

Compte rendu du stage animé par Gabriel Féménias - CEN
Dimanche 22 octobre 2023 – Vendargues
9h30-12h et 14h30-17h



Intervenant : Gabriel Féménias 6^e dan CEN

Clubs participants : Aikido Roussillon (10), Judo Club du Gard (8), Aikido Club St Privaden (1), Familles Rurales de Milhaud (2), Aikidojo Fonsois (1), Aikidojo Salindrois (2), Aikido Club Villeneuveois (2), Aikido Club Clermontais (1), Kimusubi Aïkido Club Gignac (3), Cercle d'aïkido Montpellierain (2), Arts Martiaux Lodévois (3), Aikiciam (1), Club d'Aïkido Vendarguois (8), Foyer Rural du Pouget (1), Aiki-Tanren Montpellier (7), Aikido Club de Montarnaud (6), Hikari (1), Clubs hors CID (6)

Nombre de participant(e)s : 65

6 ^e au 2 ^e kyu	1 ^{er} kyu	1 ^{er} dan	2 ^e dan	3 ^e dan	4 ^e dan	5 ^e dan	6 ^e dan
14	9	3	13	8	5	8	5

Gabriel Féménias

Lors de cette dernière session, j'ai fait le choix d'insister sur les fondations et les fondamentaux que je distingue ainsi:

- les fondations sont les principes constitutifs de la pratique qui permettent de développer le sens de la globalité. Maître Tamura a ainsi sélectionné une dizaine de notions essentielles à la compréhension plus en profondeur de la discipline. Il ne s'agit donc pas simplement d'accumuler des connaissances et compétences techniques mais bel et bien de les faire vivre à travers l'étude du Shiseï, d'Irimi, du Kamae, du Kokyu, du Ma aï, de Tenkan, d'Ura et Omote, des Tai sabaki, des Atemi et du Kokyu ryoku.

On retrouve, à travers ces fondations, les concepts de placement - déplacement et donc la notion de "temps" qui s'exprime notamment dans le Ma aï.

Une pratique régulière et engagée permet de travailler toutes ces fondations en les conscientisant progressivement.

- les fondamentaux représentent à mon sens ce qui définit la spécificité de notre École. Ils englobent les fondations naturellement mais viennent ajouter des éléments distinctifs.

Quelques exemples:

*La place des armes dans notre pratique et en particulier de celle du sabre. Celle-ci ne se limite pas à reproduire les techniques à mains nues aux armes. La recherche approfondie doit permettre une transformation progressive de l'utilisation du corps et de l'esprit

*La recherche d'instantanéité du déséquilibre en se rappelant pour les plus anciens et plus anciennes d'entre nous des sensations d'immédiateté que nous pouvions avoir en saisissant ou attaquant Maître Tamura

*Le fait de cacher le mouvement autant que possible (visuellement mais aussi dans la sensation pour éviter de tomber dans le piège tendu par la saisie ou l'attaque)

*Le Reishiki comme le Reigi-saho ont certaines spécificités dans notre École

*Les préparations sont d'une diversité et d'une richesse incroyables (je pense par exemple au travail extraordinaire des Ukemi)

*La notion de Aïte et le travail de celui ou celle qui donne la main

Il existe bien d'autres éléments caractéristiques de la recherche développée au sein de notre École mais voici quelques pistes pour éclairer ce que j'entends par fondamentaux.

A travers ces deux stages, il s'agissait de partager humblement ces défis de transmission qui se posent à nous. Je suis convaincu que nous avons les moyens de faire vivre collectivement ce bel héritage qui trouve aussi sa richesse dans la diversité de ses interprétations.

Merci pour cette confiance sur ces deux années et pour votre accueil extraordinaire.
Bonne pratique à toutes et tous,

A bientôt,
Amicalement,
Gabriel