

Les bases



Cette page est une ébauche. Aidez-nous à la compléter (voir : [Participez](#)). Merci d'avance



L'aïkido est un art martial d'autodéfense utilisant la force de l'adversaire, ou plutôt son agressivité et sa volonté de nuire. Ces techniques visent non pas à vaincre l'adversaire, mais à réduire sa tentative d'agression à néant. Il peut être considéré comme la concrétisation du concept de légitime défense : une réaction proportionnée et immédiate à une agression. En fait, dans l'esprit de l'aïkido, il n'y a pas de combat, puisque celui-ci se termine au moment même où il commence. Conformément à cette logique, il n'existe pas de compétition d'aïkido excepté dans le style *Shodokan* fondé par [Kenji Tomiki](#).

Le terme aïkido

Le terme aïkido (aikidō en japonais) est composé de trois kanjis signifiant :

- 合 ai : du verbe au, concorder ; harmonie.
- 気 ki : énergie.
- 道 dō : la voie.

Aïkido peut donc se traduire par “la voie de la concordance des énergies”.



From:
<https://francis.coach/> - **Francis COCHARD**

Permanent link:
https://francis.coach/aikido/les_bases?rev=1539372311

Last update: **12.10.2018 @ 21:25**

