

Compte rendu du Gasshuku de Bâle. Printemps 2016



Après quelques hésitations sur la faisabilité de l'évènement dues aux désistements de dernière minute, nous avons finalement décidé en collaboration avec Yves et Jean-Louis (la quantité n'étant pas le gage de qualité) de maintenir le Gasshuku, mais de changer le lieu d'entraînement pour des raisons financières.



Nous étions donc une dizaine à nous retrouver en ce pluvieux weekend de Mai. La très belle salle de la bibliothèque nous ouvrit ses portes et un beau parquet en bois attendait nos petits pieds sensibles. Pendant que nous passions nos hakama, Yves me demanda la signification de « Joshin ». Une question plus qu'à propos (il faut croire que les grands esprits se rencontrent), puisque par la présence de la calligraphie de Pascal, j'avais planifié d'aborder ce sujet.

C'est ce que je fis juste après les premiers saluts : je mentionnais donc ma relation au bois par une suite d'aïeux ébénistes. Puis j'abordais l'aspect symbolique du bâton : cette image de l'arbre qui nous ancre à la terre (l'instant présent) et la relation du bâton au chakra du ventre, l'endroit d'où s'ancrent et partent notre énergie et notre créativité. « Joshin » est donc l'esprit du bâton, une pratique du Jodo, une façon de vivre et de percevoir, à la fois intensive et créative.



Nous avons commencé l'entraînement du samedi matin par une session de Jodo. Après un échauffement par les kihon, puis Yves nous expliqua son programme spécialement concocté pour l'occasion (ce programme sera poursuivi lors de nos prochaines rencontres) : Démonstration et exercice des kihon tandoku et sotaï, puis leur mise en application au travers différents kata choisis parmi les séries de l'école, depuis Omote jusqu'à Okuden.

L'après midi, Jean-Louis nous a initié à cinq principes fondamentaux du Kenjutsu appelés Gohô : Maki Otoshi, Kiri age, Kiri kaeshi, Uke nagashi, Kiri Otoshi. Tout d'abord à partir d'une approche par la démonstration et un découpage des mouvements à effectués, mettant en évidence le travail des hanches dans les positions Hanmi et Gyaku Hanmi. Par la suite, à travers la recherche de plus de fluidité avons pu approcher la notion importante de timing, la précision et l'aspect minimaliste (le nécessaire et suffisant) du geste.



Le soir nous nous sommes retrouvés autour d'une table et un menu mexicain : guacamole et enchiladas le tout à la sauce « Luco ». Nous avons fini par deux gâteaux au chocolat (le premier amené par Yves et fait par son cousin de Fribourg, le deuxième fait par Véro, une technique secrète de famille...). Nous avons réussi à arroser le tout avec une certaine modération (le vin rouge par Simone, le Floch de Gascogne par Jean Louis) ce qui nous a permis d'aborder de profond sujet de conversation et donc de refaire le monde en toute convivialité...



Le matin petit déjeuner complet : jus de fruit frais, œufs brouillés, moutarde de Bénichon (par Yves) pain, fromage, et pain au chocolat (par Sascha). Nous partîmes en forme pour l'exercice du matin. Certains nous ayant quitté pour rejoindre leur famille, nous avons passé le dimanche en comité plus restreint.

La matinée fut animée par Jean-Louis et commença par des séries uchikomi au ken. Puis retour à la suite d'exercices de la veille.

L'après midi commença par des kihon de jo et une mise en relation entre les exercices de ken et ceux de Jo, à savoir, les positions hanmi et Gyaku hanmi.

Puis nous avons travaillé les différentes séries de kata dans un tournus commun puis par niveau d'avancement afin de permettre aux plus avancés de pratiquer les séries comme Samidare, Gohon no midare et Okuden.

Pour conclure, nous avons pu tous effectué et réalisé des exercices nouveaux reliés aux aptitudes et niveaux de chacun, et approché le travail du Ken et du Jo dans un esprit d'unicité. Le petit nombre que nous étions nous a permis de recevoir un enseignement plus personnalisé et de percevoir de plus prêt la notion Ishin Denshin. Je pense que chacun est reparti avec le sentiment d'avoir abordé et échangé de nouvelles choses dans une super convivialité au sein du groupe et sous la bienveillance si appréciée de tous de nos enseignants.

Les sourires et la bonne humeur exprimés sur la photo de groupe sont le reflet de ses moments passés ensemble.

A tous, un grand merci !

Luc