



Le VRAI du FAUX

Réponses



Vérifie tes réponses : compte 1 point par réponse juste,
0 point en cas d'erreur, et vérifie ton score à la fin.

N°	Affirmations	Points
1	<p>UESHIBA Morihei est né le 24 décembre 1883.</p> <p>Faux : UESHIBA Morihei est né le 14 décembre 1883 et est mort le 26 avril 1969.</p>	
2	<p>Pendant le cours, on peut quitter le tatami quand on veut.</p> <p>Faux : on ne peut quitter le tatami pendant la pratique qu'en cas de blessure ou de malaise, et de toute façon pas sans l'autorisation du professeur.</p>	
3	<p>Le vrai Budo n'est pas de vaincre son adversaire par la force mais de garder la paix en ce monde, d'accepter et de favoriser l'épanouissement de tous les êtres.</p> <p>Vrai : c'est en tous cas ce qu'a compris le Fondateur après avoir pratiqué de nombreux arts martiaux et avant de fonder sa propre école qui créera l'Aikido.</p>	
4	<p>Quand on monte sur le tatami on salue le Kamiza.</p> <p>Vrai mais pas seulement : en effet, on salue le Kamiza en montant sur le tatami et en en sortant, mais on salue également son partenaire pour l'inviter à pratiquer ou après avoir pratiqué avec lui. On salue aussi son professeur après que celui-ci nous a donné un conseil.</p>	
5	<p>Suwari Waza est la pratique à genoux.</p> <p>Vrai : quand deux pratiquants travaillent debout, c'est Tachi Waza, et la pratique où Tori est à genoux et Uke debout s'appelle : Hanmi Handachi Waza.</p>	

6	<p>Le Doshu (dépositaire de la Voie) actuel est UESHIBA Kisshomaru.</p> <p>Faux : <i>UESHIBA Kisshomaru (mort en 1999) est le fils de Morihei. C’est son propre fils, Moriteru, qui lui a succédé et qui est le Doshu actuel.</i></p>	
7	<p>L’Aïkido naît en 1925.</p> <p>Vrai : <i>Le Fondateur, fort de ses expériences physiques et spirituelles ainsi que de ses rencontres avec de grands maîtres japonais, crée sa propre école qui fondera l’Aïkido.</i></p>	
8	<p>Le port des bijoux est autorisé pendant la pratique à condition qu’ils soient utiles, comme une montre par exemple.</p> <p>Faux : <i>les bijoux, utiles ou pas, sont à proscrire pendant la pratique.</i></p>	
9	<p>Le sanctuaire de l’Aïkido - Aïki Jinja - se trouve à Iwama à 120 km de Tokyo.</p> <p>Vrai : <i>en revanche, l’Aïkikai, le centre d’apprentissage de l’Aïkido, se trouve bien à Tokyo.</i></p>	
10	<p>Les premiers en France à s’intéresser à l’Aïkido furent les Karateka.</p> <p>Faux : <i>Ce sont les Judoka qui les premiers s’y sont intéressés jusqu’à faire de l’Aïkido une discipline associée au sein d’une même fédération avant que l’Aïkido devienne une discipline indépendante.</i></p>	
11	<p>Irimi est le premier principe d’immobilisation.</p> <p>Faux : <i>Irimi indique l’action d’<u>entrer dans l’attaque sur le partenaire voire de prendre sa place</u>. À ne pas confondre avec le premier principe d’immobilisation qui se nomme Ikkyo.</i></p>	
12	<p>En Aïkido, travailler uniquement par niveau ou avec ses amis proches limite l’apprentissage.</p> <p>Vrai : <i>il faut au contraire rechercher la diversité dans la rencontre des autres, cela enrichit la pratique et permet de se faire plein de nouveaux amis !</i></p>	
13	<p>La façon correcte de s’asseoir sur le tatami est en tailleur ou en allongeant les jambes si l’on est vraiment fatigué.</p>	

	<p>Faux : <i>quand on ne pratique pas ou quand on observe le Maître montrant une technique ou expliquant un exercice, on se place en Seiza. La position « assis en tailleur » est autorisée quand il y a blessure ou douleur aux genoux. La position jambes allongées est à proscrire dans ces situations !</i></p>	
14	<p>Des 2 formes de techniques, Omote consiste à passer derrière le partenaire.</p> <p>Faux : <i>Omote s’oppose à Ura. Omote, on passe devant Uke : c’est un mouvement dit « positif » ; Ura, on passe derrière Uke : c’est un mouvement dit « négatif ».</i></p>	
15	<p>On peut boire mais pas manger pendant le cours.</p> <p>Vrai et faux ! <i>L’étiquette, le Reishiki, dit qu’ « Il est interdit de boire et de manger pendant les cours ». Ce qu’elle ne précise pas —mais que le bon sens autorise— c’est que, dans certaines conditions exceptionnelles de chaleur et d’intensité de la pratique, il n’est pas interdit de boire un peu d’eau pour éviter la déshydratation !</i></p>	
16	<p>On dit « Arigatoo gozaimashita » au début du cours et « Onegai Shimasu » à la fin pour remercier le professeur.</p> <p>Faux : <i>c’est l’inverse ! Onegai Shimasu (Je vous fais une requête, s’il vous plaît), se dit avant d’entamer le cours, Arigatoo Gozaimashita (Merci !) se dit à la fin.</i></p>	
17	<p>Les premiers délégués de l’Aïkikaï en France furent Maître Mochizuki, Abe, Noro, Nakazono et Tamura.</p> <p>Vrai : <i>Ils furent les pionniers de l’Aïkido en France, suivis et accompagnés de nombreux éminents pratiquants français.</i></p>	
18	<p>À travers sa pratique martiale, l’Aïkido a pour objectif de permettre au pratiquant de vaincre son adversaire.</p> <p>Faux : <i>c’est tout le contraire ! Il s’agit, à travers la pratique martiale, d’améliorer les relations entre les personnes en favorisant le développement harmonieux de chacun. On se valorise alors mutuellement. On ne cherche pas à s’affirmer au détriment de l’autre ; c’est pourquoi la compétition, qui glorifie le vainqueur, n’est pas de mise en Aïkido.</i></p>	

19	<p>Il est toujours bon de discuter un peu avec les autres pratiquants pendant le cours afin de mieux se connaître.</p> <p>Faux : <i>Discuter avant ou après le cours, oui ! mais pas <u>pendant</u> le cours où l'on doit rester le plus attentif possible et suivre l'enseignement du professeur ou les démonstrations de tes partenaires.</i></p>	
20	<p>Quand on attend son tour pour pratiquer, on peut rester debout tant que l'on ne fait pas de bruit.</p> <p>Faux : <i>Non. Quand on ne pratique pas, la position correcte est de se mettre en Seiza.</i></p>	
		TOTAL DES POINTS

Ton score !

- **Entre 1 et 9** : rien de dramatique ! Tu reliras avec profit la brochure : *Aïkido, Le Guide du débutant* édité par la FFAAA.
- **Entre 10 et 15** : tes connaissances sont d'un bon niveau et il te faudra les approfondir au fur et à mesure de la pratique.
- **Au-delà de 15** : champion ! L'Aïkido n'aurait donc plus de secret pour toi ?