

Aïkido et masculinisme

SARAH DOREAU, 2^e dan, B.F., CÉDRIC CHORT, 5^e dan, D.E.S.J.E.P.S et YOLIKA MICHALSKI, 5^e dan, D.E.J.E.P.S, membres de la Commission Régionale Féminine

LE MASCULINISME C'EST QUOI ?

Un discours qui place les hommes en victimes des évolutions de la société. Phénomène à l'ampleur grandissante, notamment grâce aux réseaux sociaux, **le masculinisme est une réalité** dont il est nécessaire de comprendre la dangerosité.

Le masculinisme se présente comme un pendant masculin du féminisme pour rétablir une égalité dans un monde qui accorderait trop de place et de privilèges aux femmes. Une telle pensée érige l'homme en victime et **utilise la haine des femmes comme étendard**.

En réalité, c'est l'héritage de l'**antiféminisme** du XIX^e siècle qui ne veut pas l'égalité mais la remise en cause de celle qui est en voie d'acquisition par les femmes. C'est une **promotion affichée de la domination masculine**, de la virilité toxique et du patriarcat. Les masculinistes rêvent d'un homme fort et d'une femme soumise à la protection financière et physique d'un homme. Ils fantasment la restauration d'un « ordre naturel » qui n'est rien d'autre que le constat historique d'une oppression on ne peut plus inégalitaire.

Les risques de ce phénomène **sont concrets** : commentaires misogynes et inappropriés, mépris des femmes, discriminations, vision stéréotypée des rôles sociaux, dégradations de l'estime de soi, passages à l'acte violents – voire même actes terroristes dans certains cas.

Loin de constituer une simple opinion parmi d'autres, le masculinisme est une **idéologie radicale, qui fracture le lien social**.

AÏKIDO ET ÉGALITÉ HOMMES-FEMMES

On pourrait être porté à croire qu'une telle pensée n'existerait pas en aikido. Il faut malheureusement rester vigilant.

En effet, au-delà des inégalités objectives persistantes (nombre de pratiquantes haut gradées ; nombre de techniciennes nationales ou régionales ; nombre d'enseignantes ; nombre de femmes occupant les plus hautes responsabilités...), de nombreux exemples vécus témoignent d'une certaine fragilité des subjectivités : remarques lorsque un stage est animé par une enseignante ou lorsque l'animateur choisit des pratiquantes comme partenaires de démonstration ; suspicion de favoritisme lorsque une femme accède à un grade ou une responsabilité...

Bien entendu, ces réflexions restent minoritaires ; bien entendu, elles sont souvent formulées sur le ton de l'humour. Mais leur récurrence atteste bien de la réalité d'une « résistance ».

Si tous ces exemples ne relèvent pas nécessairement du masculinisme lui-même, ils attestent du fait qu'une véritable culture de l'égalité hommes-femmes reste à affirmer, qu'elle est loin de s'imposer comme une évidence.

Avec le développement des actions mises en place par les commissions féminines, qui visent justement à favoriser la progression technique, la détection et la prise de responsabilité des pratiquantes, les occasions d'expressions réactionnaires auraient d'ailleurs de multiples occasions de se multiplier.

Que l'on comprenne mal ces objectifs, et que l'on s'imagine qu'il s'agit de favoriser les femmes au détriment des hommes ; que l'on regrette l'évolution de notre discipline, avec la nostalgie d'un passé fantasmé révolu (plus « martial », plus « dur », plus « pur »), et l'on ne serait plus très loin du masculinisme.

Faut-il rappeler que ces commissions ont été voulues et mises en place par Maître Tamura ? Que l'ouverture de la pratique et de l'enseignement par les femmes était déjà d'actualité du temps d'O sensei ?

SOURCES ET COMPLÉMENTS

Masculinisme : la nouvelle offensive contre les femmes - Rapport. Rapports d'information du SÉNAT n° 776 (2025-2026), tome I, déposé le 23 juin 2026 (Synthèse). <https://www.senat.fr/rap/r25-776-1/r25-776-1-syn.pdf>

Rapport 2026 sur l'état des lieux du sexisme en France : la menace masculiniste. Haut Conseil de l'égalité. Janvier 2026 https://www.haut-conseil-egalite.gouv.fr/sites/hce/files/2026-04/HCE-2026-STER-Rapport_Sexisme--v05--2026_04_28--numerique_0.pdf

Reportage France Info, posté le 3 juil. 2025 (4 min). https://www.youtube.com/watch?v=8AD0w_hTdgA

Reportage France Télévision, Slash Enquêtes, écrit et réalisé par Pierre Gault posté le 28 avr. 2024 (50 min). <https://www.youtube.com/watch?v=M-9Alm1ZPc>



COMMENT COMBATTRE LE MASCULINISME ?

Il convient tout d'abord de comprendre que la mise en avant des femmes n'est pas une éviction des hommes mais la correction d'inégalités persistantes. On dépasse ainsi la peur fantasmée d'un féminisme qui voudrait rabaisser les hommes.

Il est également important de faire attention aux modèles proposés aux plus jeunes. Le questionnement et le manque de confiance en soi intrinsèques à l'adolescence rendent ce public particulièrement sensible au discours masculiniste qui vient lui proposer une ligne de conduite et une vision du monde « clefs en main ».

Pour éviter cela, il faut lutter contre les stéréotypes dès le plus jeune âge. Il faut dépasser l'image du petit garçon fort et de la petite fille sage. Une petite fille est tout aussi capable d'être uke de l'enseignant et de faire de belles chutes. Mais si elle ne voit que des garçons le faire, elle pourra intégrer que ce rôle ne lui est pas destiné.

Une grande partie de la réponse au développement du masculinisme est donc éducative – les jeunes (enfants, adolescents et jeunes adultes) constituant toujours un public particulièrement fragile vis à vis des idéologies délétères qui se présentent en visions simplificatrices du monde.

L'AÏKIDO, UN ÉLÉMENT DE RÉPONSE ?

Sans prétendre que l'aïkido constitue en lui-même une réponse à un mouvement de société préoccupant, on peut remarquer que notre discipline possède plusieurs spécificités qui peuvent lui permettre de contribuer à désamorcer les logiques masculinistes.

Notre discipline promeut en effet des valeurs qui encouragent le dépassement des discours haineux : harmonie, entraide, confiance et affirmation de soi, non violence... Ces valeurs sont explicitement opposées au discours de domination et de haine qui soutient le masculinisme.

Ces valeurs, abstraites, s'incarnent concrètement dans une pratique qui ne repose pas sur le seul exercice de la force physique (que le masculinisme pourrait s'approprié comme apanage masculin), mais convoque bien d'autres qualités : souplesse, relâchement, mobilité, coordination... qui sont toutes mises au service d'une maîtrise technique allant bien au-delà de l'exercice d'une puissance musculaire.

Ceci est d'autant plus vrai que la pratique des armes abolit largement la question de la musculature. Si le sabre est au cœur de l'aïkido, c'est ainsi peut-être déjà dans cette égalité de la fragilité de toutes les pratiquantes et pratiquants face à la menace d'une coupe...

L'absence de compétition constitue bien entendu également un élément très important. En aikido, le but n'est pas d'écraser son adversaire mais de progresser avec son partenaire. On avance avec lui tout en ayant conscience de ce qu'il nous apporte.

A l'heure de la comparaison et de la mise en avant perpétuelles, l'absence de volonté de domination sur l'autre est une respiration, dont la valeur éducative est déterminante. Elle permet de désamorcer précocement une logique des rapports humains uniquement centrée sur des logiques de domination, en permettant aux pratiquants d'expérimenter d'autres sources de l'estime de soi.

L'absence de compétition permet également une mixité qui reste rare dans le monde des activités physiques et sportives. Peu importe l'âge, le genre, la taille, le poids, tout le monde peut pratiquer ensemble. Garçons et filles, hommes et femmes, notamment, se côtoient ainsi naturellement, sur un pied d'égalité.



En aikido comme dans tous les arts martiaux traditionnels, la tenue est identique pour tous les pratiquants. Pas de vêtement genré, pas de stéréotypes, pas d'images de masculinité ou de féminité, simplement des pratiquantes et pratiquants avec la soif d'apprendre.

Le port d'une tenue standardisée contribue également au développement d'une certaine humilité, à dépasser le besoin de se singulariser perpétuellement et d'asseoir une forme de domination symbolique à travers l'apparence vestimentaire même.

Enfin, même si les inégalités de l'histoire ne sont pas totalement résorbées, et que ce processus doit nécessairement s'inscrire dans le temps long de la formation, il faut souligner que l'aïkido fédéral est également attentif à faire émerger des modèles féminins : pratiquantes gradées, élues et responsables, enseignantes de clubs ou animatrices de stages, techniciennes régionales ou nationales... Elles occupent aujourd'hui, à côté de leurs homologues masculins et sur un pied d'égalité, une place croissante dans le paysage de l'aïkido, et permettent de fournir aux générations qui les suivent des modèles d'identification dont le rôle est crucial.

Si l'aïkido ne peut constituer un remède suffisant au masculinisme, il possède ainsi, par nature, des atouts qui lui confèrent une portée éducative importante, et il peut offrir une contribution significative à la construction de liens sociaux plus harmonieux – éliminant, par exemple, tout reliquat de l'idée délirante que les hommes devraient exercer une quelconque domination sur les femmes.