principe de proportionnalité est respecté).

☯ Il faudra toujours avoir à l'idée que dans un cas de légitime défense concernant un pratiquant d'Aïkido, le juge sera attentif au respect du principe de proportionnalité entre la défense et la gravité de l'atteinte et fera probablement l'hypothèse d'un bon contrôle de soi de la part du pratiquant d'Aïkido.

Remarques.

☯ Ainsi la défense au moyen de l'Aïkido peut entraîner de véritables casse-tête, du fait des multiples paramètres de l'attaque et de la défense.

☯ Tout d'abord apparaît un premier problème concernant l'attaque. En effet, l'Aïkido se caractérise par le fait que le pratiquant réagit avant la fin de l'attaque. Pour la loi, il ne s'agit plus de défense, mais de l'attaque elle-même. L'Aïkidoka se retrouvera alors dans la position de l'agresseur.

☯ Deuxième problème: celui de la proportion de la défense par rapport à l'attaque. Il ne faut jamais perdre de vue que les techniques d'Aïkido sont dérivées de techniques mortelles, ou très gravement handicapantes.

Les réflexes conditionnés par la pratique sont alors susceptibles d'empêcher le choix de la technique selon sa "dangerosité", ce qui peut aller jusqu'à l'homicide involontaire.

Par ailleurs, il est dit que la défense doit former une unité; c'est-à-dire qu'il ne peut y avoir d'esquive, suivie d'une technique de conclusion, qui pourrait alors être apparentée à un acte de vengeance. *C'est pourquoi il vaut mieux, si on a le choix et le temps, préférer l'esquive à l'emploi d'une technique, qui ne doit être utilisée qu'en dernier recours.*

☯ Au vu de ces trois premiers exemples, il est évident que la légitime défense est difficilement invocable dans la majorité des cas. *Les meilleures solutions face à une agression sont donc la parole, sinon l'esquive ou bien encore la fuite.*

L'Aïkidoka face à une agression.

☯ En cas d'agression, le pratiquant devra, en premier, garder son sang-froid, ce qui risque d'impressionner son adversaire.

Il faut user de son esprit et de son assurance, pour briser la confiance de l'agresseur et amoindrir sa capacité à l'attaque. Cela passera par l'expression du visage, du regard ainsi que la position du corps, qui reflètera votre force morale et votre solidité intérieure, permettant de transmettre, un message muet de contrôle de soi et d'assurance à l'agresseur qui, de ce fait, sera déstabilisé dans ses intentions agressives et pourra ainsi contrôler sa volonté de combattre.

☯ Le combat lui-même, s'il survient, devra être abordé sans appréhension, spontanément avec vitesse et habileté. Les techniques doivent être simples, efficaces, sans fioriture et jaillir spontanément, résultat d'une pratique intensive et régulière au Dojo. Dans une confrontation, tout s'enchaîne très vite, on ne peut réfléchir à ce que l'on doit faire, mais on doit le faire de façon sereine et efficace, ouvert à l'évolution permanente de la situation.

Là, l'attitude mentale à adopter est primordiale pour la réussite. La chose la plus importante est la nécessité de faire le vide dans son esprit, cela permet de se remplir de KI afin d'obtenir une concentration intense pour appliquer sans faille, avec vitesse, rigueur et efficacité, les techniques nécessaires à sa défense.

Pour atteindre ce niveau, avant lequel toute tentative de défense en combat, au moyen de l'Aïkido serait presque vouée à l'échec, il faut s'entraîner chaque jour avec rigueur et détermination pendant de longues années. Alors, on s'aperçoit que toute action n'est plus nécessaire et empêcherait même d'agir justement, car la conscience de l'action qu'on est en train de mener la rend difficile, voire impossible à se réaliser.

Donc pour être parfaites, les actions de défense, doivent être exécutées "inconsciemment" avec la sérénité du "Maître", c'est-à-dire avec la sagesse de celui qui a atteint un haut niveau de conscience dans l'art de maîtriser le KI.

Pour atteindre cet état supérieur dans l'art de l'Aïki, le pratiquant doit avoir appris toutes les techniques, jusqu'à obtenir un automatisme parfait dans l'exécution de celles-ci.

Le pratiquant doit vider son esprit de toute influence extérieure, faire mentalement le vide pour atteindre le niveau de conscience le plus élevé. Selon les grands maîtres, lorsqu'on aura vidé son esprit, tout ce qui le remplissait auparavant se trouvera dans le corps. L'esprit n'aura plus besoin de penser ni à l'action, ni aux principes de l'action, tandis que le corps agira de façon inconsciente avec la vitesse, l'efficacité et la rigueur nécessaire à une action efficace.

En outre, il faut suffisamment de sang-froid et de recul, ainsi qu'une grande expérience de la tactique de ce genre de confrontation, pour pouvoir manipuler l'adversaire, le faire agir de façon à obtenir les positions, les attitudes et les réactions favorables à l'application d'une technique de conclusion.

L'entraînement doit finir par créer en vous, une sorte de seconde nature, où l'Aïkido ne sera plus un assemblage de connaissances techniques et pratiques, mais un moyen de réaction spontanée et immédiate prenant en compte l'Art dans son ensemble et dans son essence. Au regard de la difficulté vaincue pour atteindre ce niveau, on peut affirmer que vous serez alors devenu un combattant efficace et redoutable.

En combat réel, il n'y a aucune complicité, à la grande différence de l'entraînement où l'on présuppose que l'adversaire est dans une position correcte pour que l'on puisse exécuter correctement la technique choisie. Tout le problème consiste alors à amener l'attaquant à adopter une position "correcte" pour que l'on puisse exécuter une technique de défense. L'entraînement devra donc servir à appréhender et à maîtriser ce problème d'approche, par une étude **approfondie du MAAÏ (Etude de la distance entre Uke et Tori), du PLACEMENT ainsi que de l'AWASE (être ensemble, en harmonie, saisir l'instant propice à la défense).**