

CHARTRE « EGALITE ET RESPECT »

Pour l'égalité hommes/femmes et respect de tous en aikido
Editée par la commission féminine et le comité directeur de la Ligue IDF FFAB

EXPOSE DES MOTIFS

Spécificités de la pratique de l'aïkido

La pratique sportive est essentielle à l'épanouissement physique et intellectuel de tous, hommes et femmes, ainsi qu'à l'apprentissage des règles de vie en société et au respect de soi et des autres.

Les arts martiaux modernes, et l'aïkido en particulier, se donnent pour but de promouvoir la paix et l'harmonie des relations entre les personnes, et d'enseigner le respect mutuel.

La spécificité de l'aïkido est de développer la maîtrise de soi, la souplesse du mouvement et l'harmonie avec son partenaire, et non pas le volume musculaire, encore moins la rigidité et l'agressivité :

« Il n'y a pas d'aïkido spécifiquement féminin car l'aïkido est une discipline martiale qui véhicule des valeurs reconnues dans notre société comme féminines : harmonie, non agressivité, ouverture d'esprit, respect de la vie.

Les femmes s'intègrent donc très bien parce que d'entrée, elles se reconnaissent dans ces valeurs. De plus, la pratique de l'aïkido nécessite d'utiliser avant tout la souplesse, l'énergie, la capacité à évaluer rapidement des situations, plutôt que la simple force physique.

Doublement avantagées, les femmes peuvent donc progresser au sein de cette discipline qu'elles pratiqueront efficacement, avec leur propre sensibilité, et toujours avec plaisir. »

Site officiel de la FFAB, rubrique « l'aïkido et les femmes »

L'absence de compétitivité permet de continuer à développer toute l'étendue de la panoplie technique et la mixité de la pratique (mixité de niveaux, d'âges, de sexes). D'où le choix du fondateur O Sensei d'ouvrir son enseignement aux femmes, tradition reprise naturellement dans les dojos.

Constat : une faible représentation féminine

Alors même que l'aïkido devrait par sa nature favoriser une large pratique féminine, on constate une sous représentation féminine au sein de notre fédération : la part déjà faible du nombre de femmes parmi les simples pratiquants se double d'une pénurie parmi les hauts gradés et les enseignants, ainsi que d'une faible représentation parmi les instances dirigeantes.

A une participation spontanée des femmes plus limitée dès le départ s'ajoute l'effet « plafond de verre » que l'on retrouve dans beaucoup de domaines et qui bloque l'accès des femmes à un niveau supérieur où elles sont vues par les hommes qui détiennent le pouvoir comme des concurrentes potentielles : la relative indulgence dont elles bénéficient au départ se transforme alors souvent en une exigence exacerbée, qui, alliée à une attitude discriminatoire, tend à les décourager.

D'une manière générale, on constate une faible visibilité des femmes dans notre discipline, malgré sa vocation à une plus grande mixité par rapport à d'autres arts martiaux. Les stages et les passages de grade sont révélateurs de ce déséquilibre.

Plusieurs raisons peuvent être avancées pour expliquer ce phénomène :

Une ambiance parfois peu favorable à la mixité

Malgré une attitude généralement respectueuse de la plupart des aikidokas, les allusions et comportements de certains d'entre eux contribuent parfois, de façon latente, à faire régner autour des tatamis une ambiance d'affirmation de l'identité masculine.

Ces comportements peuvent notamment consister à :

- Faire des allusions ou plaisanteries sexistes ou homophobes ;
- Refuser ou éviter de pratiquer avec les femmes ;
- Les bloquer ou les corriger systématiquement ;
- Confondre sur le tatami pratique et tentative d'approche ;
- Critiquer chez certaines femmes, notamment haut gradées, leur manque de féminité dans la pratique ; ceci est une manière de refuser qu'une femme soit puissante physiquement, alors que la même qualité est admirée chez les hommes. Cette exigence est surtout discriminatoire : on n'exige pas des hommes qu'ils soient virils dans leur pratique, il n'y donc aucune raison d'exiger des femmes qu'elles soient féminines : c'est les enfermer dans leur rôle sexuel ;
- Faire des allusions à la vie privée de certaines femmes pour les discréditer comme pratiquantes.

L'atmosphère générale qui ressort de ce type d'attitudes peut, sur la durée, s'avérer pesante pour toute personne n'y adhérant pas, et décourageante pour celles qui en sont victimes.

Le rôle des professeurs

Beaucoup de professeurs ont la volonté sincère de promouvoir la pratique des femmes, mais il importe qu'ils soient vigilants sur certains points :

- Ne pas laisser régner une ambiance machiste, encore moins y contribuer.
- Certains discours sur le rôle des femmes peuvent être à double tranchant : signifier que les femmes apportent un plus à la pratique revient à prendre l'homme comme unique référence et à limiter la femme à l'utilité qu'elle présente pour lui.
- Valoriser publiquement le travail d'une femme uniquement parce qu'elle est femme est souvent un moyen de signifier aux hommes que si une femme peut réussir à faire cette technique, tous les hommes devraient y arriver, ce qui sous-entend que ces derniers sont par définition supérieurs aux femmes.
- Il est nécessaire de veiller à ce que les femmes ne soient pas montrées plus souvent en exemple lorsqu'elles sont débutantes que lorsqu'elles ont un niveau plus avancé.
- Il n'y a aucune raison de corriger moins une femme qu'un homme ou de ne la prendre en compte que si elle est excellente : la médiocrité existe chez les pratiquants hommes, elle doit pouvoir exister et être corrigée au même titre chez les pratiquantes.

Une égalité de traitement dans la pratique est donc largement préférable à des discours, même valorisants.

L'importance du rôle d'uke

En aikido, c'est par l'expérience répétée du rôle d'uke que l'on progresse et que l'on se sent valorisé par son professeur. Or on constate que très peu de professeurs dans leurs cours prennent des femmes comme uke, et lorsqu'ils le font, ce n'est souvent qu'en très faible proportion par rapport au nombre de femmes présentes sur le tatami et/ou en les ménageant avec des techniques « douces » ou effectuées lentement et sans projection.

Cette réticence de beaucoup d'hommes à projeter les femmes, qui peut provenir à l'origine d'une répulsion louable de toute violence vis-à-vis des femmes, repose cependant sur des fondements discutables et a des effets négatifs :

- Ceci repose sur une idée fautive selon laquelle les femmes seraient plus fragiles que les hommes. Or, contrairement aux idées reçues, les femmes ne sont pas moins résistantes physiquement, puisqu'elles sont capables de supporter grossesses et accouchements tout en ayant une espérance de vie de 7 ans supérieure à celle des hommes : la pratique normale de l'aikido sur un tatami ne devrait pas représenter un danger particulier pour elles. Il importe donc de traiter une femme dans le rôle d'uke exactement comme un homme : dans le simple respect de son niveau et de sa morphologie.
- Pour un professeur, ne pas former les femmes comme uke au même titre que les hommes est contreproductif car c'est bien dans les mains des professeurs, qui savent être exigeants tout en mettant en confiance, que l'aikidoka peut apprendre à chuter correctement, y compris lors de projections moins maîtrisées. Si les professeurs sont parfois réticents, certains pratiquants moins expérimentés et ne maîtrisant pas bien leurs forces le sont moins. Une femme qui n'est pas habituée aux projections puissantes, car elle aura toujours été ménagée par son professeur et par les hauts gradés, a plus de risques de se blesser et de développer une peur des chutes. Le fait de surprotéger plus que de former a souvent pour conséquence de développer des attitudes timorées.
- Ne pas prendre les femmes comme uke c'est leur signifier que si les hommes les acceptent sur les tatamis, elles sont cependant exclues du jeu quand « on passe aux choses sérieuses ».
- Cela les décourage après quelques années de pratique lorsqu'elles constatent qu'à ancienneté et niveaux égaux, leurs partenaires masculins sont valorisés alors qu'elles restent dans l'ombre, au mieux capables de s'occuper des débutants et des enfants.

CONCLUSION

Si les pratiquants, dans leur grande majorité, sont convaincus que la mixité est un élément consubstantiel de l'aikido, la pratique montre que nous sommes encore loin d'une réelle mixité et d'une véritable égalité de traitement sur les tatamis. C'est la même vocation de paix et de respect mutuel propre à l'aikido qui appelle à combattre les obstacles à l'égalité homme/femme ainsi qu'à bannir fermement toute autre attitude discriminatoire, qu'elle soit fondée sur l'origine ethnique, la religion, l'orientation sexuelle, etc.

Toute personne doit pouvoir venir pratiquer sur nos tatamis sans risquer d'être blessée par des remarques ou des attitudes - expressément ou implicitement - négatives et discriminantes.

Promouvoir l'égalité hommes/femmes et le respect de tous sur le tatami n'est pas seulement important pour diversifier et enrichir la pratique, c'est surtout intrinsèquement lié à la vocation même de l'aikido.

*

DECLARATION

(à retourner au siège de la ligue IDF FFAB signée pour approbation)

- Conscient du message de paix, de respect et d'harmonie qu'entend véhiculer l'aïkido ;
- Considérant que la vocation de l'aïkido, dans ses principes comme dans sa pratique, n'est pas de reproduire les hiérarchies ancestrales, encore moins les discriminations et les violences réelles ou symboliques présentes encore aujourd'hui dans la société, mais de permettre à tous, hommes et femmes, petits et grands, forts et faibles, de progresser équitablement, d'acquérir confiance en soi et sens de la vigilance, de se donner les moyens de se respecter soi et les autres, comme de se faire respecter par eux ;
- Considérant que cet épanouissement personnel de tous par la pratique de l'aïkido a pour but de promouvoir l'équilibre et l'harmonie dans les relations entre individus et de faire de la diversité un réel enrichissement ;
- Résolu à agir pour que ces valeurs ne se limitent pas à des déclarations d'intention mais se concrétisent dans les faits ;
- Convaincu que les enseignants et les hauts gradés, du fait de l'autorité que leur confère leur grade et de l'influence qu'ils exercent, ont une responsabilité particulière dans l'évolution des pratiques et des mentalités ;

Le Comité Directeur régional d'Ile-de-France de la FFAB demande que :

1 / Les enseignants de la ligue Ile-de-France, professeurs en clubs ou intervenants ponctuels, soient, dans l'exercice de leurs fonctions - sur les tatamis comme en dehors -, les garants de l'égalité de traitement des hommes et des femmes, du respect de chacun en tant qu'individu, et de la lutte contre les discriminations qui enferment de façon systématique la personne dans un seul aspect de son identité (sexe, origine ethnique, religion, orientation sexuelle...).

2 / Ces mêmes enseignants s'engagent, sur les tatamis comme en dehors, à :

- a) S'opposer fermement à tout comportement ou propos discriminatoire ou méprisant
- b) S'abstenir eux-mêmes de toute plaisanterie, allusion ou attitude sexiste, homophobe ou raciste
- c) Ne pas encourager les comportements relevant plus de la tentative d'approche que de la pratique sincère
- d) Diversifier le choix de leurs uke afin de rendre ce choix le plus représentatif possible de la proportion d'hommes et de femmes présents sur le tatami
- e) Ne pas considérer l'homme comme seule référence de pratique
- f) Etre en permanence vigilants à garantir dans les faits et attitudes, plus que dans les paroles et discours, l'égalité de traitement entre tous les aikidokas, et à considérer la pratiquante non pas d'abord comme femme, mais comme aikidoka au même titre qu'un homme.

3 / Enseignants et dirigeants des clubs, des comités départementaux et du comité directeur garantissent l'égal accès des femmes et des hommes aux postes de dirigeants et d'encadrement.

*

Pour approbation,

Date :

Signature :

Club N° : 114

Nom de l'enseignant et/ou président du club :