

Lettre d'information de l'ETAJ

Suite à un stage d'une semaine basé sur la préparation à l'Okuden Shihan organisé par les « Renshi » de l'ETAJ avec le concours de Lama Shérab, nous avons le plaisir de vous annoncer que **Serge Mugnier a confirmé son niveau de « Okuden Shihan » et accède officiellement à ce titre en date du 2 avril 2021.**



Le titre de « Okuden Shihan » implique l'aptitude à réaliser les techniques des katas de l'ETAJ sur un « mode supérieur » démontrant ainsi un haut niveau technique, avec ce "plus" souvent évident et pourtant invisible, marquant l'union du monde physique et mental.

L'initiation au Yoga des cinq Éléments participe activement à cette disposition à l'Éveil. Cette philosophie de vie de l'Éveil enseignée par Lama Shérab Namdreul accompagne idéalement le cycle vertueux individuel et collectif du Ju-Jitsu Traditionnel de l'ETAJ.

Cette promotion est amplement méritée et va donner une nouvelle dimension à notre école.

« Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin ».

Les « Renshi » de l'ETAJ : *Arnaud, Cyril, Marc et Rémy.*

Commentaire de Lama Shérab Namdreul

Dépositaire de la lignée Shangpa et responsable de l'ermitage Yogi Ling

Depuis 2012, chaque année, je suis invité, pour quelques jours en juin, à Sallanches par Serge Mugnier pour transmettre aux élèves de son école le Yoga des cinq Éléments. Puis il me fut demandé de participer à la promotion de Serge Mugnier lors d'un stage pour mars/avril 2021 à l'ermitage Yogi Ling.

Cette semaine de stage fut pour moi une cause d'enthousiasme et d'enrichissement parce que j'ai pu constater qu'avec la maîtrise et la perspicacité de Serge Mugnier, nos deux traditions, Yoga et Ju-Jitsu, ont pu renouer un sens spirituel et un sens effectif des cinq Éléments. C'est ce qu'on peut souhaiter de mieux à un enseignant.

Lama Shérab Namdreul

¹ Okuden signifie un certain niveau de formation avancée, plus généralement la communication (*den*) d'arts intérieurs (*oku*). Shihan signifie enseignant ou instructeur, littéralement « Être un modèle ».