

7^{ème} Stage des Dahus (Grenoble)

Cette année encore, le stage des Dahus a rassemblé : « 32 participants, 7 dôjôs, 2 pays. La classe. » Voilà les statistiques de notre organisateur en chef. Trois demi-journées de cours intensifs, entrecoupées de repas conviviaux, organisées par toute l'équipe de Grenoble pour les aspects logistiques et par Gilles et Jean-Claude pour les cours martiaux.



Souvent, le thème du stage vient d'une fine observation de nos sensei : les pratiquants ont du mal avec tel aspect ou bien ils ont oublié de donner leur attention à certaines notions (comme l'année dernière, le Kamae). Cette année, le thème de ce stage vient d'une recherche personnelle de Gilles et Jean-Claude, insufflée par Pascal dit-on. Plus qu'un enseignement, nous poussons donc ensemble la porte de l'expérimentation... « KÔ BÔ ICHI » signifie littéralement (kanji-téralement devrait-on dire) « attaque » et « protection » en « un ». Ainsi, cette grille de lecture nous propose de réfléchir à la part offensive et défensive de chaque action ; mais aussi d'y mettre l'intention résultant de cette analyse. C'est ainsi que la notion « un awase cache un kiri otoshi » (expliquée mille fois par nos sensei et bien comprise par la raison) est cette fois-ci ressentie avec le corps... Très exactement « dans la nuque » d'après Jean-Claude. Si cela ne pique pas à cet endroit, c'est que le danger n'était pas là et qu'on n'a pas éveillé notre instinct de survie.

Cette année encore, l'accueil du vendredi soir s'est fait au dôjô Thiers. Pas de cours pour les locaux, nous passons directement à l'apéritif, assis par terre avec une pile de tatamis en guise de table.

Le samedi a commencé à 6h par un entraînement matinal de iaidô, proposé par Jean-Claude. Déjà la réflexion s'amorce sur le thème du stage. Les pratiquants matinaux ont vu leur effort récompensé par un petit-déjeuner complet : viennoiseries, flocons d'avoine, lait, noix et amandes.

Ensuite, arrivé dans la salle de danse du campus universitaire, le jô a fait son entrée par une série de kihon sur place. Après cet échauffement pour le corps, le thème du stage nous a été détaillé par Gilles puis Jean-Claude : échauffement pour l'esprit ! Ainsi nous sommes tous bien prêts à travailler le tout premier mouvement d'Omote (awase) avec la grille de lecture « Kô Bô Ichi ». A travers une

série d'exercices chatouillant de plus en plus la nuque, l'objectif est de ressentir le moment où le ken attaquant doit transformer son mouvement en défense. On a fini la matinée sur une version martiale de Dô Barai. Si les plus jeunes avaient des doutes sur l'efficacité martiale de ce kihon, je vous assure qu'ils ont été très vite dissipés. Impressionnant à vivre, des deux cotés, et surtout très chatouillant !



À cause de la pluie battante, nous avons pris le repas à l'intérieur mais bien installés sur les chaises et les tables de la cafétéria fermée le samedi. Petite sieste, café ou discussion, l'ambiance feutrée a permis à chacun de reprendre des forces pour l'après-midi. Celle-ci a été consacrée à Omote, les katas ont été repris un par un et nous avons été invités à expérimenter

le thème du stage : que chacun trouve ses propres réponses dans cet échange non verbal avec son partenaire. Le travail se poursuit pour les avancés dans la série Chûdan.

Après l'entraînement, nous nous sommes retrouvés dans un restaurant du centre de Grenoble pour un moment convivial... autour de la gastronomie locale bien sûr !

La dernière demi-journée a commencé à 6h30, pour les plus courageux, avec un cours de kenjutsu, au dôjô rue Thiers. Ensuite, nous avons effectué notre migration sur le campus pour le cours de jôdô. Par série, les groupes se sont formés afin de continuer l'expérimentation de Kô Bô Ichi. Un pratiquant m'a confié au sujet d'un mouvement dans Ran ai (le piqué du toréador) : « Jean-Claude m'a expliqué avec « Kô Bô Ichi » pourquoi je me faisais toujours couper la main. J'étais triste de ne pas avoir trouvé tout seul, mais me faire guider sur cet exemple m'a permis de vraiment comprendre comment utiliser cette grille de lecture. Maintenant, je vais appliquer cet enseignement pour trouver par moi-même les clés d'autres mouvements ».

La matinée s'est finie sur la photo de groupe devant les magnifiques calligraphies de Jacky et Marie, enchantés de voir leur travail mis en valeur par le nouveau système d'accroche fait sur mesure par Anastasia. Ci-contre, l'accrochage épique des kakemonos sur les clous des maîtres du dôjô de judô.



A midi le stage se termine, après un dernier pique-nique rue Thiers tous ensemble, il faut rentrer chez soi. Dix minutes ou trois heures, qu'importe car il faut se dire au revoir... Beaucoup de choses à expérimenter. Bon travail à tous et à très bientôt.