

Une éminente professeure japonaise d'aïkido était en visite au Havre

PUBLIÉ LE 29/01/2019 À 04:45

MIS À JOUR LE 29/01/2019 À 04:45

TEMPS DE LECTURE : 1 MINUTE



Okamoto Shihan entourée de profs et d'élèves havrais qu'elle forme à Kyoto

Les élèves de l'Association arts martiaux et budo René VDB (AMB VDB) ont vécu la venue d'Okamoto Shihan au dojo de Gravelle comme un honneur. La première femme professeure d'aïkido au Japon a été promue récemment au rang de 7e dan par l'Aïkikai de Tokyo, qu'elle a créé et dirige. Plusieurs élèves de l'AMB VDB connaissent bien Okamoto Shihan : ils suivent ses cours au Japon.

Le Havre figurait parmi les étapes d'une tournée internationale qu'effectue la professeure d'aïkido : quelques jours plus tôt, elle avait attiré plus de 400 adeptes de l'aïkido à Paris avant de rejoindre Amsterdam.

Pas de compétition

Fondé dans les années quarante par Morihei Ueshiba, l'aïkido est un art martial traditionnel japonais adapté au monde moderne. Des traditions religieuses (shinto, zen et tao) ont beaucoup contribué à son élaboration. Mais à l'AMB VDB, l'aspect religieux n'apparaît pas, précise Denis Turquetil, le président : « *C'est plus une dimension philosophique que religieuse* ». L'aïkido intègre les valeurs d'harmonie, de non-agressivité, d'ouverture d'esprit et de respect de la vie. Ce sont des techniques à mains nues avec un ou plusieurs adversaires armés ou non (sabre de bois, bâton ou couteau). Il s'agit de contrôler l'adversaire, l'amener à une chute ou une immobilisation, de canaliser son mouvement, sa vitesse et sa force, sans pour autant entrer en opposition avec lui.

Contrairement au judo et au karaté, qui sont des disciplines sportives, la pratique de l'aïkido exclut toute idée de compétition. « *Nous avons l'habitude de dire que le seul ennemi c'est nous-même. Il faut contrôler ses émotions* », souligne M. Turquetil.

Depuis une vingtaine d'années, le dojo accueille des enfants dès 6 ans, des adolescents et des adultes. « *Nous sommes une cinquantaine, de tous niveaux. Nous pratiquons l'aïkido, l'iaïdo et le taïchi.* » Des cours ont lieu le soir (lundi, mardi, jeudi) ou l'après-midi (mercredi, samedi).

CONTACT

AMB VDB, 3 rue Deschamps au Havre.

Tél. 06 59 87 51 94. www.rene-vdb.org

[www. Facebook.com/AikidoLeHavre](https://www.facebook.com/AikidoLeHavre)