

contact

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

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



FEVRIER 1980

No 1 - Paraît 6 fois de l'an

STORES

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

atches
anchaud

Ed. Wunenburger Maison fondée en 1861

Paul Haussauer, succr
rue du Simplon 14
1207 Genève tél. 36 61 95

Marméjan

BRASSERIE-RESTAURANT 36 av. Ernest-Pictet, Genève

bois-gentil

Paul Brunner

☎ 44 92 77 / 44 01 91

**LE RENDEZ-VOUS DES BUDOKAS
APRÈS L'ENTRAÎNEMENT !**

— Menus soignés et mets
de brasserie.

— Spécialités selon la saison.

— Salle de Sociétés.

稽古のあと. のどがかわいたらどうぞ!



Meubles Victoria

8, rue Verdaine, 1204 Genève,
tél. 022 28 10 71

Meubles, tissus, tapis, luminaires
Boutique, cadeaux, jouets

ioupii

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**



Contact nouvelle formule: 2 ans révolus

Si votre poubelle n'a pas été trop vorace, et si vous avez plus d'ordre que moi dans votre bibliothèque, on doit y apercevoir une tache ocre et une autre verte, chacune de près de 2 centimètres. C'est insignifiant, et pourtant cela représente deux ans de gros efforts pour que les membres du SDK puissent mieux se connaître et enrichir leur culture générale. Tout d'abord, un effort financier de la part du SDK qui sacrifie près du 8 % de son budget à Contact*, et aussi un effort constant de coopération entre les auteurs des différents articles, sans omettre les annonceurs qui nous permettent de réduire les frais du journal de plus de deux mille francs par an.

Est-ce un effort vain ? Je ne le pense pas. Regardons ensemble le bilan de ces deux premières années.

Le premier numéro à couverture ocre de février 1978 a été presque entièrement confectionné par le rédacteur lui-même. Puis, peu à peu, une contribution progressive est venue rompre la monotonie d'une signature trop souvent répétée. Tout d'abord, l'éditorial devint chasse-gardée pour la plume du Président, puis F. Wahl se trouva vite à l'étroit dans son coin-coin. L'article de fond (sensé intéresser tout le monde) connu un gros succès avec les ninja, et le ronin, malgré sa sauvagerie, a déjà apprivoisé pas mal de lecteurs. Puis chaque section se mit à déposer de plus en plus régulièrement leur rapport dans le casier "Contact"; l'enquêteur anonyme de "Qui sont nos ceintures noires ?" devient chaque fois plus pertinent dans ses questions et les mots croisés ont acquis un petit public très fidèle bien que restreint. Pour la rubrique "Contacts" de la fin du journal, plusieurs articles se bousculent déjà, et les pages de calligraphie, bien qu'elles ne rencontrent que peu d'échos, restent tout de même une référence toujours utile à consulter lorsque l'on veut reprendre le nom d'une section en japonais pour illustrer une publication la concernant. Et parmi tout cela, avec une constance qui est de bon augure, les esprits espiègles du SDK jalonnent le journal de petites pointes satyriques dont le but est plus de faire rire que de taquiner, et dont certaines ont même des retours de flammes surprenants (voir les oreilles du Président, cf. Contact ocre No 4 et 5). Le tout étant orné des photos de J.-P. Bédu, dont certaines sont de vrais petits chefs-d'oeuvre, il faut reconnaître que le visage de notre journal est devenu très avenant, et qu'il est apprécié même au-delà des murs du dojo si l'on en juge d'après les quelques lettres flatteuses qui nous sont parvenues.

Le bilan est donc plus que positif. Et c'est pour cet excellent résultat que j'aimerais ici remercier le Comité pour sa compréhension, les annonceurs pour leur aide précieuse et tous les collaborateurs de ce journal pour leur coopération.

Nous revenons à une couleur chaude avec la couverture de ce numéro, aussi chaude, je l'espère, que l'amitié que Contact cherche à promouvoir entre les huit sections de notre dojo.

P. Krieger

* Un numéro de Contact revient à Fr. 1900.—, donc Fr. 11.400.— par an. Viennent s'ajouter Fr. 600.— par an pour le papier de la couverture : Fr. 12.000.—. Les annonceurs ramènent la dépense à Fr. 10.000.— par an pour 6 numéros.

Probleme de batterie?

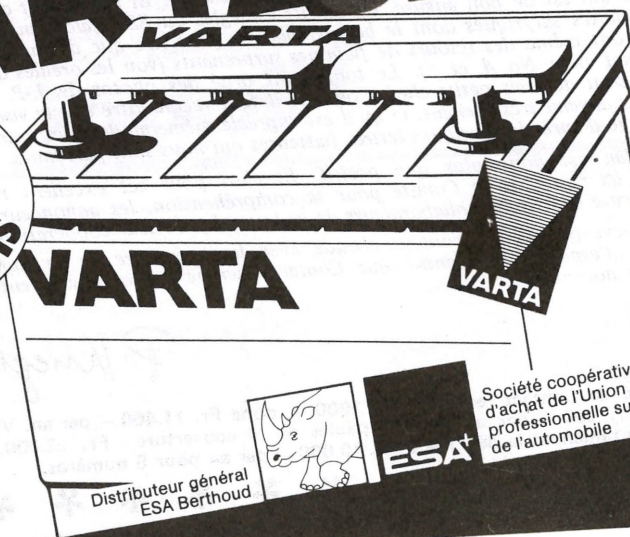
**Faites partout
confiance à l'un
des 3200
garagistes
membre ESA⁺**

Exclusivité

VARTASELEN[®]

brevet

**GARANTIE
24
MOIS**



Distributeur général
ESA Berthoud



ESA⁺

Société coopérative
d'achat de l'Union
professionnelle suisse
de l'automobile

LE RONIN



Note du rédacteur : D'après les quelques échos recueillis au SDK, je ne pense pas me tromper en déclarant que vous devez tous être impatients de retrouver le Japon féodal et ses Ronin. Dans le chapitre précédent, nous avons fait brutalement connaissance avec le Ronin, et un marchand de riz ainsi qu'un vieux moine y laissèrent même leur vie. L'histoire, dans le chapitre présent, se reporte à quelques villages plus loin, dans un hameau qui s'appellait "l'endroit au nom perdu", et dans lequel vivaient 3 jeunes garçons et le frère cadet du pauvre moine coupé en deux par la lame du Ronin. Mais je laisse la parole à William D. Jennings, auteur de ce livre.

Plus au nord, après le village que l'on nommait "La Faim de Hachiman", et un autre qui répondait au nom poétique de "Le Boeuf du Dixième Vers" existait un troisième village très peu fréquenté. Les gens ne se souvenaient qu'avec difficulté de son nom, si bien que petit à petit, ils en sont venu à l'appeler "l'endroit au Nom Perdu".

C'était dans ce troisième village que vivaient 3 jeunes garçons dont la principale occupation était de se hâter vers l'âge où ils deviendraient des hommes, comme si cet âge existait vraiment. Ils étaient amis et, à onze ans, partageaient un seul et même rêve : devenir samuraï. Ils voulaient devenir professionnels du sabre au service d'un puissant "daimyo" (seigneur féodal). Aussi puéril que puisse paraître leur désir, ils avaient atteint l'âge approprié pour apprendre.

Ils n'avaient jamais envisagé la possibilité qu'ils puissent finir comme de simples Ronin (samuraï sans maître) comme il en existait déjà des milliers rejetés par les clans "Gen" et "Hei". Ils n'avaient pas pensé non plus que leurs parents pourraient leur en vouloir de délaisser les travaux des champs, ni que le maître retraité pourrait refuser de les prendre comme élèves.

Ils allièrent
la tactique au
respect
et s'agenouillèrent
juste sur son
chemin...



Le maître était fier, dans le bon sens du mot, et génial, par implication. En effet, dans cette profession, peu d'hommes prenaient leur retraite normalement, et presque aucun n'atteignait l'âge vénérable de cinquante ans.

En fait, il refusa de les accepter, et ceci à plusieurs reprises. Chaque semaine, les trois adolescents venaient s'agenouiller devant lui chaque fois qu'il passait, mais son regard ne déviait pas de la ligne d'horizon. Alors, ajoutant la tactique au respect, ils s'agenouillèrent directement sur son passage. Gêné pour se frayer un passage entre ces jeunes dos, le maître finit par leur prêter attention. Ses premiers mots semblèrent clore la discussion avant même que celle-ci ne commençât : "Vos parents consentent-ils à ceci ? Lorsqu'ils seront d'accord, je vous écouterai."

Mais les garçons de onze ans, à l'image des filles de tout âge, ont d'innombrables ressources de séduction. Le ton dramatique de leurs supplications firent que les parents réalisèrent que ce n'étaient pas là de ces caprices d'enfants qui sont toujours plus brefs que l'enfance elle-même.

Les parents se réunirent donc au sujet de leurs enfants et débattirent le problème. Pourquoi ne pas se débarrasser de ce caprice par quelques séries de bleus que le maître lui-même ne manquera pas de leur infliger ? Une bonne douzaine de coups de bâton bien placés leur feront sortir cette idée de la tête plus sûrement que d'alourdir leur tâche aux champs. Les six personnes se mirent d'accord, les hommes dans la pièce de devant, les femmes dans la cuisine, puis, tous se retrouvèrent pour s'entretenir de la dernière rapine du clan des Minamoto autour d'un peu de vin de riz.

Cependant, le vieux maître, comme la plupart des célibataires, en savait plus long sur les pensées des jeunes garçons que leurs parents obnubilés par leur santé. Il savait pertinemment qu'il ne s'agissait là ni d'un rêve d'enfant, ni d'un caprice de courte durée. Par le sérieux que leur imposait son sabre, dans leur respect pour sa propre personne, il comprit que lorsqu'ils se rencontraient seuls dans la montagne, ils devaient se raconter des vieilles histoires sur les légendes du Bushido. Il regarda leurs jeunes vies, vit leur superbe beauté, la maturité de leurs corps et leur foudroyante énergie. Et son cœur s'écria qu'une telle explosion de vie ne pouvait atteindre à une joyeuse indifférence envers la mort qu'en la courtisant. Avec une passion qui aurait surpris les parents des jeunes garçons, il décida qu'il fallait effacer à tout jamais l'adoration de ces enfants pour les armes blanches, qu'il fallait les décourager tant et si bien que leur merveilleuse énergie retourne se consumer aux travaux des champs.

C'est dans ce but, et dans ce but seulement qu'il les accepta comme élèves. Cela devint vite une complexe histoire d'amour faite de



relations sado-masochistes à quatre. Il les battait au bokken (sabre de bois) par les plus petits mouvements, leur faisait mal et les blessait régulièrement méprisait toute ombre de talent et se moquait de la moindre erreur. Il leur racontait des histoires de héros stupides qui coupaient en morceaux d'autres héros encore plus stupides, et qui, à leur tour, s'ouvriraient le ventre abreuvant de sang une terre indifférente. Les garçons l'écoutaient avec des yeux écarquillés et se juraient de devenir des héros stupides mais un peu plus sages que les autres. Et c'est ainsi qu'ils passèrent de onze ans à douze et que douze devint treize.



Le vieux maître se donna à fond, repoussant les limites de sa propre résistance pour réussir à décourager et à lasser d'une façon totale l'énergie inépuisable de ces jeunes garçons. Il lançait des sarcasmes à l'un pour le gêner devant les deux autres ou bien leur donnait des tâches qu'ils ne pouvaient faire qu'en négligeant une autre. Chaque minute de son éveil, il la passait à imaginer un nouveau plan pour les décourager. Mais quoi qu'il fit, il semblait que cette furie silencieuse finirait par le dévorer avant qu'aucun d'eux ne se décourageât. Aucun craqua ni ne s'enfuit. Chaque fois qu'ils se relevaient, ils essuyaient la boue et la honte puis le regardaient avec des yeux

pleins de confiance qui voulaient dire : "Et maintenant ?". En désespoir de cause, il les renvoya en les traitant d'incapables. Ils venaient juste d'avoir quatorze ans.



Les marches de la demeure du maître virent les trois jeunes revenir chaque jour dans l'espoir que le maître se radoucisse. Un jour qu'il ne se doutait pas que le maître l'entendait, l'un des trois qui parlait le moins dit : "Il nous aime, et il pense qu'avec notre gaucherie, aucun de nous ne survivrait à son premier duel. Et, très gentiment il pense que cela serait un gâchis — comme si tout ceci n'eût été que la préparation à la vie et non la vie elle-même, telle qu'elle doit être vécue. Maintenant, quand il nous reprendra, nous devons cesser nos gamineries et nous mettre une fois pour toutes à étudier, écouter et travailler. Aucun d'entre nous n'a encore vraiment essayé. Si nous l'avions fait, nous porterions déjà le chignon et nous ne serions pas assis là. Je voudrais qu'un jour il soit fier de moi, même si pour cela, je dois m'enfuir et aller me battre contre les inconnus que je rencontrerai sur mon chemin."

Ceux qui abandonnent ont toujours horri-
fié les professeurs qui sont persuadés que leur école est la meilleure, en ajoutant généralement avec une absurde modestie : "à l'heure actuelle".

Le maître sentit le besoin d'une retraite et se hâta vers la montagne où il passa neuf jours à méditer, remettant en question ce qu'il croyait être la sagesse. En fin de compte, il conclut qu'il avait été le plus jeune des quatre et il rentra d'un pas si déterminé que son talon creusait le sol à chaque pas. S'il ne pouvait empêcher ces petits hommes de courir vers une vivisection glorieuse il en retarderait l'issue en faisant d'eux les plus habiles des sots habillés en samurai. Il allait entreprendre cette tâche très sérieusement, divisant par trois son savoir et l'expérience de sa vie entière.



Sans expression apparente, les garçons s'agenouillèrent devant lui. Il n'y avait aucune joie à manifester puisqu'ils avaient toujours su qu'il reviendrait. Ils se relevèrent et commencèrent à étudier avec la passion de leur âge. Sans gestes superflus, c'est avec la même passion que le maître enseignait. Ils s'entraînèrent sans relâche, comme des fous silencieux. Avec la même folie, ils accueillaient la dureté de cette vie, se levant à l'aube pour méditer. Aimés d'eux-mêmes et d'une autorité, ils étaient bons, honnêtes et sincères, et bien qu'ils ne riaient pas souvent, ils mettaient toujours beaucoup d'entrain dans ce qu'ils faisaient.

Avec une joie solennelle, ils échangèrent leur semence, jurant en bon samurai, et avec la facilité des innocents, de faire vœu de chasteté.

En retrait de la réalité, il les regardait poursuivre la course de leur existence vers cette destination si proche de la naissance : la mort. Ils venaient d'avoir quinze ans.

Chaque heure les voyait devenir plus habiles. Leurs noms étaient maintenant connus partout aux alentours de "L'Endroit au Nom Perdu". Leur renommée atteint le village du "Boeuf du dixième Vers" et plus loin encore, vers le sud. Cependant, et c'est un fait normal, cela ne se savait pas dans la salle d'entraînement.



Une mauvaise nouvelle arriva soudain. Le dernier des frères du maître avait été tué dans un village plus au sud où il avait son temple. Il ressortait de la nouvelle que ce moine avait un peu recherché son sort, mais le fait était néanmoins qu'un Ronin l'avait coupé en deux sans aucune raison apparente.

Avant que le maître ait pu décidé qu'il puisse y avoir là une perte, ses trois élèves avaient disparu. Ils lui laissèrent un bref message qui lui disait respectueusement que les trois katana manquant à la collection du maître n'étaient bien sûr qu'empruntés. Ils lui seraient rendus couverts de gloire. Ils s'excusaient aussi de partir sans en demander la permission, mais le temps ne permettait pas une plus longue attente. Suivaient encore quelques expressions juvéniles.

Comme transpercé de la tête au coeur, le vieil homme ouvrit la bouche et laissa échapper un cri silencieux. Tandis que le message tombait au sol, il prit le sabre de son support et s'en alla vers le sud. Il laissait sa porte ouverte et de la nourriture sur le feu.

Pour la première fois depuis son premier duel, il avait peur...

(à suivre)



contact ►►► info générales

En raison du nombre de judokas (200 env.) présents sur le tatami le mercredi, les combats en ligne auront lieu dorénavant :

LE MARDI de 17.30 à 18.30

2e mardi du mois pour les moins de 11 ans, et **dernier mardi** du mois pour les plus de 11 ans.

D. Schneuwly

un mois de mai haut en couleurs

Sur une proposition du rédacteur, le Comité du SDK a accepté de financer, avec les Français, la venue de 6 grands maîtres du budo japonais du 8 mai au 18 mai. Ce groupe totalisant plusieurs centaines de dan sera à Genève jusqu'au 15 mai, à Berne le 16 et à Montreux le 17 et le 18.

Pendant le séjour de ces 6 personnages, des cours de jodo, iaido, tanjojutsu, kenjutsu et autres seront donnés chaque matin pendant plus de trois heures. Le soir, l'heure des cours de judo, aikido, yoseikan, kendo et karate ne sera pas changée, mais pour chaque discipline, les pratiquants bénéficieront de l'enseignement d'un ou de plusieurs des grands maîtres, et cet enseignement sera en rapport avec la discipline concernée. Les entraînements seront écourtés d'un quart d'heure chacun pour laisser place à une démonstration qui aura lieu entre les entraînements du soir. D'autre part, 2 grandes démonstrations sont prévues le dimanche 11 mai et le jeudi de l'Ascension.

Brièvement, la rédaction vous présente chacun d'eux :

Me Otake Risuke Minamoto no Takayuki, 54 ans

Trésor national vivant, il est au Japon le maître de la plus vieille tradition martiale, celle de Katori Shinto Ryu, qui est aussi une des plus respectée et des mieux préservée. Passé maître dans l'art de plus de 10 armes, il est à lui seul une attraction fantastique. Ce sera, hiérarchiquement le numéro un du groupe.

Me Otake

Me Draeger

Me Otake Jr

Me Akiyama

Me Donn Draeger, 57 ans

A commencé le jujutsu à l'âge de 8 ans, et après avoir quitté les marines US avec le grade de Lt Colonel, s'est établi au Japon où il est éminemment gradé en judo, aikido, karaté, kendo, jodo. Depuis plus de 15 ans qu'il est entré dans l'école Katori, il en est devenu le No 2. Ecrivain sur les arts martiaux, il est l'auteur de plus de 50 livres. De plus, il est Directeur du Centre de Recherche Hopolologique de l'Université de Hawaii et passe plusieurs mois chaque année à rechercher des arts de combat dans les jungles du sud-est asiatique.

Me Otake Nobutoshi, 28 ans

Fils du premier personnage, et déjà titulaire de la licence d'enseignement dans l'école Katori. Il suffit de le voir à l'oeuvre pour comprendre de suite que ce ne fut pas un "cadeau de père à fils".

Me Akiyama Tsuneo, 31 ans

Egalement un des enseignants de l'école Katori, grand spécialiste de Kenjutsu, de naginata et de bojutsu.

Me Kaminoda Tsunemori, 53 ans

Longtemps, il fut le maître-entraîneur de la police de choc du département No 4 de la police métropolitaine de Tokyo. Spécialiste en kendo et jodo, il est également un des seuls enseignants de l'art de ligoter un prévenu ou de celui d'utiliser le keibo (bâton de police en acier et extensible). Il est l'un des



successeurs possible pour diriger la Shin do muso ryu jodo.

Me Mitsuzuka, 45 ans

Au Japon, quoique extrêmement influent, fait figure de cavalier seul par le sérieux qu'il apporte dans la pratique de l'iai. L'iaido européen sera dans l'avenir, de plus en plus imprégné de son enseignement. Il est déjà venu en Europe plusieurs fois.

Vous allez bientôt voir ces personnages en chair et en os. Les enseignements que vous en tirerez seront inestimables, et la rédaction ose espérer que l'investissement du SDK sera récompensé par l'intérêt que vous porterez à ce groupe de personnages qui sont on ne peut mieux placés pour vous dévoiler le vrai visage du budo japonais.

La rédaction



Me Kaminoda



Me Mitsuzuka

AIKIDO

合気道

Prochain stage de Me Ikeda :

Mercredi 26 mars. Pour le stage de Me Tamura, au mois de mai, à Lausanne, veuillez consulter le panneau d'affichage.

2e partie de "ki, énergie vitale" dans le prochain numéro

Catherine

IAIDO

居合道

Stage de préparation avec Tiki Shewan, dimanche 30 mars au SDK à 8 h. 30.

Pour la venue des maîtres en mai, j'ai pensé qu'il serait bon de se préparer au maximum. Tiki Shewan a beaucoup étudié avec Me Mitsuzuka et j'ai moi-même étudié sous Me Kaminoda. Aussi, plus nous nous approcherons du style de ces deux maîtres et plus nous profiterons de leur enseignement. Tiki Shewan dirigera le stage.

JODO

杖道

Stage, 29 mars au SDK, à 09.00 h.

Pour régler les derniers détails et profiter du maximum de l'enseignement que nous aurons la chance de recevoir en mai, je pense faire un stage samedi 29 mars, au SDK, ainsi, les jodoka qui pratiquent également l'iai pourront dormir au dojo et assister au stage d'iai du lendemain. Je ne saurais exhorter assez tous les jodoka à donner un grand coup de collier jusqu'au mois de mai, de façon à se présenter aux examens avec tous les atouts de leur côté.



Kaminoda Sensei exécutant "sakan" (à droite)

JUDO

柔道

DATES DES COMBATS INTERNES

En principe chaque dernier mardi du mois à 20h00

Mardi 29 janvier
Mardi 26 février
Mardi 25 mars

Mardi 29 avril
Mardi 27 mai
Mardi 24 juin

Mardi 29 juillet
Mardi 26 août
Mardi 30 septembre

Mardi 28 octobre
Mardi 25 novembre
Mardi 23 décembre

DATES DES CHAMPIONNATS SUISSES PAR EQUIPES

Equipe 1 (ligue nationale)

Samedi 2 février à Baden contre Baden et Berne à 15h00
Samedi 23 février au dojo contre Morges et Granges à 15h00
Lundi 24 mars à Lausanne contre Lausanne et Yverdon à 20h00
Lundi 14 avril à Bienne contre Schaanwald et Zürich à 20h00
Samedi 6 septembre à Granges contre Granges et Schaanwald à 15h00
Samedi 13 septembre à Lausanne contre Lausanne et Zürich à 15h00
Samedi 8 novembre à Morges contre Morges et Baden à 15h00
Samedi 29 novembre ou samedi 6 décembre à Berne contre Yverdon et Berne à 14h00

Equipe 2 (3ème ligue)

Jeudi 14 février à Fribourg contre Fribourg et Avully à 20h30
Jeudi 13 mars au dojo contre Bernex et Meyrin à 20h30
Jeudi 22 mai à Versoix contre Versoix et Romont à 20h30
Jeudi 12 juin au dojo contre Chamoson et Monthey à 20h30
Jeudi 26 juin à Meyrin contre Meyrin et Chamoson à 20h30
Jeudi 4 septembre à Versoix contre Versoix et Monthey à 20h30
Jeudi 2 octobre à Bernex contre Bernex et Fribourg à 20h30
Jeudi 16 octobre à Romont contre Romont et Avully à 20h30

Dernières nouvelles : Tournoi International de Lausanne (près de Lyon) week-end 9-10 février.

Nos féminines toujours sur la brèche : I. Oehle, médaille d'argent – Caroll Wahl, médaille d'argent, Una Monaghan, médaille de bronze.

REPRISE DES CHAMPIONNATS SUISSES PAR EQUIPE

Après être péniblement parvenu à réunir une équipe de 6 combattants, ce qui signifiait un seul forfait en -60 kg, la balance de ZÜRICH méprisant les efforts accomplis par les combattants pour conserver leur taille de guêpe tant admirée dans nos vestiaires, marquait 500 gr. de trop pour Hamid, 500 gr. de trop pour Pierre, 500 gr. de trop pour François, ce qui signifiait un deuxième forfait en moins de 65 kg. Dès lors, avec un handicap de deux forfaits et plus personne dans sa catégorie le SDK était mal parti et il est mal arrivé.

A la première rencontre face au NIPPON BERN, H. ELOUARET gagne en -71 kg, B. Farquhar perd en -78 kg, P. OCHSNER perd en -86 kg, F. WAHL s'envole sur morote en -95 kg et C. VUISSA gagne contre le lourd de BERN qui déclare forfait. Ce qui porte le score de 10 à 4 pour le NIPPON BERN.

A la deuxième rencontre face au J.C. de BADEN-WETTINGEN, H. ELOUARET perd à 2 sec. de la fin en -71 kg, P. OCHSNER gagne en -78 kg, F. WAHL fait match nul en -86 kg, C. VUISSA gagne en -95 kg et le lourd de BADEN ne se remettra jamais de sa terreur face à L. BOIRON (ceinture orange) qui le fait tournoyer à bout de bras pour l'aplatir sur le ventre et l'écraser au sol, il préfère alors s'éclipser discrètement vers la sortie ce qui lui vaut la disqualification. Malgré le match nul 7 à 7 le J.C. BADEN-WETTINGEN l'emporte aux points valeurs par 23 à 20.

Puis, sans attendre les résultats de la troisième rencontre, c'est une course éffrénée vers la gare pour attraper de justesse le train du retour et apprendre alors qu'il part 15 minutes plus tard. Enfin comme dit Christian VUISSA : "On gagne pas souvent, mais qu'est-ce qu'on rigole !

J.P. Bédu

Le monde à l'envers pour l'adversaire de Christian à Zürich.



SELECTION DU CADRE REGIONAL

C'est avec enthousiasme que nous avons inscrit une quinzaine de jeunes écoliers, juniors et espoirs le 13 janvier à LAUSANNE, tous ceux qui avaient une chance de se distinguer. Il fallut vite se rendre à l'évidence : l'enthousiasme n'était pas partagé. L'excuse invoquée importe peu, mais c'est dommage qu'ils manquent une expérience comme celle que l'on retire de la compétition et l'enseignement qu'elle apporte. Et puis une journée passée entre copains n'est jamais une journée de perdue, ceux qui sont venus vous le diront, il s'agit de E. GENOUD, P.SUSZ, A. SCHAREN, P. EGGER et le seul qualifié P. ZBINDEN qui a prouvé à ses adversaires qui ont appris trop tôt les petits trucs de compétition que le "beau" judo l'emportait toujours.

En revanche le 20 janvier à RENENS pour la sélection féminine, la participation de nos jeunes

Seoi-otoshi de Una Monaghan, après 2 secondes de combat

filles a été plus importante et leur succès plus marquant puisqu'elles ont pris la première place des 4 catégories dans lesquelles elles étaient inscrites. Se sont ainsi qualifiées en ligue régionale 1 : C. WHAL, U. MONAGHAN, I. OEHLE qui a dû éliminer L. RUCELLA et P. SACCHI qui se retrouvent en ligue régionale 3, M. McKINNEY qui a dû éliminer L. JACOT qui se retrouve en ligue régionale 2. Comme vous le voyez : une très bonne équipe féminine qui doit peut-être son succès aux entraînements de F. WHAL à ANNEMASSE, entraînements qui ont le désavantage de nous priver de nos adversaires favorites.

J.P. Bédou

Bilan de la deuxième équipe

En fin de compte, la deuxième équipe du SDK monte de 4e en 3e ligue avec Samurai Bernex et Chamoson.

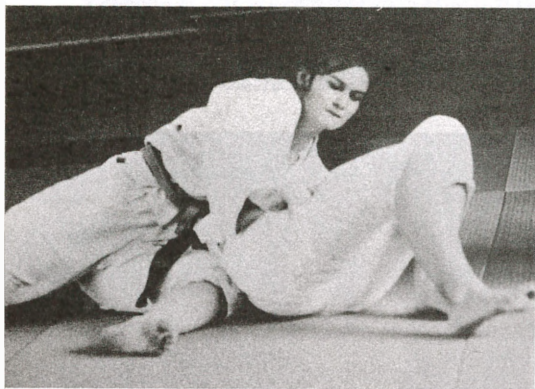
L'an 1979 fut une bonne année de compétition pour l'équipe B du SDK. Le but que nous nous étions fixé a été pleinement atteint. Plusieurs de nos jeunes judoka ont pu recevoir leur baptême du feu et, en général, le résultat a toujours moins compté que le plaisir de faire du judo. Plusieurs ont appris, à leurs dépens, les règles de base de la compétition, et tout le monde a pu profiter de l'ambiance amicale qui existe entre les équipes de seconde importance.

Cette année également, la principale tendance de notre deuxième équipe sera d'être un terrain d'essai pour les ceintures oranges et vertes, ainsi qu'un tremplin vers la première équipe pour les plus doués. Tout judoka complet qui se respecte se doit de faire l'expérience de la compétition si l'on se rapporte à l'idéal de Me Jigoro Kano ; 20 % de technique, 70 % de randori et 10 % de compétition.

P. Krieger

Bravo! Isabelle

Isabelle immobilise son adversaire en état de lévitation



Un grand bravo à Isabelle pour une victoire qui a bien failli passer inaperçue si je ne m'étais pas permis quelques indiscretions... Fin décembre, Isabelle remporte le tournoi national féminin du judo-club de BALE en gagnant ses 10 combats par ippon : 6 debout et 4 au sol. Elle a ainsi largement mérité le trophée qui lui a été remis, de même que le pain d'épices aux armoiries de BALE, malheureusement pour les armoiries, une telle victoire ouvre l'appétit et le pain d'épices ne fit qu'une bouchée.

J.P. Bédou

Ont réussi leur 3e KYU

Cervoni Christian, Genoud Eric, Vuilleumier Manuel.

Ont réussi leur 4e KYU

Brulhart Laurent, Tatzber Eric, Ruiz Xavier, Bloch Roger, Bachelard Cédric, Favey Gilles, Sierro Anne, Littmann Bengt, Zbinden Patrick, Guex Samuel, Casas Robert, Favey Hugues, Busswell Lorenz.

Ont réussi leur 5e KYU

Di Stefano Jane, Bertolini David, Grobet Isabelle, Challandes Laure, Jeanneret Patrick, Aellen Vanessa, Fleury Vincent, Ceccarini Danilo, Macaluso Massimo, Benyahia Yacine, Cachin Florence, Cachin Gilles, Metrallet Steve, Keller Martin, Coram-Mekkey Sandra, Douek Alexandre, Guex Raphaël, Metrallet Nathalie, Mottet Marc, Rott Philippe, Zurcher Virginie, Guesnet Jorg.

KARATÉ



VOCABULAIRE USUEL

Suite

I

Ichi : 1.

J

Jodan : niveau haut (visage, cou, nuque).

Ju : 10.

Juji : la croix.

K

Kamae : en garde.

Kanku-dai : 1er kata kanku.

Kara tsuki ichi : 1er kara tsuki.

Kara tsuki ni : 2e kara tsuki.

Kara tsuki san : 3e kara tsuki.

Kata : forme, modèle.

Keage : percutant, fouetté.

Kekomi : pénétrant.

Kiai : cri qui sert dans l'attaque à libérer son énergie.

Kiba-dachi : position du cavalier.

Kihon kumité : assaut de base (travail par 2).

— *Jodan-tsuki age uke + gyaku tsuki*, droite puis gauche.

— *Chudan-tsuki soto uke + gyaku tsuki*, droite puis gauche.

Kihon-yondosa : 4 techniques de base (*kiai* : 1ère et 2e position).

Ko-kutsu-dachi : position vers l'arrière.

Ku : 9.

M

Mawashi-geri : coup de pied fouetté circulaire.

N

Nanadan-geri : enchaînement codifié de 7 coups de pieds.

Ni : 2.

O

Oi-tsuki : coup de poing en poursuite.

R

Rei : saluez.

Roku : 6.

S

San : 3.

Shi : 4.

Shichi : 7

Shuto-uke : défense du sabre de la main.

Sonsba mae-geri : coup de pied direct, départ zen-kutsu dachi.

Sonsba yoko-geri : coup de pied chassé latéral, départ zen-kutsu dachi.

Sonsba tsuki : coup de poing, départ kiba-dachi.

Soto-uku : blocage de l'avant-bras, depuis l'extérieur.

T

Taikyoku shodan : 1er kata de formation du corps (4 *kiai*).

Taikyoku nidan : 2e kata de formation du corps (4 *kiai*).

Taikyoku sandan : 3e kata de formation du corps (4 *kiai*).

Tai-sabaki-ichi : 1er exercice de déplacement, esquivé.

Taïso : gymnastique pour échauffement.

Tekki-shodan : "cavalier de fer" 1er kata *tekki*.

U

Uchi-uke : blocage de l'avant bras, depuis l'intérieur.

Uraken-uchi : coup de revers du poing.

Ushiro-geri : coup de pied fouetté arrière.

Y

Yoi : préparatif.

Z

Zen-kutsu-dachi : position vers l'avant.

"GO SHIN DO"

Plusieurs auteurs ont voulu montrer les différences essentielles entre la pratique des arts martiaux traditionnels et la compétition sportive. J'ai établi, à votre intention, un bref résumé de leur point de vue, que je livre à votre réflexion.

Les 2 orientations du karaté :

1. KARATE GO SHIN DO :

(= voie de l'auto-défense)

- a) forme : Budo pluridimensionnel
- b) But : Se sauvegarder, Sécurité absolue, Efficacité réelle, (en utilisant toutes les techniques d'attaque des points vitaux)
- c) Vainqueur : Celui qui reste en vie
- d) Ordre d'importance des techniques :
 - I. Défense (= sauver sa vie).
 - II. Attaque (= tuer l'adversaire si nécessaire).
- e) Défaite : la mort

2. KARATE SPORTIF :

(= compétition sportive)

- a) forme : Sport unidimensionnel
- b) But : Ne pas perdre, Gagner par des techniques reconnues par les règles d'arbitrage, (techniques directement visibles de l'extérieur).
- c) Vainqueur : Celui qui a gagné le plus de points, même un seul point de plus, avant la fin, (c.à.d. : compensation des fautes commises pendant le match par de nouveaux points).
- d) Ordre d'importance des techniques :
 - I. Attaque (= marquer le plus de points)
 - II. Défense
- e) Défaite : combat perdu

Comme vous le voyez, une différence fondamentale est à faire pour les fautes commises, en effet, dans un combat réel, si vous perdiez un oeil, il serait inutile de dire courageusement : "demain, je ne le perdrai en aucun cas". L'oeil, une fois perdu, ne revient jamais.

Selon l'orientation choisie, les buts diffèrent et l'entraînement ad hoc également. Etant entendu que le Karaté go shin do n'exclue pas la participation à des compétitions sportives (forme d'exercice mais non but en soi), pour autant que les arbitres soient suffisamment compétents pour juger les kumité (combats) ou katas. En tenant compte des critères de précision et efficacité potentielle des mouvements, qui sont de première importance en cas de combat réel.

Bibliographie : Budo no riron (la théorie du Budo) par Tsumumasa Nango, 1972. La voie du Karaté, pour une théorie des arts martiaux japonais, par Kenji Tokitsu, 1979.

R. Rapin

YOSEIKAN BUDO

養正館武道

A PROPOS DES KATAS...

Il semble qu'à l'heure actuelle, les katas (enchaînements de techniques dans un ordre donné, sur la base d'un combat imaginaire) ne suscitent guère l'enthousiasme des jeunes pratiquants. Les katas leur apparaissent en général comme des exercices de style fastidieux. Il s'agit-là d'un malentendu, car les katas ne sont nullement conçus pour être exécutés de façon mécanique et formelle.

Les débutants doivent y trouver un moyen de se familiariser avec les techniques de base utilisables en randoris (combats libres). Quant aux élèves plus avancés et aux professeurs, ils y puiseront un matériau d'étude et de recherche personnelle.

En effet, le kata n'est pas une fin en soi, mais au contraire un point de départ, une référence et une sorte de tremplin permettant d'accéder, par la réflexion et la pratique, à un niveau supérieur. Son étude favorise la découverte et l'acquisition d'un nombre quasi illimité de variantes et interprétations du mouvement codifié.

Car à l'origine, il s'agissait bien d'un code qui, de génération, servit de véhicule aux techniques élaborées par les anciens. Pour conserver au monde le fruit de leur labeur, ceux-ci s'étaient appliqués à mettre au point un système de "momification" des techniques en les regroupant dans une forme "chorégraphique" précise.

Or, de même que des scientifiques parviennent à faire "parler" une momie au moyen de l'étude minutieuse de sa morphologie, du style et de la composition de sa parure, de la nature des objets qui l'entourent, etc., c'est au pratiquant de redonner vie au kata. Pour ce faire, il lui faut chercher à se libérer le plus possible des préjugés ou réflexes acquis, pour voir plus loin que la forme en considérant le kata avec un esprit vraiment ouvert. Le premier objectif est l'assimilation du kata, c'est-à-dire son analyse et l'exploitation de toutes les possibilités qu'il recèle. Dans un deuxième temps, il deviendra loisible au pratiquant d'y porter sa propre "touche", lui restituant ainsi la vie et sa fonction première.

Texte de Maître Hiroo Mochisuki

Assemblée Générale!

jeudi 20 mars, 20 h. 00 au dojo...

A côté de tous les droits dont vous bénéficiez au SDK, il y a aussi des devoirs, et un des plus importants, c'est celui d'être présent à l'assemblée générale annuelle. Nous vous y attendons nombreux, et là, une fois encore, vous pourrez faire valoir vos droits. Vous pourrez par exemple, discuter, accepter ou refuser toutes propositions faites par un des membres ou le Comité. Il est bon de préciser que ces propositions individuelles doivent parvenir sur le bureau de la secrétaire jusqu'au vendredi 14 mars.

Voici l'ordre du jour : 1 — Contrôle des présences 2 — Rapport du Président 3 — Rapport du Trésorier 4 — Rapport du Secrétaire 5 — Rapport des Responsables de sections 6 — Rapport des Vérificateurs de comptes 7 — Election du Comité 1980 8 — Propositions du Comité 9 — Propositions individuelles 10 — Divers.

Une bonne occasion de prendre le pouls de votre club !

La rédaction

Pierre Ochsner quitte le Comité

Pour raisons professionnelles qu'il dit !

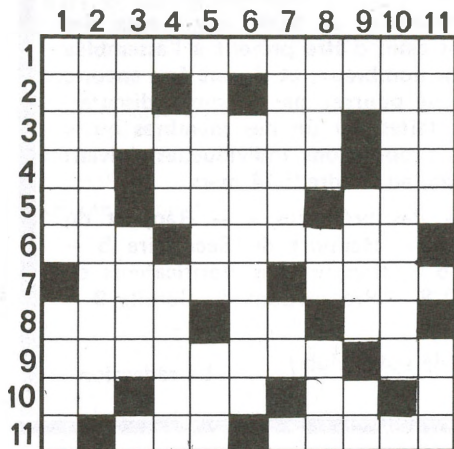
Mais J.P. Bédu, reporter Contact, l'a suivi, caméra au poing, pendant ces dernières semaines. Il en a ramené ces trois photos. Surpris d'abord dans une mosquée de la rive droite à l'heure de la prière du soir, puis épanoui et souriant dans son uniforme de grenadier, sans doute à la nouvelle de sa promotion au statut de juge militaire, notre ami Pierre Ochsner est totalement méconnaissable... Heureusement, la 3e photo, nous restitue Pierre tel que nous le connaissons et l'aimons tant, en l'occurrence, complètement beurré dans les WC publics du Molard à 3 heures du matin. Avec cet éventail d'activités, pas étonnant qu'il ne lui reste plus assez de temps pour le Comité...

La rédaction





Mots croisés : Joelle MONNEY



HORIZONTALEMENT

1. Quand il pleut, on dit qu'il en tombe.
2. Salut - Kilimandjaro. 3. Peinture Japonaise - coutumes. 4. Bière sans fond - Lac de Genève - Mercure renversé. 5. Possessif - fin de la Lorelei - refus japonais renversé.
6. C'est pas une lumière - Gouverne d'aéronautique. 7. Fermer - savant musulman (religion)
8. Plus agréable à la maison que dans la gorge - Technécium - possédé. 9. Ombellifère vénéneuse - abréviation d'un gaz rare de l'atmosphère. 10. Il ne fait pas bon tomber sur lui - cri du cerf - plus petit qu'une rivière.
11. Trucidé - Gros mangeurs.

VERTICALEMENT

1. On en porte dans 4 sections du SDK - Navigateur anglais. 2. Mortelles quand elles ne sont pas de mots. 3. Rhin inférieur aux Pays-Bas - Cet animal n'en manque pas 4. Début d'élections - ville d'Hokkaido. 5. Brouiller - Mise à jour 6. Mets courant 7. Lieu planté de vermes - abréviation bien de chez nous. 8. Arrose Genève sans fin - unité de puissance pour le courant - région de dunes. 9. Créance - dieu des vents - on y a trouvé 2000 tombes sumériennes 10. Qui a l'aspect d'un oxyde ferrique hydraté. 11. Mets japonais - lentilles.

RESULTATS PRECEDENTS :

Horizontalement : 1. honbudojo. 2. ile - ki - ssr. 3. re - zen - ay. 4. me - ari. 5. seul - ravit. 6. halée - jase. 7. eerran. 8. ma - sri - ro. 9. an - av - cor. 10. sensei - ni.

Verticalement : 1. hiroshima. 2. ole - ea - ans. 3. ne - mule. 4. zelees. 5. uke - erras. 6. dinar - rive. 7. raja. 8. js - ivan. 9. osa - is - ron. 10. ryotedori.

Ont été perspicaces : J.P. Bédu, M. Guex et A. Masmejan qui est bénéficiaire des 50.-.

NOTA BENE : pour ceux qui ne seraient pas au courant, il y a un tirage au sort des bonnes réponses des mots croisés et le gagnant bénéficie d'une réduction de 50.- sur tout achat fait au SDK.

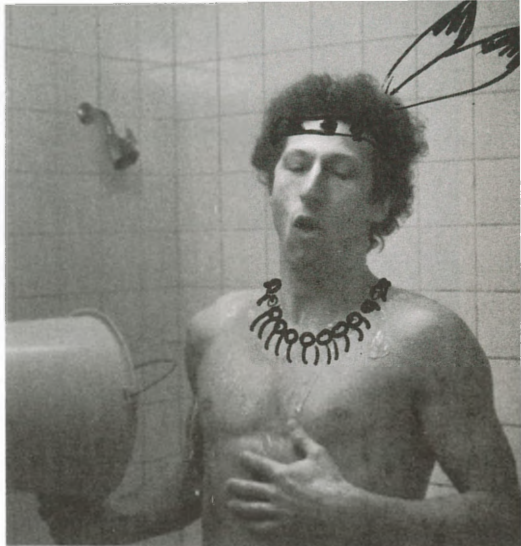
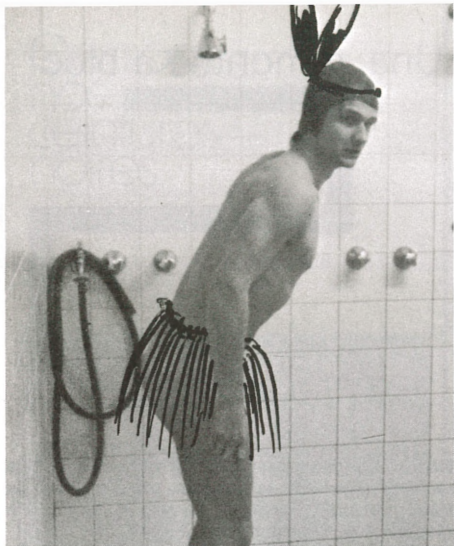
kangeiko,

Symphonie matinale pour dingues en kimono

Bien qu'il ait des résonnances barbares pour ceux qui se sont coiffés de cet affreux seau d'eau glacée, c'est un terme tout ce qu'il y a de commun dans la langue "d'i roille tôt". Kan : froid, keiko ou geiko : entraînement. Les origines de cette pratique sont très lointaines, et il serait faux de ne les chercher qu'au Japon. De tout temps, l'homme d'action a ressenti le besoin de se reprendre périodiquement en main, de faire un effort inhabituel pendant une période limitée, ne serait-ce que

pour se prouver à lui-même, ainsi qu'aux autres, qu'il n'est pas complètement esclave de son confort et de ses habitudes. Il n'y a que ceux qui se tiennent à l'écart qui qualifient cela de masochisme, car ceux qui y prennent part ne peuvent nier l'effet tonifiant que l'on ressent après un effort matinal.

Au SDK, chaque année, on encourage les membres qui le peuvent, mais surtout ceux qui le veulent, à participer à un entraînement matinal de 6 à 7, chaque matin pendant 6 jours consécutifs. Cette année, peut-être grâce à un matraquage d'annonces après les entraînements du soir, mais surtout grâce à la vitalité d'un noyau très actif, un record de 30 personnes quelquefois, rarement au-dessous de 25, suivirent le kan-geiko. Bien qu'elles le soient au sein du SDK, les filles ne furent pas



A cause des hurlements sinistres qui déchiraient le calme matinal, les habitants du voisinage nous ont surnommés "Les sauvages du petit matin".

en minorité à subir l'épreuve. Peut-être aussi à cause d'elles, l'ambiance y fut plus qu'amicale, et malgré l'heure matinale, l'humour, bien que pas toujours très fin, fut à l'heure.

La phase seau d'eau fut sans doute, comme chaque année, la plus amusante : visages ensommeillés de condamnés à mort devant l'échafaud matinal, avec la seule différence qu'ici, la victime fait également office de bourreau, avec son seau d'eau dans les mains, et que l'eau glacée ne lui coupe que le souffle avant de lui arracher un cri dément.

Mais malgré ces débuts pittoresques, illustrés d'ailleurs par les photos de J.P. Bédu, l'entraînement se poursuivait sérieusement sous la direction de C. Vuissa, dont les connaissances relatives à l'entraînement physique nous ont permis de fournir un effort progressif et sensé. Il est en effet facile d'obtenir un résultat complètement négatif en suivant un entraînement désordonné.

Non sans avoir félicité les durs-à-cuir qui furent présents chaque matin, la rédaction vous donne rendez-vous en janvier 1981.

P. Krieger

La photo de groupe de JP Bédu. (Un des petits chefs-d'oeuvres dont on parle dans l'éditorial). Demi-échec toutefois, car cette photo, malgré sa mauvaise qualité, nous montre un fait rare : (flèche) Le Président, en judogi, près avant tout le monde, même si pour cela on ne l'a vu ni au seau d'eau, ni au footing. A sa droite, à noter le doyen du groupe : M. Schneuwly.





Una, remontée à bloc!

Notre Irlandaise explosive se tient d'une telle manière, avant de combattre, que l'objectif de Bédou ne put y résister et que le crayon du rédacteur ne put que compléter...



Stage d'été

Près de Pontarlier se trouve le village "Les Fourgs". En voiture, c'est à environ 1h45 de Genève, et c'est un des stages les plus importants de France. Le prix d'environ 300.- francs suisses par semaine est très bon marché car il comprend la nourriture, le logement à l'hôtel "L'Etape" et le cours de judo. Si l'on choisit de rester deux semaines, ou même trois semaines, le tarif est dégressif.

Sur le plan du judo, on peut difficilement trouver mieux, car traditionnellement en juillet, on peut pratiquer avec Rougé, Albertini Decherchi, pour les lourds, Brousse pour les moyens, Ravelier pour les légers... L'équipe de France féminine est souvent là et c'est sans doute pour cela que l'équipe féminine suisse est passée par là avec Katanishi. En plus, avez-vous déjà pratiqué sous une tente de cirque? Comme une partie des toiles sont relevées l'après-midi on pratique le judo quasiment en plein air.

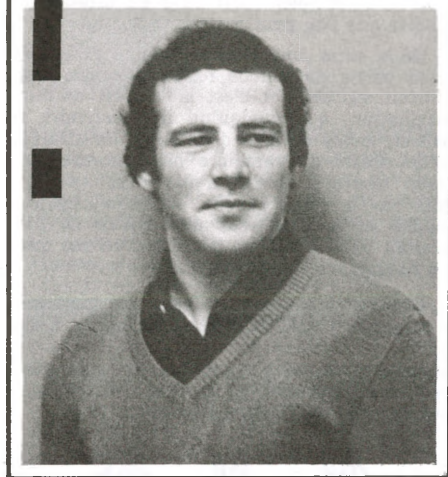
L'activité nocturne fait qu'il y a parfois peu de monde à la salle de musculation le matin mais il faut dire que beaucoup de ceux qui sont là viennent regarder les pourri-waza de Rougé et Albertini et ne sont pas là pour devenir des champions.

Ce stage est à recommander aux adultes et aux enseignants qui aiment le judo et les belles forêts, à cheval ou à pied.

Un dojo pas comme les autres, en entraîneur pas comme les autres...



Qui sont nos ceintures noires



Pascal BAUDIN, 23 ans, physiothérapeute, sho-dan de judo.

A commencé le judo à l'âge de dix ans, à Fribourg, puis au Shung-Do-Kwan, étant venu à Genève pour y accomplir ses études, en 1976. A été membre de l'équipe nationale alors qu'il était espoir, plusieurs fois médaillé aux Championnats suisses individuels, en particulier en 1972, où il est devenu champion suisse.

Contact : Est-ce que ta profession t'a aidé d'une quelconque manière à pratiquer le judo, j'entends que par ta connaissance du corps humain, tu sais...dans quelle direction tirer un bras pour faire une clé, ou à quel endroit pousser pour briser l'équilibre de l'adversaire ?

—“Non, c'est plutôt le contraire. Le judo m'a de lui-même appris à connaître le corps humain. Une connaissance livresque et théorique n'est pas suffisante, il faut avant tout s'entraîner. A mon avis le judo ne s'étudie pas, il se sent. Comprends-moi bien, je crois qu'après

s'être entraîné un certain temps, on arrive à une sorte de perception physique du mouvement. C'est la raison pour laquelle il me semble que trop souvent un élève cherche à faire ce que montrent les autres, et ne “s'écoute” pas assez, alors qu'il devrait ressentir le mouvement. En fait l'enseignement qui est donné au club est basé sur une perception progressive des mouvements, mais peu de gens le comprennent”.

Contact : Je crois savoir que comme hobby tu pratiques également un sport de “planeur” (cf. Contact de décembre 79, même rubrique) ?

—“Effectivement, je fais de l'aile delta, c'est un excellent complément au judo. Il apporte une détente physique totale, puisqu'il n'y a aucun effort à faire. C'est malheureusement un sport mal connu et considéré à tort comme dangereux. En réalité tout le risque encouru est calculé. Mon seul ennui a été une fois d'oublier un rendez-vous important tellement j'étais heureux de rester en l'air. Sans vouloir faire de la réclame, je souhaite à chacun de pouvoir faire, à l'image de notre président, un vol en double depuis le Salève”.

Contact : Quels sont tes projets ?

—“Je n'ai pas de projets à proprement parler, mais plutôt des ambitions. Mon rêve serait de partir faire un séjour en Extrême-Orient afin d'y étudier l'acupuncture. Sans critiquer aucunement la médecine occidentale, il me semble qu'elle est lacunaire dans certains domaines (par exemple par son emploi abusif des médicaments). L'acupuncture me paraît être un complément idéal et peut contribuer à améliorer l'efficacité d'un thérapeute. Si je pouvais un jour aller étudier soit en Chine, soit au Japon, ou même ailleurs, je serais enthousiasmé”.

Contact : En tant que physiothérapeute, peux-tu nous dire s'il est vrai que le judo est mauvais pour l'organisme, ainsi que le prétendent certains médecins ?

—“C'est inexact. D'abord, ceux qui prétendent cela n'ont le plus souvent jamais pratiqué le judo et ne savent donc pas de quoi ils parlent. La plupart des patients que j'examine pour des troubles musculaires sont des non-sportifs. Il est vrai que l'abus d'entraînement peut créer une certaine usure, par exemple pour un judoka faisant beaucoup de compétition. En revanche ce judoka aura une résistance excellente et quasi surhumaine. Il est frappant de constater qu'un sportif se rétablira beaucoup plus vite après une blessure”.

Moralité : “Mieux vaut un ligament déchiré qu'un coeur atrophie.” (NdIr)

KEN, TSURUGI



Nous continuons avec KEN, TSURUGI, la série des caractères qui se rapportent aux disciplines du SDK. C'est un très vieux caractère, et qui a dû être créé dans les tous débuts. Il est vrai que le sabre est certainement né, même dans une forme primitive, avant la poterie ou le récipient, car c'est en utilisant le premier que l'on peut remplir le second.

Dû à cette ancienneté, l'origine et le sens de la partie de gauche restent obscurs. Cela pourrait signifier, et c'est là le fruit de mon imagination, que quelqu'un doit défendre sa maison, même à l'aide d'un sabre. En effet, la partie droite du caractère nous montre sans aucun doute le dessin d'une lame verticale, alors que la partie gauche, avec son caractère bouche et homme sous une espèce de toit pourrait bien avoir une relation avec une maison habitée.

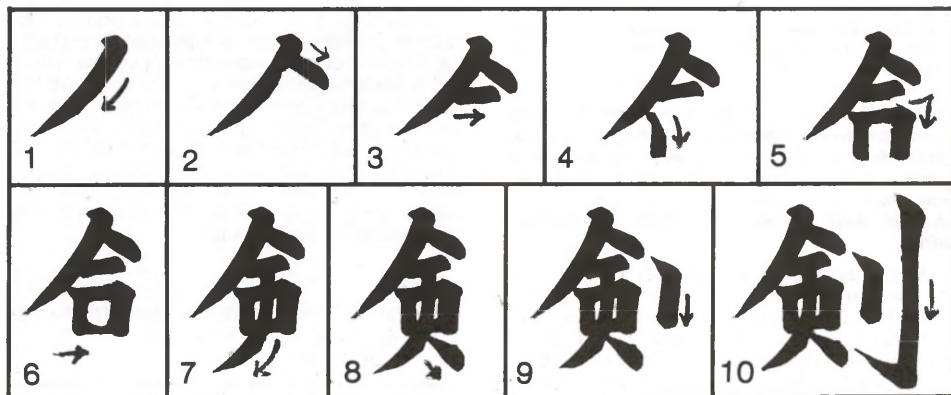
Toujours à cause de sa naissance lointaine, ce caractère s'écrit de différentes façons. Celui que j'ai peint avec plus d'importance est celui qui est couramment utilisé de nos jours, mais les 3 autres formes apparaissent ça et là, surtout dans les écrits d'avant-guerre.

劍 劍 劒

C'est un caractère de 10 traits dont la prononciation ON (chinoise) est KEN, et dont la prononciation KUN (japonaise) est TSURUGI.

On retrouve ce caractère dans les mots suivants : ken-jutsu, art du sabre, kenshi, sabreur, kenmaku, attitude menaçante, shuriken, lames à lancer des ninja, gekken, ancien nom du kendo.

Le rédacteur





Un pied sur chaque Chine

Luc Defago

Note du rédacteur : Luc Defago, aikidoka et iaidoka est parti l'automne dernier pour la Chine, le pays de sa femme. Avant son départ, je lui ai demandé de nous tenir au courant à l'aide de quelques articles. Il a tenu parole et en voici un premier échantillon qui sera suivi d'autres, nous l'espérons.

Chers amis,

Tout d'abord, bonne année 1980 ! Année du Singe, nous fera-t-elle des grimaces ou des galipettes ? Nous le saurons bientôt.

Mais vous devez être étonnés de me savoir déjà à Formose. (Le timbre, en effet, est de la Chine Nationaliste, N.d.l.r.). Si Pékin est fascinant, la situation d'étudiant à l'institut des Langues l'était bien moins. Eloigné de 17 km du centre ville, c'est un ghetto d'étrangers et on y pratique plus l'anglais, l'allemand et le français que le chinois. En plus, si on n'a pas la bourse du gouvernement, c'est très cher. Fr. 1.200.— suisses pour un semestre sans compter ni nourriture ni vêtements, ni transports. Tout cela pour vivre dans des bâtiments qui ne valent pas nos HLM pour ouvriers étrangers, des cours de qualité médiocre (style drill), et bien d'autres désavantages encore. Le Tai Chi enseigné à l'institut reste une gymnastique où les techniques du souffle et de l'harmonisation de l'énergie vitale sont ignorées. Il aurait fallu inventorier les parcs à 6 heures du matin pour trouver un maître pratiquant "à l'ancienne". Mais il n'aurait pas pu me prendre comme élève sans avoir d'ennuis avec le gouvernement, bien des concepts anciens allant à l'encontre de la doctrine "moderne" de la RPC. Pour l'acupuncture, c'est la même chose, pas moyen de trouver un maître. Il faut passer par l'ambassade suisse qui adresse une demande au ministère de l'éducation, qui demande à l'institut de médecine traditionnelle... Tracaseries... Il fallait déjà être médecin, mais il y a des exceptions, il faut être pistonné. Donc aucune chance pour moi. Les médecins qui étudient la médecine traditionnelle à Pékin m'ont confirmé que celle-ci est en régression,

voire, en voie de disparition, en tous cas sous son ancienne forme. En effet, les gens ont le choix entre la médecine occidentale, les herbes (aroma-thérapie) ou l'acupuncture. Peu choisissent cette dernière... pas spectaculaire ni agréable. Dans la campagne, les gens n'ont pas le choix, l'acupuncture y est encore pratiquée, mais toujours en combinaison avec les herbes et la médecine occidentale.

C'est donc pour toutes ces raisons que je me suis décidé à quitter la RPC pour tenter ma chance à Formose. Je dois dire que les gens en RPC étaient charmants (sauf au moment des bourrées dans les bus et les restaurants) et détendus, de ce calme serein qu'on a trop oublié dans les sociétés capitalistes. Le temps y a une autre dimension ainsi que les relations humaines ; l'amitié et l'hospitalité n'y sont pas de vains mots... Avant de quitter la Chine vers le Sud, par Hong Kong, j'ai eu la chance de visiter comme premier étranger depuis longtemps, une petite ville au nord-est de Canton, où naquit ma femme. Les retrouvailles, après 20 ans, avec ses soeurs, furent émouvantes. Nous fîmes connaissance avec sa grand-mère âgée de 86 ans, jeune comme un boisseau et pétillante de vie. Elle est nonne bouddhiste, dirige un monastère dans la montagne, subit les camps de rééducation pendant la révolution culturelle, et maintenant, elle est à nouveau agréée maître en la matière par le gouvernement de la province. Nous avons plus appris de la Chine pendant cette semaine-là que pendant les deux mois passés à Pékin.

Puis ce fut Hong Kong. Une ville dingue où le fric file plus vite que le Hovercraft qui glisse sur l'eau de la baie. Puis nous nous embarquons pour Taipei, capitale de l'île de Formose. C'est une ville polluée, embouteillée, remplie de gens malsains, bref, pas trop réjouissant. Mais à peine arrivé, j'ai trouvé un excellent maître de Tai Chi. En ce qui concerne le travail, nous avons trouvé assez vite à enseigner l'anglais, le français et l'allemand. De plus, il ne faut qu'une heure en bus pour atteindre une plage malheureusement jonchée de sacs en plastic et polluée par le goudron. Mais l'air y est pur. Puis la montagne n'est qu'à 20 minutes.

Je crois venue ici l'occasion de lever un malentendu terminologique au sujet du "kung fu". Ce mot recouvre pour la plupart d'entre nous l'ensemble des arts martiaux du Shaolin ou tout simplement chinois. Or, en chinois, ce terme signifie : aptitude particulière, don, agilité, habileté, capacité extraordinaire, prouesse. On l'utilise donc très souvent. Pas seulement dans le contexte des arts martiaux, mais par

exemple, à propos d'un lutteur passé maître en la matière, on dira qu'il a du "kung fu". Les arts martiaux chinois visent tous à développer le "kung fu", mais pas de la même manière, et les buts divergent. En effet, il y a d'une part le "nei chi chuan" (boxe interne, ésotérique du nord), et le "wei chi chuan" (boxe externe, exotérique du sud). La boxe interne se divise elle-même en trois courants : Le Pakua Chuan (boxe des 8 trigrammes), le Tai Chi Chuan (boxe du minuscule immense ou du faite suprême), le Wu Xi Chuan (boxe des 5 éléments). Ces trois courants sont basés sur le cercle et le "Chi Kong" (souffle - vide

— énergie à faire circuler et utiliser en harmonie avec l'univers).

Je pense rester jusqu'en juin pour pratiquer le Tai Chi, mais il se peut que je parte avant pour Tokyo, lorsque j'estimerai en savoir assez.

D'ici là, j'aurai sûrement de nouvelles choses à vous communiquer. J'espère que cet article ne vous aura pas trop ennuyé, et je vous laisse maintenant, non sans vous souhaiter beaucoup de succès dans votre entraînement.

Luc Defago

judo en Suède



Un déplacement professionnel me fit passer par la Suède en décembre et comme le veut la coutume, je suis allé dire bonjour aux judoka suédois.

J'ai tout d'abord été reçu par Olle Edelev qui est l'un des 3 cinquième dan de la Fédération Suédoise de Judo qui compte environ 12000 adhérents. (20 % d'adhérentes). Sur la photo de groupe, Olle Edelev est en bas à droite, et si vous allez à son club, vous serez le bienvenu. (Budokwai Stockholm, Frejg 20, tél. 08.31.67.90). Tout le monde en Suède, parle anglais et les communications sont donc très faciles. On apprend beaucoup plus en parlant avec des judoka qu'en suivant les chemins habituels pour touristes. Ma deuxième visite fut pour le Judo Club Stockholm, qui me paraît plus fort sur le plan compétition. (JudoKlubb Stockholm, Brännkyrka Sporthall, Hågersten, tél. 08.18.69.00).

Les Suédois préparent les championnats du monde féminins, et j'ai pu assister aux premiers championnats nationaux féminins (écolières), et à un entraînement de masse des féminines au Södra Judoklubb. En bref, je pense que le judo suédois est très proche du judo suisse et c'est ainsi qu'aux championnats du monde, Ronny Nilsson (-71) perdit d'un petit yuko contre Lehman. Un autre judoka suédois qui fit de beaux combats fut Biedron en -65, mais les Suédois, en fin de compte, n'obtinrent aucune médaille. En décembre, le soleil se couche vers 15 heures, et pour mieux voir le paysage, je crois que je vais devoir y retourner.

François Wahl



Les manuscrits (relus et dactylographiés), les photos (avec légendes), et autre matériel destiné à la publication dans **Contact**, doivent être déposés dans le casier "Contact" au secrétariat avant les dates suivantes :

Le 10.2 pour le **Contact** de février, le 10.4 pour celui d'avril, le 10.6 pour celui de juin, le 10.8 pour celui d'août, le 10.10 pour celui d'octobre, le 10.12 pour celui de décembre.

La rédaction reste libre dans son choix concernant le matériel et la date de parution.

En vous remerciant de votre coopération

Le rédacteur

La Relaxation en Sophrologie

Cours directs
par moniteurs

Exercices
par cassettes
enregistrées.

- Techniques scientifiques de détente authentique.
- Développement de la CONCENTRATION.
- Epanouissement de ses ressources profondes.

Centre de Sophrologie Pédagogique

4, rue St. Laurent 1207 GENEVE / Tél. 35 20 47

**raymond
grandvaux**

constructions
métalliques
serrurerie
service
de
clés



29 bis,
rue de Lausanne
1201 Genève

Tél. 31 09 45

au Ménestrel

DISQUAIRE EN L'ILE
15, Quai de l'Ile ☎ 28 42 65

**disques, musicassettes,
partitions musicales.**

レコード カセット・テープ
楽符

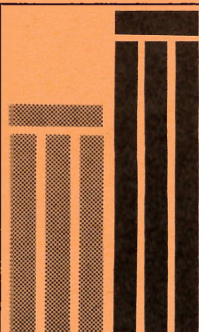


J.A. 1211 Genève 13

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



Bally Scheurer Rue du Rhône 62 1204 Genève



RICHARD — MARCEL MARTIN

succ. M. Martin

Tél 32 48 41

ferblanterie
installations sanitaires
concessionnaire
des services industriels
de Genève

12,
rue de Berne
Genève