

bulletin de
liaison et d'information
du shung-do-kwan budo
66, rue liotard, genève

aikido, iaido, jodo, judo,
karaté, kendo, kyudo,
yoseikan budo

contact



JUIN 1984

No 3 - Paraît 6 fois l'an

MIZANS

SPORTSWEAR

Autocollants

(022) 32.03.96

FOURNISSEUR DU CLUB

**raymond
grandvaux**

constructions
métalliques

serrurerie

service
de
clés



29 bis,
rue de Lausanne
1201 Genève

Tél. 31 09 45

STORES

- ferrure et toile, réentoilage
- tentes solaires
- stores corbeilles à armature alu
- stores à lamelles et à rouleau

oaches
oanchaud

Ed. Wunenburger Maison fondée en 1861
Paul Haussauer, succr
rue du Simplon 14
1207 Genève tél. 36 61 95

Mamejan

Salon Grand-Pré

Jean-Jacques & Anne Duvigneau-Ansermet

27, rue du Grand-Pré
1202 Genève
Tél. 34 67 34

Ouvert du mardi au
vendredi de 8 h. 30 à 19 h. 00
samedi de 8 h. 00 à 17 h. 00



Coiffure
Visagisme
Massage
Esthétique

LES LIVRES SUR LE BUDO...



PEUT-ON AVOIR CONFIANCE ?

Mises à part quelques oeuvres littéraires où le génie de certains peut éclater soudainement sans pour autant avoir un passé universitaire, les livres sur les sujets tels que géographie, science, histoire, mathématiques, etc., sont écrits par des auteurs munis d'un degré universitaire et non seulement d'un diplôme de leur spécialité. Ceci veut dire qu'on a soumis ces gens à une instruction généralisée sur l'ensemble des matières intellectuelles. La moindre bévue dans un de leurs ouvrages serait relevée aussitôt par d'innombrables confrères tout aussi compétents...

Rien de tel dans le monde des disciplines et arts martiaux. Il n'existe aucune université englobant la culture martiale de tel ou tel

pays. N'importe qui peut écrire n'importe quoi ! Et quelques-uns ne s'en privent pas (à commencer par moi ne manqueront pas de dire certains, et peut-être ont-ils raison ?). Qu'est-ce qui les pousse à écrire ? Pour la plupart, un sincère souci d'information, mais leurs recherches ont-elles été aussi sincères que leur motivation ? D'autres écrivent pour répondre à un besoin légitime, encore faut-il savoir si ce besoin est vraiment celui d'autrui et non un besoin personnel...

Nous autres, les lecteurs, sommes en droit de nous poser quelques questions. Quelle véritable expérience ont ces auteurs ? Les techniques et notions de combat expliquées de long en large dans leurs oeuvres, ce n'est pas

sur le champ de bataille qu'ils les ont découvertes. Certains auteurs qui ne font que de sporadiques apparitions au dojo, où sont-ils allés chercher cette assurance quand ils affirment que telle ou telle technique est efficace et telle ou telle autre faible ?

Bien sûr, le lecteur, pour se tranquiliser, va lorgner les titres dont s'affublent immanquablement les auteurs. Mais, qu'est-ce que ça prouve quand on connaît la marotte qu'ont les Japonais de décerner des diplômes à tour de bras ? Quand on sait qu'un "dan" peut être donné à un étranger qui retourne au pays comme cadeau de départ, sans aucune relation avec son niveau technique (j'ai moi-même été victime de cela), ou simplement après quelques mois, sinon quelques semaines d'entraînement (je l'ai vu de mes yeux vu, mais étant donné ce qui précède, vous n'êtes pas obligés de me croire). Lorsqu'on connaît, donc, la légèreté avec laquelle tous ces diplômes sont distribués, comment être sûr que l'auteur ait une expérience suffisante dans un domaine donné pour nous apporter quelque chose qui vaille au moins le prix du bouquin ?

Certains titres frisent même la malhonnêteté. Quand on lit sous le nom de l'auteur d'un livre sur une discipline classique : Champion du Japon, comment donc le lecteur non-averti saura qu'en réalité, il s'agit de 5 kata longuement répétés au préalable, exécutés avec un "partenaire" (et non un adversaire), et qui sont comparés aux 5 kata démontrés par un autre groupe à quelques mètres de là. Comparativement, un groupe est jugé meilleur. Et comment saura-t-il, ce lecteur, que ces championnats ne réunissaient pas beaucoup plus qu'une centaine de participants qui sont encore divisés en catégorie de dan... Certes non, le lecteur non-averti s'imaginera, en occidental qu'il est, qu'un dur combat contre les meilleurs pratiquants de telle ou telle discipline, parmi la population japonaise (120 millions) a désigné, envers et contre tout, ce formidable personnage comme le meilleur de tous. Et après tout, pourquoi "Champion du Japon" et non "Co-champion du Japon", le partenaire ayant à "jouer" le rôle des deux côtés ?

Alors, comment peut-on obtenir des informations dans lesquelles on peut avoir entièrement confiance ?

Il y a, bien sûr, plusieurs moyens de vérification.

Le plus simple, souvent, mais le plus long, est de poursuivre inlassablement un entraînement aussi assidu que régulier et de découvrir par l'action ce que nous ne comprenons pas intellectuellement.

Un autre moyen, si cela est possible, est d'observer l'auteur avec beaucoup d'attention et de voir si son comportement "colle" avec ses écrits. Il y a des signes qui ne trompent pas.

Un autre moyen encore, c'est d'entreprendre la lecture de plusieurs livres écrits par des auteurs différents sur le même sujet, et, en poussant même plus loin, de s'astreindre soimême à l'étude de l'histoire des disciplines et arts martiaux japonais en relation avec l'histoire de leur société, sans oublier de nombreuses incursions dans la littérature philosophique chinoise... Mais cela signifie plus de dix années d'études laborieuses, renforcées par une excellente expérience sur le terrain...

Pour ma part, voici la raison pour laquelle j'ai écrit cet article. Me Draeger peu de temps avant sa mort, m'a envoyé la revue littéraire qu'il a écrite sur demande, pour "promouvoir" le livre de Michel Random "The Martial Arts of Japan". Il m'a demandé de la publier lorsque je le jugerai bon. Aussi vais-je en reproduire ici les passages les plus marquants en faisant attention d'équilibrer les points positifs et négatifs. Vous vous douterez, après lecture, que cette revue ne fut jamais publiée...

Extraits de la revue littéraire Me Donn F. Draeger :

Tout le monde attend d'un livre sur les arts martiaux japonais qu'il soit écrit par un auteur des plus avertis. Son contenu doit cerner la nature du sujet avec précision et encourager le lecteur à découvrir plus encore, et à expérimenter.

Michel Random, dans son volumineux "The Martial Arts of Japan" n'aurait pas mieux pu prouver ce point qu'il souligne dans sa propre préface : "Le but de ce livre est de montrer qu'il y a encore beaucoup de recherche à faire et énormément à découvrir dans le monde des arts martiaux..."

Malheureusement, le livre de Random est truffé d'erreurs. J'en compte plusieurs centaines d'importantes. L'expert s'y arrêtera sûrement tandis que le néophyte les soupçonnera peut-être, mais, dans un cas comme dans l'autre, tous méritent qu'on leur souligne les limites de cet ouvrage impressionnant par ailleurs.

Random n'est pas un pratiquant du budo classique (kobudo) et ses expériences en budo moderne (Gendai budo) sont surtout académiques. Son séjour de quelques mois au Japon n'a pu lui fournir une vue de l'intérieur de son sujet favori. Aussi écrit-il inévitablement avec superficialité, affirmant avec témérité et généralisant à outrance. Nous devons cependant admirer le courage de Random pour s'être attaqué à un sujet aussi difficile et si compliqué que seul le sacrifice de toute une vie d'entraînement et d'études et de discipline peut prétendre essayer d'éclairer... Le lecteur ne devra pas douter de la sincérité de l'auteur alors qu'il explore un monde qui le fascine depuis si longtemps.

Bien que ne faisant pas une analyse complète de tous les arts martiaux et de leurs dérivés, ce livre tend cependant à couvrir un terrain trop vaste et laisse pour compte de nombreux problèmes importants...

On aimerait en savoir plus sur l'influence de la religion sur la culture martiale, mais nulle part une vue d'ensemble nous est proposée. On reconnaîtra le goût à peine déguisé de l'auteur pour la romance quand il nous explique longuement le Zen et le Ki, deux choses qui ne sont que rarement mentionnées dans les disciplines classiques et qui sont une tendance moderne...

...Aucune distinction détaillée n'est faite entre les disciplines classiques et modernes (kobudo et Gendai budo) ni entre les arts martiaux classiques et modernes (kobujutsu et Shinbujutsu). Le chapitre consacré à l'histoire est superficiel. Un lecteur averti peut facilement tirer des renseignements plus complets de livres ordinaires...

...La liste des ryu n'est pas correcte, tandis qu'un ryu n'est pas une école mais une tradition martiale. L'escrime n'a rien à voir avec l'art du sabre japonais. L'usage inapproprié de ces termes à travers le livre évoque une conception erronée du sujet...

...Peut-être les magnifiques photographies feront-elles la joie du lecteur ? Mais là aussi, il faut lui dire qu'en certains cas, les prises de vue extérieures (sur fond de chutes d'eau ou de Mt Fuji) ne sont pas représentatives des lieux ou l'on s'entraîne réellement. Ces fonds furent choisis par l'auteur sans tenir compte de la sobre réalité.

Alors que les déficiences spécifiques concernant la théorie et la pratique seraient trop nombreuses à être énumérées ici, examinons seulement celles relatives à deux ryu :

Otake Risuke, Maître d'armes de Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu réfute avec véhémence

les explications de Random en page 70 : "Nous n'utilisons pas la méditation dans notre ryu et nous n'avons aucune relation avec le Zen. La position Seiza n'est pas utilisée dans notre ryu lorsqu'on porte un sabre. Je me suis mis dans cette position sur l'insistance de M. Random... Les signes de mains en page 134 sont ceux du Bouddhisme ésotérique".

En page 185, l'illustration de Me Otake et Draeger les montre en train de pratiquer le kenjutsu et non le jojutsu, art qui n'est même pas inclu dans le curriculum de Katori. Le jojutsu est dérivé de Shin Do Muso Ryu, dans la tradition duquel il faut au moins 20 ans (et non 10 ans) pour obtenir le grade de menkyo (licence d'instructeur principal).

Me Shimizu Takaji, Grand Maître de Shin Do Muso Ryu, a le grade de kaiden, considérablement supérieur à celui de menkyo. Il est sous-credité en page 281.

M. Random a cependant démontré clairement l'urgent besoin pour les pratiquants compétents d'écrire sur leur spécialité. Tant que de réels experts ne se mettront pas à écrire, le vide ainsi laissé sera comblé par des auteurs dont les fausses conceptions et l'ignorance continueront à répandre opacité et incompréhension sur la culture martiale japonaise.

Donn F. Draeger, menkyo,
Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu
et Shin Do Muso Ryu.

Donc un conseil, avant d'acheter un livre, et surtout après, gardez l'esprit ouvert à d'autres notions. Seul votre expérience personnelle et vos propres efforts pourront vous doter d'un jugement sain...

P. Krieger

Avis aux amateurs... et aux professionnels !



Comme vous le savez sans doute, le SDK a décidé de s'informatiser et d'acquérir un ordinateur pour son secrétariat et sa comptabilité. Cependant, notre Club ne s'appelant pas Crésus, il est indispensable de faire notre choix en toute connaissance de cause et après un examen minutieux de tous les problèmes qui pourront se présenter.

Pour cela, nous avons besoin de spécialistes, et il y en a parmi vous !

Toutes les personnes intéressées sont vivement priées de prendre contact avec François Wahl au (022) 47 81 02 ou sur les tatami.

Merci d'avance.

Le Comité



Sous les provocations incessantes de Kira, le Maître de Cérémonies du Shogun, le Seigneur Asano a dégainé et grièvement blessé ce dernier dans le Château d'Edo. Le jour même, il reçut l'ordre de commettre "seppuku". Oishi, le chef des samourais du clan Asano, réunit tout le monde pour leur annoncer la terrible nouvelle. Des réactions très intéressantes sur la loyauté en ressortent...

Le matin, Oishi mit brièvement sa femme au courant de ce qui s'était passé à Edo. Brutalement mise en face de cette terrible réalité, elle fut durement secouée, mais, fidèle à la tradition samourai, elle ne perdit pas pour autant le contrôle sur elle-même. Elle reçut bravement les instructions concernant le sort de la petite fille d'Asano, puis se retira après s'être prosternée devant son mari. Le futur de leur propre famille ne fut même pas abordé. Ils s'en occuperaient plus tard.

Le clan Asano au complet fut convoqué à la réunion qui se tint devant le perron principal du château. Près de 300 guerriers se pressèrent au bas des marches surplombées par les deux hautes tours du château. Ils étaient tous habillés de la même tenue légère de guerre, prêts à revêtir leur armure à tout instant. De vieux guerriers sexagénaires qui seraient plus une gêne qu'autre chose sur le champ de bataille contrastaient avec d'autres qui n'avaient pas encore atteint leur seizième année, pleins de fougue et d'agressivité, mais encore bien pauvres en sagesse. Cependant la majorité étaient âgés de 30 à 40 ans et avaient tous fait leurs preuves dans la vie comme au combat. Ce fut à ces derniers que Oishi s'adressa.

Dans le matin hivernal, la buée qui soulignait son souffle était appropriée aux mots glacés qu'il prononça : "Notre Maître est mort !" Tous le regardèrent, incrédules. Si encore il avait dit ces mots, le sabre dégainé haut sur la tête, ils auraient de suite compris qu'ils devaient le venger à l'instant. Mais le



ton de sa voix signifiait qu'ils se trouvaient dans une situation désespérée. Alors qu'il leur donnait de plus amples détails, des larmes de colère et de douleurs commencèrent à perler aux yeux de beaucoup, eux qui n'avaient jamais pleuré de leur vie...

Il leur dit comment le Maître de Cérémonie avait poussé leur Maître à bout et les murmures se muèrent aussitôt en grondements de colère. Il leur fit part également de l'exil de leur Maîtresse et de l'arrivée imminente des troupes du Shogun pour la confiscation du château, de tout ce qui s'y trouvait et des domaines alentours. Tous laissèrent libre cours à leur colère mais ils furent interrompus net quand Oishi termina en disant, sans un regard pour Hara, que Daigaku Asano, le frère cadet de leur Maître, avait émis la volonté que le château fut remis aux troupes d'Edo sans coup férir.

Hara lui jeta un regard acéré puis ses yeux se plissèrent et glissèrent à la recherche du jeune Mimura. Celui-ci, en sa qualité de serviteur, n'avait pas été convoqué à la réunion.

Hara se promit de s'occuper de lui à la première occasion.

Il n'eut pas longtemps à attendre. Mimura apparut soudain et demanda la permission de parler à Oishi. Kataoka arrivait d'Edo avec des nouvelles toutes fraîches !

Kataoka, avec son visage simiesque tout triste et les vêtements en lambeaux arriva en sautant pour épargner une jambe blessée. Il était évident qu'il était à bout de forces, mais il fit un gros effort sur lui-même pour bien se tenir devant ses camarades. Oishi le regarda et dit : "Parle, nous tous sommes également concernés par ce que tu as à dire !". Kataoka hésita, puis cria ces mots fatidiques : "Kira est vivant !"

La douleur et le désespoir fit place, instantanément, à des cris de rage pure. "Alors, il doit mourir !" hurla Hara, le premier. Des cris fusèrent de toutes parts pour appuyer sa décision. Oishi se sentit bouillonner également mais se contint du mieux qu'il put et attendit que les hommes se calment.

"Je suis d'accord avec vous, Kira doit mourir" dit-il enfin. "Rien ne me ferait plus plaisir que de me lancer à l'attaque de sa résidence aujourd'hui même ! Cependant, nous ne devons pas agir avec précipitation. Nous ne sommes pas assez puissamment armés ni assez préparés pour mener à bien une



expédition punitive à Edo contre quelqu'un qui est protégé par les murs du château même du Shogun. Nous en parlerons plus tard. Pour le moment, il faut débattre d'un problème plus pressant : la reddition du château aux forces du Shogun et j'ai quelques recommandations à vous faire à ce sujet".

Ceci fut plus que les hommes ne purent supporter. Des grondements mutins s'élevèrent dans la foule. Hara sortit des rangs et s'écria : "Je vous en prie, Oishi Sensei, je ne pense pas vous avoir bien compris. Nous venons d'apprendre que l'assassin de notre Maître est vivant et vous dites qu'il y a des choses plus pressantes à régler !" Il regarda la foule et vit que tous étaient avec lui. Encouragé, il poursuivit : "Même le paisible Confucius n'a-t-il pas dit qu'un homme ne peut vivre sous les mêmes cieux que l'assassin de son Maître ?" Des cris d'approbation recommencèrent à s'élever, mais Oishi leva sa main pour imposer le silence. "Vous vous oubliez ! vous vous devez d'être fidèles au clan Asano. Notre premier devoir est de nous soumettre aux ordres du frère cadet de notre Maître, seul héritier de son fief". Puis en regardant Hara au fond des yeux : "Confucius n'a-t-il pas également dit que des 5 vertus, la loyauté surpasse toutes les autres ?".

"Le frère de notre Maître n'est pas notre Maître !" cria quelqu'un dans les derniers rangs. Hara s'avança à nouveau et s'adressa directement à Oishi : "Ce n'est pas une question de loyauté. Nous sommes tous loyaux. La question est de savoir comment prouver cette loyauté ! Et j'affirme que si nous ne vengeons pas notre Maître bien-aimé, nos compatriotes nous prendront pour de faibles lâches !".

Oishi lui répondit sèchement : "Et moi j'affirme que peu m'importe ce que les autres pensent tant que nous serons convaincus d'être dans notre droit. Pensez un instant à votre Maîtresse et à sa petite fille. Est-ce que la mort d'un misérable Kira leur rendra leur foyer ? Elles seraient aussitôt exécutées en même temps que nous tous à cause de notre expédition manquée. Réfléchissez également à ce que signifierait une rébellion ouverte pour Ako ! Est-ce que les maîtres du clan seraient satisfaits de voir leurs tombes violées et leur château détruit ?".

"Est-ce que les ancêtres seraient contents de savoir que les serviteurs du Seigneur Asano ont été trop lâches pour venger sa mort ?" cria Hara. D'autres cris accompagnèrent sa remarque. Oishi hésita puis laissa la parole à Yoshida, le doyen du clan.

"Je dois te faire des reproches, Saemon Hara" dit-il sévèrement "car ce que tu viens de dire à notre chef met en cause sa loyauté simplement parce que tu n'es pas d'accord avec lui. Quant à moi, je pense qu'il a tout à fait raison. Par notre soumission aux ordres du Shogun, nous avons tout à gagner. Peut-être s'apercevra-t-il de son erreur et finira-t-il lui-même par punir Kira ?".

"Peut-être !" répéta ironiquement Hara. "Tu te fais vieux, Yoshida. Ne veux-tu pas que justice soit faite, avant de mourir ?".

"Je suis vieux, c'est vrai" répondit Yoshida "Et plus que tout au monde, je désire voir l'honneur de ce clan réhabilité avant ma mort. Cependant je veux simplement que nous fassions appel à la décision du Shogun avant de faire quoi que de soit d'autre !".

Il y eut quelques murmures d'approbation et Oishi fut soulagé de les noter. Au moins ils n'étaient pas tous contre lui. Il y avait des chances pour qu'il atteigne un compromis. Il se félicita d'avoir mis au point préalablement ce petit intermède avec Yoshida. Ainsi paraîtrait-il plus impartial.

Ono, le trésorier du clan s'avança à son tour. Oishi regretta de ne pas s'être entretenu avec lui avant. Ono était un vieillard au regard intelligent. Ses opinions avaient du poids et il pourrait créer des problèmes.

"Je suis d'accord que l'on fasse appel. Nous devrions attendre le dernier moment pour prendre une décision !".

Oishi fut soulagé une fois encore. "Je suis en parfait accord avec Yoshida et Ono. Il n'y a rien là qui soit contraire aux désirs de Daigaku Asano d'après ce que j'ai pu entendre dire". Il regarda Hara une fois encore. Celui-ci détourna son regard. "Et de plus, ceci nous donnera du temps pour les préparatifs".

"Les préparatifs de quoi ?" demanda Hara.

"Pour un siège, si notre pétition est refusée" répondit Oishi. C'était la première fois qu'il mentionnait une action positive. Et il remarqua un soudain regain d'intérêt dans la foule. "Je vais écrire moi-même la pétition aujourd'hui et la ferai remettre par courrier à qui de droit à Edo. Pendant ce temps, j'aimerais que chacun de vous médite sur ce qu'il va faire. Tout est arrivé si soudainement que je vous demande de prendre tout votre temps pour y réfléchir. Nous nous réunirons demain matin pour discuter des mesures de résistance si cela s'avérait nécessaire et je suggérerai que seuls ceux qui sont prêts à se battre jusqu'à la mort viennent à cette réunion".

Tous parurent soulagés. Oishi continua plus gravement : "Nous pouvons combattre, nous pouvons mourir, ou nous pouvons décider, si nous sommes trop peu, de simplement nous agenouiller devant le château et commettre seppuku en guise d'accueil lorsque les troupes du Shogun arriveront. Si toutefois cela ne vous paraît pas être un geste trop lâche...".

Il y eut un lourd silence. Même Hara baissa la tête. Seppuku (Hara-kiri) était leur dernier moyen de combattre efficacement l'injustice qui leur avait été faite. Cet acte faisait partie de leur entraînement de Samourai. Cependant pour nombre d'entre eux, c'était la première fois qu'ils se trouvaient devant cette alternative. Ils avaient, en effet, matière à réflexion.

(à suivre)

Stage d'aikido avec Me Christian Tissier

Un stage d'aikido avec Me Tissier a eu lieu dans notre dojo les 5 et 6 mai derniers. Nombre d'entre vous y ont participé... Dix heures de pratique en deux jours avec un maître, nouveau, pour la majorité des pratiquants, qu'est-ce que cela représente ?

Tout d'abord participer à un stage (sans distinction de niveau) c'est faire un effort "supplémentaire" pour progresser dans sa voie. Nous ne "devrions" pas monter sur un tatami sans cette envie d'apprendre, de faire mieux. Lors d'un stage – ça se remarque ! – cette envie est encore stimulée, et voici l'une des conditions remplies pour avancer : le désir – la soif – d'apprendre ! Pratiquer avec plaisir n'est pas une chose facile, pratiquer sincèrement, en cherchant à se corriger, à s'améliorer non plus. Aussi vive les stages où les partenaires se concentrent et s'appliquent. Une bonne énergie circule dans la salle et elle stimule tout le monde dès les premières minutes d'échauffement.



Une deuxième bonne chose qu'apporte un tel stage est justement le temps qu'on lui consacre. 10 heures en un seul week-end, c'est beaucoup ! Lors des cours normaux que chacun suit, 10 heures s'étalent sur une semaine et demie, 2, 3, voire 4 ou 5 semaines. Aussi des heures groupées de la sorte permettent d'être immergé dans un bain d'aikido tout à fait bienfaisant. Peut-être bien que ceux qui n'en ont pas l'habitude trouvent cela trop fatiguant, mais ils prendront assez vite l'habitude de travailler quatre, cinq heures par jour sans être épuisés.

Travailler avec plaisir, travailler beaucoup, voilà ! mais encore travailler bien ! Lorsqu'un stage a lieu sous la direction d'un maître qu'on ne connaît pas – ou pas bien – il y a évidemment des éléments nouveaux qui apparaissent, parfois déroutants, mais toujours intéressants. Nous avons eu la chance de recevoir Me Tissier, un Français, 5e dan, qui a une très grande expérience autant en aikido qu'en enseignement. C'est un pédagogue attentif et remarquable ; ses propos et ses gestes sont si clairs que chacun les comprend au mieux selon son niveau. Pour les moins avancés, Me Tissier – comme tout maître – est un exemple et le pratiquant doit chercher à voir clairement comment il exécute les techniques. Il peut repérer dans ses gestes, les pas et les mouvements qu'il trouve difficiles, il peut observer des détails bien mis en évidence, et plus encore il doit s'inspirer du maître quant à l'ensemble d'une technique et plus généralement encore de la pratique d'aikido. Pour les plus avancés Me Tissier est toujours un exemple, bien sûr, et ils peuvent, eux, approfondir leurs connaissances d'une technique par l'éclairage nouveau qu'il leur donne. Ils doivent se "remettre en question" et essayer de mieux comprendre l'esprit dans lequel se fait l'aikido. De ce point de vue, Me Tissier a beaucoup insisté pour que nous considérions lors de chaque technique la relation entre uke et tori d'un point de vue plus réaliste, plus souple aussi, plus vivant et dynamique. Mon propos n'est pas de répéter ici ce qu'il a dit, mais ainsi vous pouvez bien vous rendre compte qu'il y a beaucoup de choses sur lesquelles réfléchir et travailler,



même – et surtout – lorsqu'on commence à être à l'aise dans les techniques. Ne pratiquons donc pas sans chercher à mieux réaliser l'aikido ! ... voilà ce qui pourrait être une conclusion, mais en voici une autre : beaucoup d'autres stages ont eu lieu en Suisse et dans les environs de Genève et il y en aura encore beaucoup d'autres cet été, certains durent près de quinze jours ! Alors... bon courage !

Dominique

JODO

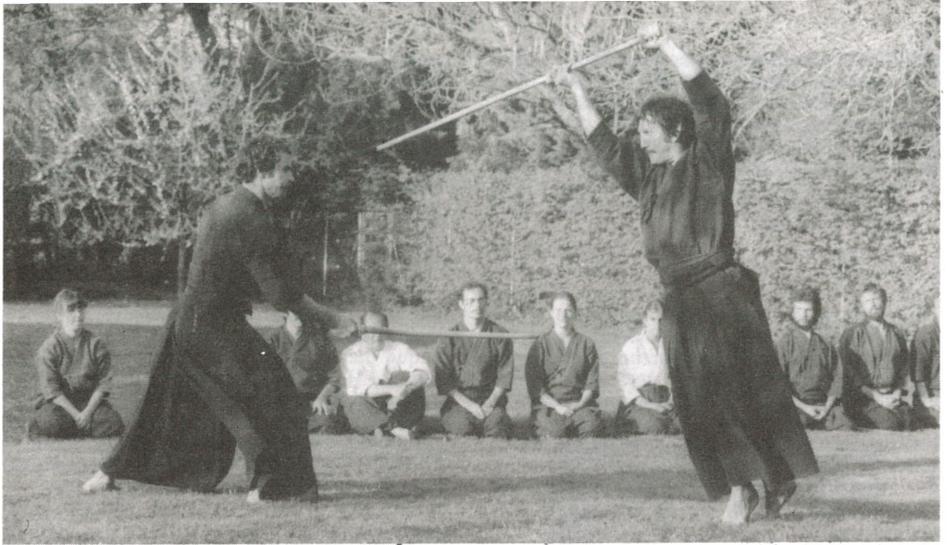
杖道

Un stage... impérial

En ouvrant un oeil ce samedi-là, les seniors s'étaient aperçus que le soleil daignait étendre ses bienfaits sur notre contrée avide de printemps.

Départ direction Gland, oasis de la section. Sur place, les poignées de mains sont agrémentées par le pépiement des oiseaux. On salue vers 9 heures et l'entraînement débute avec un échauffement par étirements (presqu'un délice !), ensuite les traditionnels Kihon sur l'herbe encore froide. Symbole de l'éphémère, un superbe cerisier en fleurs nous rappelle son lien avec le Budo. Puis on soigne les mouvements spécifiques de Chudan (2e série) (seules sont dures les 20 premières années, dit-on). Corrections, questions et pratique se succèdent... le travail, la bonne humeur et le soleil nous font suer, sérieux mais pas triste ! Midi est passé lorsque la pause ponctue une matinée trop exigüe pour tout faire.

Deuxième round : on secoue la torpeur du moment et très vite l'odeur du thym serpolet piétiné flotte alentour, la transpiration l'arrosant généreusement. Les plus avancés attaquent Kage (4e série). Et 5 heures de pratique intensive suivent, avec juste le temps d'avaler un verre d'eau (histoire pour Chris de faire passer le moucheron avalé en expérimentant un kiai aspiré... à moins qu'un baillement malencontreux...). Le temps encore d'étudier une partie de Ran ai et l'ombre recouvre la majeure partie de la pelouse. Contents de nous asseoir, nous assistons à l'exécution de



Kage qui coule, rythmé par Sei (calme) et Do (action) avec le Zanshin omniprésent... impressionnant, on se surprend à être tendu...

Et arrive le final : 100 hiki otoshi "recto-verso"... les frappes et les kiai se succèdent avec une puissance que l'on ne croyait plus possible et à la fin cette sensation de vide bienfaisant. Le salut à lieu. Au fil de la journée les pétales du cerisier ont volé au vent, comme papillons sur l'herbe.

Venus du Luxembourg, de Lyon, de Montreux et de Genève, nous étions 16 ce jour-là, comme le nombre des pétales d'un certain Chrysanthème japonais... un stage impérial, je vous le disais, qui augure bien pour le futur du dojo.

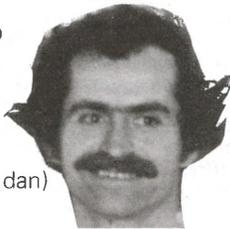
Serge Dieci

P.S. Nos remerciements à M. et Mme Jordan pour leur villa si agréable, et à Pascal pour... tout.

A l'autre bout du jo

Première expérience de direction d'un stage

(par Michel Colliard, 2e dan)



Accompagné de J.-J. Dupraz et de M. Ducret, tous deux premier dan, je me suis embarqué sur le TGV pour Paris, ce matin du 12 avril. Pendant les 3 heures et quelque du voyage, j'ai eu tout le loisir de réfléchir à la galère dans laquelle je m'embarquais, le sac de couchage à la main et les armes sur l'épaule. C'était la première fois que j'allais diriger un stage de jo, et un stage de trois jours, qui de plus est...

En effet, dans la région parisienne, Jacques Legrée, professeur de karaté (kyokushinkai) et Claude Sauvageot ont commencé à s'intéresser au jodo il y a plusieurs années. Ils ont fini par former un petit groupe d'intéressés. A l'occasion de leur stage annuel de karaté d'une semaine, ils ont décidé, cette année, de consacrer les trois derniers jours au jodo, et ont fait appel à nous. L'idée de former un noyau de jodoka à Paris nous a plu et avec l'accord de

notre professeur Pascal Krieger, lui-même très occupé à répandre cette discipline à travers l'Europe, nous avons accepté le défi.

Le temps de penser à tout cela et nous voilà en gare de Lyon où Claude nous attend, le sourire jusqu'au oreilles, pour nous conduire dans un restaurant japonais dont les mets se préparent devant nous et où tout voltige pour retomber miraculeusement dans nos assiettes en bon ordre d'une esthétique tout à fait orientale.

En route pour Prunay dans le Loir-et-Cher, à quelques heures de Paris, où doit se dérouler le stage. A l'arrivée, Jacques Legrée nous présente à ses élèves encore un peu secoués par les quelques combats au KO qui clôturent le stage de karaté.

Nous nous installons dans un grenier d'une ancienne maison appelée "la maison de paille" avec un puits devant pour tout confort. Après le repas, je prépare le programme pour l'entraînement du lendemain d'après le niveau des participants. Je prévois deux groupes. Michel s'occupera des kihon avec les débutants, Jean-Jacques et moi des plus avancés pour une révision des kihon tandoku et l'étude des sotai. Le programme est prêt, nous pouvons dormir.

Au matin, nous nous trouvons autour du puits qui nous sert de salle de bain avant de

nous mettre en route pour le déjeuner qui a lieu dans le village voisin de quelques kilomètres, à pied pour nous mettre en appétit. Puis, toujours à pincés, retour à la maison de paille pour nous mettre en tenue. C'est encore vingt minutes de marche qu'il nous faut pour atteindre la clairière où vont se dérouler les entraînements, à un croisement d'une route avec deux chemins.

Shomen ni rei ! et, dès lors commence un travail sérieux qui nous mènera jusqu'au soir. C'est à 17 h. 30 que nous terminons. Tous s'est bien passé, ouf ! Le programme a été respecté grâce à l'aide précieuse de mes deux collègues. Nous pouvons reprendre le chemin du retour entourés de nouveaux jodoka avides de questions sur cette discipline encore mystérieuse. De retour, nous retrouvons 4 Hollandais : Me Kallenbach et trois de ses élèves venus pour participer aux deux derniers jours du stage. Le soir, je prépare un nouveau programme d'après le travail effectué le premier jour.

Le deuxième jour tout le monde se retrouve au même lieu de travail. Les mouve-

ments commencent à être bien synchronisés. De puissants kiai sortent du ventre, parfois des pieds chatouillés par des ronces ou des cailloux. De temps à autres, nous devons nous arrêter pour laisser passer un paysan sur son tracteur, tout surpris par ces deux rangées de bonhommes munis de bâtons qui le regardent passer. Tandis que Michel et moi démontrons Omoté aux plus avancés : Me Kallenbach, Jacques Legrée, Claude Sauvageot et Fred, Jean-Jacques s'occupe des autres dans un chemin tout proche, veillant à la bonne marche des kihon qui a même entraîné un grand Hollandais les quatre fers en l'air dans une flaque d'eau sur un mouvement arrière. (Français ou Hollandais, il n'aurait de toute façon pas compris l'avertissement helvétique : Gare à la gouille !) Ceci fit la plus grande joie de ses camarades. Enfin, un tourneur de hiki-otoshi et de maki-otoshi mit un terme à cette deuxième journée.

Le soir, tout le monde se retrouve dans la maison de paille devant la chaleur d'un feu qui crépitait dans la cheminée, autour d'une

JUDO

柔道

Un nouveau champion suisse junior

Même si ce titre a été obtenu en catégorie juniors, il a néanmoins une très grande valeur pour son titulaire et notre club. En effet, Eric Garcia, puisqu'il s'agit de lui, nous a ramené avec panache ce titre tant convoité. Il n'y a pas qu'un joli résultat, il y a aussi la manière... 5 combats, 5 ippon ! Ceci est assez éloquent. Bien sûr, un titre junior n'est pas aussi prestigieux qu'un titre élite, mais il peut bien souvent laisser présager le passage sans douleur de l'adolescence à la maturité. Souvent, bien trop souvent même, de jeunes talents à la technique élaborée et à la condition physique irréprochable décrochent un jour un de ces titres juniors et nous laissent entrevoir un futur et une carrière éblouissante, mais disparaissent soudain, comme par enchantement. Cette disparition a deux raisons : la première, et la plus commune, c'est la maladie de la "grosse tête", tandis que la deuxième, d'ailleurs secrètement liée à la première, c'est le heurt trop brutal et à un niveau trop élevé contre le mur de la catégorie élite, ce qui engendre vite le découragement. Je souhaite qu'Eric ne souffre d'aucune de ces maladies, et j'ai la ferme conviction que ceci ne sera pas son dernier titre et qu'il fera même partie de l'élite dans l'élite, s'il accepte un travail acharné et méthodique. Le gabarit de champion n'est pas seulement le fait d'avoir un bagage technique et physique irréprochable, mais aussi mental et moral. C'est sur ce dernier point qu'Eric va devoir maintenant se concentrer. Il manque encore de confiance en lui. J'ai dû mettre en oeuvre une facette insoupçonnée de moi-même : la psychologie, pour lui "remonter le pendule" avant ses premiers combats, quand j'ai vu que le doute commençait à s'installer. Il ne me reste plus qu'à lui souhaiter une longue marche sur les chemins du judo et les félicitations du SDK et de Palettes.

Ceci aurait dû être une photo illustrant ces championnats, mais aucun cliché n'aurait pu traduire l'émotion et la joie qui fut la sienne et la mienne.

Christian Vuissa



table couverte de pâtés, charcuteries diverses, fromages, pain, et quelques bouteilles de vin suisse qui côtoyaient les bonbonnes d'un petit vin du pays. Le tout couronné de petites histoires de derrière les fagots. J'ai pu ainsi constater que si les journées étaient sérieuses, les soirées, elles, n'étaient pas tristes.

A l'aube du troisième jour, le travail reprit avec un tourmus d'Omoté avec les avancés tandis que les autres finissaient les kihon sotoi. Pour clôturer le stage, nous fîmes les quelques démonstrations d'usage (Omoté, Chudan, Ranaï, Tanjo et Iai.) suivies de démonstrations de Bo et de Karaté, présentées par Me Kallenbach.

Et bien voilà, c'est terminé. Je crois m'en être assez bien sorti avec l'aide de mes deux co-équipiers, et nous pouvons rentrer satisfaits. Il y a du travail pour tout le monde. Le jo est bien parti dans la région parisienne.

Quant à moi, je me souviens des paroles de Pascal Krieger qui me parlait d'une bonne expérience. En effet, se retrouver seul devant les rangs (timide comme je suis), cela change pas mal de choses. Le trac à surmonter, ne pas se tromper dans les mouvements, ni dans les

noms, ne pas se perdre dans des explications à n'en plus finir, trouver les bonnes réponses aux questions, etc...

Et cela n'est pas fini, car Pascal m'encourage à en faire d'autres. Aussi, mon deuxième stage aura-t-il lieu en Hollande, au mois de juin.

Merci de votre patience,
Michel Colliard



Tournoi de Morges 84 :

malchance pour les écoliers, médailles pour les espoirs.

Dimanche 4 mars, quelques écoliers et espoirs du SDK participaient au traditionnel tournoi de Morges. Ce tournoi voit la participation de nombreux clubs helvétiques et constitue par conséquent un bon test de la valeur de nos judoka.

Chez les écoliers, qui rentraient de vacances, Laurent Bertossa parvint jusqu'en finale de tableau ; il rata de peu la médaille de bronze après avoir remporté ses trois premiers combats. Julien Besse devait quant à lui abandonner en raison d'une blessure alors qu'il s'acheminait vers une médaille. Xavier Dutoit, qui participait à sa première compétition, finissait au 5e rang après avoir gagné trois combats.

Dans la catégorie espoir, Christian Cervoni remporta la médaille d'or, confirmant ses excellents récents résultats et faisant honneur à sa place dans l'équipe nationale. Très efficace au sol, il marqua aussi un des rares ippons debout de la journée, sur harai-goshi, contre une ceinture brune.

Jean-François Charpenne eut la malchance de tomber contre Caspecha dès le premier tour ; il ne s'inclina que par décision. Remportant ensuite les repêchages, il obtint la troisième place tout à fait honorable.

Quant à Marc Zuffa, dans les +68 kg, il dut affronter de véritables poids lourds. Il termina malgré tout au 5e rang, ratant de peu une place sur le podium. Il fit à cette occasion connaissance avec les joies d'un étranglement un peu trop prolongé ; heureusement, il fut rapidement ramené sur terre et "apparemment", il n'a gardé aucune séquelle grave !!!

Bibi

Eliminatoires des CSI

C'est le 6 mai qu'un nombre restreint de combattants se rendit à Fribourg pour participer aux championnats romands. La journée se déroula sans trop de surprises, et le SDK peut s'enorgueillir de deux nouvelles médailles d'or gagnées par Eric Garcia et Christian Cervoni qui réussit cinq "ippon" par étranglement. Marc Zuffa obtint une médaille d'argent suite à une finale bien disputée, et je me plaçai en 3ème position.

François Esteban perdit son combat contre Zwald de Carouge mais fit preuve de combativité pour sa première compétition avec le club et Lotfi perdit son deuxième combat ce qui est bien dommage car son adversaire était tout à fait à sa portée. Pour terminer, notons que Frédéric Rysler dut s'incliner dans sa catégorie mais il est pardonnable car il était venu durant un congé militaire et le régime de l'armée ne contribue guère à la forme physique de ses soldats.

Relevons encore la 1ère place de Roby notre sympathique visiteur des lundis et vendredis.

Vincent

SDK est maître chez soi

Soirée faste au club en ce mardi 8 mai où notre équipe rencontrait le Dojo du Jorat et le JC Genève.

A cette occasion, notre équipe alignait 12 dans et seule la catégorie des -65 kg était composée de deux ceintures bleues décidées à faire de leur mieux.

Au moment des pesées, petite anicroche pour Christian qui se voit contraint de payer 10.- pour s'être fait voler son passeport ASJ. Que cela vous serve de leçon M. Vuissa...

Quant au public, il était composé pour moitié de copains à Charly qui laissèrent "Zaïre" leur joie lorsque Christian gagna son second combat par yoko-tomoenage.

Pour ce qui est des combats, autant vous dire que le SDK s'est bien rattrapé après sa prestation plutôt pauvre à Yverdon. Le JC Genève s'est littéralement fait écraser : 10-0 et quatre jolis ippon à la suite.

Face au Dojo du Jorat, je perdis mon combat et Charly obtint le match nul mais le résultat final 7-3 est tout de même très satisfaisant.

A noter encore le manque de sportivité du JC Genève qui partit sans mot dire et la belle performance de Eric Garcia qui immobilisa son deuxième adversaire malgré une blessure aux côtes. Bravo !

Vincent

Tournoi féminin de Pompaples

Dimanche 13 mai se déroulait un des rares tournois réservés aux jeunes filles. Trois demoiselles du SDK y ont participé. Sandrine Blessing remporta une médaille d'or confirmant ainsi sa bonne forme. Marielle Nicod, après avoir gagné son premier combat, perdit le second, manquant un peu d'agressivité, ce qui n'est pas réellement un défaut ! Enfin, Christine Andrey, plus malchanceuse, s'inclina dès le premier combat et ne put participer aux repêchages.

Bibi

Tournoi de Renens

En ce troisième samedi de mai, la salle de gym de Renens n'était pas surpeuplée. En effet, ce même week-end, plusieurs compétitions se déroulaient simultanément ce qui allégeait considérablement les catégories.

Le SDK ne remporta qu'une médaille avec la 3ème place en open de François Wahl qui était pourtant blessé au genou.

Pour le reste, François E. et moi-même fûmes éliminés au premier tour en -65 kg, alors que Pierre et François T. ne purent atteindre les demi-finales en -71 kg.

Donc, des résultats médiocres pour une journée manquant nettement d'animation. Vincent

Tournoi international de Lugano pour écoliers et espoirs

Pour la troisième fois, des judoka du SDK se sont rendus au Tessin durant le week-end de Pentecôte pour participer à ce tournoi qui voit la participation de nombreux clubs ou équipes régionales venus d'Italie, de France, d'Allemagne, d'Autriche, de Belgique, de Hollande et de Suisse.

Le tournoi débuta le samedi après-midi avec les catégories espoirs pour lesquelles nous n'avions qu'un seul représentant, Serge Schirinzi ; il fit d'ailleurs une apparition assez brève puisqu'il fut éliminé au premier tour et ne put participer aux repêchages. Le malheur des uns faisant le bonheur des autres, le reste de la journée se déroula au soleil sur une terrasse de café pour les accompagnants ou sur le lac, en pédalos, pour les écoliers qui faisaient ainsi leur dernier entraînement pour perdre les grammes superflus avant la compétition du lendemain.

Après une courte nuit, nos plus jeunes représentants entrèrent en lice et connurent des fortunes diverses. Cédric Schmidt, le plus léger de sa catégorie, fut éliminé au premier tour, en quelques secondes, par une tessinoise ; trop galant ou encore endormi, Cédric fut en tout cas très déçu, d'autant plus qu'il avait remporté la médaille d'or du Tournoi de Sierre deux semaines plus tôt ; il saura dorénavant que rien n'est acquis d'avance.

Pour Boris Cosio et Xavier Ruiz, il en fut de même : le tour en pédalo de la veille fut plus long que le tournoi de judo ! ils furent éliminés tous deux au premier tour.

Gregory Kaczmarek fut plus heureux puisqu'il remporta son premier combat ; il affronta au deuxième tour un hollandais qui ne lui laissa aucune chance. Il s'inclina également aux repêchages après s'être vaillamment défendu. Manquant encore d'expérience, ces trois combats dans un tel tournoi lui seront très profitables.

Le meilleur représentant du SDK fut Laurent Bertossa. Dans une catégorie particulièrement relevée, il s'achemina vers la finale en livrant 4 combats difficiles qu'il remporta brillamment. Affrontant en finale un hollandais, 1er kyu, vainqueur du tournoi l'an dernier, Laurent ne parvint jamais à prendre la mesure de son adversaire. Il perdit par waza-ari. Mais une 2e place au tournoi de Lugano est significative et récompense son assiduité à l'entraînement.

Bibi

Les "Old-timers" sont toujours verts.

C'est une équipe composée presque comme "au bon vieux temps" (Hamid, Pierre, François et Christian) renforcée de deux "jeunes" (Charly et Eric) qui s'est imposée le 5 juin dernier face au J.C. Romont et au J.C. Carouge, respectivement par 10 à 0 et 8 à 2. Seul François n'a pu battre son adversaire, maigre consolation pour Carouge qui espérait bien ne faire qu'une bouchée de nous. Comme quoi il ne faut jamais vendre la peau de l'ours..., même quand l'ours n'a plus vingt ans.

Pierre

KENDO

剣道

Championnats d'Europe de Kendo 1984

Le 18 mai au soir, je retrouve au Hyatt Regency de Bruxelles l'équipe suisse, ainsi que divers et nombreux amis kendoka de tous les pays d'Europe, à mon plus vif plaisir d'ailleurs.

Tous semblent en grande forme, et, au fil des conversations de bar, on peut imaginer que la lutte sera chaude pour les meilleures places, les deux jours suivants...

Après avoir tari les réserves de boissons du lieu, on va se coucher, plein de rêves glorieux pour le lendemain, qui en fait débute sur un entraînement, un repas frugal et une préparation psychologique intense (particulièrement l'équipe suisse) au T-centre sportif d'Itterbeek, dans la banlieue d'Anderlecht.

Puis, les shinai étant aiguisés et les esprits en alerte, nous sommes convoyés à la salle Simonet, où se dérouleront les championnats.

Dès l'abord, la partie s'avère rude pour la Suisse : premier match contre l'Allemagne, qui n'a jamais été de la tarte mais semble décidée à maintenir son rang des années précédentes. Bien que se battant avec détermination, l'équipe suisse s'inclinera, pour se rattraper ensuite devant la Suède, ce qui assure sa qualification pour le second tour.

Hélas, l'adversaire suivante, la France, ne laissera subsister aucun espoir de se placer parmi les meilleurs.

Malgré ce classement peu élevé, il est à remarquer que l'équipe suisse s'est montrée bien meilleure qu'à Chambéry en 83, tant techniquement que sur le plan de la combativité, ce qui augure de meilleurs résultats avec les années et beaucoup de persévérance.

La journée se poursuit avec l'élimination surprise de l'Allemagne par une équipe d'Italie survolée qui atteindra une 3e place bien méritée, la 1ère revenant logiquement à la France ayant fait étalage de sa supériorité, et la seconde à l'Angleterre.

Dimanche 20 mai, chacun s'échauffe, se concentre et évalue ses chances devant le tableau des combats individuels. Sept Suisses, dont W. Stamm qui dispute son 1er championnat d'une telle envergure, sont en lice. Tous essaieront au mieux de leurs possibilités, et, comme je l'ai écrit plus haut, on a pu constater que le kendo helvétique semble sur une bonne voie, si ce n'est pas encore "la" bonne voie.

Finalement, le titre de Champion d'Europe échoit à un français, Lopiccolo, suivi de Lehman (Allemagne) et 3èmes ex-aequo Girot (F) et Bier (All.).

Pour clore cette belle journée, encore quelques sueurs durant les examens de dan, dont les résultats cette année ressemblent à une hécatombe, puis quasiment tout le monde se rend au T-Centre pour déguster "le" vol-au-vent constituant à lui tout seul le menu de la Sayonara-party, elle-même très courte et suivie du transbordement ultra-rapide des participants au séminaire de Louvain-La-Neuve qui doit débiter le lendemain à 10 h.

Stage international dirigé par Mes Yoneyama, Hirakawa et Kosaki.



En effet, à 10 h. le 21 mai, 40 Kendoka de tous niveaux débutent un entraînement sous la direction de Kumada Sensei, entraîneur de l'équipe de Suède, très inquiet de ne pas voir arriver MM. Hirakawa, Kato, Yoneyama et Kosaki, chargés normalement de la supervision de ce séminaire. Ils arriveront en définitive en fin de matinée, au grand soulagement de tous, et assureront durant ces quatre jours un encadrement d'un haut niveau technique. L'entraînement consiste en deux séances quotidiennes de 2-3 heures chacune, axées sur la pratique d'un nombre maximum de techniques offensives et défensives, que nous ne pourrions pas approfondir ou retenir toutes faute de temps. Toutefois, cette façon de travailler est extrêmement intéressante en ce qu'elle oblige à une attention soutenue et un grand travail de réflexion et mémorisation. Comme l'a souligné Hirakawa Sensei, chacun n'en retiendra peut-être que 2 ou 3, adaptées à sa technique personnelle, ses goûts et sa morphologie, mais ce n'est qu'en ayant vu un large échantillon des multiples possibilités offensives et défensives que l'on peut faire un choix...

En bref, un séminaire profitable et d'un très haut niveau. Mon seul regret, partagé par quantité d'autres stagiaires : j'étais la seule suisse, et c'est bien dommage pour les autres. Alors... venez tous au prochain séminaire de cette envergure, cela en vaut la peine !

Florence



Ci-dessus : préparation "sérieuse" de l'équipe suisse.
Ci-contre : finale individuelle. Lopiccolo contre Lehmann.

Ci-dessous : préparation psychologique.

En bas : équipe de France, championne d'Europe.



Coupe Chidokai du dimanche 6 mai

Kata équipe

1. SDK A (Baeriswyl, Emery, Wassmer)
2. Chidokai
3. SDK B (Martin, Carballo S., Pannatier)

Kumite

1. Baeriswyl (SDK)
2. Fachinelli (Chidokai)
3. Schlickelmann (Chidokai)

Kata individuel

1. Fachinelli (Chidokai)
2. Baeriswyl (SDK)
3. Schlickelmann (Chidokai)

Le SDK est représenté dans toutes les catégories.

A relever particulièrement les 1ères places de Baeriswyl (Kumite) et de l'équipe SDK A (Baeriswyl, Emery et Wassmer) dans les Kata équipe.

Timbres et licences :

Il est rappelé que le timbre 1984 et la licence sont obligatoires à partir du 8e kyu.

Coupe du monde à Budapest :

Deux Suisses ont été médaillés. Il s'agit de Sigillo (2e -60 kg) et de Negro (3e -70 kg).

J.-M. Pannatier

Kyudo S.F.

III. l'Eveil

Yasashii, son immuable oeil rond fixant encore plus les mondes mystérieux qu'il était seul à voir, cherchait manifestement à comprendre. Mais tout cela semblait tellement le dépasser... Shiroguma pensa l'éclairer par le biais de la comparaison historique. A sa grande surprise, Yasashii lui coupa la parole : "Je sais. Aho fait partie de ces êtres dont l'ambition sans bornes fut toujours le fléau du monde, et dont la gloire ne s'acquît qu'aux dépens des nations. Il est de ceux qui ont tant fatigué notre espèce du poids de leur grandeur, qu'ils sont par là même devenus l'objet de son mépris... Il pense remplir et subjuguier la terre du bruit de ses exploits, et ne voit pas qu'il est lui-même esclave de ses préjugés, ces enfants de l'ignorance ! "

Shiroguma en était baba : eh quoi, ce simplet, cet attardé, ce machin, ça pensait ? et ça pensait bien, par surcroît ? "Allons bon, se dit-il, moi aussi, j'étais la proie de mes préjugés ! " Et ce fut un regard tout neuf qu'il posa sur Yasashii – un Yasashii qui, puisant du courage au cœur même de son audace, allait encore épater le Vieux : "Je me demandais bien comment il était possible de rencontrer de tels ostrogoths dans nos dojos, quand l'évidence m'apparut : la discipline martiale est comme un miroir de l'âme ; et donc, plus pur sera le budo, plus nette sera l'image". Shiroguma enchaîna : "Et celui qui s'admire dans ce miroir ne se rend pas compte qu'il rêvere une image inversée"...

Le Kanteki-Farfouilleur, en se caressant la barbe, se dit que décidément l'Esprit soufflait où il voulait.

Shiroguma, autant satisfait par l'éveil du lymphatique Yasashii que par l'allégorie du miroir, rumina à nouveau : une fois de plus un mythomane était en train d'escroquer les bons sensei du Kyokuto : fallait-il encore laisser courir, ou bien, au contraire, fallait-il agir ?

Au fond de lui-même, il savait bien que tout ça n'était qu'enfantillages ; d'ailleurs, il l'avait un jour dit à Aho et ses acolytes, leur rappelant que ce n'était qu'un jeu, mais un jeu où ceux qui ne respectaient pas la règle seraient chassés du préau !

Pourtant, comme par moments le Vieux sentait une bouffée d'angoisse l'envahir, il se fia à son instinct, et se prépara au combat.

Ce fut Bobo qui rapporta le premier fait confirmant la justesse des prévisions de Shiroguma : au soleil levant, il avait vu des marchands s'installer dans le Temple...

(A suivre)

Le mois de mars nous a permis de suivre un stage avec Maître Mochizuki à Lausanne.

De nombreux élèves du SDK y participèrent. C'est dans une ambiance détendue, mais empreinte de sérieux que se déroula ce stage.

Nous pûmes entre autres voir le développement d'happoken jodan (4ème kata de la série des "happoken").

Christian

CALLIGRAPHIE

On continue avec la série des "K" : Ka, Ki, Ku (Kou), Ké, Ko. Toujours dans le même ordre des voyelles A, I, U, É, O, que nous avons vues dans le Contact précédent. Je vous rappelle que ces signes Katakana n'ont aucun sens propre par eux-mêmes. Ils sont utilisés pour écrire des mots d'origine étrangère et n'ont qu'une qualité phonétique. Prière de bien suivre le sens indiqué ainsi que l'ordre des traits. Bien sûr, une démonstration serait cent fois plus efficace que ces explications, mais, si vous essayez plusieurs fois en prenant des angles différents, vous arriverez sans trop de mal à imiter les caractères ci-contre présentés. En règle générale, tenez votre pinceau par le milieu et le plus vertical possible. Ne bougez ni les doigts, ni les poignets, mais l'avant-bras comme si doigts et poignets étaient paralysés. Pour les grands traits, n'hésitez pas à bouger le corps jusqu'aux hanches avec une bonne assise sur les jambes. Profitez des vacances qui approchent pour vous exercer. Au prochain numéro pour Sa, Shi, Su, Sé, So.

P. Krieger



CASE POSTALE 114
1211 GENÈVE 25.

Numelec

4. AV. DUMAS/1206 GENÈVE/TEL (022) 478102/TX: 45-222.66

UBS GENÈVE
CCP N° 12-3528

A disposition des membres du SDK pour tous conseils et fournitures dans les domaines :

- électronique,
- ordinateurs,
- appareils de détection et radioprotection,
- appareillage médical et scientifique.

Qui se cache derrière NUMELEC ?
Deux judoka du SDK :

Vos camarades d'entraînement François WAHL (électronicien le jour et osotogaricien le soir) et Jean-Denis SCHEIBENSTOCK (administrateur et étrangleur occasionnellement).



Kami basami

Dans un récent article publié dans Contact et dans une récente émission télévisée, il a été question de Kami Basami (pince de crabe) et de son interdiction éventuelle. Ce mouvement est relativement dangereux mais surtout pour les compétiteurs de haut niveau. Les mouvements sont portés sans complaisance avec une précision peut-être inférieure aux autres du fait d'un entraînement moins poussé. Ce mouvement est pourtant très "Judo" et Tori profite d'une forte réaction arrière d'Uke. Il n'y a pas à proprement dit utilisation de force par Tori.

L'intérêt de ce mouvement réside surtout dans son existence. Le règlement permet des positions très latérales (fig. 1) pourvu que le judoka ne tire pas la manche gauche de Uke vers le bas (préparation de yoko tomoe nage...). Cette position est très délicate à attaquer. Si Tori feinte une attaque en Kami basami on obtient en général que Uke se relève. L'interdiction de Kami basami risque de changer en pire l'attitude de judoka trop défensifs. Il faudra alors rechanger le règlement des passivités. A la limite il faudra interdire la position penchée et les mouvements qui en découlent. En regardant objectivement le nombre de blessure par Kami basami on remarquera que celui-ci est très bas. Ceci est principalement dû au fait que c'est un mouvement assez peu utilisé. Pour référence, les accidents bucco-dentaires dus à la prise de garde sont plus nombreux. De même sont plus nombreux les accidents de l'accromion circulaire et colonnes vertébrales dus aux chutes. Si

on suit la logique de ceux qui veulent interdire Kami basami pour raison de danger, il faudrait peut-être d'abord interdire la prise de garde et les chutes. A la limite, je conseillerais même à ceux qui ont peur de se blesser en faisant du judo de se méfier du salut. La position à genoux entraîne une extension des ligaments et parfois des crampes.

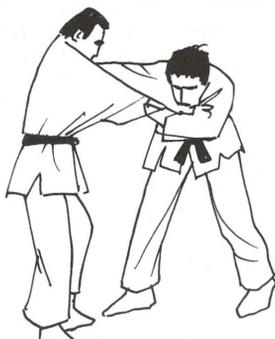
Pour être plus sérieux disons que Kami basami est dangereux en ce sens que l'accident qui peut en découler concerne le genou. Le cas de fracture évoqué par R. Champoud est extrêmement rare. De toute façon, les fractures sont en fait moins grave car il y a une rémission totale après la guérison alors que les ligaments, ménisques... sont des lésions définitives. Il y a aussi deux variantes de Kami basami qui réduisent très sensiblement les risques de cette prise. La fig. 2 montre comment

Fig. 2



Tori peut mettre la main au sol, ne portant ainsi pas son poids sur ses jambes. La deuxième solution est pour Tori de mettre son bras à la place de la jambe qui va en arrière d'Uke. Le dessin est un peu difficile et je pourrais le montrer (à titre indicatif) à ceux du club qui le désireraient. Donc ne faites pas ce mouvement au club surtout parce que nous sommes trop nombreux mais gardez le en mémoire. Il fait partie du judo...

Fig. 1





Mots croisés : Pascal Krieger

Horizontalement

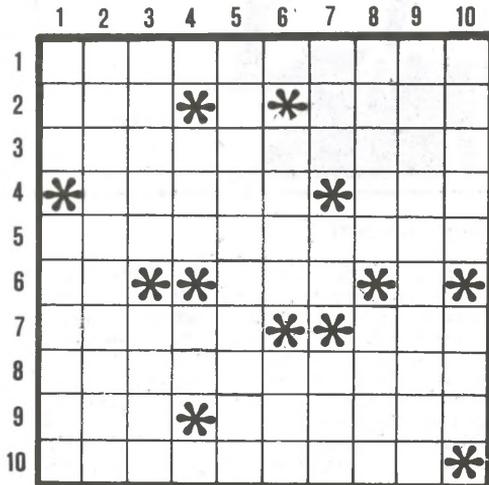
1. - Religion aux dix mille dieux. 2. - Tête de pimbêche - Les Dagoberts en étaient. 3. - Aspire. 4. - C'est par eux que nous mouillons nos keikogi - Atout de jass mélangé. 5. - Rafler. 6. - Au coeur de Vienne - Tête de fleur ornementale aussi appelée volubilis ou liseron. 7. - Agréable au cou mais gare au 1 vertical - Voleuse. 8. - Sport paisible malgré l'utilisation de bombes. 9. - Telle devrait être la main du karateka - Il en faut un peu pour vaincre. 10. - Elles permettent à la grande table de n'être pas trop encombrée.

Verticalement

1. - Essaie, bien en vain, de protéger le 7 horizontal - C'est ce que fait le commerçant. 2. - Qualificatif d'un pays européen. 3. - Pour celui qui le paye, il est toujours trop lourd - Ce que tu fais si tu le fais bien. 4. - Entrée d'un mouvement d'aikido - Au coeur d'une petite forêt. 5. - Arbre dont l'écorce fournit de la térébenthine. 6. - Mit la tête en bas - Grossit le Rhin. 7. - Est allemand - Devint vache - Dans l'erreur, même sans omettre la voyelle. 8. - Ce ne sont pas les miens - Etalon. 9. - Prendrions l'empreinte. 10. - Aller à nulle part - Lavinia n'aurait pas aimé que son Troyen perdît ainsi la queue...

Résultats précédents

Horizontalement seulement : 1. - radio - gp. 2. - islandaise 3. - os - mirages 4. - kai -



xilene 5.- agde - sir 6.- nife - tm - li
7.- rush - lieo 8.- pa - salam 9.- falunais
10.- reptelon.

Ont été perspicaces : J. Rucella, J. Duffey, F. Wahl, V. Schirinzi et P. Perillard qui s'octroie les 50.-.

Faites excuse à J. Monney qui n'a pas pigé que saisis était plus juste que saisir.

Bonnes vacances à toutes et à tous !

P. Krieger

Une rencontre peut en cacher une autre...

Le dimanche 27 mai, à la coupe de la ville de Sierre, il devait être vers les deux heures. Eric Garcia était assis dans un coin de la salle. Non loin de lui, une fille regardait les combats...

Puis il vint une idée à Laurent qui m'en fit part. C'était une idée excellente.

Zuffa et Eric ne désirant pas manger, ils nous avaient donné leur bons de repas. Nous nous sommes présentés devant la fille en question et lui avons remis un bon de repas de la part de Eric Garcia du SDK. Puis nous sommes allés auprès d'Eric et lui avons remis un bon de repas également lui disant que c'était de la part de la jeune fille là-bas. Puis nous sommes retournés vers la fille en faisant croire

à Eric que nous allions lui demander son adresse de sa part. Ce dernier commença à se fâcher et de se diriger lui-même vers la demoiselle pour la remercier du bon de repas. Cette dernière s'apprêtait à faire de même. Il ne leur fallu pas longtemps pour comprendre nos manigances. Ils se mirent ensuite à discuter et à la fin, la fille remit tout de même son adresse à Eric.

Cela prouve au moins une chose : c'est que Eric est un sacré bosseur ! Parce que vivre 19 ans dans le même quartier à 800 m. d'une jolie fille et ne pas s'en apercevoir, il faut vraiment être passionné par le judo... et l'école !

Laurent Bertossat
Larbi Mehida

Qui est membre du SDK?

Pehinda OEHLE, alias Isabelle, 24 ans, Gitane, judoka

Contact : Juste avant de remettre son genou blessé entre les mains du chirurgien, Isabelle m'envoie les réponses aux questions traditionnelles sous forme de lettre. La voici telle quelle :

"... Si votre fille ne fait pas de sport, elle aura des problèmes avec sa colonne vertébrale..." avait dit, un jour, un médecin à mes parents. Ce fut, pour moi, le début d'une merveilleuse aventure. C'était en 1970.

Mon père décida de pratiquer le judo par goût et en espérant que ce serait une excellente stimulation pour mon frère et moi-même.

L'apprentissage de cette discipline m'a apporté, lors des compétitions, le plaisir de la victoire et l'humilité dans la défaite, et ce précepte, j'ai appris à l'appliquer dans la vie de tous les jours.

Et que dire des nombreux voyages et stages où je me suis fait tant de copains-judoka... à propos, voici une anecdote que j'intitulerais : "Surtout ne me confiez pas les clefs du dortoir" !

Lors d'un tournoi au Tessin, on m'avait désignée pour la garde des clefs du dortoir. Drôle d'idée, car, après la compétition, avec quelques filles et garçons, nous avions décidé d'aller danser. L'ambiance étant excellente, le dortoir et ses clefs avaient complètement disparu de mes pensées. Résultat : une partie de l'équipe eut "la chance" de connaître les joies d'une nuit à la belle étoile !

Contact : Chère Pehinda, j'espère que tu garderas toujours ton heureux caractère et que nous aurons sous peu la joie de te revoir sur le tatami. Et en pleine forme.



CONTACTS



Mon trekking de haute montagne

par Désiré Schneuwly

Dans ma vie, j'ai deux hobbies : le judo et la montagne. C'est du deuxième que je vais vous entretenir, afin de vous faire découvrir le trekking que j'ai fait au mois de novembre 1983, soit 18 jours dans le Khumbu-Himal, une des plus belles régions du l'Himalaya.

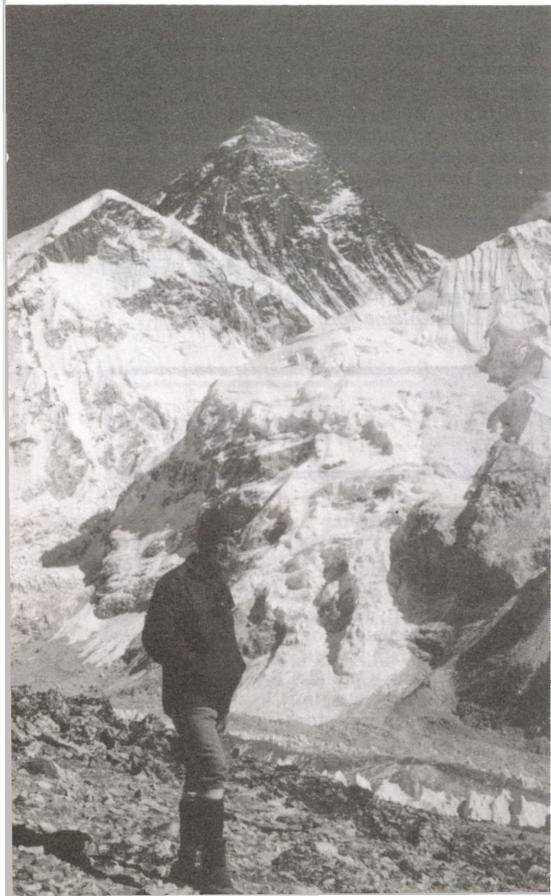
Trekking veut dire bon marcheur pour un alpiniste bien entraîné. Cette randonnée pénible de haute altitude comprend 16 jours de

marche, à raison de 6 à 7 h. par jour, en pays Sherpas, entre 3.000 et 6.000 m. d'altitude. Les premiers jours en-dessus de 4.000 m. l'acclimatation est longue. Nous marchions derrière les yacks plus rapides que nous, et le matin il nous fallait nous y prendre à plusieurs reprises pour enfiler nos chaussettes.

Nous étions sept, dont un seul Romand, Désiré. Nous sommes partis de Kathmandou, à l'altitude de 1.380 m. en prenant un petit avion qui nous a conduit à Lukla, aéroport situé à 2.900 m. et déjà là, nous découvrîmes

le début d'un magnifique panorama. Comme tout se fait dans un ordre parfait, nous n'avions au départ que nos sacs de couchage, tentes, sacs de montagne et victuailles, tout ceci porté par des yacks. Ces bêtes montent jusqu'à 5.500 m. environ, remplacés alors par sept Sherpas et quatre Sherpanies, lesquelles nous préparaient des chapanis (galettes de farine sans levain).

Notre journée était programmée de la façon suivante : 6 h. thé, 7 h. 30 déjeuner (porridge, galettes, oeufs, confiture et lait de yack). A 8 h. départ pour la marche d'approche jusqu'à 11 h. 30, puis dîner. L'après-midi nous marchons jusqu'à 16 h. Petite toilette, puis souper à 18 h. 30 pour nous coucher à 20 h., avant le froid, et surtout pour une bonne récupération après les efforts de la journée. Nous sommes montés dans la vallée de l'Imja Khola facilement jusqu'à Namche-Bazar, à 3.440 m. qui est la capitale des Sherpas. C'était autrefois un poste de commerce et d'échanges, proche de la frontière du Tibet, par le col Nangja-La à 5.716 m. Aujourd'hui centre administratif, on y trouve quelques magasins et des hôtels qui accueillent de nombreux touristes.



Il y a maintenant plusieurs écoles dans les villages. Certaines furent instaurées par Edmond Hillary qui est revenu souvent dans le pays depuis sa victoire de 1953. Suivant les régions, les enfants mettent environ deux heures pour se rendre à l'école et une heure pour le retour ; de futurs Sherpas ! Le 6e jour, en pleine forme et avec un temps magnifique, nous avons poursuivi notre montée en passant par Pheriche à 4.243 m. et Lobuche à 4.930 m. pour arriver au sommet du Kala Palar à 5.535 m. montagne sans danger.

Le belvédère nous offre une vue panoramique exceptionnelle sur l'Everest (8.848 m.) le Nuptse (7.873 m.) le Khumbutse (6.640 m.) le Pumori (7.145 m.) et au fond le Makalu. Nous sommes suivis par les choucas, curieux, qui montent jusqu'à 8.500 m.

Nous sommes descendus sur Tengboche en passant par les cols de Kongmala (5.535 m.) et Island Pic (6.189 m.), toujours sans danger, mais pénible physiquement.

La température moyenne dans la journée était de -15° à $+30^{\circ}$. Au coucher du soleil, le thermomètre descendait aussi vite que le soleil, dès 16 h. 30.

Après une marche forcée, nous sommes arrivés au monastère de Tangboche, le 20 nov. pour assister à leur fête religieuse de la pleine lune. Ce monastère est le centre spirituel du pays des sherpas, il s'élève dans l'un des sites les plus beaux de notre terre. Au fond se dresse à dix kilomètres de distance l'Ama-Dablang (6.856 m.). Cette montagne n'est qu'un six mille, mais il est sans conteste l'une des montagnes les plus difficiles à gravir de tout l'Himalaya. En offrant une Kata (écharpe blanche de coton fin) au Lama, celui-ci nous bénit. Cette Kata se remet pliée sur les avant-bras tendus en avant et une révérence s'impose au moment de la remise. Le Lama la prendra et la mettra autour de son cou ou la déposera à son côté. La cérémonie sera encore plus appréciée si le visiteur cache un ou plusieurs billets de 10 roupies dans les plis de la Kata.

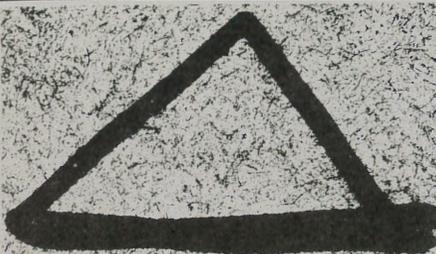
Cette superbe vallée est habitée toute l'année par les Népalais qui se nourrissent de blé, orge, pommes de terre, qu'ils cultivent eux-mêmes, et de lait et de fromage que leur fournissent les yacks, ainsi que la laine.

Les Sherpas de la région du Khumbu Everest nous ont laissé un lumineux souvenir, tant par leur gaîté que par leur gentillesse.

A la fin de cette merveilleuse randonnée, nous sommes rentrés fatigués mais heureux, en nous disant qu'il y avait encore d'autres vallées à parcourir, toutes aussi belles. Nous avons quitté le Népal avec des montagnes de souvenirs.

Amis judoka, si vous avez de bonnes jambes et beaucoup de souffle, allez-y !

Khumbutse (6.640 m.), à gauche, Everest (8.848 m.) au milieu, Kala Patar (5.545 m.) sur la droite, et un peu en contrebas, Désiré Schneuwly, 1 m. 77...



tout pour la maison
 meubles hauts lampes
 vaisselle tapis draps
 orfèvrerie 25 rue St Victor
 38 rue St Joseph 1227
 Carouge tél 439064
la casa

ALECTRICA

S.A.

ÉLECTRICITÉ
TÉLÉPHONE

TÉL. 45 70 43



François
CASENOVE

30, rue Malatrex

1201 GENEVE

**CONNAISSEZ-VOUS DÉJÀ LE NOUVEAU BALLY CAPITOLE?
C'EST AVEC PLAISIR QUE NOUS VOUS INVITONS À VENIR
LE VOIR SANS ENGAGEMENT DE VOTRE PART.
NOUS NOUS RÉJOUISSONS DE VOTRE VISITE.**

**BALLY CAPITOLE
RUE DU MARCHÉ 18, GENÈVE, TÉL. 022 / 28 22 87.**

**DORURE ENCADREMENTS
RESTAURATION DE TABLEAUX
ET MEUBLES LAQUÉS**

**M. CASTELLO
Rue Caroline 29**

**Tél. 43 19 51
1227 Genève**



J.A. 1211 Genève 13

Retour : Shung-do-kwan
rue Liotard 66
1203 Genève

sport-studio 061/23 05 27



Le premier centre d'achat et de fournitures
pour les ARTS MARTIAUX en Suisse.

Judo, karaté, kung-fu, aikido, jiu-jitsu,
kendo, nunchaku, etc.

Demandez un catalogue gratuit Case Postale 307,
4003 Bâle magasin de vente: Austrasse 107, Bâle

LEO GISIN de 09.00 à
22.00 heures

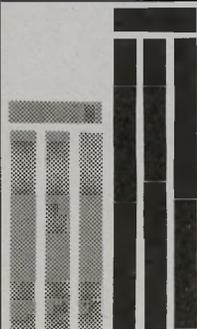
«Winterthur»
Société Suisse
d'Assurances

La «Winterthur»
vous assure
et vous rassure

winterthur
assurances

Agence générale
Eaux-Vives
Jean-Pierre
Vuilleumier

Rue du Jeu-de-l'Arc 15
1207 Genève
☎ 022 35 84 44



RICHARD + MARCEL MARTIN

succ. M. Martin

Tél 32 48 41

ferblanterie
installations sanitaires
concessionnaire
des services industriels
de Genève

12,
rue de Berne
Genève