

## Plan d'Aups – Sainte Baume Stage avec Doshu Yoshigasaki

Un bref compte rendu relatif au stage qui a eu lieu au Plan d'Aups avec Yoshigasaki Senseï.

Le samedi, le temps était à la pluie. Par contre, dimanche, il a fait beau et nous avons pu profiter du soleil.

Nous avons eu le plaisir de recevoir des amis étrangers (Allemands, Suisses) et un ami de Belfort (France). Je n'oublie pas Yves ! Nous étions sur le tatami 21 pratiquants. Ce stage a été très intéressant, entre autre chose, pour la pratique de Bokken Tori.



*La photo habituelle et rituelle*

Comme je n'ai pas trop le temps, je laisse la parole à Jean-Paul (Belfort),

«... le séminaire de Sensei Yoshigasaki rejoint les préceptes des séminaires de cette année, mais j'y découvre quelques explications plus claires pour guider mon travail personnel. Prenant des exemples sur Bokken Dori, nous sommes amené à percevoir qu'instinctivement un bébé tire et qu'adulte, par souci de défense nous poussons. Pousser est moins efficace et n'est pas correct dans l'esprit du Ki. Le Ki, ce n'est pas une énergie, mais plutôt ce que nous percevons et anticipons. Nous devons accepter tout ce que l'univers nous donne, tel un bébé. Nous y gagnons en technique et rapidité. Bref, vous connaissez maintenant notre Maître, nous avons droit à des explications très fondées qui me sidèrent parfois tant il existe un écart entre la vision occidentale et japonaise. Sensei est un voyageur qui nous révèle nos travers. Tout cela est bien-entendu agrémenté de détails techniques...et finalement, c'est content et satisfait que je suis reparti de Plan d'Aups,»



*Une photo du dojo du Plan d'Aups*

Au plaisir de se rencontrer sur le Tatami à l'occasion de divers stages.