

QUESTIONS aux ETUDIANTS de PAKUA

EN FIN D'ENTRAINEMENT 3 QUESTIONS ONT ÉTÉES POSÉES AUX PRATIQUANTS D'UN COURS HEBDOMADAIRE DE PLEIN AIR QUI A LIEU DE PUIS PEU D'ANNÉES.

Voulez-vous s'il vous plait tenter de décrire le Pakua et sa pratique, selon la perception d'amateurs que vous en avez actuellement, aux divers degrés que vous avez atteints :

Paul : Nous apprenons une séquence qui devient une forme lorsque nous en comprenons le sens.

Jeannette : C'est une discipline riche en cercles , en spirales, c'est parfois étourdissant.

Casimir : Le Pakua permet de laisser le corps s'exprimer, sa pratique entraîne une liberté du corps au travers de laquelle l'enseignant nous guide.

Hector : Pour moi il s'agit plus d'une détente que d'un sport de combat, nous ne sommes pas là que pour la bagarre.

Jules : Le combat corps à corps sans protections est la première chose que nous apprenons de façon assez libre. Nous n'apprenons pas par coeur. La méthode consiste plus à travailler la réaction plutôt qu'une forme rigide.

22-23-24 MAI 99

GRAND STAGE
PAKUA

travail aux
9 poteaux
forme et
applications
à BRAINS
(25km de la côte
atlantique)



Que trouvez-vous de motivant dans la pratique de cette discipline ?

Hector : La pratique du Pakua m'a donné de l'assurance.

Casimir : Laisser son corps s'exprimer peut guérir de la timidité !

Arthur : Le Pakua permet un changement de perception.

Guenièvre : Par exemple en pratiquant les étirements on sent ses tensions.....La discipline entraîne un assouplissement.

Jules : On apprend à esquiver, à se déplacer plutôt qu'à parer ou à entrer en force.

Sandrine : Ce qui m'intéresse, c'est l'enchaînement, les accélérations, les cercles.

Rodolphe : le fait d'être toute l'année en plein air, en étudiant des mouvements qui se rapportent aux éléments de la nature, c'est génial.

Qu'elles sont les difficultés que vous avez rencontré dans la pratique ?

Hector : J'ai trouvé difficile la mémorisation des 8 enchaînements.

Arthur : Cela demande de l'entraînement cette mémorisation, ensuite on peut tirer quelque chose de l'exercice.

Jeannette : Il n'est pas toujours évident de passer de la forme aux applications martiales, car nous devons essayer de nous détendre en même temps.

Jules : Il faut trouver le moment juste, entrer dans l'instant.....