



## KAGAMI BIRAKI A VERNEUIL-SUR-VIENNE : UN CHALEUREUX MOMENT !

Traditionnellement fêté autour de la mi-janvier au Japon, le Kagami Biraki fait partie des événements qui marquent dans la joie le passage à une année nouvelle et cette année en Limousin, calendrier oblige, notre regard dans le miroir eut lieu à la mi-février. Et plus précisément à Verneuil une semaine après le stage enseignants, les tatamis étaient encore tout chauds...☺

Pour ce qui est de la symbolique de cette manifestation, le mieux, je crois, est de se reporter au compte rendu de l'an passé : il suffit de quelques clics et on y est...



Ainsi donc, la Ligue du Limousin, pour la 4<sup>ème</sup> année consécutive avait fixé la date du Kagami Biraki au samedi 15 février et reconduit le lieu de ces échanges au Dojo de Verneuil-sur-Vienne, nous venons de le voir. Eric BRICOUT, 4<sup>ème</sup> Dan et Gérard GROWAS, serviteur et 3<sup>ème</sup> Dan, tous deux membres de la Commission Technique de la Ligue Limousin, se voyaient une nouvelle fois chargés de l'animation du stage, tâche qu'ils se plaisent à accomplir sans formalité aucune mais

avec quand même une belle rigueur dans la pratique.

Et cet état d'esprit s'est traduit une nouvelle fois très simplement par une intéressante fréquentation en ce samedi après-midi : plus de 35 pratiquants se sont ainsi retrouvés sur les tatamis, venus de la presque totalité des Clubs de la région plus quelques amis venus d'un peu plus loin. Toutes et tous prêts à échanger leurs pratiques dans une ambiance aussi souriante et spontanée qu'appliquée.



C'est Gérard qui ouvrait le cours, dès 15h30, par une préparation au Bokken – *travail de centrage, légèreté des appuis et respiration* – puis Kokyu Ho dans le prolongement. De cette situation en Suwari Waza, il poursuivait en proposant un exercice sur Menuchi et Ikkyo Ura très libre et sans rupture de mouvement. Venaient ensuite naturellement Ikkyo Omote et Ura sur attaque Shomen Uchi, puis Irimi Nage avec effacement de la ligne de coupe par Tenkan pour amener Aïte au bout de sa coupe et de son déséquilibre conséquent. Juste à s'effacer et couper par-dessus cet engagement d'Aïte.



Bref, une idée du Aï, à toujours essayer d'être avec lui... Le reste de son intervention en Tachi Waza fut placé sur cette recherche avec travail sur le Shiseï et le Kamae qui permet grande liberté de placements et déplacements que ce soit sur Kokyu Nage, Nikyo Ura, ou Shiho Nage Omote et Ura. Il concluait son intervention par un travail de Kamae avec prise de centre et grand relâchement pour Kokyu Nage sur saisie Morote Dori. Simple prélude à pause rafraîchissante...



Ce fut alors au tour d'Eric de prendre le cours à sa main, dans la continuité des notions précédemment dessinées par gg : saisie Aihanmi Katate Dori absorption de Aïte pour mieux entrer Kokyu Nage. Sensation de



changement de Hanmi, pied léger en évitant le contact avec Aïte. Il prolongeait cette voie en plaçant Kamae et entrée juste avant le contact pour chercher l'extrême légèreté dans le déplacement. Puis avec les mêmes consignes, il fut temps d'Ikkyo, façon Omote ou Ura, au choix mais en évitant

les contacts forts et traumatisant de l'avant bras... 😊 Même idée, à la suite sur attaque Shomen uchi justement pour éviter ces rugosités radiuso-cubitaires : absorption et entrée Irimi en un seul geste et légèreté des appuis. Eric montrait alors combien sur Kote Gaeshi, la conduite d'Aïte pouvait prendre semblable construction : pas de crispation, déroulement fluide et entrée Irimi sur la fin sans martyriser le poignet d'Aïte. Il proposait même un exercice d'enroulement de la main d'Aïte sans force, simple placement et enroulement doux, façon nautile ou escargot. De Bourgogne, bien sûr... Enfin, pour terminer cet après-midi très suivi et dans une bonne ambiance sérieusement détendue et appliquée, il invitait les pratiquants à quelques mises en place Ken Tai Ken avec l'idée de garder la ligne pour venir couper sur les vellétés armées d'Aïte...



18h30. Alors Seiza pour le salut, puis temps de remise de diplômes en un cérémonial chaleureux pour le Shodan d'André N'Guyen par Eric Bricout et le Sandan de Patric Dickson par Gérard Growas :



hommage des enseignants à leurs élèves s'il en était besoin, sous les applaudissements et sourires cordiaux des Aïkidokas présents (Diplômes correspondants aux grades passés au mois de juin 2013). Deux mots de remerciements de la présidente de la Ligue, Laure-Odile Vergnole, - *passée nous faire un p'tit coucou*

*patraque...* - à l'adresse de chacun puis photos de groupe en rafale pour être sûr d'avoir tous le monde en même temps... 😊 Grand merci à Eliette qui ne put pratiquer mais qui fut pleinement avec nous en réalisant le reportage photos.



Prochain stage annoncé en l'honneur de Tamura Senseï, le 15 mars prochain au Dojo Départemental, stage animé par les enseignants de la région et cette année dédié à l'ENA (Ecole Nationale d'Aïkido créée à l'initiative de Tamura Senseï). Affiche à suivre sous peu.

Une douche plus tard, il fut temps des échanges de bouches et de partages, de ces moments qui scellent les amitiés et les rapprochements, qui marquent les mémoires et prolongent l'harmonie de l'Aïkido de très durable façon...

L'autre côté du miroir du Kagami Biraki.

