

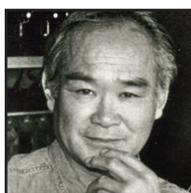
SOMMAIRE

- 1 Promotion au moment opportun
- 2 Éditorial
- 4 Stage franco-allemand
- 7 Japan Matsuri 2014
- 8 Misogi 2013
- 10 Stage d'été 2014 du BE
- 12 L'opinion d'un étranger

La date limite de soumission des textes pour le numéro de mai 2015 est fixée au 31 mars 2015

La promotion doit reposer sur la connaissance de ses élèves et le rapport avec eux, dit TK Chiba Shihan

L'opportunité de même que la teneur d'une promotion, un processus naturel dans l'étude de l'Aikido, varient



Chiba Sensei

d'un individu à l'autre. Chaque élève progresse selon un mode qui lui est propre et il est difficile de généraliser la manière dont cette progression doit être reconnue. Il n'est toutefois pas possible de procéder sans une certaine méthode et certaines directives générales, en d'autres termes sans établir des conditions requises pour les passages de grade.

Les conditions requises pour les passages de grade sont un sujet délicat. Bien que ce principe soit régi par un processus mécanique, une certaine souplesse est requise pour accommoder la diversité des conditions humaines et reconnaître la réalité des individus. C'est

pour cette raison que j'ai choisi de parler de "directives" plutôt que de "conditions requises" dans le cadre de la Région Occidentale de l'USAF. Ce système permet à la fois d'assurer qu'une promotion n'est pas une affaire de chance et de me laisser la liberté de reconnaître des élèves hors des contraintes de ce qui est écrit.

L'avancement en Aikido peut procéder de deux manières différentes : par examen et sur recommandation. La règle la plus importante à observer par un professeur conduisant un examen est de ne jamais comparer la performance et la teneur de l'examen d'un élève avec celles d'un autre. Chaque candidat doit être jugé sur la base de ses propres conditions humaines et en tant qu'individu à part entière, un principe qui requiert une relation étroite entre le professeur et l'élève. Tant que ce rapport n'a pas été établi, tout examen

suite en page 3

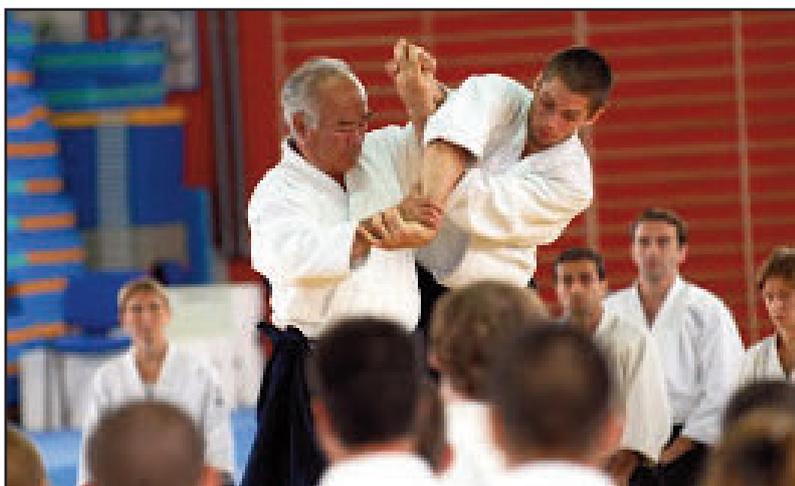


Photo: Beata Darowska

Chiba Sensei, Stage d'été de Pologne, Wroclaw, août 2007



BIRANKAI EUROPE



Directeur technique
TK Chiba Shihan 8e dan

Shihankai Birankai Européen

Norberto Chiesa 6e dan, Birankai
France

Gabriel Valibouze 6e dan, Birankai
France

Dee Chen 6e dan, Birankai
Royaume-Uni

Tony Cassells 6e dan, Birankai
Royaume-Uni

Chris Mooney 6e dan, Birankai
Royaume-Uni

Mike Flynn 6e dan, Scottish et
Borders Birankai

Daniel Brunner 6e dan, Birankai
Suisse

Patrick Barthélémy 6e dan
Birankai France

Joe Curran 6e dan, Birankai
Royaume-Uni

Pays membres

Birankai Autriche

Birankai France

Birankai Allemagne

Birankai Hellénique

Birankai Israël

Birankai Pologne

Birankai Portugal

Birankai Suisse

Birankai Royaume-Uni

Le *Musubi BE* est publié deux fois par an en janvier et juillet. L'édition en anglais est disponible sur britishbirankai.com et l'édition en français sur birankai.eu/shiun_fr.html

Les articles personnels reflètent les opinions de leurs auteurs. Toute soumission doit respecter les contraintes de place, et doivent être envoyées à la rédactrice, à la rédactrice assistante ou au secrétaire de rédaction.

Rédactrice : Dee Chen

deechen626@gmail.com

Rédactrice assistance :

Didier Boyet dboyet@gol.com

Secrétaire de rédaction : Wellington

Tsang wellington.tsang@gmail.com

Conseiller en graphisme :

Franco Chen

© Copyright 2014

Tous droits réservés. La reproduction est interdite sans autorisation expresse écrite.



Photo: Franco Chen

Éditorial

L'Aikido est bien plus que de l'auto-défense. Dès le premier cours il nous faut redécouvrir notre corps: contrôler notre cerveau pour coordonner les mouvements du corps, des jambes et des bras. Il nous faut soudain nous déplacer d'une manière comme nous ne l'avons encore jamais fait et la confusion prend vite le dessus. Mais quand par répétition incessante le processus de chacun de ces mouvements est enfin maîtrisé, l'Aikido devient enfin une deuxième nature.

Acquérir la forme d'une technique n'est que l'un des aspects physiques, mentaux, spirituels et éthiques qui constituent la discipline de l'entraînement en Aikido.

Y-a-t-il meilleure façon d'approfondir la maîtrise de notre art que de cultiver le respect dans le contact physique partagé ? Cette façon de procéder permet d'établir un mode de communication qui transcende les barrières des modes de vie, du langage, des cultures et des races.

Depuis l'an 2000, Alexander Broll du dojo d'Aikido Gen Ei Kan de Landau et Didier Hatton de l'Aikikai de Strasbourg dirigent des stages pour enfants et adolescents et depuis 2008 ces stages ont pris une dimension franco-allemande commune. Ces stages se sont déjà déroulés en divers lieux, notamment à Paris et en juin de cette année, 50 participants se sont retrouvés à Annweiler en Allemagne pour un stage-camping. Lars Ebsen et Max Jung nous font part de leurs impressions en page 5.

Dans un tout autre domaine, il existe un groupe d'adultes qui partagent le désir de resserrer les liens avec notre mère nature et de se libérer des contraintes de la vie quotidienne pour braver les éléments dans la pratique du Misogi. La pratique du Misogi donne de la profondeur à leur entraînement martial tout en renforçant leur connexion avec la beauté de la nature. Jean-Luc Busmey nous parle de son expérience du Misogi en page 8.

L'Europe a également connu de nombreuses autres activités, notamment le Stage d'été du BE qui s'est tenu cette année du 26 juillet au 1er août à Wroclaw en Pologne et qui a accueilli Miyamoto Tsuruzo Shihan, 7ème dan du Hombu Dojo, Japon, ainsi que divers shihan et shidoins européens. Le 27 septembre, l'Aikikai de Londres a de nouveau participé au Japan Matsuri (Festival du Japon) organisé au Trafalgar Square de Londres en donnant deux démonstrations dont l'une était réservée pour la première fois aux enfants. Horii Shihan a, cette année, été invité à diriger des classes à Londres et à Wroclaw et plusieurs shihan and shidoins du Birankai ont donné des cours dans divers autres dojo à travers l'Europe.

Avec l'hiver et ses longues nuits glaciales qui approche et l'année qui va prendre fin, nous voudrions transmettre à tous les membres du Birankai nos meilleurs souhaits pour l'année qui vient en espérant que leur pratique d'Aikido leur apportera bien-être et confiance en soi dans tous les aspects de leur vie de tous les jours. ☺

Dee Chen

Traduction: Didier Boyet

Photo: Beata Darowska



Chiba Sensei, Stage d'été de Pologne, Wroclaw, août 2007

suite de la page 1

en Aikido risque d'être faussé. Le principe directeur et l'axe de tout examen est le degré de culture du corps – ce que j'appelle un "corps d'Aikido" – qui correspond au degré de conscience du corps atteint par chaque individu. Objectivement, un corps d'Aikido se manifeste comme centré, connecté, entier, conscient, vivant, fluide, vivace, transparent, discipliné et spontané. Certes, l'Aikido incorpore également des principes physiques et techniques importants qui donnent son originalité à cet art et qui ne doivent jamais être négligés. Toutefois, dans la mesure où la conscience du corps est progressivement mise en train, les différences individuelles dans l'exécution des formes sont parfaitement acceptables. L'important est d'identifier cette conscience du corps et non les formes. Toutes les fois que le corps est vivant et agit en toute conscience, la forme prend vie elle aussi.

La promotion sur recommandation n'est possible que lorsqu'il existe une étroite relation maître-élève, relation qui est la base de toute discipline martiale. Toute promotion individuelle doit toujours être personnalisée, jamais mécanique et automatique. C'est toujours une expérience stupéfiante de voir un élève faire, en peu de temps un grand pas en avant – un pas vers une dimension supérieure de conscience physique. C'est la responsabilité ou plutôt une qualité requise du maître d'être capable d'identifier ce pas en avant quand il se produit et de le reconnaître rapidement.

Si les progrès d'un élève ne sont pas reconnus, du fait de la négligence du maître ou pour toute autre raison, ces progrès risquent d'être annulés ou d'être mis en sommeil. L'absence de reconnaissance de la part du maître est presque aussi grave qu'une promotion accordée prématurément. Quand le fruit est cueilli encore vert, il a le même goût amer que le fruit qui reste sur l'arbre bien qu'il soit mûr. L'acuité de la vision du maître est vitale dans l'avancement progressif de ses élèves.

Un autre élément à prendre en considération pour une promotion sur recommandation est ce que j'appelle le "grand" Aikido et le "petit" Aikido. Le "grand" Aikido recouvre la vie à l'extérieur au dojo, tandis que le "petit"

Photo: Beata Darowska



Stage d'été de Pologne, août 2007

Aikido est restreint à l'entraînement à l'intérieur du dojo. Je connais de nombreux individus dont le processus d'apprentissage à l'intérieur du dojo a été relativement lent mais dont la vie répond aux principes de l'Aikido et que je considère comme des aikidoka exemplaires dignes de promotion. Ce que je veux savoir et ce que je juge quand je procède à une promotion, par examen ou sur recommandation, c'est si le candidat a de la substance ou bien si tout n'est que superficialité. Tant il est vrai que quelqu'un peu adroit ou même apparemment incompetent peut, dans son corps, posséder quelque chose de profondément substantiel. On peut dire qu'un pratiquant d'Aikido possède de la substance, quel que soit son niveau technique, quand il ou elle trouve son Soi véritable et finit par accepter son vrai visage, sans fard et sans artifice.

Un pratiquant d'Aikido est superficiel quand il essaie de passer pour quelqu'un d'autre que celui qu'il ou qu'elle est vraiment. Cette personne n'a pas encore fait face à son véritable visage dans l'entraînement. Qui plus est, les valeurs qu'une telle personne chérit dans la vie sont des valeurs copiées des autres. Certes, copier son professeur dans l'apprentissage de l'art est une phase importante. Mais demeurer une copie n'est plus acceptable. Regarder son professeur et le ou la copier est le chemin suivi par la plupart et sans aucun doute est à la base de toute discipline martiale. Mais le travail du professeur est d'amorcer la pompe, de préparer l'élève à rejeter l'imitation et la superficialité afin qu'il ou qu'elle découvre son Soi propre et accepte son vrai visage.

Cette conscience du corps originale, révélée par la pratique est en fait le pilier même de la vie. C'est une démarche martiale – comme l'est tout être vivant sur terre depuis les premiers instants de son existence – et, en même temps, cette démarche dépasse le martial pour englober l'esprit, c'est-à-dire l'âme, les sens et l'intellect. ☺

Shihan TK Chiba 8e dan
Le fondateur du Birankai
San Diego, California
Traduction: Didier Boyet

Publié originellement dans *Sancho, Été 1997*



Alexander Broll, Gen Ei Kan Aikido Dojo Landau

Un stage franco-allemand pour les enfants et les adolescents orienté vers le développement personnel

Les cours pour enfants et adolescents ont commencé en février 2000 au Dojo d'Aikido de Landau et, comme



Alexander Broll

notre dojo est situé près de la frontière française, nous avons organisé notre premier stage pour enfants et adolescents dès novembre 2000 en conjonction avec Didier Hatton, shidoin, de l'Aikikai de Strasbourg. Le succès fut total auprès des enfants, des adolescents et des parents, et depuis nous organisons des stages franco-allemands pour enfants et adolescents deux fois et parfois même trois fois par an, à Strasbourg, Colmar ou Landau.

Ces stages ainsi que les rencontres d'été internationales organisées en France, en Grande-Bretagne et en Pologne sont l'occasion pour les instructeurs de se réunir et d'échanger des informations. C'est au cours de ces échanges que s'est développée l'idée d'offrir des stages d'Aikido de plusieurs jours aux enfants et adolescents. Le dojo de Paris, dirigé par Anne Ducouret, shidoin, s'est joint au groupe et depuis 2008 les stages d'Aikido pour enfants et adolescents sont devenus un événement annuel dont le lieu et le contenu varie chaque année mais dont l'objectif



demeure la pratique intensive de l'Aikido, y compris celle du Jo, du Bokken et du Tanto, pendant environ six heures par jour. Les stages organisés à Paris incluent des visites "touristiques" et ceux de Colmar et Landau mettent l'accent sur le contact avec la nature par le camping, les pique-niques et les feux de joie. Ces stages ont permis de promouvoir non seulement une pratique intensive de l'Aikido mais également les rapports au-delà des frontières et le respect mutuel. Il est important d'insuffler un sens de la communauté et de la tolérance chez les enfants qui doivent souvent lutter contre le désir de faire ce qu'ils veulent et accepter le respect des règles auquel on les oblige, autrement dit apprendre aux enfants à s'engager et à participer.

Quand sécurité et confiance sont établies, rencontrer des gens d'autres nationalités est toujours une chose intéressante qui se déroule dans une atmosphère particulière. Des enfants et des adolescents avec divers degrés d'incapacité participent également à ces stages. On est comme on est, partie du tout, et l'Aikido nous donne une chance de nous mesurer à nous-mêmes et à l'environnement dans lequel nous vivons, pour nous développer et pour transformer cet environnement (par le biais de Ai).

Les instructeurs qui encadrent ces stages, bien qu'ils se connaissent depuis relativement longtemps, sont différents les uns et des autres et cet aspect individuel apporte une note de fraîcheur. Toutes les fois qu'ils se rencontrent de nouvelles découvertes sont faites, de nouvelles expériences sont vécues, rien n'est inerte et chaque nouvelle rencontre entre adultes, enfants ou adolescents se traduit par un pas en avant dans le développement et constitue une nouvelle source d'énergie pour le dojo. ☯



Photos: Alexander Broll

Alexander Broll 5e dan
Gen Ei Kan Aikido Dojo, Landau
Birankai Deutschland
Traduction: Didier Boyet

Où les enfants font du camping, jouent et s'amuse entre deux séances d'entraînement sérieux



Je m'appelle Lars Ebsen et j'ai dix-huit ans. Je fais de l'Aikido depuis presque neuf ans



Lars Ebsen

maintenant et j'ai participé à tous les stages franco-allemands de la Pentecôte (deux fois à Paris et une fois à Labaroche et à Landau). Ces cours se sont toujours révélés d'un grand intérêt pour moi et j'ai toujours beaucoup de plaisir à converser avec mes amis français. Grâce à ces stages je rencontre d'autres personnes qui, comme moi, font de l'Aikido depuis longtemps et dont je peux mesurer les progrès. Comme nous l'avons fait également cette année à Annweiler, camper tous ensemble est plus intéressant que loger à l'hôtel. J'ai des souvenirs fantastiques de ces cours et je suis sûr qu'ils vont me manquer quand j'irai étudier à Aachen même si je sais que je pourrai continuer à y pratiquer l'Aikido. ☺

**Lars Ebsen 5e kyu
Gen Ei Kan, Landau**

Je m'appelle Max Jung et j'ai 15 ans. Je fais de l'Aikido depuis un peu plus d'un an et demi et ce stage de



Max Jung

plusieurs jours est le premier auquel j'ai participé. J'ai beaucoup apprécié la possibilité de pratiquer avec autant de gens différents et sous la direction de quatre professeurs. Vivre en groupe comme cela tous ensemble pendant trois jours était aussi une expérience intéressante. L'entraînement était très dur mais productif et je crois que cela m'aidera à progresser. J'ai beaucoup aimé l'idée du camping et la randonnée du dimanche. ☺

**Max Jung 6e kyu
Gen Ei Kan, Landau**

Du 7 au 19 juin 2014, cinquante enfants ont participé au stage d'enfants du Birankai Europe à Annweiler en Allemagne. Les participants venaient des dojos de Paris, Colmar, Strasbourg et Landau. Les principaux enseignants étaient Anne Ducouret, 5e dan de Paris, Didier Hatton Sensei, 5e dan de Colmar, Dr Daniel Wiedemann, 4e dan de Strasbourg et Alexander Broll, 5e dan de Landau.

Quand les participants français sont arrivés sous un beau soleil le samedi après-midi, les tatamis avaient déjà été installés dans le "Turnerheim" d'Annweiler. C'était déjà l'heure du premier cours. Ces trois premières heures de cours consacrées à diverses techniques de projection furent alors suivies de notre diner. Les "petits", encore pleins d'énergie organisèrent un match de rugby qui dura jusqu'à la nuit tandis que les "grands" se reposaient, confortablement assis dans un fauteuil. La session d'entraînement suivante allait commencer après une nuit bien trop courte dans nos tentes.

Cette deuxième session de trois heures également consacrée à des exercices d'Aikido et de Jo fut suivie par une excursion au "Jungpfalz-Hütte". Heureusement, notre groupe put se désaltérer en chemin à une source qui nous permit de rendre la température de 35°C à peu près supportable. Peu après notre retour à notre terrain de camping, nous avons encore eu une session de

trois heures d'exercices d'Aikido et de bokken et d'exercices "amusants" au cours desquels les "grands" jouaient le rôle de rochers mis les uns sur les autres pour former une montagne par les "petits". La soirée fut consacrée à un barbecue. Les "petits" regagnèrent leur sac de couchage assez tôt, épuisés après cette longue et laborieuse journée, mais certains "grands" restèrent éveillés jusqu'aux premières heures du jour. La dernière séance d'entraînement eut lieu lundi, suivie d'une remise de cadeaux aux professeurs et de la photo de groupe traditionnelle. Puis nos amis français ont repris le chemin du retour nous laissant le soin de ramener les tatamis à Landau.

Pour finir, nous aimerions saisir l'occasion qui nous est donnée ici pour remercier tous les participants, les assistants et les organisateurs (une mention spéciale pour la famille Heinen) sans qui rien de tout ceci n'aurait été possible. ☺

Written by
**Lars Ebsen 5e kyu
Max Jung 6e kyu
Gen Ei Kan, Landau
Birankai Deutschland
Traduction: Didier Boyet**



Photo: Alexander Broll

BJJ

**Stage pour
enfants du
Birankai Europe
à Annweiler en
Allemagne
7-9 juin 2014**



Photos: Alexander Broll

JAPAN MATSURI 27 septembre 2014, Trafalgar Square, Londres

L'Aikikai de Londres fait une démonstration pour la sixième année consécutive

七
ノ
心



Travail de Randori (libre) par Davinder Bath (à droite)



Tomas Litvin ((à gauche) et Rinaldo Rustico



Démonstration des enfants sous la direction de Davinder Bath

Photos: Andre Milovidov

Misogi nous permet de puiser notre énergie au plus profond de nous-mêmes – Une découverte de Jean-Luc Busmey

L'isolement et le contact avec les éléments naturels : terre, air, eau et feu, permettent de prendre de la distance avec le

quotidien et de laver l'esprit des pensées divers qui l'encombrent habituellement. Libérés des pensées inutiles nous pouvons alors chercher à raffermir notre esprit dans des conditions de vie et de pratique difficiles, pour le rendre ouvert et mobile en toutes circonstances.

La vie au camp est organisée autour du feu et rythmée par la succession du jour et de la nuit. Aucune connexion au monde extérieur n'est tolérée et il faut vite considérer son téléphone portable comme un simple réveil matin. Aucun ordre n'est donné car chacun doit rester connecté avec le groupe et savoir en temps et en heure ce qu'il doit faire et comment.

Les heures qui suivent l'arrivée sont faciles et agréables tandis que les corps et les esprits sont chauds tout occupés par l'organisation du camp. Misogi commence réellement lorsque les pieds sont froids dans des chaussures mouillées par la neige et que les pensées arrivent en ordre dispersé, se focalisant sur ce qui gêne ou regrettant le confort de la vallée. Les premières



Jean-Luc Busmey

séances de zazen peuvent même être difficiles car l'esprit est encore assujéti aux sensations du corps et cherche à le satisfaire dans le mouvement ou l'assoupissement. Qu'il est curieux ainsi de considérer la leçon que nous donne la petite goutte accrochée au nez : cet effort quasi surhumain qu'il faut fournir pour ne pas bouger lorsque l'esprit y est immobilisé et cette détente lorsque l'esprit arrive à s'en détacher.

Les classes d'arme sont bienvenues car elles permettent au corps et à l'esprit de retrouver des sensations connues en dépit du terrain et des intempéries qui perturbent les schémas habituels. De nouvelles sensations se mettent rapidement en place pour pouvoir se déplacer et agir sur un terrain inégal et glissant. Avec le froid qui mord la peau, même les armes changent de densité et semblent se comporter différemment.

Mais pratiquer comme au dojo ne suffit pas, il faut repousser les limites habituelles. Il faut aller chercher l'énergie au plus profond de soi pour en tirer les Kiai puissants qui nous permettent de supporter la morsure du vent glacé sur la peau nue et ponctuent les assauts que nous nous portons mutuellement, ou que nous infligeons aux arbres.

Le Misogi utilise les épreuves du corps pour atteindre l'esprit. Le rapport

au feu et à la terre que nous expérimentons dans une hutte de branchage, est l'occasion d'explorer les différentes dimensions de notre existence ; du plan physique au plan spirituel. Le trou noir central dans la terre, nous rappelle d'où nous venons et où nous allons, tandis que les volutes de vapeur qui en sortent bougent comme une vie pour disparaître finalement. L'introspection permet d'élargir la notion de connexion du plan physique au plan temporel en considérant ce qui a pu nous précéder et faire ce que nous sommes. L'immersion finale dans la neige fait éclater l'énergie et disperse la mélancolie qui a pu s'installer.

Au fil du temps, notre ancrage dans le moment présent est de plus en plus marqué. Connectés aux lieux et aux éléments naturels, nous en faisons maintenant partie sans les subir. C'est le temps du dépassement de soi. La forêt et les champs de monolithes sont alors le cadre d'exercices nocturnes inhabituels. Il y a ainsi des examens aux armes qui marquent et qui ont d'autant plus de valeur que les conditions sont difficiles. Assistant aux démonstrations de Fabrice et Thierry, la nuit, dans le froid glacial de l'hiver ardéchois et dans la tourmente du vent, une question vient à l'esprit : comment aurais-je fait ? Aucune réponse possible avant de s'y soumettre soi-même.

Faire le Misogi semble donner de la densité à la pratique martiale. Il apprend à considérer les épreuves avec un certain détachement, mais sans les ignorer, tout en restant constant dans l'action. Peut-être est-ce un aperçu de l'état d'esprit qu'il faut rechercher s'il fallait évoluer le fil qui relie la vie à la mort ? ☯



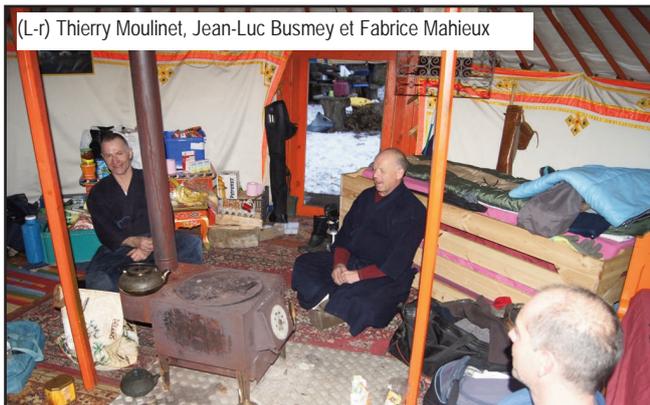
Photos: Patrick Barthélémy

Jean-Luc Busmey (right) and Bruno Russo

Jean-Luc Busmey 4e dan
Dai jyo kan Aikikai de
Bagnols sur Cèze
Birankai France



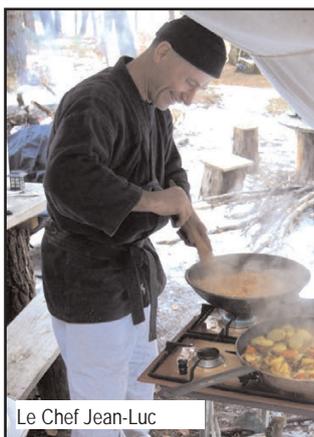
Dortoirs/Zendo



(L-r) Thierry Moulinet, Jean-Luc Busmey et Fabrice Mahieux



Feu de camp pour la cérémonie du Sweat Lodge
La tente des douches en arrière-plan



Le Chef Jean-Luc



Jean-Luc ramassant du bois



Dortoirs/Zendo

BE

BE SUMMER CAMP 26 JULY-1 AUGUST 2014, WROCLAW, POLAND



Photos: Goska Smierzchalska

五
丁
心



Photos: Goska Smierzchalska



Stage d'automne 2014 du British Birankai 2014 – L'œil d'un étranger par Jörgo Vieira

Être un étranger n'est pas chose facile. Être un pratiquant d'Aikido étranger est une véritable épreuve. Mais parfois le défi en vaut la peine.



Jörgo Vieira

J'ai récemment commencé à m'entraîner au dojo du Birankai de Londres, le London Aikikai, sous la direction de Davinder Bath Sensei et je ne peux que me féliciter de cette expérience extraordinaire, d'autant plus que j'ai également eu la chance de pouvoir participer au Stage d'automne du British Birankai qui s'est tenu les 11 et 12 octobre 2014 au Bilberry Hill Centre de Birmingham avec Chris Mooney Shihan, Ian Grubb Sensei et Piotr Masztalerz Sensei.

Les pratiquants avaient la possibilité de loger sur place, dans des locaux sommaires certes, mais bon marché et avec accès à la cafétéria pendant les pauses. Ces pauses-repas m'ont permis de nouer des liens plus proches et plus personnels avec d'autres pratiquants et de discuter de notre expérience et des techniques pratiquées pendant les cours.

Le stage était aussi une excellente occasion de s'entraîner et de partager notre expérience avec des pratiquants d'Aikido locaux et étrangers. Le système d'entraînement du Birankai est particulièrement complet et proche de la

pratique de l'Aikido avec laquelle je suis coutumier. Les séances de Zazen et de laido de ce stage venaient également éclairer les techniques pratiquées dans les cours d'Aikido proprement dit.

Regarder Ian Grubb Sensei démontrer les katas de sabre pendant les cours de laido était un véritable plaisir des yeux. Chaque pratiquant tentait de reproduire la précision, l'efficacité et l'élégance des mouvements du sabre et du corps. Le sifflement du sabre de Ian Grubb Sensei fendait l'air n'était pas facile à répéter mais l'exécution par l'ensemble des pratiquants du même mouvement à l'unisson était étonnant. J'avais presque envie de m'arrêter pour admirer la performance du groupe des élèves.

Le cours d'armes dirigé par Piotr Masztalerz Sensei fut très impressionnant. Les mouvements très souples au bâton semblaient littéralement couler d'eux-mêmes autour du corps du professeur. Le plus difficile pour moi était sans doute de marier vitesse et contrôle de l'arme et de l'opposant. Tout aussi intéressant fut la démonstration de Piotr Masztalerz Sensei sur les variations possibles de techniques simples comme Shiho-nage. Si Piotr Masztalerz Sensei sait imposer le respect sur le tatami il est tout aussi facile d'approche et doté d'un grand sens de l'humour pendant les pauses.

Les séances de méditation Zazen dirigées tôt le matin par Chris Mooney Shihan avaient pour effet d'éveiller le

corps et de le préparer aux divers entraînements du jour qui allaient suivre. Un travail particulier était effectué dans les classes d'Aikido sur la respiration et le rôle primordial du hara. Le contrôle de la respiration et les moyens d'acquérir ce contrôle furent démontrés et donnés à travailler aux pratiquants pour application dans leur pratique de l'Aikido et dans la vie de tous les jours. Le rôle très important de la position fut également étudié dans ces classes, toutes animées de projections énergiques.

Il est difficile pour un pratiquant comme moi d'adopter une nouvelle forme de pensée comme celle de Chiba Sensei qui résulte d'une vie entière consacrée à l'Aikido, parce que mon corps a absorbé des techniques au point réagir par réflexes et que tout changement requiert un effort mental qui me ralentit dans ma pratique sur le tatami.

Mais s'il est difficile de lutter contre la mémoire du corps, c'est un exercice qui enrichit ma perspective de l'Aikido, qui ouvre mon esprit à une approche différente des mouvements du corps et du courant de l'énergie. Après chaque séance d'entraînement le désir de travailler plus avant revient inexorablement. ☺

Jörgo Vieira 1er dan
London Aikikai
Birankai Royaume-Uni
Traduction: Didier Boyet



Piotr Masztalerz (à gauche) et Pierre-Alexis Mouthuy (uke)

Photo: Davinder Bath



Photo: Davinder Bath

Stage d'automne 2014 du British Birankai 2014



Photo: Laszlo Seres

Japan Matsuri 2014, Londres: Jorge Vieira (à gauche) et Rinaldo Rustico (uke)



Photo: Andre Milovidov

Japan Matsuri 2014, Londres: Davinder Bath (à droite) et Tomas Litvin (uke)



Document d'archive

TK Chiba Shihan lors du 7ème Stage d'Été de la Région Occidentale de la Fédération Américaine d'Aikido à San Diego en Californie

7-14 juillet 1990



Photo: Franco Chen



Photo: Mary Lou Waiters