

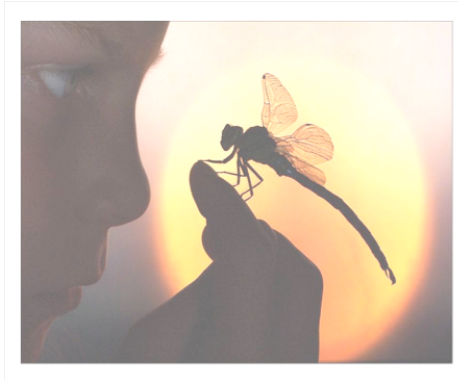
*Le Sabre du Printemps
du 22 avril au 29 avril 2023*



*Ty-Anna, Doja du Bout du Monde,
Rosnoën*



Le Sabre du Printemps



Comme à l'habitude pour ces rencontres de printemps, nous chercherons à rassembler autour d'arts cousins d'Aïki (Iaido, Qi Qong...) ou de branches cousines d'Aïki (Kinomichi, Tessen), ceux et celles souhaitant célébrer et partager à Ty-Anna la pratique du Budo.

L'accent sera mis cette année sur le travail avec le sabre, dont on sait qu'il symbolise dans le Japon ancien l'âme du guerrier et la verticalité de son statut. Pour nous aujourd'hui, cela figure une qualité d'intention et de détermination, une vigueur aussi, et une certaine attitude intérieure, faite de distanciation à l'horizontalité moderne, attitude qu'il s'agit de toujours restaurer face à l'érosion des jours...

Le but de ces journées printanières est bien entendu de célébrer le retour au tatami après l'hiver et la joie des retrouvailles dans ce travail de compagnonnage : le goût du Dojo, la qualité d'attention et de présence dans les mouvements, le silence de la pratique,, la relation directe à l'autre, sans artifices , sans paroles, « sen-no-sen » : l'absence de masques donc !!!

Et finalement, mettre à distance, par la pratique, la futilité du monde actuel, tout ce qui « divertit », « disperse », et retourner à une simplicité distanciée, vivifiante. C'est donc aussi un des buts de ces journées à passer ensemble : reprendre conscience du sens profond, et du trésor, que sont ces pratiques corps-esprit, éminemment qualitatives et échappant pourtant à toute idée de performance...

Les corps, eux, auront à se mettre « au service », retrouver peu à peu flexibilité et tonicité perdues. Dououreux parfois... Exigeant sans doute... Mais dans le chemin du Budo comme du Zen, le travail intègre toujours le corps.

La semaine est « ouverte à tous », dans l'esprit des Séminaires Zen en Mouvement organisés par Le Son du Silence.

Il y a des plages pour les différentes pratiques ; et chacun pourra faire son propre parcours.

Il y a par ailleurs place dans l'après-midi pour des pratiques personnelles dans le dojo et des échanges créatifs entre participants.



Au programme de cette semaine

Sabre d'Aïkido, Iaida, Kinomichi/Aïkido et Tessen

Lever à 6h15

Méditation de début de journée

Petit-déjeuner

9h00 : 12h00 :

Sabre (Aïki Ken)

Aïkido / Kinomichi

12h30

Déjeuner

14h00

Plage libre

17h00

Iaï ou Tessen

19h00

Méditation du soir

20h30

Dîner et échanges

22h00

Extinction des feux !



L'accueil est prévu à partir du samedi 22/04 dans l'après-midi.
Le programme démarre le dimanche 23 avril au (petit) matin.

La pratique des armes du matin aura lieu dehors.

- Les pratiques d'AïkiKen seront celles de bokken fluide, basées sur les exercices et katas de Saotome Senseï.
-
- celles de Iai sur les katas de base du Seite Iai,
-
- les pratiques de Tessen seront celles de l'école Tenchi de Georges Stobbaerts.

Comme tout séjour à Ty-Anna, les méditations zen du matin et du soir font partie de *l'invitation* et de la vie du lieu...

Il existe une fenêtre en milieu de journée qui permet d'assurer la logistique de la vie commune, ou de profiter des beautés de Crozon et du parc naturel dans lequel Ty-Anna est située : promenades à pied ou avec les kayaks disponibles sur place...
C'est aussi l'occasion d'échanges et de travail libre dans le dojo entre les participants.

Nous ferons une pause en milieu de semaine pour aller respirer sur les plages océanes voisines.

Fin le samedi 29/04, après le samu de fin de stage du matin avec, et pour ceux qui le souhaitent, un déjeuner de fin de stage dans un restaurant du coin...





Tarifs du stage

Enseignement :

Il est possible de ne participer qu'à une fraction des journées dans la semaine, et il est possible de ne participer qu'à une partie des cours proposés chaque jour.

Les frais d'enseignement sont établis à 25€ par jour.

La participation à la semaine complète est fixée à 125€.

Les frais d'enseignement couvrent l'inscription à l'association Le Son du Silence.

En cas de difficultés financières, il est possible de payer par échange de services, en heures de travail de jardinage, de foresterie ou de bricolages divers à Ty-Anna.

Nous en parler !

Hébergement :

Il est possible de résider sur place pour 25€ par nuit dans le chalet principal de Ty-Anna, pour 10€ par nuit dans une dépendance voisine, dans la mesure des places disponibles.

Il est aussi possible pour ceux qui le souhaitent, de camper dans la forêt de Ty-Anna...

Il y a enfin autour de Ty-Anna la possibilité de réserver des chambres d'hôtes : là aussi, nous en parler...

Repas :

Le petit déjeuner, après le zazen du matin, est pris en commun en silence dans le chalet.

Nous déjeunons aussi sur place, au chalet, la cuisine étant préparée par nos soins, 2 personnes du groupe seront désignées chaque jour, pendant la deuxième partie de la pratique du matin.

La cuisine est végétarienne, bio, et à base de produits cultivés à proximité...

Le soir, nous dînons encore, pour ceux qui le veulent, à Ty-Anna, autour d'une soupe et des restes du midi...

Il faut compter pour l'approvisionnement environ 20€ par jour par personne.

La retraite est limitée en nombre à 12 personnes.

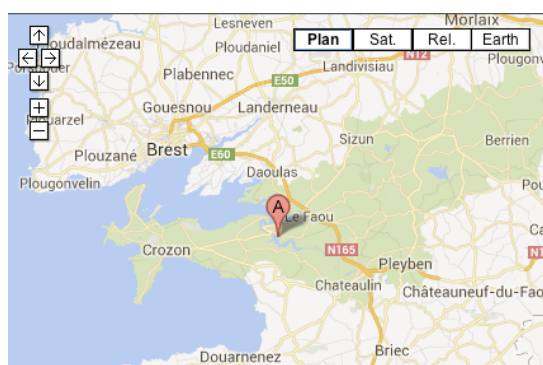


S'y rendre

Ty-Anna est située entre Quimper et Brest, dans le hameau de Kergadalen, à deux kilomètres du bourg de Rosnoën... C'est dans le Parc régional d'Armorique, au seuil de la presqu'île de Crozon, sur l'Aulne (Aôn, en breton), dans l'ancienne forêt du monastère de Landévennec.

Elle est à proximité du pont de Térénez, qui peut servir de repère, car très connu dans la région...

Voici un plan, sur lequel Ty-Anna est le point A, étiqueté Ty-Anna, accessible sur Google Map :



Pour venir par train :

Prendre un train jusqu'à **Quimper ou Brest**, et si vous vous êtes coordonnés pour être plus d'un, je viendrai vous chercher !

Sinon, il est possible de prendre un bus du réseau Penn-Ar-Bed à destination de « Le Faou ». C'est à environ 30 minutes de bus... il y en a 2 ou 3 par jour...

Renseignements : 02 98 90 88 89.

J'irai alors vous chercher au Faou qui est à 5km de Ty-Anna.

Pour venir par la route :

Sur la voie express Brest – Quimper (N165), en venant de Quimper, prendre la sortie sud du Faou marquée **Le Faou, Rosnoën**. (En venant de Brest, cette sortie sud est appelée Le Faou, Remungol)

Vous verrez un grand Super U à cette sortie.

Prendre la direction Le Faou et dans Le Faou suivre la direction Rosnoën (D47).

Après 4km d'une route sinueuse, vous arrivez à un carrefour dans Rosnoën. Prendre à droite vers le Pont de Térénez (D47). Suivre cette route pendant 2 km jusqu'au hameau de Kergadalen, sur la gauche. Suivre la petite route dans le hameau, jusqu'à trouver, après une maison aux volets bleus, un chemin qui part sur la gauche, et qui descend jusqu'à l'Aulne (1 bon km). La barrière sur la gauche tout en bas est celle de Ty-Anna.

On ne peut pas aller plus loin : la mer est à 20m !!!



Bulletin d'inscription

Le Sabre du Printemps
Ty-Anna, 22 avril au 29 avril 2023

Nom
Prénom
Tél.
Mail

Date d'arrivée :
Date de départ :

Hébergement :

Ty-Anna
Autres

En ce qui concerne le transport , merci de préciser si vous envisagez de venir en :

Train
Voiture

Pour la réservation, répondre par mail à jyletexier1@gmail.com et s'il en est encore temps, envoyer un chèque d'arrhes de 100 euros, libellé à l'ordre du Son du Silence à l'adresse suivante :

Jean-Yves Le Texier
Ty-Anna, Kergadalen
29590 ROSNOEN

Tél. 06 22 40 42 89

