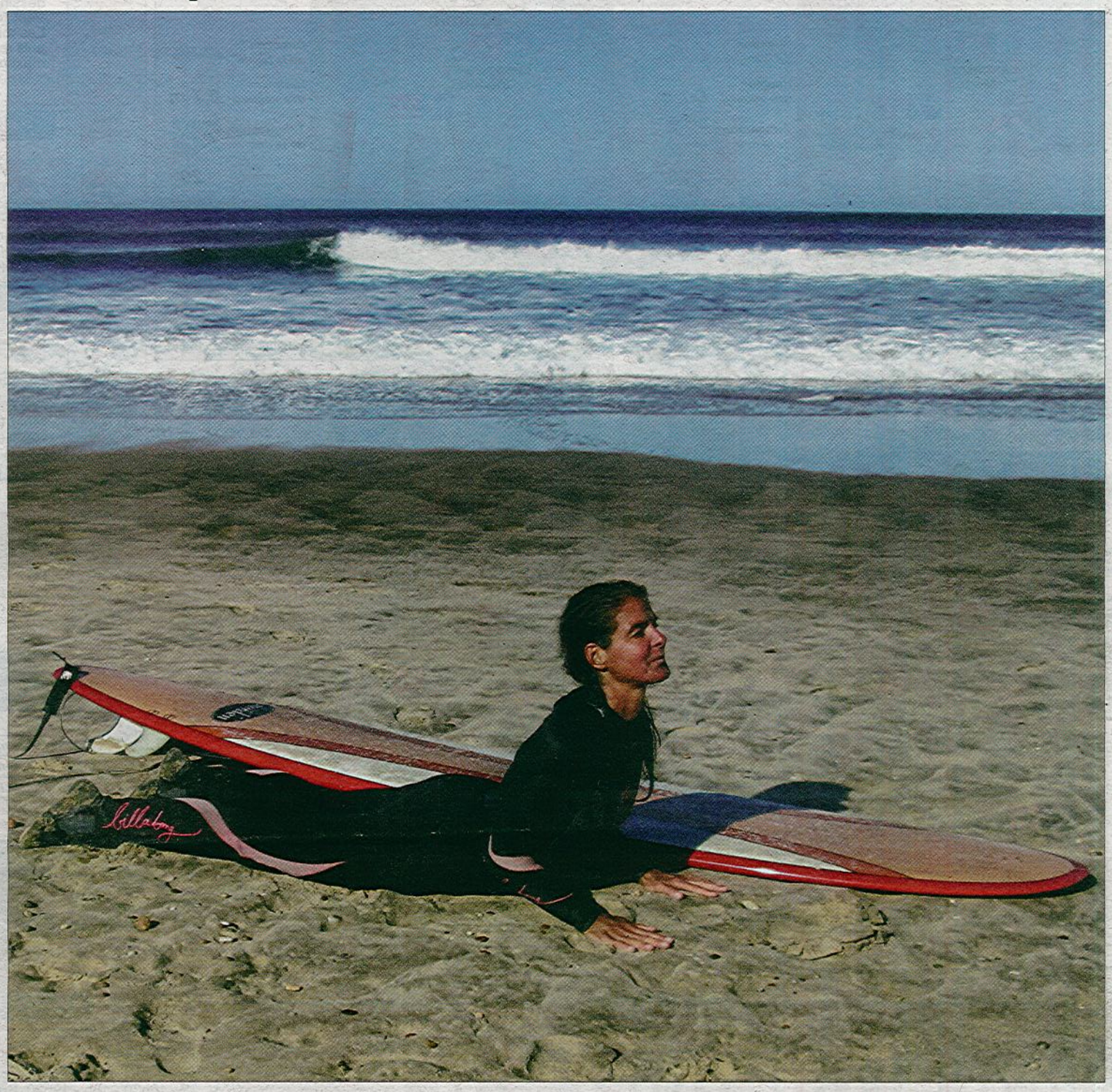
# Katja Thomsen

# En quête d'absolu

Cette Soulacaise riche de sa double nationalité, allemande et française, dispense l'enseignement de la pratique du yoga, du Gurp (Grayan-et-l'Hôpital) à la plage nord de Soulac. Son concept : « Yoga sur Mer ».

✔ Cécile BOSISOT



Zénitude ! Quand on la voit, cela s'impose comme une évidence. Souple, presque féline, le regard droit, Katja Thomsen, 46 ans, a quelque chose de charismatique. Native de Hambourg où elle a grandi et de nationalité allemande, elle a aussi la nationalité française. Parce qu'un jour, une de ses aïeules, d'origine girondine, tomba sous le charme d'un soldat allemand dont elle devint l'épouse, quittant son Aquitaine natale pour aller vivre sur les rives du Rhin, des liens se sont tissés entre la famille de France et celle d'Allemagne, des ponts se sont construits entre les deux pays dont les rapports n'ont pas toujours été aussi évidents au cours du dernier siècle, mais l'amour qui s'impose rend dérisoires toutes les déclarations de guerre, toutes les conventions et tous les préjugés. Alors, famille allemande et famille française n'en ont plus fait qu'une pour se retrouver au cours des vacances d'été dans ce Médoc ensoleillé, où enfants blonds et enfants bruns aiment tous courir, pieds nus dans l'eau, cheveux dans le vent du large, avant d'aller se jeter dans les vagues en riant. Ainsi passèrent les vacances heureuses de Katja du côté du Pin Sec (Naujac-sur-mer), l'imprégnant à jamais de senteurs d'immortelles et d'odeur de résine chaude.

## De Hambourg aux îles du soleil

Après des études en Allemagne, elle s'inscrit en 1990 à l'Université de Bordeaux, travaillant deux saisons de suite à la réception dans un camping de la côte médocaine. Des amis lui ayant offert l'hospitalité dans leur villa, où elle vient régulièrement passer des week-ends, elle découvre Soulac et tombe sous le charme de la station balnéaire. Enfin revenue à Hambourg, elle s'investit alors dans le monde des médias, assumant un poste d'attachée de presse. À cette époque, elle s'intéressa parallèlement au yoga qu'elle pratiquait régulièrement, y puisant l'équilibre et l'apaisement qu'elle recherchait. Toutefois, rapidement les divergences entre sa carrière et cette passion naissante qui la nourrissait s'imposèrent, l'obligeant à faire des choix pour convenir à ses aspirations. Après quelque temps passés chez Yogi Tea (large gamme de produits naturels), où elle poursuivit son activité d'attachée de presse à mi-temps, elle entreprend en 2000 une formation de yoga qui lui permet d'orienter par la suite les cours qu'elle dispensait vers des entreprises dont la santé était la préoccupation essentielle.

Finalement, comprenant qu'elle n'échapperait pas à son destin, Katja Thomsen, se souvenant des senteurs marines de son enfance, décide de lancer des stages de yoga dans une ancienne maison de gardien de phare (avec phare en prime !) à Sankt Peter-Ording (Nordfriesland/Schleswig-Holstein), une des plus importantes stations balnéaires allemandes sur la mer du Nord. Emboîtant le pas à ses rêves, alors qu'elle était installée sur la magnifique île de Sylt, ourlée de landes dunaires, où sur les plages, pour s'abriter des turbulentes brises nordiques, on bronze dans un confortable Strandkorb (fauteuil de plage), elle lance, à Hiddensee-Amrum, son concept et son entreprise : « Yoga am Meer ». En français : « Yoga sur Mer ». Concept qu'elle exporta également en déplaçant périodiquement son activité dans des « îles au soleil », telles Gomera (Canaries), La Martinique ou La Guadeloupe, son identité française l'entraînant à fréquenter aussi des contrées plus chaudes.

## Dépasser les inhibitions grâce au yoga

Toujours poursuivie par ses sensations d'enfance, dont elle ne peut se défaire, Katja Thomsen décide de revenir en Médoc, sur les lieux mêmes où se déroulèrent ces vacances familiales aux saveurs incomparables : « Ce qui marche à Sylt ou à Gomera peut aussi marcher à Soulac », dit-elle avec raison. Car, effectivement, Katja a « fait son trou » dans le petit monde soulacais. Sortie diplômée de shiatsu après un an de formation à Montréal en 2011, elle partage désormais à Soulac un cabinet avec l'ostéopathe du cru tout en dispensant quotidiennement l'enseignement de la pratique du yoga, du Gurp (Grayan-et-l'Hôpital) à la plage nord de Soulac, en trois langues : français, allemand, anglais.

> *« Le yoga m'aide beaucoup pour la pratique sur surf, pour m'échauffer, avoir moins mal au dos et puis aussi pour la concentration »*

Après avoir animé au cours de l'été un cycle de trois conférences abordant la qualité des comportements alimentaires, elle propose désormais aux femmes de plus de 40 ans, au cours d'un stage avec hébergement, de dépasser leurs inhibitions grâce au yoga et au surf (avec le concours de l'école de surf itinérante Ulmo de Peter Koster), toujours en parfaite osmose avec la nature et les éléments dont elle est convaincue des vertus curatives. Cependant, Katja « la pacifiste », dont l'histoire s'est bâtie sur les brèches d'un passé tourmenté, s'inquiète des bruits de bottes qui parcourent à l'heure actuelle la planète : « Que puis-je faire à mon niveau pour contrer cela ? », se questionne-t-elle. C'est ainsi que lui est venue l'idée et l'envie « des méditations pour la paix » qu'elle guide sur le site emblématique de l'ancienne forteresse des Arros, site de guerre (batterie côtière du Mur de l'Atlantique) sur lequel elle voudrait que les bunkers, bouches béantes face à l'océan, ne crient plus le feu mais seulement l'amour, l'amour de la paix, l'amour de la vie, de toutes les vies. ■

P01 JDM-
JDM