

SAITO Hitohira Senseï

Stage international de Rennes - Novembre 2019



Le groupe du stage international SAITO Hitohira Senseï

C'est avec une présentation d'un extrait du livre « Explication des Kotodama du Kojiki » par Onisaburo DEGUCHI que SAITO Hitohira Senseï a ouvert ce 5^e stage international d'Aïkido à Rennes. Pendant trois jours, plus de 140 pratiquants de 15 nationalités se sont retrouvés sur les tatamis pour suivre l'enseignement de Senseï.

Une attention particulière a été portée sur les fondamentaux techniques et sur l'aspect spirituel de l'Aïkido. Les principes du « Misogi » et la notion de « Kokyu » en Aïkido ont été au cœur de ce stage. Le Keiko, entraînement physique et spirituel, vise à améliorer et changer nos habitudes, schémas corporels et mentaux.

SAITO Hitohira Senseï a incité les pratiquants à corriger leurs habitudes d'entraînement par une pratique constante et rigoureuse qui permet la purification de nos sens. Il a souligné l'importante nécessité de travailler sur soi individuellement et dans le rapport à l'autre pour s'améliorer. Lors de ce stage, un temps a été consacré à la méditation et à la mise en lumière des concepts fondamentaux de l'Aïkido.

Ce travail profond qui engage chacun d'entre nous dans une recherche martiale, de justesse technique et spirituelle d'harmonisation avec autrui a rapproché l'ensemble des participants.

La présence de Senseï et son enseignement ont développé une

intensité de pratique dans une ambiance bienveillante. Les nombreux échanges développés entre les pratiquants ont contribué à rendre ce stage unique.

Olivier EBERHARDT

Responsable technique national du groupe DIRAF



SAITO Hitohira Senseï
Ken Suburi

Les stages : la construction d'une identité de pratique

Ne disposant pas de pratique en compétition, l'Aïkido positionne une partie de son identité de pratique dans les stages. Qu'ils soient locaux, nationaux ou internationaux, les stages construisent un environnement dynamisant qui imprègne fortement les pratiquants.

Les intérêts sont multiples. Outre la formidable liberté de choisir les stages auxquels on souhaite assister, les séminaires consolident les liens et forgent une communauté. Que l'on soit organisateur ou participant, se retrouver avec ses pairs construit les bases pérennes d'une identité collective puissante et engagée dans la pratique et le développement de notre art martial.

Se ressourcer techniquement, physiquement et émotionnellement sont autant d'atouts pour développer la créativité et déployer des valeurs intégratives qui vont au-delà du style et du niveau de chacun.

La non-compétition permet de faire la différence dans le sens que l'on donne aux choses et cela sans viser à se sentir plus fort que l'autre.

Nous disposons d'une richesse d'enseignement incroyable, c'est

probablement ce qui nous démarque de pratiques plus normées. Profitons-en pour aller découvrir et nous enrichir des interactions et rencontres que nous créons.

Olivier EBERHARDT

Responsable technique national du groupe DIRAF

DIRAF : stage national spécifique « Bukiwaza - Les armes de l'Aïkido »

Samedi 6 et dimanche 7 juin 2020 à Rennes

Stage ouvert à tout pratiquant d'Aïkido, sans conditions de grades.

Plus d'infos :

www.iwama-ryu.fr

mail : dento.iwamaryu.fra@gmail.com