

Aïki Uta-Garuta



Jeu de cartes TORIFUDA

Aïki-Cahier de vacances – volume 6– ©ADAGP 2022- D. Aliquot – Ligue d'Aïkido Hauts-de-France - FFAAA

- Imprimer les cartes.
- Puis retourner les feuilles pour imprimer le dos des cartes (page 7).
- Découper.



合
氣
道
Aï
Ki
Do

3. Apprendre
à se défendre.



©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do

4. Apprendre
à se
défendre.
Les
femmes
Aussi !



©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do

5. Désamorcer
l'affrontement.



©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do

6.
Anticiper
pour
mieux
se
protéger...



... et protéger l'agresseur

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018



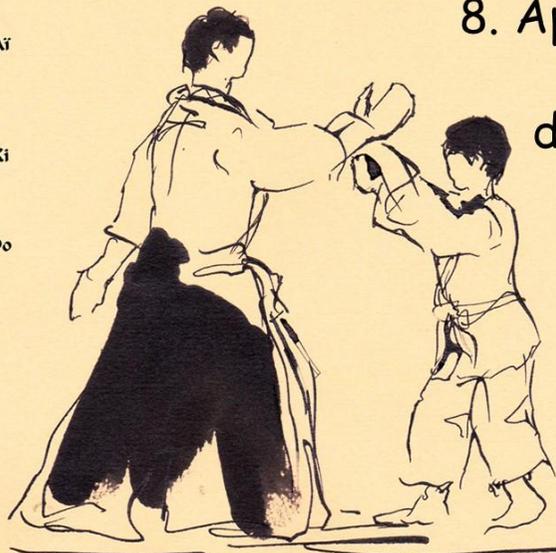
合
氣
道
Aï
Ki
Do

7. Gagner
en confiance...

... au contact des autres.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do



8. Apprendre
à se
défendre.
Les
enfants
aussi !

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do

9. Retourner l'attaque
contre celui qui la porte.



©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

10. Même à genoux,
maîtriser la situation.

合
氣
道
Aï
Ki
Do



©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do



11.

Dans la nature,
la sécurité n'existe pas.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

12. « La fin couronne l'œuvre » dit-on.

合
氣
道
Aï
Ki
Do



Retenir
surtout que
l'œuvre
précède la
fin...

... et qu'il faut savoir la terminer.

合
氣
道
Aï
Ki
Do



13. Uke est un autre nous-même.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do



14. Suivre les
voies
de la
bio-
mécanique,
oui.

Pratiquer de façon mécanique, non.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

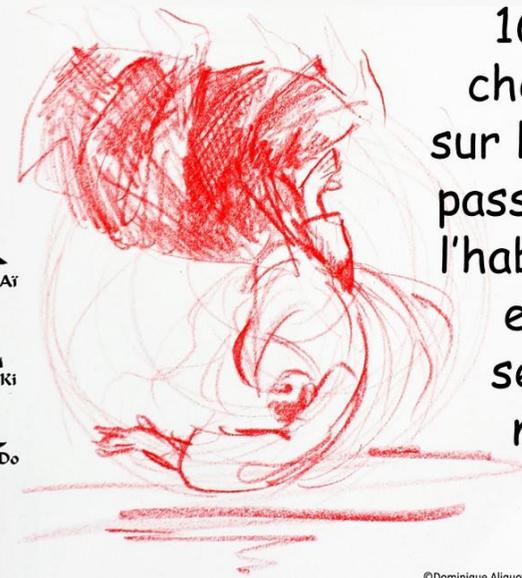
合
氣
道
Aï
Ki
Do



15.
Contourner
qui veut
vous vaincre
et prendre
son centre.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do



16. Pour
cheminer
sur la voie,
passer par
l'habitude,
elle est
seconde
nature.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

17. Quand un jeune avancé aide un
vieux débutant...

合
氣
道
Aï
Ki
Do



... les deux progressent. Et vice-versa.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

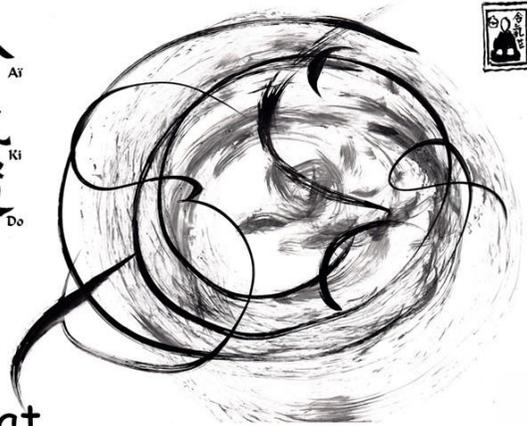
合
氣
道
Aï
Ki
Do



18. La peur grossit les objets.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道



19.
Quand
le combat
commence...

... qui hésite a perdu d'avance.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合 氣 道



©Dominique Aliquot-ADAGP 2018

20. La Voie. Le secret
pour pouvoir avancer,
c'est de se mettre en chemin.

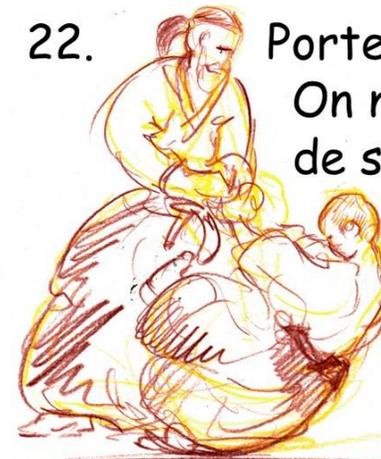
合
氣
道



21. On dit
qu'à la fin
de la partie,
le roi des Blancs
et le roi des Noirs
retournent
dans la même
boîte.

Ne peut-on en dire autant de
l'agresseur et de l'agressé ?

合
氣
道



22. Porter le Hakama.
On n'est l'homme
de son costume...

... mais on peut le devenir.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Do



23. La force
fait feu de
tout bois,
mais ces
victoires
font
long feu.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Do

24.

On ne devient pas
grand
en s'étirant...



... Mais on devient plus souple.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

25. Si vous sentez en vous monter
la colère...

合
氣
道
Do



... songez aux
conséquences...

... et comptez jusqu'à cent.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Do



26. Bo ou Jo,
ce qui importe
ce n'est pas
la longueur
de la baguette,
mais son
pouvoir
magique.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do



27. C'est par des chutes que l'on apprend à marcher.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

28. Ne crains pas de t'avancer
lentement...

合
氣
道
Aï
Ki
Do



...crains seulement de t'arrêter.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do



29.
Ne poussez
pas la rivière,
elle coule
toute seule.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

30. Celui qui accepte sa vraie nature
est plein de quiétude ;

合
氣
道
Aï
Ki
Do



et il n'existe aucune richesse
comparable à la quiétude.

合
氣
道



31. On ne voit
jamais
le bout
de la Voie
(le Do).

On n'en perçoit que l'horizon.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

32. À s'entraîner on gagne
toujours quelque chose.

合
氣
道



Entraînez-vous sans relâche.

33. Observez la nature. On dit :
« Malheureux comme les pierres. »



Mais leur a-t-on jamais demandé
leur avis ?

合
氣
道



34. Parlez
doucement
et portez
une longue
canne.

Vous irez loin.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道



35. Apprenez
à rire
de
vous-même.

Vous n'arrêterez pas de vous amuser.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

36. Le
meilleur
miroir
est...



le regard d'un Uke.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道



37. Point n'est
besoin
d'avoir
fait
la guerre...

pour aimer la paix.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道



38. Transmission. Apprenez à
partager : vous multipliez le bien
par deux et vous diminuez le mal
de moitié.

合氣道
Aï
Ki
Do



39. Jamais
vous ne
verrez
un arbre
se cogner
contre une
voiture.

Sauf cas de légitime défense.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合氣道
Aï
Ki
Do

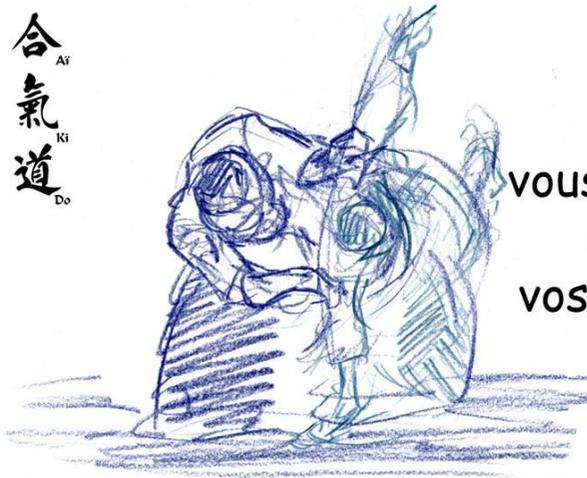


40. Quand on veut
dominer
la nature...

... il faut commencer par lui obéir.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合氣道
Aï
Ki
Do



41.
Si
vous voulez
réaliser
vos rêves...

... ne dormez pas !

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合氣道
Aï
Ki
Do



42. Le rire
est
le plus court
chemin
d'un homme
à un autre.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do



43. Ne pas s'en faire.

Les choses ne sont jamais aussi mauvaises qu'elles en ont l'air.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

44. Les hommes coléreux se font à eux-mêmes un lit d'orties.

合
氣
道
Aï
Ki
Do



©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do



45. Vous ne serez jamais qu'une seule personne...

alors choisissez celle que vous voulez être.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Aï
Ki
Do



46. Tout le monde est doué pour quelque chose.

L'éveil en conduit certains à choisir d'utiliser ce don.

©Dominique Aliquot - ADAGP 2018

合
氣
道
Ai
Ki
Do



47. Du dire au faire,
il y a au milieu la mer.

合
氣
道
Ai
Ki
Do



48.
Humilité. On
ne réussit
pas toujours ;

et même quand on réussit, il y a
toujours à dire.

合
氣
道
Ai
Ki
Do



49. Ce sont les principes
qui sous-tendent les techniques
qui doivent
nous guider.

Toujours...
Pas les techniques.

合
氣
道
Ai
Ki
Do

50. Puisque les guerres
débutent dans le cerveau
des hommes,



c'est là qu'il faut construire
la défense de la paix.

