



*Midori
No
Hi*

*Du 23 au
28 avril 2021*

*Jacques Bonemaison Shihan, 7^e Dan Aïkikai
Jean-Pierre Lafont, 6^e Dan Aïkikai*

Qu'est-ce que le stage Midori no Hi ?

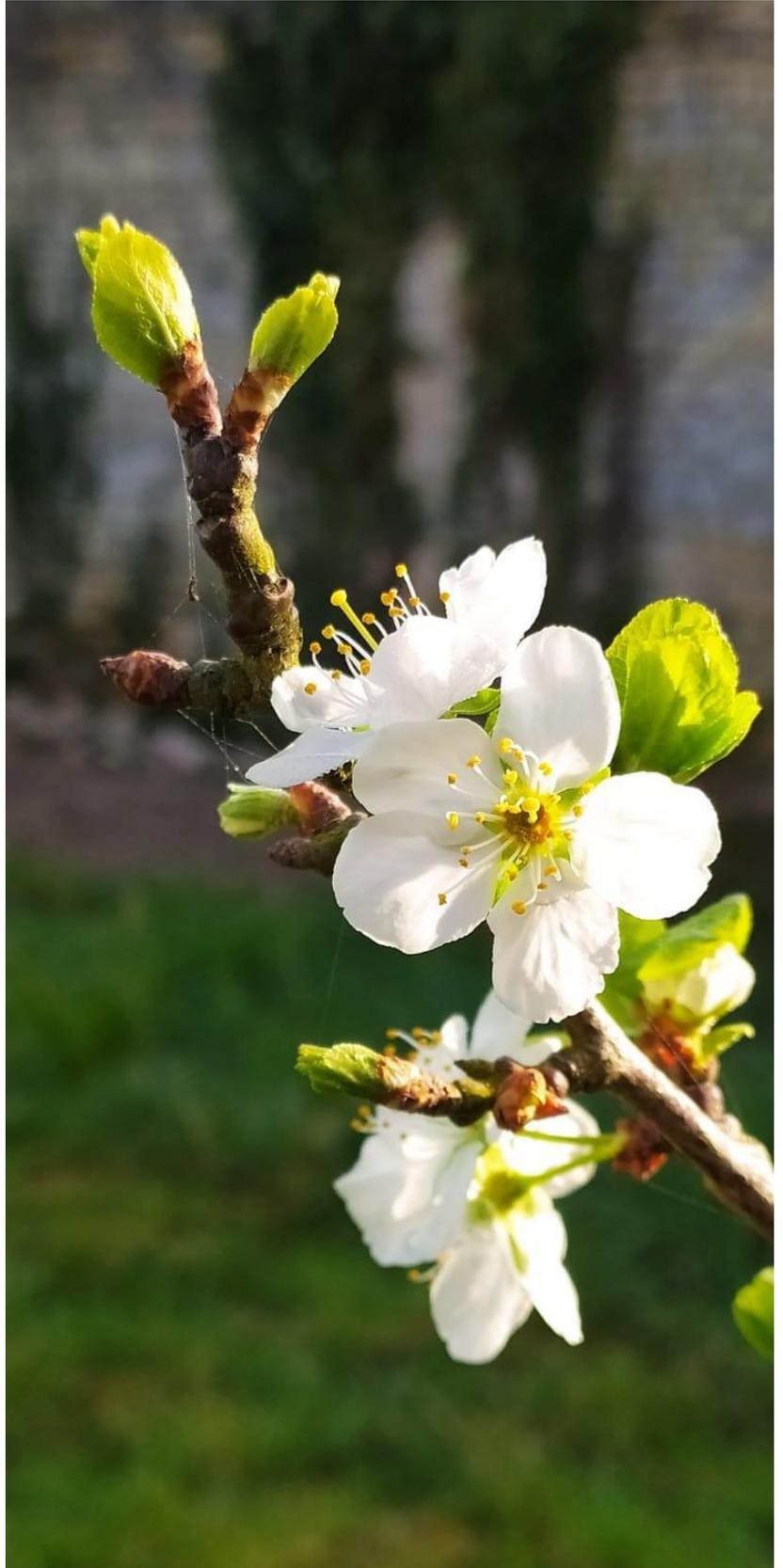
Lors de nos propres présentations, nous ressentons déjà le lien avec la Nature. La Nature ce n'est pas seulement ce que l'on voit, ce que l'on aime ; ce n'est pas comme aller au supermarché et se servir à son aise... Il y a une autre dimension, que le cerveau humain ne peut comprendre à lui seul.

La Nature est là mais nous n'y sommes pas ou plus connectés. Que veut dire « être en harmonie avec la Nature » ? L'Aïkido c'est « utiliser les lois de la Nature », alors que veut dire « faire un avec l'Univers » ?

Tamura Sensei insistait pour que le stage Midori no Hi ait lieu chaque année à cette période dans son dojo selon la tradition du Budo : le 29 avril, date de naissance de l'Empereur qui a remis Dame Nature au centre de ses préoccupations, est un jour férié au Japon. Tamura Sensei avait écrit : « la Nature est notre Maître ».

Rassemblant entre 30 et 40 personnes à chaque séance, le stage Midori no Hi a démarré le vendredi 23 avril à 17h précises, avec une présentation des pratiquants et une introduction sur Midori No Hi version 2021, suivie du premier cours. Tous les jours, de 7h30 à 8h30, respiration, méditation ; de 10h30 à 11h30, Chi Kong, Aïkido ; de 16h à 17h (voire plus...), questions réponses ; et de 19h30 à 20h30, Aïkido. Le stage s'est terminé le mercredi 28 avril, avec un bilan du stage, suivi d'un cours de clôture à 19h30.

Nous ressentons à nouveau que l'écran n'est pas un écran : il nous a ouvert d'autres perspectives... Merci au merle d'avoir chanté toute cette semaine sur le rebord de la fenêtre du dojo... Merci également (et une fois encore) à Jacques Bonemaison et Jean-Pierre Lafont de transmettre ces rayons de soleil du Kamiza ; ainsi qu'aux organisateurs de ce stage qui, grâce à leur implication sans faille, ont su maintenir ce lien dans l'espace et le temps...





Le ressenti des pratiquants

« Aïkido, c'est 24h sur 24, même quand on dort » disait Tamura Sensei. On ne va donc pas attendre la fin du confinement... Car l'Aïkido, c'est quoi ? Ce n'est pas que Ikkyo... C'est remonter à la Source pour percevoir, ressentir, et comme une Respiration, on la reçoit, on la diffuse... A nous de progresser, et à ce moment-là ça se diffusera naturellement. La diffusion de l'Aïkido obéit aux mêmes Lois de la Nature. Respectons son mouvement. C'est un besoin impérieux, et c'est tout le génie de O'Sensei. Toute sa vie, il a continué à chercher, en guerrier redoutable et en ascète ; il a créé cet Art de Paix qui a fait sauter les barrières existant auparavant (confrontation, gagner sur l'autre, ...), et cela en 1942 dans un Japon occupé. En pratiquant ce qu'il a montré, on atteint, on participe à cette avancée de l'Humanité : son Message est là. Cela est inhérent à tout être humain, nous en sommes la preuve vivante : cette semaine, l'écran n'était plus un écran ! Cela vient de nous, comme un élan : et si on le cultive, on avance...

Par exemple sous une couche de béton, la Nature ne bouge pas en apparence ; et puis, soudain, le béton est craquelé, une plante surgit, puis deux ... La Nature a eu raison de cet état. Elle nous donne des leçons incroyables. O'Sensei l'avait perçu ; cela a pénétré le cœur de ceux qui étaient avec Lui, et cela continue avec nous.

Comment cela est perçu chez nous ? On peut entendre « cela ne correspond pas à mon logiciel... ». Tamura Sensei expliquait le sens de Shu Ha Ri. Première phase, « Shu », c'est l'étude de la forme. Deuxième phase, « Ha », une fois que l'on a bien acquis la forme on teste pour voir si ce qu'on a appris marche (chez nous, souvent, tester revient à contester la qualité de l'enseignement, voire l'Aïkido, mais ce n'est pas cela) : c'est se tester soi-même pour voir si nos perceptions sont suffisamment bien ancrées ; c'est très lent. Une fois ce long travail effectué, l'ego est naturellement transcendé, c'est la troisième phase « Ri » ; peut surgir en soi cette énergie universelle à travers ce que chacun a d'unique. C'est ce qu'on appelle « trouver son Aïkido ». Tamura Sensei avait dit en riant « mais ici, on veut tout de suite faire Ri ».

Le Message de O'Sensei peut être perçu et transmis si nous sommes véritablement dans ce Misogi total. Alors, la lumière luit partout : c'est Musubi. Et ce potentiel, chacun l'a en soi. Il peut se révéler de manière incroyable sans que nous le sachions. N'en sommes-nous pas un exemple aujourd'hui ? Alors que les dojos sont fermés, nous voilà au rendez-vous, sans que l'on ait été suppliés, et on en redemande...

Merci à certains de m'avoir fait découvrir les moyens modernes de communication, avec une sincérité, une générosité sans pareille : avant j'étais nul en informatique, maintenant je suis mauvais.

Jacques

« On est connectés » : oui, on l'est mécaniquement, presque plus que si on était dans le dojo préoccupés par nos mouvements. Mais on était réellement connectés, comme si on pouvait se toucher. C'est une chance d'avoir eu cette intuition de mettre en œuvre ces stages. Et je suis content d'avoir pu enseigner comme j'en ai envie : pas d'enseignement, mais que de la transmission.

On peut apprendre à « sentir ». L'Aïkido peut vivre de cette manière : cela ne peut être intéressant que s'il y a un moteur à l'intérieur, lié à nos ressentis. Si Ikkyo n'est qu'une forme, elle ne sera jamais bonne... Que les professeurs se mettent à la place des élèves : qu'est-ce qui serait intéressant pour lui, et pourquoi ? (les fraises c'est bon, un peu de crème dessus c'est mieux...). Si on veut répandre ce message, il faut que tout le monde puisse pratiquer « réellement ». Ce stage m'a permis de m'exprimer en tant qu'enseignant ; je suis très touché par les retours, cette capacité à apprendre, à ressentir tout ce que j'ai essayé de pousser derrière les ondes...

Restez les mêmes, il n'y aura aucune différence ; se reposer la question « pourquoi je fais ça », avoir une pratique vraie, être gentil avec soi-même, il n'y a aucune raison que cela ne continue pas.

Jean Pierre

緑の日の研修について

オンラインのお陰で、初めてみどりの日の研修に参加することが出来ました。

3月の田村先生のオマージュに引き続き、再び沢山の先生や先輩方と共に稽古を共にし、貴重な体験をさせて頂きました。

合気道は私にとっての日本です。

恐らく今年も私は日本に帰国できないと思います。

とても悲しいですが、稽古することで悲しみが軽減されています。

私は日本人ですが、古事記について詳しく知らなくて恥ずかしい思いでした。

学生の頃に習って以来、全く読んでいなかったのもう一度読み直してみます。

Jacques、Jean-Pierre 本当にありがとうございました。

並びに、アンとパトリックもお世話役ありがとうございました。。

今後とも精進致します。

皆さま、この度は本当にありがとうございました。

À propos de la formation Midori no Hi

Grâce à Online, j'ai pu participer à l'entraînement Midori no Hi pour la première fois. Après l'hommage de Tamura Sensei, j'ai eu la précieuse expérience de m'entraîner à nouveau avec de nombreux professeurs et Sempai.

L'Aïkido, c'est le Japon pour moi. Je ne pourrai probablement pas retourner au Japon cette année.

Je suis très triste, mais ma tristesse est atténuée par la pratique.

Je suis japonaise, mais j'étais gênée de ne pas savoir grand-chose sur le Kojiki. Je ne l'ai pas du tout lu depuis que je l'ai appris quand j'étais à l'école, alors je vais le relire.

Merci beaucoup, Jacques et Jean-Pierre. Merci également à Anne et Patrick pour leur aide.

Je vais continuer à m'entraîner.

Merci beaucoup pour tout.

Tomoko

Merci à Jacques et Jean-Pierre de nous avoir guidés tout au long de ce stage ; vous étiez pour nous comme nos tuteurs, pour les jeunes plants que nous sommes, pour qu'ils poussent droits vers le ciel... Merci de nous avoir fait découvrir la méditation, pour aller chercher au fond de nous l'énergie, toutes ces vibrations pour avoir une connexion totale avec vous tous. Ce fut vraiment harmonieux, avec une impression d'être vraiment connectée, de plus en plus fort au fil de ces cinq jours, émouvants, harmonieux, sereins... Je me sens bien... On avance toujours dans le bon sens ; tous ensemble, dans cette famille d'Aïkido qui peut encore grandir ; que l'on reste unis, à regarder dans la même direction, pour former quelque chose de fort comme un arbre qui s'enracine bien et qui sera indéterminable.

Fatima

Midori No Hi, c'est la continuité du travail « souterrain » de Kangeiko. Ce travail sort maintenant, comme les plantes qui poussent ; tout ce travail accumulé depuis 1 ans émerge tranquillement. Et cette semaine, ça montait de plus en plus ; au début, on fait connaissance, puis ça démarre, avant de filer de plus en plus rapidement. Deux points d'orgues durant ce stage : la pratique d'Ame no Tori Fune d'une part, qui a amené naturellement sur le cours de Chi Kong du lendemain, avec des sensations encore jamais ressenties, comme mes mains qui s'envolent : quelque chose les tenait, je ne pouvais pas les redescendre... Il y a une vraie osmose entre vous deux : l'un puis l'autre, l'un qui nourrit l'autre, pour nous c'est fantastique... Que cela puisse durer encore longtemps... Encore merci.

Jean Marc

Malgré les distances, ce matin nous étions tous dans le même dojo, vraiment en osmose. Lors du Chi Kong, à chaque fois que j'ouvrais les bras et les mains, j'ai imaginé les engins spatiaux déployer leurs miroirs pour avancer ; j'ai gardé cette image pendant tout le cours... Au dernier mouvement où il fallait tourner en soi-même, j'eus cette impression de décoller, mes pieds semblant quitter le sol comme Mary Poppins... Tout se relâchait...

François

Merci à vous deux. Ce stage est en continuité de Kangeiko, en plus intense ; j'ai chanté aussi « Su » à l'expiration ; au départ, le souffle a augmenté, à un tel point que je me suis senti déstabilisé... Pendant le Chi Kong, je n'ai pas senti de fatigue ; je me sentais complètement pris comme dans une boule d'énergie, tout se faisait automatiquement, le bassin semblait tourner tout doucement... Comme la pratique de Misogi no Jo. Ce fut une expérience littéralement planante et magnifique. Nous sommes des disciples de O'Sensei ; c'est à nous de faire en sorte que ceci se répande, en message d'amour et de paix. Je regrette cependant de ne pas constater plus de place au Kototama dans l'enseignement.

Marc

Réponse de Jacques :

Le Kototama (« l'âme du mot ») c'est « le son pur ». Il faut être prêt, dégagé, sinon le son peut provoquer l'effet inverse. Il ne s'agit pas « d'apprendre le Kototama » ; c'est comme les mouvements d'Aïkido (que O'Sensei nommait « Kamu Waza ») ; si on les prend comme des mouvements de défense, on se cassera la figure...

La pratique de l'Aïkido se passe au-delà de soi-même ; c'est pareil pour le Kototama. Ce sont les sons de la Création, qui se poursuivent, comme la Respiration. « Dans une Respiration on recrée le monde », disait Tamura Sensei : c'est se créer soi-même, se rétablir, c'est Misogi puis Musubi, tous ensemble.

D'où l'importance majeure de pratiquer correctement Ame no Tori Fune pour éviter la cacophonie (trop souvent constatée).

L'Aïkido c'est une famille ; étant « nomade dans la pratique » j'avais l'impression de l'avoir oublié... Mais j'ai été très émue de pouvoir la rejoindre ; ça m'a donné envie de prendre le temps de regoûter à tout ça... Merci pour ce moment.

Camille

Merci Jacques et Jean-Pierre pour votre synergie, de nous avoir fait éclore et grandir l'énergie en nous, d'avoir permis de l'appréhender, de la ressentir ; concrétiser le seika tanden, l'énergie, la légèreté, ce ne sont plus des notions complètement abstraites... Quant aux cours en vidéo, j'étais réticent au départ, mais j'ai oublié ce fait : j'ai vraiment eu l'impression d'être présent avec des personnes que je ne connaissais pas, mais Musubi était présent... Merci à vous.

Vincent

Nous sommes très chanceux les uns les autres, très heureux ; c'est un grand bonheur, merci avec un M majuscule, merci la Vie, merci à vous tous, c'est un immense cadeau.

Patrick

Trois réveils "bébé" cette nuit ont eu raison de la méditation du matin, mais les biberons nocturnes se font les mains pleines - dans tous les sens du terme. Et, si je ne me suis pas encore cassé la figure dans les escaliers, c'est quand même grâce au ressenti grandissant de l'absence de déséquilibre en tai sabaki... Ressenti qui réapparaît même en état de semi éveil...intéressant. Les gestes deviennent plus « justes », plus posés eux aussi...

Merci encore pour ce qui nous nourrit chaque jour et à très bientôt. Merci beaucoup, ne serait-ce que le fait de continuer à chercher quelle que soit la période, et de transmettre. En reprenant l'exemple de la peau et nos sensations, il y a effectivement un lien avec ce qui nous entoure... Ça reste très dur, les mains en l'air redescendent bien volontiers... Mais il y a quelque chose, qui nous relie les uns les autres, avec la Nature...

Julien

Merci aux professeurs, c'est une bonne occasion de rechercher les sources des mouvements ; je pouvais totalement oublier le partenaire, les techniques, aller vers les sources, les racines... J'essaierai de l'appliquer après avec les autres... Jens

Merci Jacques et Jean-Pierre, merci aux organisateurs ; j'ai été enthousiasmée par ce qui s'est passé cette semaine, suite de Kangeiko et de tout ce qui s'est déroulé auparavant... Ayant suivi le dernier Kangeiko de loin, je suis très contente d'avoir pu raccrocher les wagons, et j'espère pour longtemps... C'était très chouette d'en revoir certains, au souhait de vite se retrouver...

Pascaline

J'étais venu voler des techniques, et j'ai volé plein de choses à tous les deux, c'était très enrichissant. A Kangeiko, on a été chercher les racines, bien profondes ; là, c'est Midori No Hi, on est dans l'expansion, dans l'arbre et ses branches ; Et si on se réfère à l'arbre de Sephiroth, il reste les fruits à faire mûrir... Merci à vous deux.

Christophe M.

Une immense gratitude à Jacques et Jean-Pierre ; j'ai ressenti le vrai sens de la famille, de partage... Méditer, pratiquer ensemble permet vraiment de sentir l'énergie du groupe et de l'univers... Je souhaite pouvoir continuer cela pendant le confinement et après...

Ann

Il y a eu beaucoup de connexions entre nous tous. Du début à la fin, ce stage a monté en sensations. En saluant O'Sensei, puis les professeurs, puis les élèves, c'est comme si on y était. Même si je préfère pratiquer normalement, c'était un grand stage où la plupart des choses sont passées. Merci à Jacques et Jean-Pierre, merci à tous, pour cette attitude calme, posée, partagée, qui a permis de ressentir tout cela.

Didier

Ce Midori No Hi a recentré chez moi beaucoup de choses et fait émerger des ressentis si agréables, est-ce cela le bien être ? Merci Jacques et Jean-Pierre, pour tout ce que vous avez apporté et transmis avec bienveillance ; les corrections apportées ont été bien comprises et bien acceptées... Le cours de ce matin a donné un très bon ressenti, en aboutissement de tout le stage ; cette répétition de tous les jours m'a offert un matin zen et serein. Merci à tous, les organisateurs, à bientôt.

Sylvie

Une immense reconnaissance pour ce que vous nous avez apporté. Trouver quelque chose à distance pour nous aider, à pratiquer ensemble, vous demande une vraie recherche ; je me rends compte de ce que cela vous demande... Dans cette période compliquée et difficile pour beaucoup, sans cela, je ne sais pas comment j'aurais tenu ; cela m'a beaucoup aidée.

Merci à Jacques et Jean-Pierre de s'être autant investis pour nous. Cette recherche personnelle de chaque professeur pour nous faire comprendre l'aïkido au-delà de la visio est impressionnante et admirative.

Merci aussi de faire de l'aïkido une famille où l'on se sent bien et où on s'épanouit et grandit chaque jour un peu plus.

Anne

Je suis très heureux de la façon dont on commence à approfondir dans les instances officielles... On se pose la question d'être ensemble : mais on est ensemble tout le temps ! Pas seulement avec zoom !

Jacques et Jean-Pierre parlent souvent de recherche permanente. Le travail qu'on a commencé à faire tient car on s'y raccroche : c'est ça le Do ! Cette recherche n'est pas que collective, c'est à chacun de nous de la continuer ; et grâce à elle on va affiner, découvrir autre chose qu'on pourra rassembler pour aller encore plus loin... Ce travail quotidien me relie à vous : c'est Musubi. Je pratique 1 heure par jour, mais c'est un travail à plein temps ; et ça me remplit de joie pour le reste de la journée...

Paul

Je remercie Jacques et Jean-Pierre pour leur transmission bienveillante une nouvelle fois ainsi que les organisateurs Anne et Patrick pour leur engagement et enfin à vous tous pour votre compagnie en cette période. Bien à vous

David

Merci tous les deux pour ce stage, très riche en ressenti, davantage qu'un stage en présentiel... Je m'attacherai à garder ce ressenti de pratique avec les autres sur le tatami... Cela donne envie de continuer à pratiquer comme ce qu'on a fait cette semaine. Les méditations m'ont parues beaucoup trop courtes, j'avais du mal à rouvrir les yeux... Merci à tous, à bientôt pour un autre stage.

Christine

Il m'est inenvisageable de ne pas vous écrire un mot de remerciement tellement cette expérience avec vous durant ce stage a été exceptionnelle. L'impolitesse n'a pas de place ici. Un grand et profond merci à vous maîtres Jacques Bonemaison Shihan et Jean Pierre Lafont pour votre patience, votre grandeur d'âme et la richesse de votre enseignement que vous avez su nous transmettre via des ondes Wifi. Je vous en suis profondément reconnaissant. Merci à vous Maître Christophe Massé pour m'avoir accueilli dans votre Dojo et avoir su distiller en moi le goût de la patience et de la persévérance. Cela prend du temps mais la graine a germé. A moi d'en prendre soin, d'arroser et d'enrichir le plant qui sort de terre. Merci à tous pour la chaleur que j'ai ressentie. Un grand merci à Patrick et Anne pour ce tour de force et l'énergie qu'ils ont investi dans l'organisation logistique de ce stage. Enfin, un grand merci à vous Sempai pour vos paroles et attentions... Pleins de bonnes choses à vous tous.

Hervé

Encore merci Jacques pour cette transmission du Misogi no Jo. C'est un véritable bonheur d'entrer dans cette vision et pratique du jo. Une authentique prière . Merci particulièrement aussi à Jean-Pierre et à vous tous pour votre belle présence

Ludovic

J'ai adoré l'enseignement de Jacques et de Jean Pierre. Le cours de Qi Gong a été une révélation avec des sensations totalement nouvelles pour moi et une perception de l'énergie subtile... Les moments passés avec Jacques lors de ce stage ont été un cadeau. Je vais continuer à suivre ses cours du jeudi soir à distance, sans cette pandémie je n'aurais pas pu. Je vous remercie tous pour votre accueil et espère pouvoir participer à un stage en chair et en os prochainement Merci merci merci

Florence

D'abord, de la gratitude et de la reconnaissance au regard de l'investissement, de la disponibilité et du dévouement à l'Aïkido de la part de Jacques, Jean-Pierre, Anne, Patrick et Marie, ainsi que du groupe qui me semble soudé depuis très longtemps, tout en restant ouvert à chaque nouvel arrivant.

Ensuite, par rapport à la pratique de ces derniers jours, un étonnement renouvelé lors de "l'éclosion" d'une puissance intérieure et douce au fur et à mesure de chaque séance. La rencontre avec Misogi no Jo, aussi, ouvrant encore de nouvelles et belles perspectives.

Également, des pistes de pratique à explorer chacun de son côté en attendant la prochaine occasion de se retrouver, comme autant de graines semées qu'il nous revient de cultiver ...

Je n'ai pas pu cette fois participer à tous les cours et rester dans la "bulle" du stage durant les 5 jours, mais au moment des séances, je tâchais de me "connecter" à la pratique en train de se dérouler, afin de conserver malgré tout un lien. Je pense avoir manqué quelques moments exceptionnels, mais ça m'apprendra à avoir un travail pas exceptionnel pour le coup, et cela amène d'autres réflexions autour de "comment organiser sa vie autour de ce qui est vraiment important?". Donc au final, même dans ces instants manqués, il y a un bienfait à recueillir. Merci encore à tous, à bientôt c'est certain.

Armelle

Ce stage a été immensément riche et profond. J'ai pu le constater par les échanges entre les participants. Je tiens à remercier Jacques et Jean-Pierre de leur partage, de cette expérience sans égal (à ma connaissance) sur les racines de l'Aïkido. Le Kangeiko avait été un déclic pour moi ; le stage Midori no Hi a conforté le choix de la Voie que nous montre Jacques et Jean-Pierre. L'héritage de O'Sensei m'apparaît plus distinctement grâce à vous toutes et tous. La place de la Nature était déjà prépondérante dans ma vie, elle l'est encore plus désormais.

Merci encore. Merci à toutes et à tous d'avoir été ensemble.

Christophe P.

J'ai beaucoup apprécié la mise au point de Jacques. Le parallèle entre "couper son micro" et entrer dans le dojo, y prendre sa place, faire silence et se concentrer (même si c'est un long travail...). Ainsi nous nous coupons du monde extérieur le temps d'une séance pour y revenir plus ancré.

Merci à tous !

Marie-Christine

Je souhaite remercier Jacques et Jean-Pierre pour leur partage d'expérience de vie à travers leur corps. Je remercie également chaque participant pour leur présence et leur partage.

La Nature est bien faite une graine donne un arbre et un arbre redonne une graine, afin de perpétuer la Vie de la nature. Qui nous anime, quelle est notre nature, et comment devenons-nous des êtres à l'image de l'Aïkido ? Jacques et Jean-Pierre en nous proposant leur recherche nous proposaient Misogi, par le Jo, le mouvement corporel, la méditation, et j'avais l'impression qu'eux aussi étaient surpris par l'expression de leur ressenti.

Tout au long de ce stage ou initiation, mon cerveau et mon corps évoluaient vers une perception différente de mes habitudes. De quelle nature je suis et comment la Nature peut me transformer, j'ai une certaine forme de réponse, mon organisme en perpétuelle évolution, est différent à chaque instant ! Cela étant dit, la joie que me procure cette rencontre, cette force comment puis-je la percevoir en permanence, même dans les difficultés ?

Alors ce matin j'observe et j'essaie de ne pas déranger ce qui se passe à l'intérieur et à l'extérieur de mon corps ! Peut-être est-ce cela une forme d'expression de la Nature ! Se contenter d'être dans le moment sans s'y attacher !

Alors pour tout cela, merci à Morihei USHIBA, Maître Nobuyshi Tamura, Sempai Jacques et Sempai Jean-Pierre. Merci également à Madame Tamura qui a toujours veillé au Shumeikan Dojo.

Rémy

Souhaitant d'abord remercier de tout mon cœur Sensei Jacques et Sensei Jean-Pierre de nous avoir offert l'opportunité de vivre une si belle et profonde expérience. Votre sagesse et votre volonté de nous accompagner sur la voie de la recherche du vrai sens de la Nature, j'ai trouvé extraordinaires. Les exercices si bien choisis m'ont donné l'opportunité de pouvoir ressentir le Jo et le Bokken comme une extension de son corps, guidé par le Seika tanden, au lieu d'une pièce de bois qu'il faut manipuler (mon ressenti avant ce stage).

De vous voir mettre âme et cœur dans chaque pratique et de nous montrer ainsi l'art d'être vraiment présent dans le moment, est le meilleur exemple à suivre dans et en dehors du Dojo. Je suis encore plus motivée qu'avant de continuer ma recherche comment on peut être au service des autres.

Également un grand merci aussi à Anne, Patrick et Marie pour la super organisation de ce stage ! Très contente de pouvoir faire partie de cette belle famille et un grand merci à vous toutes et tous.

Le fait que l'énergie universelle nous relie tous et toutes, même en dehors de nos pratiques, et savoir qu'on peut s'y brancher à chaque moment, me réjouit.

A très bientôt je l'espère, soit en personne soit par la voie énergétique.

Chaleureusement,

Ann

Quel beau cadeau vous nous avez fait en nous invitant à vous rejoindre dans cette Grande Respiration... La Nature et notre vraie nature sont Un et nous tous avons pu ressentir cette Unité au sein du groupe. Au Fil des jours les voiles se font plus minces et j'ai pu ressentir le parfum subtil et puissant que nous a transmis Sensei. La pratique du Misogi No Jo et les éclairages sur le sens profond de notre discipline m'ouvrent sur d'autres paysages. Quelle joie de ne plus se sentir seul ou isolé dans cette recherche... Merci, Merci, Merci

Ludovic

Je tiens à remercier Jacques de son partage, de son expérience sur les notions d'Aïkido complexes qui sont difficilement déchiffrable de mon point de vue sans son apport culturel. Et je tiens à remercier Jean Pierre Lafont pour ce qu'il m'a apporté personnellement et à tant de professeurs et surtout ce qu'il a apporté à l'Aïkido en Lorraine particulièrement en Moselle, qui ne serait pas ce qu'elle est aujourd'hui sans lui et sa persévérance dans cette discipline divine ! L'héritage de Maître Tamura depuis tant d'années (plus de 30 ans) de formation en tout genre est là grâce à Jean-Pierre.

Merci encore. Merci à toutes et à tous d'avoir été ensemble.

Franco

Merci Jacques et Jean-Pierre pour ce magnifique moment, même si je n'ai pas pu faire tout le cursus... La sensation qui m'est venue plusieurs fois, c'est d'être débutant plus qu'ancien : des pratiques que je n'avais jamais vues m'ont interrogé, présenté des difficultés que je ne connaissais pas, m'invitant à relier cela avec l'expérience acquise tout en gardant l'esprit du débutant et de découverte. Merci de me redonner ces impressions, un peu comme une machine à remonter le temps...

Le travail et la recherche proposés ont été d'une grande intensité. L'invitation à pratiquer dans le sens d'un relâchement des tensions permettant un meilleur centrage et une grande disponibilité mentale et physique s'adresse à tous quel que soit son niveau ou ancienneté. C'est cette fraîcheur de l'enseignement qui appelle à polir sa pratique encore et encore que j'ai particulièrement appréciée.

La convivialité du groupe ainsi que la chaleur qui s'en dégage permet de ressentir l'atmosphère que l'on connaît dans nos Dojos. Nous étions dans un Dojo !

La transmission vécue dans l'enseignement traditionnel donné par Jacques et Jean-Pierre nous guide et nous permet de progresser en profondeur et au-delà des techniques.

Jean-Michel

Grand Merci à Jacques et Jean-Pierre pour l'animation de cette 'Journée de la Verdure', à Anne, Patrick, Marie et tous ceux qui l'ont organisé, et aussi à tous les participants grâce à qui cela est possible !

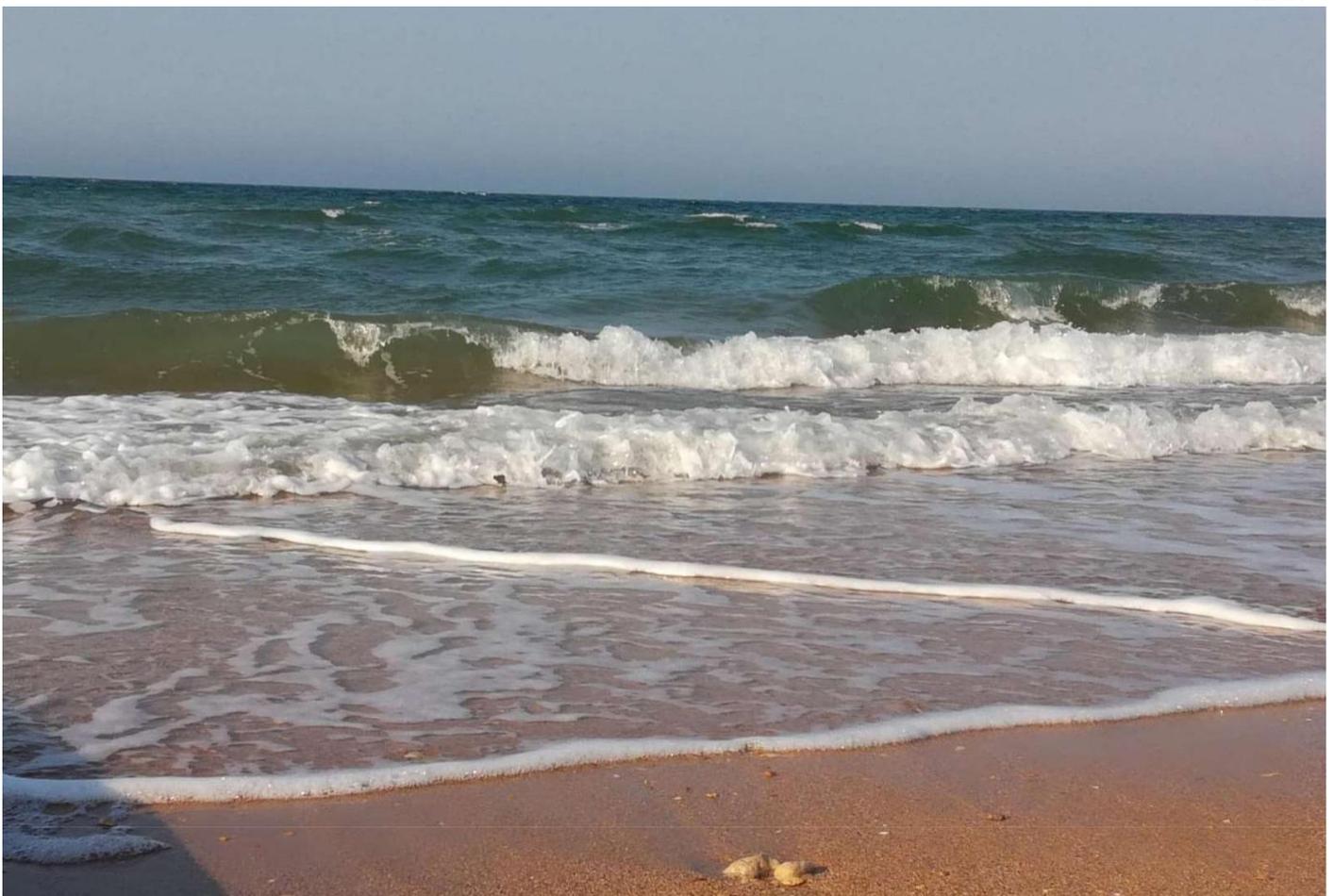
J'ai particulièrement apprécié ce stage, qui est arrivé au moment opportun et m'a donné de l'énergie et de l'aide quand j'en avais particulièrement besoin. Avec la nature en toile de fond, et toute l'introspection invitée par les exercices proposés en même temps que la synergie du groupe. Pratiquer encore et encore, et apprendre, il y a tant encore à découvrir.

Ce bel évènement nous lie tous. En fait, cela donne encore plus envie de se rencontrer 'en vrai'. A très bientôt donc et merci de ce beau cadeau que nous nous offrons tous.

Nicole

« Le mouvement part du centre » ... On me l'a répété tant de fois... Mais cette semaine, grâce au « zen en mouvement » pratiqué à chaque cours, libre, serein, « ça » m'a parlé... ... Pour cela, pour tout le reste... Merci.

Marie





Une fleur jaune toute simple après cinq jours au Kamiza improvisé du salon-Dojo. Dix jours plus tard, elle est toujours aussi vivante... Sa sœur (même cueillette, même maturité), placée dans une autre pièce (même température, même exposition) était flétrie en moins de deux jours. Alors, que nos Sensei se réjouissent, les fleurs elles-mêmes ont apprécié Midori no Hi et en réfléchissent l'énergie.

Frédérique

Questions réponses...

Pour illustrer le stage, les questions posées et les réponses apportées par les intervenants sont édifiantes. Voir ci-dessous :

*** Comment calmer l'esprit pendant la méditation ?**

« On veut calmer » : un esprit agité, qui demande à lui-même de se calmer, ne peut qu'échouer.

Avoir l'intention de trouver, vouloir, finit toujours dans une impasse.

Le problème, c'est qu'on est toujours dans l'action ; l'esprit qui veut tout contrôler parce que déconnecté des lois de la Nature est dans l'erreur. En Aïkido, c'est comme si on accordait de l'importance à l'attaque : qui n'a jamais eu son regard rivé sur un Shomen uchi avant qu'il n'arrive sur sa tête ? L'attaque arrive, et alors ? Elle n'est pas encore là, nous avons le temps, ne le prenons pas pour nous angoïsser...

« Mes yeux voient un ennemi, mais pour mon esprit il n'y a rien », nous dit Tada Sensei. En méditation, il n'y a rien à faire, rien à viser. On apprend à s'observer et à se détacher, comme un personnage extérieur posant un diagnostic : oui, l'esprit est agité... Et après ? « On ne peut empêcher les oiseaux de voler au-dessus de notre tête, mais on n'est pas obligé de leur fabriquer un nid », dit le Maître zen Deshimaru. La méditation, c'est donc « couper le son » ; nous n'avons rien d'autre à faire. Il y a bien sûr des stades de refus, de rejet, de doutes sur soi-même, de fragilité, puis tout s'aplanit peu à peu : c'est juste beau comme un ciel bleu.

Il s'agit d'un entraînement qui peut se poursuivre à chaque occasion (un embouteillage ou une réunion barbant fera très bien l'affaire...), tel un mantra de tous les jours pour apaiser et clarifier le mental, de la même manière que le corps a besoin de s'assouplir pour rester en bonne santé. Alors, dans la pratique, on bougera sans faire d'efforts inutiles, ni subir de palpitations soudaines si quelqu'un vient attaquer...

*** Que faire dans la journée ou pendant la pratique pour ressentir les effets de cette méditation ?**

Soi-même, constater les fruits de nos propres expériences : « qu'est ce qui s'est passé » ? Alors, au lieu de céder à ses peurs, ses réactions instinctives comme « porter ses bras » dans le Chi Kong ou « tirer avec ses bras » dans la pratique, « regarder son bras s'envoler » en tant qu'observateur détaché... Comme un jeu avec soi-même, où Aïté voit, mais ne sent rien...

Quand ? La journée présente pleins de petits moments privilégiés, injustement nommés « temps perdus » ... Mais le temps dit perdu peut être très riche ! A la fin d'un cours et dans l'attente d'un officiel qui tardait à venir, Tamura Sensei nous avait invités à nous poser à l'intérieur de nous, respirer calmement, au lieu de s'exciter dans une attente inutile ; juste être bien en soi, et se régénérer après la pratique.



*** En tant qu'enseignant, comment faire ressentir ce vécu intérieur que nous avons aujourd'hui aux pratiquants « inactifs » lorsqu'on reprendra les cours ? Comment combler ce fossé entre « la recherche de l'efficacité, le bon placement du pied » et ce ressenti que l'on vit depuis Kangeiko ? Penser à son pied ou à sa main, et c'est toute la conception de l'Aïkido qui est erronée.**

Aujourd'hui, par chance avec le confinement, nous ne sommes pas grisés par Aïté, par la « technique », par le résultat. Au contraire, nous sommes en ce moment dans le cœur, la racine de l'Aïkido. Sans racines, il ne peut y avoir de pratique. C'est une opportunité de vivre cette période qui nous aura permis de toucher cela du doigt... Demain, nous emmènerons ce vécu avec nous : de nouveau en contact avec Aïté, ne va-t-on pas le perdre en route ? Ce que l'on aura travaillé restera-t-il assez clair ? L'Aïkido ce n'est QUE cela ; le reste c'est du manifesté.

Un enseignant se doit d'être sincère dans ce qu'il présente. Alors c'est une harmonie naturelle qui se mettra en place avec ses élèves, car la pratique est un état méditatif, non une bagarre ; comme les pensées qui passent, comme lors d'un mouvement avec Aïté, il est là et c'est bien, grâce à lui on peut expérimenter... C'est un état d'esprit au-delà de la pédagogie : c'est du vivant... Encore une fois, travailler, expérimenter, répéter, pour que l'effet optimisé apparaisse. Aujourd'hui, cela fait plus d'un an que nous pratiquons Tai Sabaki ; dans ce mouvement, même si on ne fait « que rentrer le talon », il y a tous les fondamentaux de l'Aïkido. Alors, si le corps nous a fait comprendre l'utilité de le faire, il fera ce qu'il sait faire sans avoir à réfléchir.

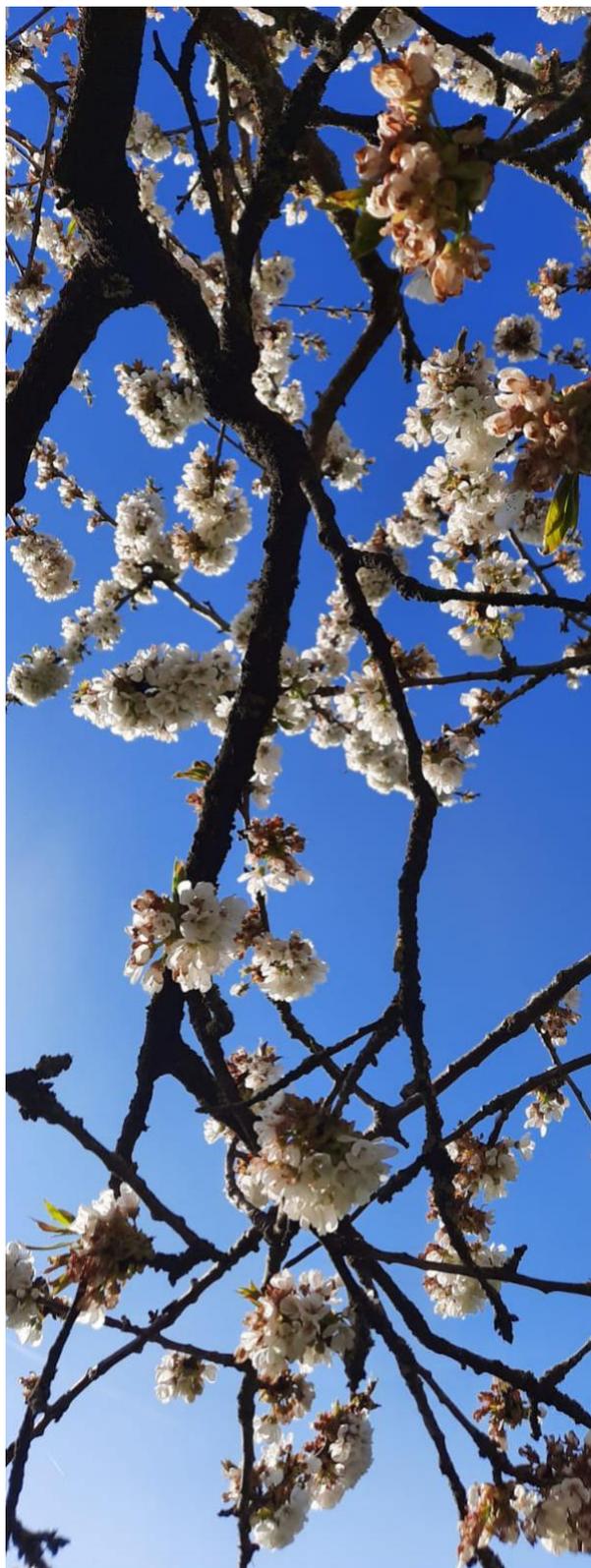
Lâcher prise, ne pas vouloir faire les choses, les laisser se dérouler naturellement... La vitesse n'y changera rien : quand on est au milieu sur un axe, pour nous « c'est très lent » alors que pour Aïté « c'est très vite » ... Chercher plutôt la justesse et la verticalité. Il n'y a pas de magie, juste un travail constant. Prendre son temps et vivre chaque moment : quand on veut vivre avec la Nature, il ne suffit pas d'acheter la première technique alléchante « comment jardiner avec la Lune » ...

*** Qu'est-ce qu'un « centre solide » ?**

Un ballon, c'est « solide », mais l'intérieur est vide... Mais « vide » ne veut pas dire « rien ». « Puissant » serait un terme plus approprié, comme provenant de l'intérieur d'un volcan, ou du centre de la Terre, sans empêcher la disponibilité du reste du corps. Ne pas chercher. « Quand on sent, ça va » ... L'important c'est de ressentir, d'expérimenter, de découvrir.

Par « centre solide », on peut également entendre « permanence ». Avoir conscience qu'on est toujours centré, que tout part du centre tout le temps, essayer de ne pas perdre de vue cette sensation. Cela ne s'intellectualise pas, mais se sent. Et quand on y arrive, c'est un grand bonheur ; aimanté vers cette idée, on en a besoin... Et le génie de l'Aïkido, c'est qu'être dans son centre n'empêche pas de faire autre chose !





* Kamiza et Shisei

Un Kamiza juste (dans un vrai Dojo il y a les Kami) exprime le lien avec la Nature. Quand les choses sont bien en place, sa justesse et son respect offrent une atmosphère vibrante, autant pour les pratiquants que pour les enseignants, qui sont alors les vecteurs de la Transmission.

Mais pour cela, le Shisei de tous doit être correct, à commencer par offrir et garder le silence. « Les Kami sont très susceptibles, disait Tamura Sensei : un petit peu pas correct, ils sont partis ». Ils nous accueillent seulement si nous sommes silencieux. Ainsi, après s'être préparé dans le vestiaire, chaque pratiquant entrant dans le Dojo est prêt, apportant son propre silence à celui qui l'accueille. Ce silence est une valeur nécessaire pour la rencontre ; notre pratique aura alors plus de sens.

En outre le silence permet une autre perception des choses, ouvrant une porte de plus dans la subtilité. Observons la Nature : n'agit-elle pas en silence ? Un geste, un bruit inapproprié, et les oiseaux s'envolent...

* En pratiquant Furitama, je ressens comme une transformation. Serait-ce une porte d'entrée vers un autre état de conscience ?

Furitama, c'est le remuement de l'âme. O'Sensei et Tamura Sensei le pratiquaient systématiquement. « Dans Ame no Tori Fune, il y a tout », disaient-ils. On parle de « remuer l'âme », non de l'agiter ; l'idée étant de l'amener vers un état de sagesse...

* Le Kamiza fait référence à la tradition shinto, très complexe ; comment peut-on l'intégrer auprès de pratiquants de traditions différentes ? En tant qu'Aïkidoka, quel est notre lien avec les Kami ?

Les occidentaux ont une méthode d'analyse qui sépare les choses : Japonais et Français, homme et femme, matériel et spirituel... C'est la limite culturelle de notre approche. Mais ça ne marche pas comme ça. O'Sensei a créé l'Aïkido pour l'humanité entière. Il n'y a donc pas « les japonais et les autres ». Cet art atteint le plus profond de chacun d'entre nous,

qui est immuable et commun à toutes les cultures ; les « tuteurs » des différentes cultures peuvent se transformer, tandis que le fond reste le même, quels que soient le peuple, la culture ou l'histoire (on retrouve par exemple dans la culture celtique les mêmes animaux totems que chez les Aïnu, peuple à l'origine du Japon !).

Par ailleurs, le shinto n'est pas une religion ; c'est entre autres la certitude que la naissance est reliée à la source qu'est la Nature. Il n'a ni fondateur, ni dogme, ni commandements, ni doctrine, ni idoles, ni organisation : d'où sa souplesse, son intemporalité et son universalité, car touchant un fond commun.

De la même manière, qu'est-ce qu'un Kami ? Ce n'est pas ce que l'on croit. Pour les nommer, on utilise notamment « Feu-Eau » pour indiquer la perfection, le Yin et le Yang, l'équilibre des choses entre ces deux forces vitales. Nous sommes dans un regard universel qui rapproche, qui unit les gens, qui évite le combat, où le lien est l'amour (on le retrouve aussi dans le Christianisme, que O'Sensei a d'ailleurs cité).

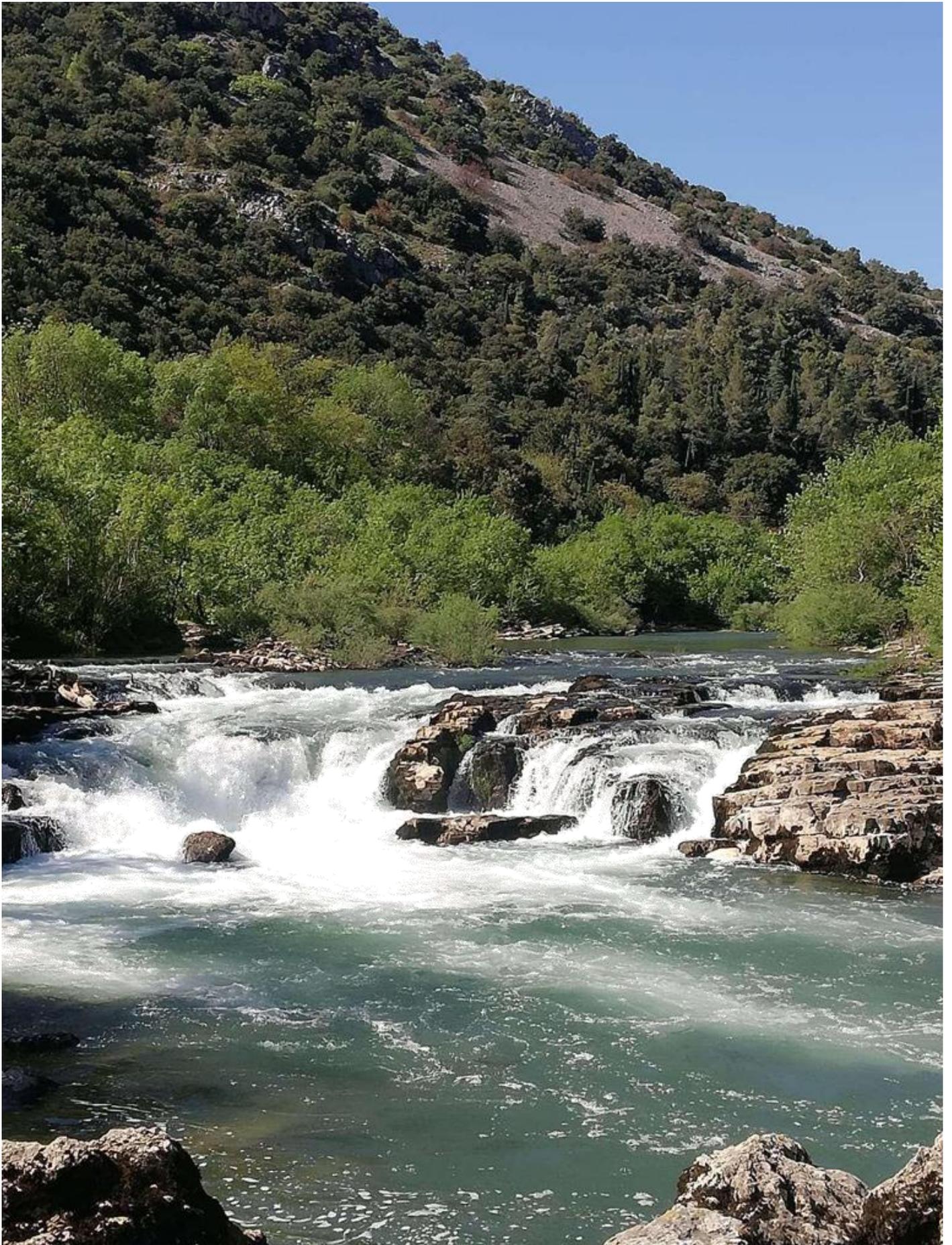
* Pourquoi commence-t-on par la pratique à mains nues et non par les armes, surtout pour les enfants pour qui c'est plus plaisant d'avoir un sabre dans les mains ? Est-ce une tradition, est-ce voulu ? Les enfants ne sont pas naturellement enclins à se servir de leurs mains pour se taper dessus : il faut leur présenter un travail à mains nues qui n'est pas de la bagarre, mais autre chose. De même, le travail aux armes est une bonne idée, mais sous couvert de trouver des exemples qui ne demandent pas d'état agressif. En terme d'éducation, il en est de même pour les « chutes » : personne ne veut chuter ! Parlons plutôt d'« ukemi », en commençant par s'asseoir correctement pour améliorer la souplesse du corps. Le ressenti est alors plus agréable que tomber sur le sol... Anciens comme enfants doivent apprivoiser leur corps, non seulement pour se mettre en forme à travers les mouvements mais aussi pour travailler leur état d'esprit (« chuter c'est dégradant... ») ; cela ne doit pas être vécu comme une punition, mais comme une méditation, un cadeau.



* Tamura Sensei pratiquait-il Misogi no Jo en cours ? Qu'en disait-il ? A la façon dont il prenait son jo, Tamura Sensei était déjà « dedans ». Un jo n'est pas un bâton. Dans le Shinto, c'est l'instrument utilisé à l'origine du monde. « Au cours d'une respiration on refait le monde », nous dit Tamura Sensei ; c'est en nous, ça nous repositionne pour avoir la meilleure respiration qui soit... Que l'on soit japonais, français ou autre.

* Dans Misogi no Jo, certains mouvements ont-ils une symbolique particulière, comme les cercles ? Le Jo est en lien avec les Kami, et exprime la verticalité. Donc oui, ne serait-ce que le mouvement du cercle ou de la spirale montante, il y a une symbolique. Les mouvements de O'Sensei avaient toujours un lien très profond avec le sacré. O'Sensei parlait d'ailleurs de Kamu Waza, au sens de « mouvement divin ». Mais pour cela, il faut au préalable avoir fait Misogi pour soi et autour de soi...

Il existe des mouvements similaires avec le Ken, tel Shiho Giri exécuté par Tada Sensei : il purifie l'espace alentour dans les quatre puis huit directions, avant de prendre un partenaire pour ré-exécuter ces mêmes mouvements.



*** La pratique peut-elle m'aider en cas de grosse colère, stress et autres paniques débordantes que rien ne semble pouvoir contrôler ?**

L'Aïkido, c'est trouver la bonne place. Si on se tient au pied d'un volcan qui explose, le mieux est de ne pas rester à prendre des photos, mais de sentir les choses, ce qui se passe en amont, et de partir... Il n'y a pas de méthode. L'Aïkido n'est pas une boîte à pharmacie pour trouver un remède à tout ; la réponse est à trouver soi-même. Etre centré, dans le sens sentir et être conscient sans être aspiré par ce qui se passe, telles les émotions qui arrivent par déferlantes...

Par ailleurs, les japonais utilisent le mot « Kimochi » : « mochi » comprenant les idéogrammes de la main et du temple. A l'origine, le temple était le lieu d'institution des lois divines, justes et pures ; la main est « ce qui met en œuvre », et le Ki circule...

Et si la colère nous submerge, prendre un Jo et aller dans le jardin (rires)...



*** A chaque début de cours, nous pratiquons kokyū. Pour tenir un bokken ou un jo, Tamura Sensei indiquait de ne le tenir « ni trop serré pour ne pas tuer l'oiseau, ni trop ouvert pour ne pas le laisser s'envoler ». Dans une respiration, on entend des sons qui sortent... Pourquoi, comment, à quel volume ce souffle doit-il sortir ? Laissez un filet d'air. Fiez-vous plutôt à votre ressenti, sans copier « à la lettre » ce que vous voyez ou entendez. Bien sûr, à un moment donné il faut lâcher pour ne pas se gonfler à bloc, ni provoquer de tension pouvant faire perdre connaissance... Au fil du temps, le souffle devient de moins en moins intentionné ; on prend de moins en moins d'air, tout en expirant plus... Tamura Sensei tenait à ce qu'elle soit pratiquée tous les jours : « quand on le fait ça change tout ». Il faut trouver, et le chemin est long...**

*** Lors du Chi Kong, je sentais comme des racines dans les pieds, et je jouais avec pour éviter que le vent m'emporte... Plus on maintient la verticale, plus les choses paraissent « dehors », plus on est immobile, calme (mais non arrêté), plus les mouvements apparaissent sans que ce soit l'intellect qui l'ait décidé. C'est le mouvement naturel et spontané qui ressort, et non le réfléchi (« je vois Aïté qui m'attaque ») ; je laisse alors s'envoler la main...**

Rester « stoïque mais pas rigide », juste permettre au mouvement de se faire, sans intervention de la volonté ; avoir un corps libre et léger permet de sentir qu'il y a quelque chose, de comprendre comment l'univers bouge...

* La pratique m'a offert de nouvelles sensations ; mais au moment de m'accrocher dessus, de vouloir les décrypter, tout disparaît et je dois recommencer à zéro. C'est assez frustrant... Ne pas vouloir s'approprier ce que l'on découvre, mais toujours s'émerveiller. A l'inverse, si on le fait pour soi, le ramener à notre égo, l'engranger, ça ne passe plus... Par ailleurs, « il faut prendre son temps », disait Madame Tamura.

* Pourquoi le mouvement Ame no Tori Fune est-il essentiel ?

« Dans Ame no Tori Fune, il y a tout » nous disait Tamura Sensei. Ce mouvement remonte au Kojiki : dans un bateau, le pratiquant quitte la terre ferme, puis se retrouve en pleine mer ; il arrive enfin sur l'île qui symbolise le paradis.



* Que signifient les sons que l'on prononce en pratiquant Ame no Tori Fune ?

Avant toute explication, il s'agit déjà de bien les sentir ; sinon elle sera emmagasinée dans l'intellect. Un mot, un idéogramme peut avoir plusieurs significations... Par exemple, une calligraphie de O'Sensei exprimant son Aïkido a été lue comme « Voie de la paix » par Tamura Sensei et comme « Lutte contre l'égo » par Yamada Sensei... Au-delà de la calligraphie, c'est son sens profond qu'il faut trouver.

De la même manière, « Shumeikan » rassemble trois idéogrammes, traduits par « le lieu où l'on passe du chaos à la lumière ». Mais Shumeikan veut aussi dire autre chose que l'addition de la signification de chacun d'entre eux ; Tamura Sensei ne nous a pas donné la réponse...

* Au moment de l'expiration, en prononçant « Suu », je me suis redressé sans m'en rendre compte ; le son m'a remis à la verticale...

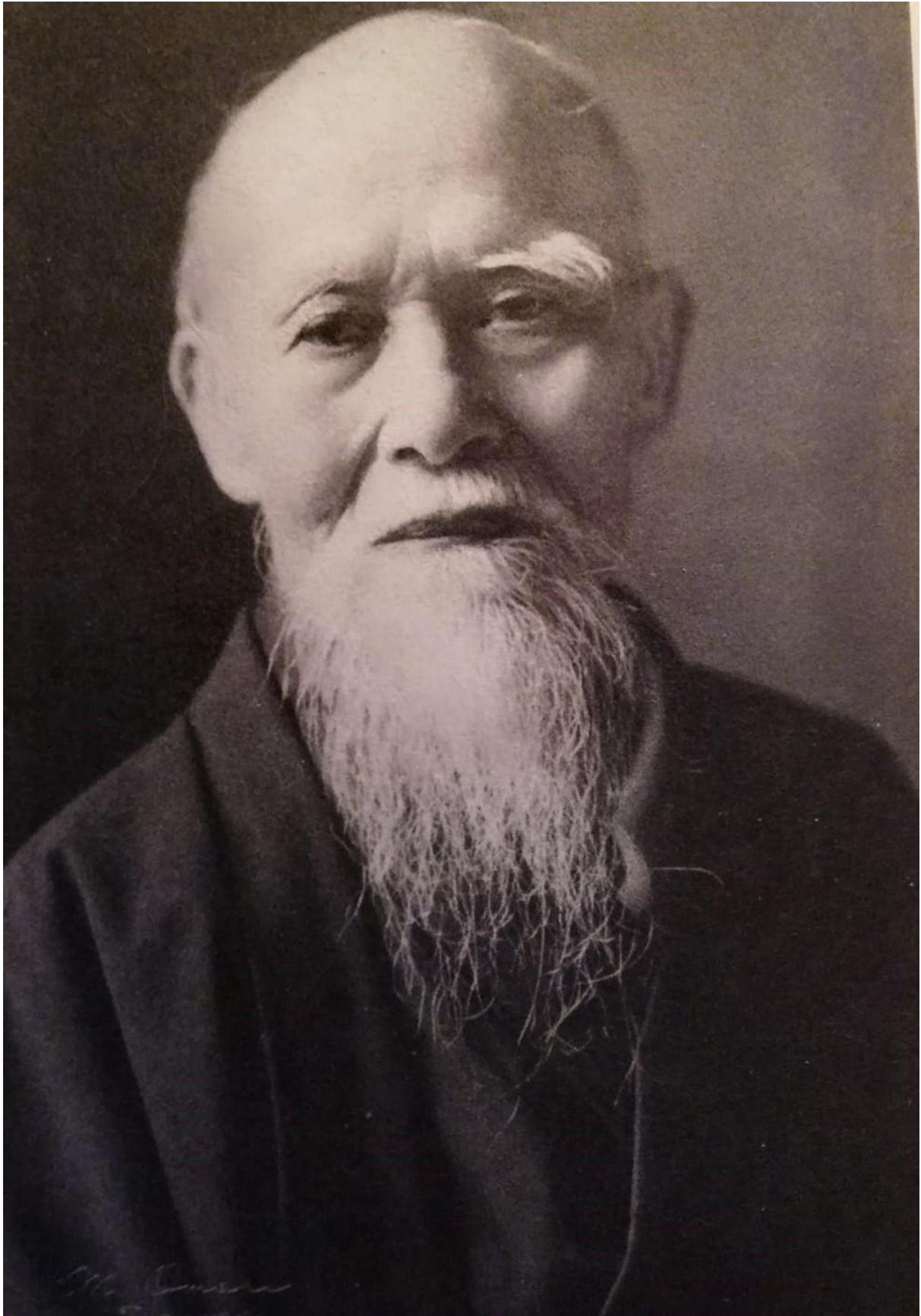
Pour O'Sensei, « Suu » est le premier son, celui qui a créé le monde ; il se poursuit tout au long de l'expiration. C'est un son qui génère...

* O'Sensei faisait-il apprendre les Norito à ses élèves ?

O'Sensei n'a rien imposé, mais a très vivement recommandé de s'y sensibiliser. Il pratiquait les trois préparations, mais conseillait à ses élèves de privilégier ce dont ils avaient besoin. De même, il n'a jamais imposé la méditation, sachant qu'il en existe plusieurs formes ; juste choisir celle qui convient le mieux. Il demandait seulement de ne pas les omettre. Mais si notre recherche est sincère, plus rien ne semble obligatoire : on s'imprègne naturellement...

Un hommage vibrant à O'Sensei...

Il y a 52 ans, O'Sensei prenait son envol. Tamura Sensei souhaitait commémorer sa date de naissance mais aussi celle de son Départ. Nous sommes « ses petits-enfants ». Donc question : quel degré d'attachement entretenons-nous avec lui aujourd'hui ? Ce lien est-il utile, si oui qu'en faisons-nous ?



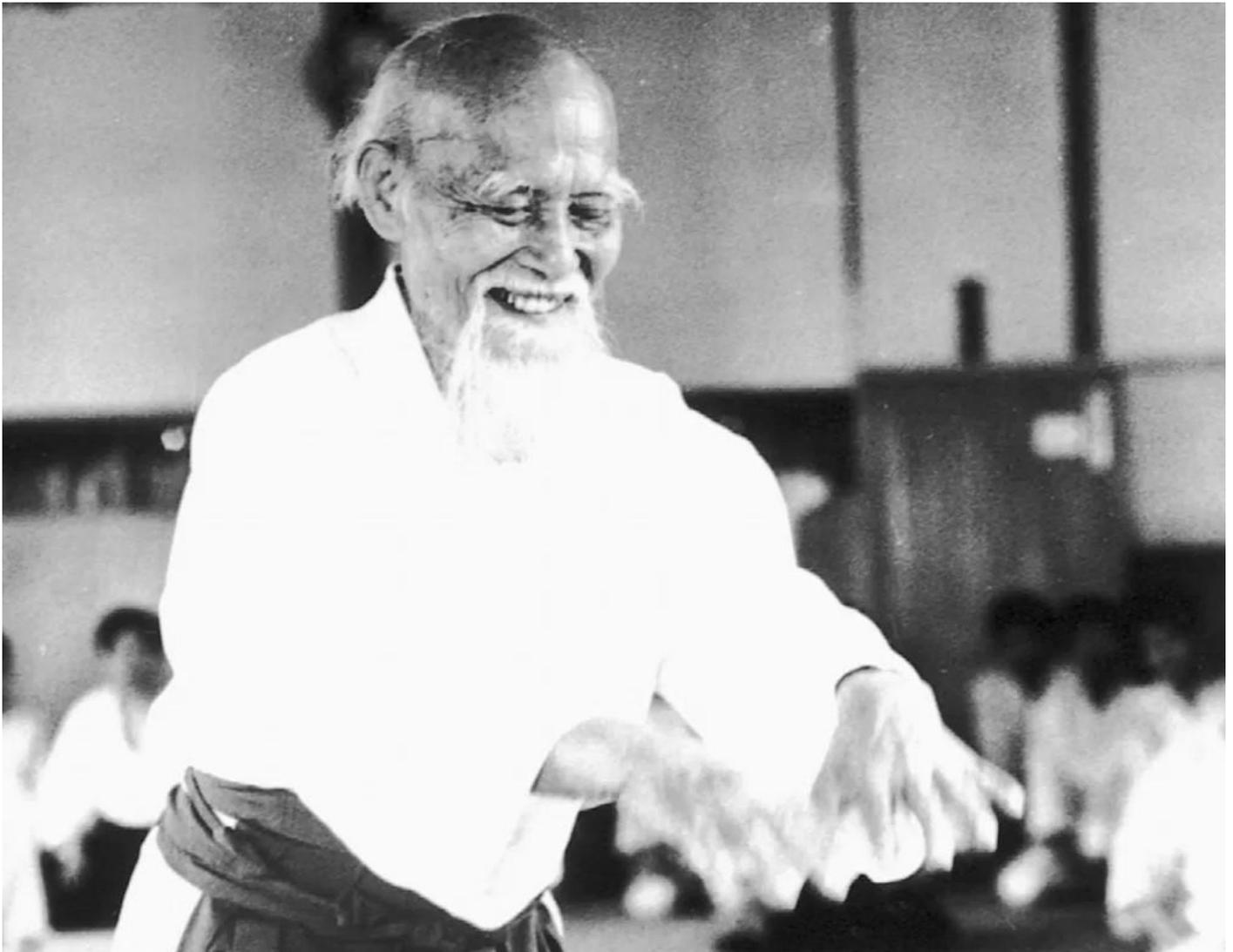
Paroles de pratiquants :

« Pour beaucoup, venir à l'Aïkido est le fruit du hasard (vraiment ?) : au détour d'une démonstration, d'une lecture, d'un subtil croisement de regards avec son portrait, d'une rencontre que l'on n'attend pas, comme une lumière placée là sur le chemin qui a fait vibrer quelque chose à l'intérieur de soi. Et au bout d'une période plus ou moins longue, « c'est ça ». Le plus surprenant, c'est que cette rencontre a perduré, que ce lien s'est renforcé, transcendé en autre chose via une filiation demeurée intacte depuis le Fondateur : que l'on en parle de chez nous, aujourd'hui, alors qu'il a vécu il y a 50 ans au Japon, c'est qu'il y a quelque chose d'universel, d'intemporel, qui nous touche tous. »

« Ce qui ressort de nos tranches de vie, c'est le caractère extra-ordinaire de cet Homme. Visionnaire malgré son époque troublée, reconnu par ses pairs, notamment par Jigoro Kano (le fondateur du judo), il a sublimé le Budo existant en le transcendant en Chemin de Paix. Il n'est pas salué par réflexe ou conformisme, mais parce que représentant quelque chose qui dépasse tout. Et quand le Kamiza n'est pas en ordre, c'est que « quelque chose ne va pas en nous » ...

« Il a trouvé une relation avec le monde, avec la Nature ; grâce à lui, on s'emploie à s'aimer les uns les autres, à répandre la parole d'Amour dans l'existence ; en retirant son propre ego, juste se présenter avec ce que l'on est, avancer à son propre rythme ; et, sans compétition aucune, il y a toujours quelqu'un pour tirer l'hésitant vers le haut. »

« Il nous offre un chemin, long, difficile. La vie n'y suffira sans doute pas. Mais sa force est telle que l'on marche ; même s'il n'y a pas de but, on marche. Des fois c'est dur, mais on y revient ; on ne sait pas ce qui se passe, si ce n'est qu'il y a quelque chose. Misogi. »



« J'ai trouvé une très grande famille », murmure une voix émue. « Malgré un parcours d'Aïkido très chaotique, toujours balbutiant, je suis toujours là, c'est au quotidien ; le seul cadre « humain » qu'il y a chez nous c'est O'Sensei, que parfois j'appelle affectueusement Papi... ». Pour d'autres, c'est aussi comme un grand-père de famille, dur et tendre à la fois, sévère et souriant, veillant sur tous ses petits-enfants. »

« On creuse la question... A travers nos Aïté, nos lectures, on essaie de comprendre pourquoi « c'est ça », pourquoi « ça » nous parle autant. Il y a certes des mots écrits classiques (amour, harmonie...) mais il faut du temps avant de commencer à les ressentir vraiment. Finalement, les choses qu'il a exprimées sont infiniment simples et bouleversantes. Et c'est d'autant plus simple quand on les ressent à l'intérieur de soi. »

« Il faut avoir la foi », a-t-il écrit sans relâche. Mais quelle est cette foi ? Notre version occidentale ? Non. Plutôt celle de croire à ce que l'on fait, se faire confiance, croire en les choses qui nous entourent, et se laisser aller avec une grande simplicité, une grande vérité. Nettoyer encore et encore, pour aller vers une verticalité qui redonne une force incroyable, et pour aller vers cet amour simple pour tous. »

« Il est toujours vivant. Au travers de Tamura Sensei, nous sommes en liaison directe avec Lui : c'est une filiation directe, sans pollution due à l'enseignement ou au temps qui passe. D'aucuns affirment qu'il les a éduqués à tous les niveaux... »



« En lien direct avec lui, Tamura Sensei aimait partager ses souvenirs de Lui avec nous, prenait son Maître à témoin ; à chaque fois, on l'écoutait attentivement... Donc oui, cela fait peut-être 50 ans qu'il est « parti », mais cela fait 50 ans qu'il est toujours sur les tapis... »

« Ce lien continue à travers nous tous, comme un rayon lumineux qui nous traverse. Non seulement c'est un lien qui maintient une relation nourrissante, mais c'est aussi un ferment de création. Ceux qui se tiennent au Kamiza, dans une sincérité juste, représentent O'Sensei ; il s'agit de le ressentir quelle que soit son ancienneté. »

« Depuis 50 ans, ce lien est toujours là, dans tout ce travail, ce dépouillement, comme la lumière qui passe au travers des carreaux enfin nettoyés. Pourquoi ? Parce que c'est déjà là, en nous. O'Sensei a fait ressurgir le positif de l'histoire moderne : aller au-delà de « gagner sur l'autre ». Qui n'a pas ce code ADN universel dans ses cellules ? Cela n'attend même pas notre adhésion... C'est déjà là. »

« C'est un Grand Initié, qui a dépouillé le passage pour nous. Maintenant, « il n'y a plus qu'à ».

Une famille plus que jamais présente...

« Loin des yeux mais près du cœur », dit-on ; c'est ce même lien qui s'est dégagé lors de la soirée « apéritif dînatoire » partagée entre écrans, le dernier soir du stage, tranquille et chaleureuse autour des verres qu'on trinque, comme auprès de la cheminée de Bras, où l'on veille tard... et tôt...



Arbres de vie...

Offerts à Jacques et Jean-Pierre



En guise de conclusion...

Le premier soir, avec le travail de Jean-Pierre, on a pris conscience que notre peau est un organe vivant, à part entière, à la fois détaché et relié aux organes internes, siège du sens du toucher, mais pas seulement. Elle nous offre ce 6^e sens, le ressenti, qui est comme une « intelligence » : quand on se fait piquer, quand on est triste, quand elle est blessée, la peau réagit... Elle est en relation avec tout le corps en permanence. De la même manière, la Nature est partout ; quand elle bouge, tous les animaux s'adaptent (ne serait-ce que dans le pressenti des catastrophes naturelles) ...

La Nature est notre « peau terrestre » ; elles communiquent toutes deux entre elles... Pourrait-on ressentir cette connexion ? La pratique de cette semaine nous a invités à ressentir intimement, dans notre centre, les mouvements de la Nature ; et, au plus profond de soi, les utiliser, s'y fondre, les faire siens.

Aujourd'hui cela fait plus d'un an que nous pouvons aller chercher au fond de nous-mêmes. Cette pratique quotidienne est déjà différente de celle d'hier. Pour cela, en ces jours de célébration de la Nature, rendons lui hommage ; retenons cette belle leçon, et cela, tous ensemble. Car ce lien est là.

C'est grâce à Tamura Sensei ; il est lui aussi présent dans cette Nature, nous aide à être en harmonie avec Elle.

