

Atelier du 28 février 2021 à Pierrefeu et ailleurs le thème : Zanshin, la vigilance

マリー à Pierrefeu 06

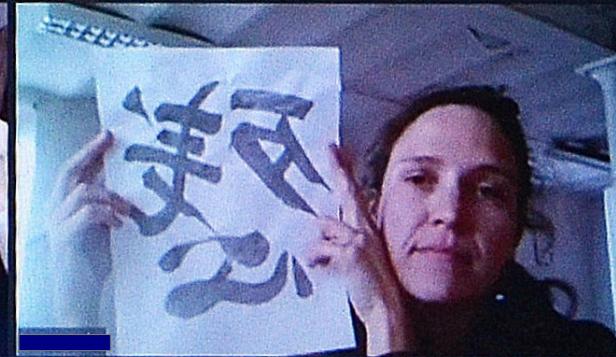


Zoom Meetings
utilise la webcam

パトリシャ et ジョゼット à Menton



アナシタジャ à Grenoble



ミジョー à Monaco



La surprise annoncée par Anastasia :
Dan et Thierry V nous font un coucou
Depuis le Dôjô où entraînement martial
Et pratique de Shodô font bon ménage !





Jacky tient un panneau de photos, hommage à notre ami Maurice qui nous a quitté fin janvier mais reste présent dans nos cœurs.

Zanshin, la vigilance... et une préparation à l'avenant !

Pour cette session, notre salle de séjour était transformée en un véritable quartier général. Pas question de s'appuyer sur un Wi Fi plus ou moins opérationnel, un câble Ethernet de 15m, en grande partie scotché au sol, nous a permis une liaison plus sûre avec la Box. Pour la connexion avec Zoom, à renouveler toutes les 40mn, une perte de temps, nous avons privilégié l'abonnement nous libérant de l'appréhension des coupures.

Avant la rencontre, les participants avaient reçu sur leurs téléphones les vidéos des différents exercices de la journée filmées à l'avance par petites séquences et accompagnées des exemples sur papier.

Chacun, ainsi, se trouvait dans une situation d'autonomie opérationnelle.

Cette organisation nous a permis de gérer confortablement la journée en déployant les différentes étapes du programme, de savourer le plaisir d'échanger sur le thème et entre nous . Ainsi, en début d'après-midi, chacun s'est exprimé sur ce que lui inspirait la vigilance, la vision des uns alimentant celle des autres avec, comme point de départ l'exploration du Kangi composé, « Zanshin » :



Zanshin
vigilance



ZAN, Noko(ru)
rester, demeurer,
Noko(su), laisser en arrière, en reste



Radical pour « mort,
décomposition »



Le soir



Vient d'une forme
ancienne



Deux
lances,
par extension
« armes »



Javelot



SHIN, Kokoro
Coeur, esprit

Une lecture extraite d'un ouvrage de Claude Durix, « Le sabre et la vie » est venue en appui pour alimenter nos réflexions pendant que l'encre coulait sur le papier. En voici la conclusion :

« Voilà ce qu'il faut se rappeler, pour pratiquer correctement « Zanshin » .Attention veut dire attention : attention à vous, aux autres, à l'espace qui nous unit, à la Vie Cosmique dans laquelle nous baignons. Cette attention, c'est la présence au monde dont parle Leopold Sedar Senghor, « participation du sujet à l'objet, participation de l'homme aux forces cosmiques, communion de l'homme avec les autres hommes et, par delà, avec tous les existants du caillou à Dieu. » Le sens de « Zanshin », c'est le sens de notre responsabilité. »

Avant de calligraphier concrètement « Zanshin », étape par étape, nous avons, chacun en notre lieu de pratique, exécuté le « Kata » du Kanji, un moment très calme où corporellement nous nous familiarisons avec le thème et sa mémorisation.

Tout au long de la journée, des échanges individualisés avec chacun à tour de rôle ont permis de coopérer à l'aide d'indications de progression.

La session s'est terminée par la rituelle photo de groupe où l'implication des participants ressortait à travers leurs productions finales.

*** Si vous souhaitez traduire les prénoms des participants en vous initiant aux Katakana, syllabaire phonétique japonais, rendez-vous sur [Tableau des katakana – Wikipédia](#) . A vous de jouer !

A bientôt, Marie