



AÏKIDO

Commission Haut Niveau FFAB

Informations et Modalités d'inscription au stage de Haut Niveau

1) Sens et Niveau des Dan : Maître Tamura

1 SHODAN

SHO est le début, ce qui commence.

Le corps est enfin parvenu à essayer de répondre aux commandements et à reproduire les formes techniques. On commence à saisir une vague idée de ce qu'est l'Aïkido. Il faut alors s'efforcer de pratiquer ou de démontrer, lentement si nécessaire, mais avec le maximum de précision et d'exactitude.

2 NIDAN

Au travail du premier Dan on ajoute rapidité et puissance en même temps que l'on démontre une plus grande stabilité mentale. Cela s'exprime chez le pratiquant par la sensation d'avoir progressé. Le jury doit ressentir ce progrès en constatant une mise en forme, une orientation du travail.

3 SANDAN

C'est le début de la compréhension du Kokyu Ryoku. L'entrée dans la dimension spirituelle de l'Aïkido. La finesse, la précision et l'efficacité technique commencent à se manifester.

Il devient possible d'enseigner à des débutants.

4 YONDAN

A ce niveau techniquement avancé on commence à entrevoir les principes qui régissent les techniques.

Il devient possible de remplacer occasionnellement le professeur.

5 GODAN

L'art respecte les principes et l'esprit commence à se dégager de la forme, ne reste plus prisonnier de l'aspect extérieur de la technique. De nouvelles techniques apparaissent en fonction des situations.

6 ROKUDAN

La technique est brillante, le mouvement est fluide et puissant. Il doit s'imposer comme une évidence à celui qui regarde. La puissance et la souplesse physique comme la limpidité du mental s'unissent sans ambiguïté dans le mouvement et s'expriment aussi dans la vie quotidienne.

7 NANADAN

L'être se débarrasse de ses obscurcissements et apparaît sous sa vraie nature, manifeste son vrai soi. Libre de tout attachement il éprouve la joie de vivre ici et maintenant.

8 HACHIDAN

Au-delà de la vie et de la mort l'esprit clair et ouvert, capable d'unifier les contraires, sans ennemi, il ne se bat pas. Sans combat, sans ennemi, il est le vainqueur éternel.

Sans entrave il est libre, libre dans sa liberté. O Senseï disait "En face de l'ennemi il suffit que je me tienne debout sans rien de plus". Sa vision englobe et harmonise la totalité.

Mais rien ne s'arrête là. Même l'eau la plus pure peut pourrir dans une mare il ne faut jamais oublier l'esprit du débutant accomplissant son premier pas.

2) Les critères d'évaluation des grades HN

Les critères retenus pour l'attribution des grades HN s'appuient sur la compréhension de la Discipline dans son ensemble, ainsi pour ce qui est de l'attente de Maître Tamura, on retrouvait, après être arrivé au niveau de 4ème Dan :

- la capacité de remise en question pour faire évoluer sa pratique et sa technique,
- l'abandon de la force pour aborder autrement la pratique et faire évoluer la technique,
- l'entretien d'une condition physique suffisante, telle qu'elle permette, par la pratique, de continuer à évoluer,
- le sens de l'Etiquette (Reigisaho) pour tout ce que cela développe (Budo),
- le niveau de réalisation technique (Tori-Aïte) qui doit mettre en évidence l'acquisition des fondements propres à l'Aïkido,
- le souci de protection des institutions et des bâtiments dans lesquels se développe l'Aïkido,
- la prise en responsabilité de la transmission de ces valeurs par l'exemple personnel et non par la recommandation à autrui.

Le niveau proposé veut être le reflet de la prise en compte de cet ensemble.

3) Le stage Haut Niveau et la lettre de motivation

Ce stage est ouvert en priorité aux pratiquants possédant le 4e Dan depuis 4 ans et le 5e Dan depuis 5 ans.

Il a pour but :

- de rassembler des pratiquants qui désirent faire le point sur leur pratique et leur recherche,
- de recentrer et d'orienter ces pratiquants vers de nouveaux thèmes.

Il permet :

- de situer les niveaux de 5ème, 6ème et 7ème Dan,
- d'offrir la possibilité à la commission Haut Niveau de faire des propositions de promotion au bureau fédéral qui consulte éventuellement le bureau technique, propositions qui sont ensuite présentées à la CSDGE.

La règle de vie à Shumeikan est que chacun s'investisse pleinement, dans toutes les tâches d'entretien et dans la gestion des repas. Au-delà de la pratique dans le Dojo, de la cohérence entre la séance pouvant être présentée au groupe, et des idées exprimées dans la lettre de motivation ou en réponse aux questions soumises par la commission HN concernant la pratique et l'enseignement de la discipline, au-delà de l'intérêt suscité par ces idées, c'est l'ensemble du comportement qui est pris en compte pour les propositions de promotion.

Ce stage ne peut être appréhendé comme les autres stages :

- il nécessite une préparation personnelle afin d'optimiser le moment autant pour soi-même que pour les autres pratiquants,
- il permet de s'appuyer sur l'apport du groupe,
- il regroupe des pratiquants en nombre limité qui désirent faire le point sur leur pratique et leur direction de recherche.

La lettre de motivation manuscrite, à l'attention de la Commission Haut Niveau, demandant à participer au stage en présentant brièvement les raisons, les questionnements, les attentes, s'inscrit dans cette démarche.

4) Le sens de la pratique

En poursuivant l'action soutenue de notre CTN Maître TAMURA, qui dans son enseignement revenait sans cesse, avec une grande fermeté, sur les éléments essentiels de notre discipline, le stage Haut Niveau se déroulant au Dojo Shumeïkan à Bras est l'occasion de se recentrer sur l'essentiel de notre pratique. Cette démarche est aussi importante pour les postulants à un grade de haut niveau que pour les titulaires de ce grade. Ce sont eux qui ont la responsabilité de maintenir le sens d'une pratique s'appuyant sur les fondements qui permettent d'évoluer.

L'essence de cette pratique n'est pas la reproduction d'un mouvement avec un souci de perfection, de rapidité, de puissance, d'efficacité, etc., c'est au contraire une technique épurée, libérée, simplifiée (Sunao) et ainsi d'autant plus efficace. C'est le résultat d'un travail physique et mental sur soi où l'essentiel est dans *la transformation, la réalisation..., de soi*, mais n'oublions pas cette citation retenue par Maître Tamura :

" L'eau la plus pure peut pourrir au fond d'une mare "

Les outils sont les exercices et les situations présentées par toutes les techniques de l'Aïkido exécutées avec ou sans les armes (Tori-Aïte).

Dans cette démarche, la préparation revêt un caractère primordial, elle est composée d'exercices dont la mise en place va servir de support à la réalisation des techniques (Tori-Aïte) et donner du sens à la pratique.

Le développement de la pratique s'appuie sur ce va-et-vient entre exercices de préparation et exécution des techniques, qui se nourrissent mutuellement, les uns éclairant les autres et inversement.

5) Les grades de Haut Niveau

Les grades d'Aïkido correspondent à un niveau de pratique inscrit dans une progression. L'évaluation du grade HN ne peut se limiter à un test de performance sportive réalisé sur 20 à 30 minutes. Il se doit de prendre en compte l'ensemble de l'individu dans sa démarche afin de confirmer le niveau atteint, et cela d'autant plus pour le grade Haut Niveau. Le stage Haut Niveau dans sa durée permet cette démarche, de plus le passage à Shumeïkan offre à chacun, à travers ce temps vécu :

- le contact avec un traditionnel qui rapproche de l'essentiel,
- la possibilité d'un retour sur soi,
- l'ouverture aux autres et le regard sur d'autres approches et d'autres recherches.

6) Les personnes souhaitant participer au stage Haut Niveau doivent adresser, au siège FFAB, leur fiche d'inscription dûment complétée et leur lettre de motivation incluse au document.

Le responsable de la Commission
Claude Pellerin

PJ : extrait du rapport de la commission Haut Niveau présenté à l'assemblée générale fédérale de novembre 2015



RAPPEL POUR LES PROPOSITIONS DE PROMOTIONS DE HAUT GRADE

C'est la FFAB qui présente, par l'intermédiaire de ses représentants, les demandes de promotion de hauts grades, à la CSDGE. Ces propositions de promotions peuvent être faites :

- soit à l'issue du stage Haut Niveau : délai minimum fixé par le règlement CSDGE :
5 ans entre le 4ème et 5ème Dan, 6 ans entre le 5ème et le 6ème Dan, aucun délai n'est fixé pour le 7^{ème} Dan.
- soit par demandes exceptionnelles à partir d'un dossier parrainé par 2 CEN adressé au Bureau Fédéral qui prend l'avis du Bureau Technique, de la Commission HN, du Président de Ligue :
délai minimum de 10 ans entre le 4ème et le 5ème Dan, 12 ans entre le 5ème et le 6ème Dan (ces délais peuvent être modifiés à titre exceptionnel pour des cas ayant été justifiés) .

PROPOSITION D'AMENAGEMENT DU MODE DE PARTICIPATION AU STAGE

Afin de répondre au mieux à l'importance des demandes et d'offrir la possibilité de participation au stage de la manière la plus équitable sans dénaturer ce stage tel que Maître Tamura l'a conçu, la Commission Haut Niveau propose un mode de participation qui ne repose pas uniquement sur l'ordre de réception, par le siège fédéral, des demandes de participations :

- les demandes (lettre de motivation) ne seront plus prises en compte au-delà de 6 semaines avant la date du stage.

En priorité seront prises en compte les demandes :

- pour les 4ème Dan, avec un délai de 4 ans après l'obtention du 4ème Dan,
- pour les 5ème Dan, avec un délai de 5 ans après l'obtention du 5ème Dan,
- avec obtention du grade précédent sur examen
- en considérant l'ancienneté dans le grade précédent.

Une priorité sera accordée aux CEN pour autant qu'ils auront adressé leur demande dans les délais demandés. Les mises en situation seront essentiellement proposées aux participants qui en auront fait la demande, une priorité sera accordée à ceux qui n'ont jamais fait de présentation de séance.

RECONNUE PAR L'AIKIKAI SO HOMBURU DE TOKYO

WWW.FFABAİKIDO.FR

SIÈGE FÉDÉRAL :

PLACE DES ALLÉES / 83149 BRAS / TÉL. 04 98 05 22 28 / FAX 04 94 69 97 76 / E-MAIL FFAB.AIKIDO@WANADOO.FR
AGRÉMENT MINISTÉRIEL JEUNESSE ET SPORTS N° 06 5 83 DU 7 OCTOBRE 1985 ET DU 3 DÉCEMBRE 2004
ASSOCIATION RECONNUE D'UTILITÉ PUBLIQUE