CONTACT_3.04

bulletin de liaison et d'information
du shung do kwan budo

shung do kwan budo

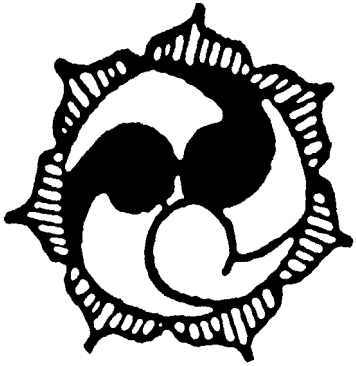
CP 92 - 1211 Genève 28

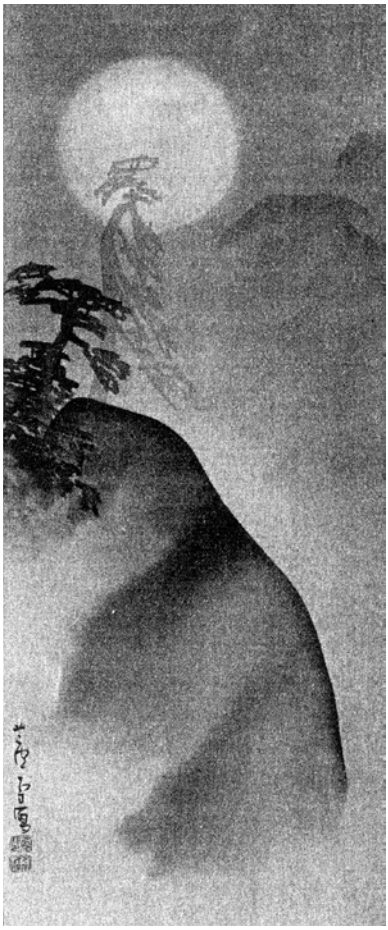
rue Liotard 66
1203 Genève
t+f 022 344 63 42
sdk@sdkbudo.ch
www.sdkbudo.ch

aikido
iaido
jodo
judo
ju-jitsu
karatedo
kendo
kyudo
shodo
yoseikan budo

ASSOCIATION SUISSE IOKAI SHIATSU

Cours de shiatsu familial / formation professionnelle Iokai Shiatsu
Gennecy 10 – 1237 Avully – Renseignements: tél. 022 756 02 35 ou 022 750 23 32
Début des cours: septembre 2005





Mot de la présidente

Le Comité adresse à tous les membres du SDK ses meilleurs vœux pour 2005. Nous souhaitons que la pratique de la discipline choisie vous apporte santé et joie au cœur.

Les activités collectives du club reprennent avec la journée «portes ouvertes» le samedi 26 février sur le thème de «Chikama-Uchima», Distance proche – Distance d'attaque, vous en saurez plus en lisant l'article de Pascal Krieger dans ce numéro, en page 4. Cet après-midi d'échanges et de partage entre les différentes sections du SDK sera précédé par la traditionnelle semaine de *kangeiko* du 31 janvier au 5 février, au *dojo* Liotard.

Nous espérons vous retrouver nombreux lors de ces deux événements aussi conviviaux que toniques.

Laurence Wiedmer
Présidente

2004_3 décembre 2004
responsable: Marie-Claude Hefti
rédaction: Maurizio Badanaï, Barbara Bremgartner, Yannick Bulloni, José Cadau, Laurent Jornod, Pascal Krieger, Juliane Robra, Michel Robra, Joëlle Schmidli, Eric Schneuwly, Agata Vetterli, Milica Vukic, Laurence Wiedmer
mise en page: Marie-Claude Hefti
relecture: Serge Dieci
expéditon: Secrétariat SDK
parution: 3 fois l'an
impression: Imprimerie Pot – Grand-Lancy

Voyage à travers le pays de l'haiku

Le *haiku* : ce style de poème japonais est une création de la bourgeoisie japonaise du 16e siècle. Il était, à l'époque, un divertissement qui exigeait un esprit vif et un maniement habile du langage.
Vers la fin du 17e siècle, l'exercice du *haiku* était devenu pratique courante pour toutes les classes sociales, une sorte de jeu de société.
Le *haiku* est toujours construit sur le même modèle :

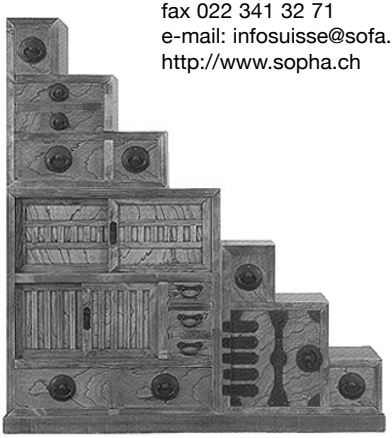
5 syllabes
7 syllabes
5 syllabes

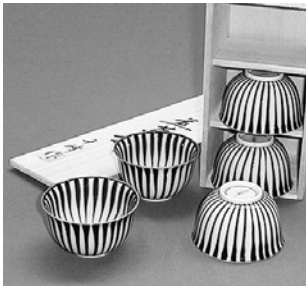
en japonais.

Evidemment ce n'est plus possible pour la traduction. Les mots sont ciselés au plus fin, au plus près. Ils expriment les vécus, les sentiments et des états d'âme des auteurs. Mais avec un minimum de mots.
Un bon *haiku* c'est le reflet d'un moment immédiat de perception intuitive du réel.

PUB

sopha diffusion sa
28, route du Bois-de-Bay
1242 Satigny
tél. 022 341 32 53
fax 022 341 32 71
e-mail: infosuisse@sofa.ch
http://www.sopha.ch





Venez nous rendre visite!
Eric et Fred sont là pour vous accueillir.
céramique • théières en fonte
meubles japonais et chinois

documentation sur demande

Dans ces 3 vers, on dit l'essentiel avec une simplicité qui semble parfois confinée à une sorte de banalité, mais qui est à la mesure de leur extrême et secrète subtilité.
Le *haiku* reste concret (pas d'intellection ou d'abstraction) la nature est là, et c'est dans la contemplation, dans sa relation avec les choses – animées ou inanimées – du monde, que le poète perçoit l'harmonie de l'univers et en pénètre les plus grands secrets.
La brièveté du *haiku* impose d'emblée une sorte de code permettant d'éviter toute description superflue.
Chaque *haiku* doit s'inscrire à l'intérieur d'une saison donnée, la saison servira à classer les *haiku* qui se répartissent non pas en quatre, mais en cinq groupes, le Nouvel An étant considéré comme une cinquième saison.
Selon Roland Barthes (philosophe français) le *haiku* est une sorte de balafre légère tracée dans le temps avec d'autres mots, un moment privilégié, un instant de lumière, un éveil.

Et voici quelques exemples. Lisez, laissez-vous imprégner, écoutez.

Seul je le traverse
dans le froid clair de lune –
le pont vibrant
Taigi (1709 – 1772)

Il n'y a plus ciel ni terre
rien que la neige
qui tombe sans fin
Hashin (1864 – ?)

Le bruit d'un rat
griffant une assiette –
que c'est froid !
Buson (1715 – 1782)

Qui veille là-bas
la lampe encore allumée ?
pluie froide à minuit
Ryôta (1707-1787)

Barbara Bremgartner

Journée portes ouvertes au SDK, le samedi 26 février 2005

Chikama-Uchima

Distance proche-Distance d'attaque

Cette année, je vous propose de prendre vos distances avec ce que nous avons fait les trois dernières années.

Une façon de parler, bien sûr, mais dans la pratique de nos arts, la distance est primordiale. En *Budô*, nous trouvons en général quatre distances. Je n'ai pas pris en considération les deux premières : Tôma et *Chûma*, distance éloignée et distance médiane, car il ne s'agit que de l'approche vers deux distances plus importantes : *Chikama* et *Uchima*, distance proche et distance d'attaque.

Ces deux dernières distances doivent être bien comprises et, bien qu'elles soient différentes selon les armes et les arts, leurs principes sont communs à toutes les disciplines martiales, donc adéquates pour notre journée « Portes ouvertes 2005 ».

Chikama est la distance de non-retour. On ne peut plus reculer, on est l'endroit d'où l'attaque va partir. *Uchima* est la distance dans laquelle on peut atteindre l'adversaire avec le poing, l'arme, etc.

Un mauvais calcul de cette dernière distance et c'est l'ouverture à toutes les erreurs que les pratiquant(e)s connaissent bien, le corps penché en avant pour « allonger » l'attaque, tout le poids du corps sur le pied avant, etc.

Certains se demanderont si ces notions de distances s'appliquent réellement à des disciplines où l'on est aussi proche de son adversaire qu'en *Judô*. Oh que oui ! sauf que là, ces distances se réduisent à des petits centimètres. Même au sol, la distance entre les deux combattants fait que celui qui est dessous peut ou ne peut pas « retourner » son adversaire...

Mais il est un élément qui est absolument indissociable à l'élément distance: le temps. Je ne veux pas jouer les Einstein, mais la distance est définie, en *Budô*, par le temps qu'on met à la parcourir, et le temps dont on a besoin est défini par cette distance. Si la distance est correcte mais que l'on met trop de temps à la parcourir, on arrivera en retard et on se cassera le nez sur un contre. La même chose pour l'attaquant rapide qui a mal calculé sa distance: soit il est trop près et peut être atteint avant son attaque, soit il est trop loin et, malgré sa rapidité, il laisse trop de temps à son adversaire pour réagir.

Il est d'ailleurs intéressant de noter que l'idéogramme « MA » (le deuxième ici, et le quatrième sous une forme plus épurée) est formé du « portail » avec, entre les deux battants, le signe du soleil. Autrement dit, le battant du portail (le plus proche de nous) et le soleil, ce qui est le plus éloigné de nous. Ainsi, dans l'idéogramme lui-même, nous trouvons déjà une notion d'espace-temps. D'ailleurs « MA » en japonais s'utilise autant pour les jours, le temps, que pour l'espace, l'intervalle.

Un thème qui devrait inspirer les professeurs du SDK pour ces prochaines portes ouvertes.

Pascal Krieger

La politesse

Kun ***: instruction, explication.***
L'idéogramme se constitue à gauche de la clef «parole», et à droite – les trois traits verticaux – de la clef sémantique signifiant «rivière, ce qui coule». Les **kun** ***valent donc davantage comme condensés passant d'âme à âme, de cœur à cœur (*****isshin den shin****), que comme diktats péremptoires.***
Le **kyôkun****, définit une leçon de vie, un enseignement moral.***

1. Vingt sources de sagesse (*nijû dôjôkun*) du *karaté* okinawaïen

La brochette d'articles que nous inaugurons avec ce numéro de «Contact» va nous faire goûter quelques épices de sagesse martiale traditionnelle. Il s'agira de vingt balsamiques enseignements – magnifiquement hommagés par le pinceau de Pascal Krieger – dont nous sommes redevables originairement aux maîtres du *karate* okinawaïen. Mais ces maîtres, mais ces fragrances, c'est bien au-delà de leur minuscule terroir et de leur sobre pratique qu'ils regardent. C'est vers nous tous qu'ils tournent leurs clins d'œil. Alors dégustons, écarquillons nos esgourdes, amusons-nous. Faisons-nous plaisir, mais sans nous y tromper, toutefois. Car les vingt préceptes que nous allons étudier ne sont point des couches de vernis avec lesquelles badigeonner une pratique qui, au-dessous, leur resterait indifférente. Leur valeur reste au premier chef éminemment pratique, elle consiste à orienter vers la réalisation de l'objectif-clef du *tôde*, (c'est-à-dire du *karate* avant l'annexion d'Okinawa par le Japon) : «ne pas être tué». Aussi proposerai-je dans chaque article un double arpentage :

1°, une lecture des *dôjôkun* eux-mêmes. D'où vient leur libellé ? Dans un premier temps, de trois textes – parfois divergents – où ils apparaissent en *romaji*, c'est-à-dire en prononciation japonaise transcrite dans notre alphabet européen. Les trois références en questions sont : «Chroniques martiales» de Henri Plée (Editions Budô 2002), «Klassisches Karate-dô» de Werner Lind (Editions Sport Verlag Berlin, 1997), enfin «Encyclopédie des arts martiaux», par Gabrielle et Roland Habersetzer (Editions Amphora 2000). M'aidant des diverses interprétations existantes, j'ai tenté dans un second temps de retrouver une écriture japonaise plausible. Or sur ce point, une solide prudence reste de mise : mes rudiments de japonais sont trop graciles pour élever quelque prétention que ce soit sur le plan «littéraire». Au surplus, la transmission se faisait à Okinawa oralement, comme dans nos anciennes écoles philosophiques où le discours «vrai», celui qui touche l'âme, impliquait qu'on connût chaque élève individuellement et qu'on lui parlât *isshin den shin*, d'esprit à esprit. Ce point importe, car il n'est pas exclut que les *dôjôkun* aient joué sur une polysémie que seule l'oralité consentait… Quoi qu'il en soit, la troisième et dernière démarche à été de soumettre mes vingt préceptes «kanjifiés» à mon *sensei* Oshiro Zenei, qui enseigne à Paris le *gôjû* okinawaïen de l'école *Shôdôkan*.

Les *dôjôkun* qui vont chatouiller nos oreilles ont donc été avalisés par maître Oshiro, que je remercie en passant. C'est sur leur base que Pascal Krieger a peint ses somptueuses calligraphies.

2°, Nous parlions plus haut d'un double itinéraire qu'empruntera notre rubrique, de

Contact en *Contact*. Chaque *dôjôkun* présenté, en effet, je vous proposerai une mise en pratique concrète. Il ne s'agira que de suggestions frugales, voire minimalistes, quelques-unes parmi celles que les préceptes invitent à découvrir soi-même[1]. Vaille que vaille, elles auront du moins un mérite, celui d'avoir été éprouvées durant plusieurs années et avec mes compagnons *karateka*, et avec les clients que je reçois en consultation. Je les ai retenues pour trois raisons majeures : pour leur simplicité, pour leur efficacité dûment attestée, pour la profondeur que mes quelques connaissances en psychologie clinique me permettent d'y déceler.

2. Deux mots d'introduction par Henri Plée:

Les «*dôjô-kun*» sont des règles d'or ou des préceptes (*kaisetsu*), mieux : des enseignements sublimes définissant l'attitude juste dans le *karate* tout au long de la progression. Leur principe remonte sans doute jusqu'à la nuit des temps, mais on en trouve une première trace explicite à Okinawa sous Shungo Sakugawa (1733-1815). Issu d'une famille du peuple, les débuts ès affaires martiales se firent pour cet ancien maître sous la houlette du moine Takahara Peichin. Shungo Sakugawa était particulièrement sensible dit-on au développement personnel de ses pupilles. Il n'enseignait du reste ses *kata* qu'une fois sûr d'un état d'esprit ad hoc . Certains lui attribuent l'idée selon laquelle «un maître de *karate* doit être versé dans toutes les choses de la vie, un spécialiste étant quelqu'un qui comprend toujours davantage toujours moins de choses». Quoi qu'il en soit, les cinq «maximes» qu'il transmit firent leur chemin. Elles furent commentées, mises à l'épreuve décennie après décennie par les grands maîtres okinawaïens, jusqu'à leur synthèse actuelle connue sous le nom de «*nijû karate-jutsu kyôkun*». Voici quelques informations de première main en l'affaire, empruntées à l'un des pionniers du *budô* européen, par ailleurs argus et haut-commissaire du *karate*:

• «Les *kyôkun* sont des préceptes, c'est-à-dire des commandements. (…) Ce sont des lois, incontournables, parce que supérieures aux hommes, issues de la nature ou, si vous préférez, "divines". On peut ne pas les respecter, ni les appliquer, mais alors on détruit quelque chose en soi. Et tôt ou tard (…), l'infortune viendra. L'effet boomerang, le choc en retour, en quelque sorte»[3]. Les *dôjôkun* sont en somme les clefs qui permettent d'indexer la pratique martiale au *shin* du *shin gi tai*. Ce sont les clefs traditionnelles du progrès vers la **qualité de présence**.

• «Les *kyôkun* n'étaient jamais écrits. Ils étaient secrets. On ne les transmettait que de vive voix, aux meilleurs disciples. Puis ils étaient discutés, commentés, réajustés pendant des années. Après 1925, quelques maîtres suivirent l'exemple de maître Funakoshi, et les transcrivirent. (…) Ils dif-

1 Pour les disjonctés de la cafetière qui, comme l'auteur, trouvent encore enrichissant de lire Kant (un bon vivant qui adorait inviter ses potes à la maison pour de franches ripailles – le saviez-vous ?), signalons qu'on appelle «maxime» une règle de conduite valable pour la volonté propre, par opposition aux lois, de portée générale. Pourquoi cette précision ? Eh bien parce que les *dôjôkun* deviennent chantants et colorés, en un mot pleinement vivants, lorsqu'on les enracine dans la substance individuelle, autrement dit lorsqu'on les transforme en maximes.

2 Démarche identique à celle d'Epictète. Chez lui, en effet, l'exercice de la philosophie reste subordonné sous toutes ses formes à un projet fondamental, à une disponibilité d'esprit – l'«επιβολη, epibolê» – censée réaliser l'unité intérieure de l'«apprenti-sage». Pas d'enseignement esotérique sans επιβολη idoine.

3 Henri Plée : «Chroniques martiales», Ed. Budô 2002, p. 443.

fèrent légèrement [de l'un à l'autre], parfois fortement, selon l'évolution atteinte par le maître… ou le désir de les rendre hermétiques, à la chinoise. Car, même révélés, ils furent transcrits dans le style ésotérique, comme le fit Nostradamus. Ce qui fait qu'ils ont plusieurs niveaux : on les comprend selon son propre niveau de conscience et d'évolution» (ibidem).

• «Tous les préceptes ont plusieurs niveaux de compréhension (…). Sept niveaux, selon la tradition. (…) Les vingt préceptes du *karate* martial n'étaient transmis oralement qu'aux disciples proches, en tant que secret profond (*okuden*). Puis ils étaient affinés et discutés en groupes, jusqu'à l'éveil. (…) A noter que pour ces préceptes on n'utilise jamais les idéogrammes "main vide" (datant de 1933), mais "main de Cathay"[4] (soit main de la Chine ancienne), et "*jutsu*" et non "*dô*" » (p. 453). «Tout commentaire doit être passé de maître à disciple, selon le niveau de ce dernier» (p. 454).

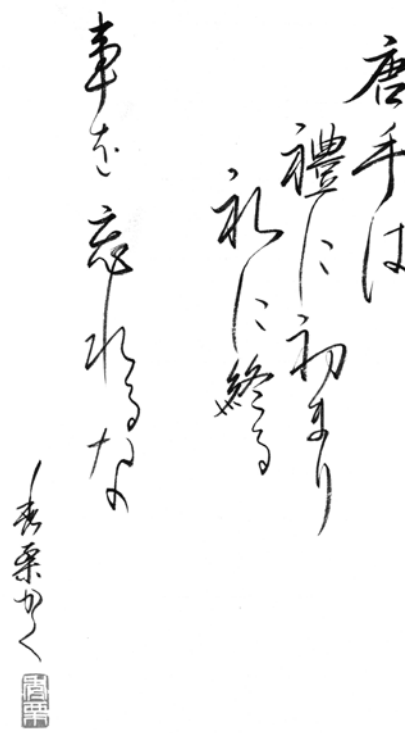
• «Les *karate-jutsu kyôkun* sont à la fois la clef du *karate* authentiquement martial, et la clef pour réussir sa vie, pour effectuer le cheminement vers l'éveil, la sagesse, le bonheur "ici et maintenant" (…)» (p. 463).

3. Le premier des vingt dôjôkun :

«*Karate-jutsu wa, rei ni hajimari, rei ni owaru-koto wo wasureru na*».

«En ce qui concerne le *karaté-jutsu* (art de la main vide, art de faire le vide), n'oublie jamais qu'il commence par la politesse et qu'il se parachève dans la politesse».

Le *dôjô* constitue, au début d'une formation en *budô*, le lieu d'une certaine technique, plus précisément d'une technique de



socialité qu'on appelle «politesse» (En fait, «*rei*» vaut pour *salut, gratitude, remerciement, politesse, courtoisie, respect*). Il est autrement dit un espace d'apprentissage puis d'exercice de certaines règles de convivialité. N'était la remarque de Funakoshi, on sous-estimerait très facilement ce point[5]. Beaucoup d'élèves en ignorent tout bonnement la portée, du reste. Il recèle pourtant une signification précieuse à la fois dans l'optique défensive du *jutsu* et dans celle plus spirituelle du *dô*. Sous le profil martial, d'abord, il va sans dire que le polissage (sans jeu de mots) de l'*attitude personnelle* reste l'une des clefs majeures du salut.

4 Nom donné à la Chine par les auteurs occidentaux du moyen-âge.

5 En mars 1954, Maître Seikichi Toguchi, l'un des élèves de Chojun Miyagi, fonda par exemple à Okinawa City un célèbre *dôjô* de *karaté gojû ryû*, le «*Shorei-Kan*». Or «*Shoreikan*» signifie «école de la courtoisie et des bonnes manières».

L'histoire du *karate* regorge d'anecdotes plus ou moins amusantes en faisant foi[6]. Quant au développement personnel, ensuite, il faut admettre que sous la plume des philosophes, la courtoisie si chère aux maîtres de *karate* étalage devant nos âmes un nectar plutôt gouleyant. Voyons d'abord comment la politesse *initie* les choses :

«La **politesse** est la première vertu, et l'origine peut-être de toutes. C'est aussi la plus pauvre, la plus superficielle, la plus discutable. (…) Pourquoi *première* ? (…) La politesse («cela ne se fait pas») est antérieure à la morale («cela ne *doit* pas se faire»), laquelle ne se constituera que peu à peu, comme une politesse intériorisée, libérée d'apparences et d'intérêts, et toute entière concentrée dans l'intention. Mais comment émergerait-elle, cette morale, si la politesse n'était donnée d'abord ? La morale est comme une politesse de l'âme, un savoir-vivre de soi à soi (même s'il y est question surtout de l'autre), une étiquette de la vie intérieure, un code de nos devoirs, un cérémonial de l'essentiel. Inversement, la politesse est comme une **morale du corps,** une éthique du comportement, un code de la vie sociale, un cérémonial de l'inessentiel. (…) La politesse est ce *semblant* de vertu, d'où les vertus proviennent»[7].

Cela dit, Gichin Funakoshi n'aurait-il pas forcé la note en stipulant que le «*karate commence* et *finit* dans la courtoisie ?» Qu'il y *commence*, passe encore… mais qu'il y finisse ! La longue citation ci-dessous va pourtant lui donner raison ; en nous montrant comment la technique de savoir-vivre apprise au *dôjô* peut bel et bien conduire au-delà des creux salamalecs d'usage, elle va nous aider à comprendre le père du «*karate*» (main vide). C'est que, tout comme la forme extérieure d'un *kata*, la politesse se déploie pour qui veut bien l'approfondir sur des plans toujours plus profonds :

Il faut d'abord distinguer la politesse de «civilité», celle initiale dont parle Sponville, celle aussi à laquelle se soumet d'abord passivement le *budôka* débutant. «Au fond de toute politesse vous trouverez un sentiment, qui est l'amour de l'égalité. Mais il y a bien des manières d'aimer l'égalité et de la comprendre. (…) Appelons **politesse des manières**, si vous voulez, un certain art de témoigner à chacun, par son attitude et ses paroles, l'estime et la considération auxquelles il a droit. **La politesse de l'esprit** est autre chose. Chacun des hommes a des dispositions particulières qu'il tient de la nature, et des habitudes qu'il doit à l'éducation qu'il a reçue, à la profession qu'il exerce, à la situation qu'il occupe dans le monde. Ces habitudes et ces dispositions sont, la plupart du temps, appropriées aux circonstances qui les ont faites; elles donnent à notre personnalité sa forme et sa couleur. Mais précisément parce qu'elles varient à l'infini d'un individu à l'autre, il n'y a pas deux hommes qui se ressemblent ; et la diversité des caractères, des tendances, des habitudes acquises, s'accentue à mesure qu'un plus grand nombre de générations humaines se succèdent, à mesure aussi que la civilisation croissante divise davantage le travail social et enferme

6 Comme celle reportée par le Maître de gojû-ryû Toshio Tamano, dans son «Karaté, les techniques secrètes de combat» (Ed. De Vecchi, Paris 1996, p. 18). Il a bien raison, le philosophe Alain : «l'impolitesse est toujours une sorte de menace», et «l'escrime est une forme de politesse» («Propos sur le bonheur», LXXXII).

7 André Compte-Sponville «Petit traité des grandes vertus», Ed. PUF, Paris 1995.

chacun de nous dans les limites de plus en plus étroites de ce que l'on appelle un métier ou une profession. Cette diversité infinie des habitudes et des dispositions doit être considérée comme un bienfait, puisqu'elle est le résultat nécessaire d'un progrès accompli par la société; mais elle n'est pas sans inconvénient. Elle fait que nous nous sentons dépaysés quand nous sortons de nos occupations habituelles, que nous nous comprenons moins les uns les autres : en un mot, cette division du travail social, qui resserre l'union des hommes sur tous les points importants en les rendant solidaires les uns des autres, risque de compromettre les relations purement intellectuelles, qui devraient être le luxe et l'agrément de la vie civilisée. Il semble donc que la puissance de contracter des habitudes durables, appropriées aux circonstances où l'on se trouve et à la place qu'on prétend occuper dans le monde, appelle à sa suite une autre faculté qui en corrige ou en atténue les effets, la faculté de renoncer, le cas échéant, aux habitudes qu'on a contractées ou même aux dispositions naturelles qu'on a su développer en soi, la faculté de se mettre à la place des autres, de s'intéresser à leurs occupations, de penser de leur pensée, de revivre leur vie en un mot, et de s'oublier soi-même. En cela consiste surtout la **politesse de l'esprit**. (…) Tous les éléments de la grâce physique, vous les retrouverez dans cette politesse qui est la grâce de l'esprit. Comme la grâce, elle éveille l'idée d'une souplesse sans bornes; comme la grâce, elle fait courir entre les âmes une sympathie mobile et légère (…). Au-dessus de cette politesse, qui n'est qu'un talent, j'en conçois une autre qui serait presque une vertu. Il y a des âmes timides, avides d'approbation parce qu'elles se méfient d'elles-mêmes, et qui joignent, à une vague conscience de leur mérite, le désir et le besoin de l'entendre louer par d'autres. Est-ce vanité, est-ce modestie, je ne sais ; mais tandis que le fat nous répugne avec sa prétention d'imposer aux autres la bonne opinion qu'il a de lui, nous nous sentons plutôt attirés vers ceux qui attendent anxieusement, pour avoir de leur propre mérite cette opinion avantageuse, que nous voulions bien la leur donner. Une louange méritée, une parole aimable, pourra produire sur ces âmes l'effet d'un rayon de soleil tombant tout à coup sur une campagne désolée ; comme lui, elle les fera reprendre vie, et même, plus efficace, elle transformera parfois en fruits des fleurs qui se seraient sans cela séchées. (…) Ne serait-ce point là la politesse la plus haute, **la politesse du cœur**, celle que nous appelions une vertu ?»[8].

4. Pistes pour la pratique :

Reste à *intégrer* les notions moissonnées, à la faveur d'une double pratique régulière. Les anciennes écoles philosophiques ne transigeaient pas davantage sur ce point que les maître de *budô*, en insistant sur une double pratique :

• μελετη (*mèlétê*) : préparation pratique par observation concrète puis répétition d'attitudes mentales adaptées). Du verbe «μελετω» : «j'étudie, je médite pratiquement», mais aussi «je prends soin de, je manifeste de la sollicitude, je m'inquiète de». La *mèlétê* renvoie essentiellement à une digestion intérieure du savoir (auto-cen-

8 Henri Bergson : «La politesse, discours du 30 juillet 1885», in «Mélanges», Ed. Gallimard 1972.

trage, *naikan* des japonais).

• ασκησιζ (*askêsis*) : malaxage méthodique pour rendre viables et praticables les exigences de la vertu). Du grec «ασκεσιν», exercer, façonner, travailler avec art, équiper. M'est avis que *l'askêsis* renvoie plutôt à une adaptation externe du savoir (allo-centrage, *yomi* des japonais, i.e. *lecture* des choses alentour, par exemple du comportement d'un adversaire).

Chacun trouvera sans doute comment adapter notre premier *dôjôkun* à son quotidien personnel : ne pas dire du mal des gens ? Eviter injures et gros mots ? Saluer ses voisins ? Ecouter jusqu'au bout, laisser la préséance à quelqu'un, offrir quelque encouragement çà et là, reconnaître les sentiments d'autrui plutôt que d'envenimer une escarmouche, rentrer chez soi sans claquer la porte du palier ? À chacun de voir. Parmi les applications de ce précepte qui ensoleillent et citronnent mon quotidien, certaines méritent une mention spéciale. Elles endiamentent en effet avec un à propos tout particulier cette qualité de présence que j'ai vantée plus haut comme une véritable clef musicale de l'efficacité défensive :

• Bien souvent, les quelques secondes de «*mokusô*» (silence de la pensée) qui, en *seiza*, devraient précéder les salutations d'usage, sont laissées en jachère. Or il est une façon merveilleuse d'utiliser «poliment» cet instant : **dédier son entraînement à quelqu'un**. Le fin du fin – à réserver aux gourmets de la morale[10] – consiste à le dédier de temps en temps aux personnes qui d'une manière ou d'une autre nous ont porté préjudice (le patron qui ce matin était de mauvais poil, le va-de-la-gueule qui m'a fait un bras d'honneur en voiture, la vieille mégère médisante du quatrième étage, etc.).

• S'efforcer de n'évaluer un comportement – *a fortiori* une personne – qu'après avoir eu la courtoisie d'identifier chez son auteur un éventuel aspect positif. Ne parlons pas de techniques de négociation. Pas davantage de communication non-violente. Ce sont là en effet des approches merveilleuses, mais élaborées et exigeantes. D'une manière plus intérieure et plus simple à la fois, nous pouvons nous faire un très agréable devoir de traquer derrière chaque incivilité, sous la forme d'un quasi réflexe mental, le scintillement positif qui pourrait en diaprer la gaze : le patron se comporte injustement et il sait se faire entendre, l'automobiliste me fait un bras d'honneur et il décharge son agressivité plutôt que de s'empoisonner avec du ressentiment; la vieille mégère, enfin, médit et cherche le contact. Il ne s'agira jamais bien entendu de tricher avec la vie, de donner dans le déni ou la dénégation en repeignant mettons une malveillance obvie en tartouillade édulcorante. Il s'agit simplement de ne pas étouffer autrui sous une interprétation unilatérale qui en oblitérerait d'emblée les éventuelles promesses. Et d'amollir, grâce à la politesse, l'hydre de l'unilatéralité violente.

Bon plaisir à tous !

Maurizio Badanaï

Maurizio Badanaï donnera un séminaire de pratique philosophique sur la politesse dimanche 13 février 2005 au centre de formation «Le Courtil» à Rolle.

Renseignements au 022 344 77 90.

9 Sénèque () : «Il n'y a pas à discourir, mais à manœuvrer !» («Non est loquendum, sed gubernandum», Lettre à Lucilius N° 108, § 36). «La philosophie enseigne à agir, non à causer» («Facere docet philosophia, non dicere» (Lettre N° 19, § 12).

10 Nietzsche disait qu'il faut enseigner la morale comme un fruit défendu.

Stage national à Tenero

François, Carmen, Christophe, Sujiva, Patrick et Milica

Arrivée au bout de cette année, notre équipe de *ju-jitsu* peut tirer un bilan positif de ses rassemblements. Cette année encore, le sixième stage national de *ju-jitsu* 2004 a été une réussite. Il s'est déroulé à Tenero, au Tessin, dans un cadre très agréable et nous prévoyons déjà d'y retourner l'an prochain.

Le programme avec nos entraîneurs Parick Moynat et Roger Périard, qui organisent régulièrement des stages – travail des techniques et pratique des *kata* – s'est révélé très intéressant. En effet, en ce qui concerne les *kata*, les stages ont suscité un nouvel engouement au sein de notre association.

Nous avons pu également pratiquer de manière assidue une demi-journée de kick-boxing avec Sabina Ritter.

Chaque année nous avons aussi la chance de pouvoir participer à des rencontres inter-clubs, notamment à Meyrin le 13 novembre, au club Bellavista où seront présents nos entraîneurs de tous horizons. Tout cela se déroule toujours dans une atmosphère conviviale et nous espérons continuer à nous divertir en nous enrichissant toujours davantage.

Nous en profitons pour dire combien nous regrettons l'absence de Francisco et de Pascal, auxquels nous pensons et souhaitons un prompt rétablissement.

Notre super organisateur en plein travail

Milica

Coupe de Noël 2004

C'est avec un très grand plaisir que le SDK a accueilli le 5 décembre dernier tous ces petits amoureux du judo venus de tous le canton pour cette nouvelle édition de la traditionnelle Coupe de Noël.
Petite tornade joviale d'une centaine de *judoka* en herbe gambadant entre senteurs de café et parents admiratifs, appareils photos en main. Beaucoup de sincérité et d'amitié dans l'échange pour de joli moments de bonheur : pour Barbara «cette médaille c'est mon plus beau cadeau de Noël» et pour Nicolas, sa grande fierté : «ce soir je dors avec ma belle médaille et demain je la montre à toute l'école».
Très belle journée de fête qui n'aurait été possible sans l'enthousiasme de Juliane et de toutes les charmantes personnes, parents, amis et *judoka*, venues aider afin que cette journée soit une réussite.
Mille mercis aux parents pour leur patience et pour leurs merveilleuses viennoiseries et autres agréables douceurs qui ont fait le plaisir des petits et des grands.

José

Résultats

Thomas Brönnimann, argent, 1 combat gagné par *ippon;* Manuel Castro, bronze, 2 combats gagnés par *ippon* et *wazari;* Gibril Naina, bronze, 2 combats gagnés par *yuko* (2); Florian Bouvier, or, 4 combats gagnés par *ippon* (2),*wazari* et *yuko*; Andy Marrocco, bronze; Geneviève Gomez, bronze; Marion Brodbeck, argent, 1 combat gagné par *yuko*; Mélanie Da Luz Antunes, argent, 1 combat gagné par *ippon*; Christopher Horta, bronze, 1 combat gagné par *koka* et une fois égalité (*hiki-wake*); Fabrice Battiston, bronze, 1 combat gagné par *ippon* et une fois égalité (*hiki-wake*); Florian Triki, or, 4 combats gagnés par *ippon* (3) et *wazari*; Danyal Nami, or, 3 combats gagnés par *ippon*, *wazari* et *koka*; Amin El Aji, bronze; Sami Perez, or, 3 combats gagnés par *ippon*, *yuko* et *koka*; Austin Cadau, argent, 2 combats gagnés par *wazari* et *koka*; Pacha Kiliç, bronze, 1 combat gagné par *yuko*; Ahmed Salam, argent, 2 combats gagnés par *wazari* et *koka*; Haroun

Naina, bronze; Daniel Neves Dos Santos, argent, 2 combats gagnés par *ippon* et *koka*; Tristan Barbey, or, 4 combats gagnés par *ippon* (3) et *wazari*; Barbara Damacena Santos, argent, 2 combats gagnés par *ippon* et *wazari*; Joèl Santos, bronze, 1 combat gagné par *wazari*; Lenny Esposito, or, 3 combats gagnés par *ippon*, *wazari* et en goldenscore ; Victor Steininger, bronze; Aloys Mützenberg, argent, 2 combats gagnés par *ippon* et *wazari*; Alexandre Dos Santos Rosa, bronze; Julien Da Luz Antunes, or, 3 combats gagnés par *ippon* (2) et *koka*; Immanuel Robra, argent, 2 combats gagnés par *ippon* (2); Daniel Leveillé, argent, 2 combats gagnés par *ippon* (2); Jerôme Ebener, or, 3 combats gagné par *wazari* (2) et *koka*; Benjamin Christie, bronze, 1 combat gagné par *yuko*; Marc-Aurèle Dubois-Pelerin bronze; Akira Zanoni, argent, 1 combat gagné par *koka* et

une fois égalité (*hiki-wake*); Nikola Morales, bronze; Nicolas Andrey, argent, 1 combat gagné par *wazari*; Luca Iadaresta, bronze; Cédric Gerber, or, 2 combats gagnés par *ippon* et *wazari*; Juliette Brodbeck, or, 3 combats gagnés par *wazari* et *yuko* (2); Rebecca Savocca, bronze; Thomas Nagigoubolia, or, 2 combats gagnés par *ippon* et *wazari*; Cédric Dousse, or, 2 combats gagnés par *ippon* et *yuko*; Yanoe Krieger, bronze; Brian Bennet, argent, gagné en golden score par *yuko.*

Championnat romand écoliers/écolières A

Dimanche 14 novembre, une semaine après les championnats genevois, les écoliers/ères A se sont rendus à Auvernier (Neuchâtel) pour rencontrer des *judoka* venant de toute la suisse romande.

Les *judoka* du Shung Do Kwan en lice étaient : Kevin Dousse –50kg, Michel Robra –45kg, Charles Gottschall +55kg, Jérémy Spagnuolo +55kg, Cécile Homberg –44kg et Yoko Zanoni –30kg.

Le premier à combattre de la matinée était Kevin. Sa catégorie comptait de grands *judoka* par la taille. Kevin ne fut toutefois pas trop impressionné et donna tout ce qu'il put dans chacun de ses combats. Malheureusement, il ne parvint pas sur le podium. Ce sera pour la prochaine fois !!!

Ensuite, ce fut au tour de Michel de monter sur le *tatami*. Sa catégorie était tellement grande que les organisateurs ont dû répartir les combattants sur deux *tatami*. Après trois rudes combats, Michel est sorti de sa poule, ce qui lui a permis de continuer la compétition et de terminer 5e après plus de six combats. Bravo !

Après cela, c'est Charles et Jérémy qui sont entrés dans la compétition. Leur catégorie était impressionnante par la carrure de certains *judoka* qui n'étaient âgés que de 11-12 ans. Après cinq combats chacun, Charles a terminé 5e et Jérémy 2e. Très bons résultats pour leur dernière compétition en écolier A.

Enfin, ce fut au tour des filles d'affronter des *judoka*. Cécile et Yoko combattant presque en même temps, il fallait sans arrêt courir d'un *tatami* à un autre. Cela ne perturba toutefois pas Cécile qui perdit un combat, mais qui put prendre sa revanche en finale en rencontrant la même adversaire. Elle termina donc 1ère suite à de magnifiques combats. Bravo !

Quant à Yoko, elle n'a pas combattu en –30kg, mais en –33kg, car elle n'a pas trouvé de combattantes de son poids. Après quatre combats, elle s'est battue contre toutes les concurrentes de sa catégorie, elle a terminé 3e.

Bravo à tous les combattants et combattantes. Continuez sur cette excellente lancée !

Juvox

Résultats SDK:

Cécile Homberg, championne romande, or; Yoko Zanoni, championne romande, or + bronze; Jérémy Spagnuolo, vice-champion romand, argent; Michel Robra: 5e; Charles Gotschall: 5e, Kevin Dousse.

Cécile sur la première marche du podium, championne romande écolières –44kg.

Château d'Oex ex

7h30: départ du Shung Do Kwan pour le stage de trois jours à Château d'Oex.
La route est longue mais on fini par arriver vers 9h45. Il faut vite se changer pour le premier entraînement qui durera deux heures.
Arrivés au chalet, on mange le repas (délicieux) et on repart pour l'entraînement d'une heure trente pour les plus petits et de deux heures quinze pour les plus grands, les plus âgés, qui pouvaient aussi exercer le *nage-no-kata* (enchaînement de prises dans un certain ordre).

Ensuite, on mangeait notre dernier repas de la journée, et pour tous ceux qui le voulaient, on pouvait faire un concours de tennis de table, baby-foot, pictionary ou alors regarder un film sur le *judo*. (Je ne parle pas de la nuit).

C'est dur de se lever à 7h00, mais c'est encore plus dur de faire du footing après (surtout avec Juliane). Ensuite déjeuner, puis partir à l'entraînement qui ne sera pas différent de celui de hier soir. Ah, enfin 12h00, donc manger, puis, à 14h00, entraînement court cette fois-ci puisqu'on a les activités sportives (rink hockey, foot et patinage) qui commencent à 15h15 et terminent à 16h30. Enchaîné avec un bowling pour les plus jeunes et le *nage-no-kata* pour les plus âgés. A 17h45, les plus jeunes sont rentrés et les plus grands commencent le bowling jusqu'à 18h30 et doivent se dépêcher pour pouvoir manger à 18h45. Puis les animations (on avait les même activités que le soir avant). Vraiment, ces nuits sont bruyantes.

Déjà 7h00??? Bon le footing est inévitable donc faut y aller. Après le déjeuner, l'entraînement de 9h30 à 11h00 pour les plus jeunes et une heure de plus pour les plus âgés. Ensuite, le dernier repas au chalet à 12h30 suivit d'un entraînement commun de 14h00 à 15h30. Nous partons tous au SDK à 15h45 environs et arrivons au alentours de 17h15.

Encore un an d'attente pour le prochain Château d'Oex!!!???

Michel

Championnats Suisses Individuels

Wettingen 20-21 novembre 2004

Très belle illustration des *judoka* du SDK lors des derniers championnats suisses !
Félicitations à nos étoiles !

Juliane Robra , Championne Suisse 2004, –63 kg

Dominique Hischier, Champion Suisse 2004, –90 kg

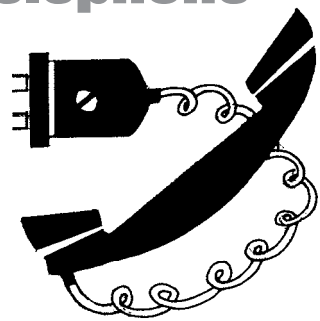
Tomoe Castello, double médaillée de bronze, –48 kg

PUB

patrick cicognani
étudiant iokai_shiatsu_méd. trad. jap.
rue du midi 6_les grottes
022 733 49 77
079 314 04 34

shiatsu
séance_1h / 50.-

ALECTRICA S.A.
Electricité
Téléphone



Route de Colovrex 16
1218 GRAND-SACONNEX
Tél. 022 799 07 77 / Fax 022 788 38 08

Stage d'été à St-Cergue 7-8 août

Durant ce week-end, eut lieu notre fameux stage d'été dirigé par notre *sensei* Hiroshi Nakajima avec la participation des clubs Chidokaï de toute la Suisse (Lausanne, Froideville, St-Gall et Genève).

Ce stage est toujours très intensif, nous travaillons aussi bien la technique (*kihon, kata*), que le combat (*kumite*). Comme chaque année, il y eut une excellente ambiance.

Pendant ce même stage, il y eut des passages de grades. Félicitations à :

- Kenji et Mark = 2e *dan* provisoire
- Jean-Jacques = 1er *dan* provisoire

Travail du* kihon kumite *– technique de* kumite *(combat) codifiée.

Explications du* bunkai *(application des techniques du* kata*, avec partenaire) par Nakajima* sensei*, avec Patrick et Birgit.

Stage avec sensei Nakajima Saxon, le 25 septembre

En souvenir du stage de Saxon, le 25 septembre 2004, avec la section Shorin Ryu.

Notre section a organisé un stage en Valais où nous avons travaillé avec les pratiquants du Shorin Ryu d'Okinawa (Valais, Tour-de Peilz, Vevey, Aigle), section avec laquelle nous nous sommes associés. Ce stage très intéressant eut beaucoup de succès et fut aussi très constructif pour la collaboration avec la section Shorin Ryu.

Compétition : coupe internationale à Kriens

Deux de nos compétiteurs ont participé à la Coupe Internationale de Kriens, compétition organisé par Monsieur Toni Romano. Ces compétiteurs furent Alex et Cécile Noverraz, Olivier officia comme arbitre durant cette manifestation.

Prochains rendez-vous :

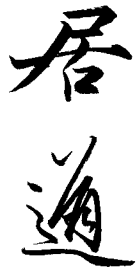
• Championnat suisse Shobu Ippon (Stade du Bout-du-Monde, 13 novembre) organisé par notre section Chidokaï où nous fêterons le 30e anniveraire de la section suisse du *karate* Chidokaï (gala).

• Stage S.K.C. à Genève (26-27-28 novembre 2004)

• Coupe de la Ligue (11 décembre à Sumiswald).

Laurent Jornod

Stage de haut gradés en Alsace



En tant que co-directeur technique de la Fédération Européenne de Iai, je prends part chaque année, en collaboration avec Me Tiki Shewan, à l'organisation d'un stage de cadres à «La Claquette», au coeur de l'Alsace. Jean-Louis Martin, devenu instructeur officiel de la section *iai* du SDK depuis la fin de l'an passé m'a donc accompagné. Ce stage, qui s'est déroulé le deuxième week-end de septembre, réunit une quinzaine de professeurs de *iai* de toute l'Europe et consista à harmoniser notre enseignement sur le plan européen ainsi qu'à paufiner notre Fédération européenne. Cette année, nous avons abordé la question du *tameshigiri*, stage de coupe réelle. Me Shewan a demandé à chaque professeur de parler de ses expériences dans ce domaine, et nous avons appris avec étonnement que tout ne se passait pas toujours aussi bien qu'au SDK. Les blessures sont assez courantes, doigts coupés, bras entaillé, genou et pieds atteints, etc. Tiki nous a parlé d'un stage à la fin duquel un pratiquant, heureusement chaussé de baskets, s'aperçut avec stupeur que toute l'extrémité de sa Nike gauche avait disparu, laissant les orteils à l'air. Avec la tension, il avait dû crisper ses orteils lors de la coupe, ce qui lui a évité qu'ils disparaissent en même temps que le bout de sa chaussure. Toutes ces petites histoires, heureusement pas d'une gravité extrême, nous ont encouragés à nous poser des questions d'assurance, d'organisation de tels stages, et d'étiquette à observer. La décision de ne permettre ces stages qu'à des pratiquants chevronnés (*shodan* et plus) fut prise. D'autre part, le pratiquant qui coupe doit se trouver en avant du groupe, dos à celui-ci, sans personne en face ou sur les côtés. Le genre de coupe doit également être limité à *kesa-giri* (coupe diagonale de haut en bas). Seuls les 3e *dan* et plus peuvent essayer d'autres coupes. Le sabre est ensuite posé sur le sol, sans le rengaîner (pour ne pas mettre de l'humidité à l'intérieur du fourreau) pour le suivant. La coupe est ensuite commentée par le professeur. Chaque pratiquant est ensuite tenu de pratiquer le nettoyage de la lame.

Il fut aussi question du «sabre du club», pratique initiée par le SDK qui a offert par deux fois une lame à notre section. En Alsace, cette pratique a récemment posé des

Professeurs de la FEI, de niveau européen, De gauche à droite: en seiza: Malcolm T. Shewan, le boss, Daniel Leclerc (Italie), Dominique Pierre (Président de la FEI), Floréal Perez (Lyon), Dominique Loizet (Alsace), Benoît Lepeltier (Nantes), Debout: Sylvain Creuzet (Bourgogne), Pascal Krieger (Suisse), Jean-Louis Martin (Genève), Dominique Sylvestre (Alsace), Dominique Andlauer (Lyon), Christophe Marie (Alsace), et Cristophe Stoeblich (Autriche).

problèmes. Le sabre étant gardé par le professeur qui décidait quand et à qui il le prêterait, plusieurs membres du club se sont rebellés contre cette monopolisation, exigeant que ce «sabre du club» soit à la disposition des membres et entreposé au club lui-même. J'espère que cette histoire ne donnera pas d'idée aux membres de notre section, car la réponse sera tout simplement «non»! C'est au professeur de décider qui et quand un pratiquant peut utiliser une vraie lame. Il y va de la sécurité du *dojo*.

Le reste du stage, sur ma proposition, s'est déroulé comme suit: chaque professeur a choisi un mouvement et l'a démontré à sa façon. C'était très intéressant de voir par quels chemins certains passaient pour faire comprendre un mouvement que tous les membres présents connaissaient par ailleurs très bien.

Il y eut encore une très longue discussion le samedi soir sur l'avenir de notre Fédération. Nous avions limité les grades à 4e *dan*. Toutefois, la situation actuelle nous force à revoir notre décision. En effet, il y a une dizaine de 4e *dan* maintenant et cela bloque la progression des suivants. Le problème était donc de trouver ce que nous pourrions demander à un pratiquant pour passer son 5e *dan*, puisque le curriculum entier de la tradition est demandé pour le passage du 4e *dan*. Tiki Shewan a trouvé la solution. Le candidat au 5e *dan* sera tenu de démontrer, en plus de la totalité des techniques, son aptitude à donner un cours à des pratiquants normaux (non-enseignants) sur un sujet donné (1 heure), de faire un exposé d'une heure sur la culture japonaise entourant le domaine du sabre: forge, *kanji* formant les noms des forgerons, histoire du sabre à travers l'histoire japonaise, etc. Un sujet à choix. Mon avis est que si le candidat obtient son 5e *dan*, il ne l'aura pas volé.

Pascal Krieger

Pascal Krieger et Jean-Louis Martin devant la «Maison des têtes» de Colmar, un célèbre restaurant où nous nous sommes contentés de regarder le menu extérieur pour cette année.

Lignano 2004

A 06h00 du matin, les* sôtai kihon *sur la plage resteront dans la mémoire du plus d'un(e) pratiquant(e) pour longtemps.

Du 1er août au 7 août, près de 100 membres de la Fédération européenne de *Jodo* se sont retrouvés à Lignano Sabbiadoro, près de Venise, venant de 10 pays (Italie, Hongrie, République tchèque, Autriche, Les Pays-Bas, France, Allemagne, Royaume-Uni, Suède et Suisse).

Le groupe d'enseignants, sous la direction de Pascal Krieger, Menkyo Kaiden SMR, était composé de Michel Colliard, Michel Ducret, Alain Robert, Sergio Dieci et Fred Quant (qui ont tous reçu leur *Gomokuroku* à cette occasion), ainsi que Laurent Subilia (qui a dû nous quitter plus tôt pour raisons professionnelles), Kess Bruggink et Vincent Zahnd (ce dernier a reçu son *Shomokuroku* le 6 août). Merci à tous pour nous avoir aidés à faire de ce *Gasshuku* un vrai succès.

Mais une grande partie de ce succès est dû à ce beau gars ci-contre, ainsi qu'à sa femme Manuela, et, avec eux, tout le groupe des Italiens qui ont fait un travail superbe dans l'organisation de ce séminaire d'été. Lorenzo Trainelli s'est démené comme un beau diable pour organiser le tout et ce n'était pas facile dans cet endroit où près de 2000 personnes passaient leurs vacances durant cette semaine.

Ci-dessous, le *shomen* du *Gasshuku*. Le thème n'était pas banal: Le but ultime du *budô* est d'être capable de sourire en toutes circonstances. La vielle photo de Me Shimizu Takaji *sensei*, le Maître de *jô* de Pascal Krieger et 25e *dai* de *Shintô*

Musô Ryû Jô, jalousement gardée par le secrétaire de la FEJ Jean-Pierre Pahud, a fait le voyage à Lignano pour nous montrer de quel genre de sourire il s'agissait. A gauche se trouve une calligraphie de *bishô* (sourire) offerte à l'organisateur en chef, Lorenzo Trainelli, et celle de droite (connais-toi toi-même avant de connaître les autres est un principe de Socrate offert à Vincent Zahnd pour lui dire combien nous sommes tous contents qu'il soit revenu parmi nous.

Bishô (sourire) pratiqué par Fred, mais au mauvais moment... Pour cela il a reçu un coup de *bokken* sur la tête pour lui apprendre à sourire quand il faut...

Très sérieusement, Pascal est en train d'écrire *bishô* sur le sable, avec un *bokken*, à 06.00 du matin.

Puis tout le monde s'y est mis. On dirait

des laboureurs au travail. Quand je suis passé pour voir ce qu'ils avaient fait, je n'ai pu réprimer... un sourire...

Durant le stage, nous étions entourés en permanence par de sérieux handicapés physiques et mentaux surveillés par de merveilleux accompagnant(e)s qui prenaient soin d'eux du matin au soir, leur parlant, leur jouant de la musique, les embrassant. Je fus personnellement très impressionné par le monde particulier de ces personnes. Toutes leurs valeurs et leur vision du monde semblaient si différentes des nôtres. En fait, nous avions beaucoup à apprendre d'eux. Je fus particulièrement impressionné par le *Muga-Mushin* du personnage ci-contre, si vous vous en souvenez (et sinon, Asta, la fille

de Cindy doit s'en souvenir...).
Nous leur avons offert une démonstration, mercredi soir. Nous avons tous été émus par leur réaction. C'était un moment vraiment particulier. Après la démonstration, l'un d'eux m'a demandé à quel âge j'avais commencé. Quand je lui ai dit «à 18 ans», il m'a laborieusement répondu: «j'ai encore toutes mes chances, je n'ai que 16 ans!» n'est-ce pas une leçon, ça?

Lorenzo et à tout son groupe pour ces moments privilégiés.
Et, comme je le dis maintenant tout naturellement, Grazie a tutti per essere venuti...

Pascal Krieger

A cause de la chaleur, les examens ont été programmés le soir. Et comme ils ont duré plus longtemps que prévu (bien entendu), ils ne se terminèrent que bien après minuit...

Participants au* Gasshuku *de Lignano. Le côté gauche ci-dessus, et le côté droit ci-dessous. Le Monsieur à droite de Pascal Krieger est Don Luigi, le Directeur de la place. On lui a remis le* shomen *du stage qu'il a admiré, se disant très impressionné par l'attitude des stagiaires. Lorenzo a essayé de lancer la mode du* hakama *estival mais il n'a heureusement pas été suivi.

et le panneau d'examinateurs, assoifé, tient à vous dire que les gobelets ne contenaient que de l'eau...
Le maintenant traditionnel jour de repos fut un moment merveilleux. La visite de trois îles dans la lagune de Venise était superbe. Le repas à l'ombre des arbres fut un instant sublime. Merci à Manuela,

Kendo

Coupe Kasahara Genève 2004

Comme désormais habitude, le dernier week-end de septembre s'est déroulée à Genève la coupe Kasahara, tournoi international organisé par la section *kendo* du SDK. Le succès de cette manifestation est toujours grandissant (cette édition a compté presque 140 inscrits), ce qui comporte aussi un travail de préparation et d'organisation non négligeable.

Nos invités ont été accueilli à partir de samedi à midi dans la grande salle du Val d'Arve à Carouge pour le tournoi par équipes : magnifique prestation de l'équipe de Versailles, menée par Nicolas Heurtevin, qui s'est imposée contre les équipes de Saint-Etienne et de Lyon. Après la remise des prix, la journée a continué avec des examens de passage de grade pour les uns, et des *ji-geiko* pour les autres. Pour reprendre les forces, la soirée s'est conclue avec un repas en commun (les dizaines et dizaines de *kendoka* affamés et assoiffés n'ont pas réussi à démonter le sourire dans le restaurant qui les a – très sympathiquement – accueilli !).

Le dimanche matin, après un petit-déjeuner préparé aux premières lueurs de l'aube par quelques braves du SDK, ont pu commencer les tournois individuels. Chez les juniors s'est imposé Arnaud Pons de Saint-Etienne, suivi par David Zagoury et Jérémy Gropp du SDK, tandis que chez les femmes a brillé la lilloise Aurélie Destoebbeler. Grand spectacle à partir des octaves de finale dans le tournoi open. La troisième place s'est partagée entre Jérôme Augustin de Versailles et Shôgô Nakamura du Budo XI de Paris. La finale, très attendue, a vu s'opposer Yannis Jaquet du SDK et Nicolas Heurtevin de Versailles – Nicolas a gagné.

Merci à Yannis pour nous avoir offert ce grand moment; merci aussi – et surtout – à Bruno et Sébastien, qui se sont chargés de toute la partie organisative (pools d'élimination, arbitrage etc. etc. : travail fondamental et très délicat). Merci enfin à tous les membres de la section et à leurs amis et parents qui se sont occupés pendant tout le week-end des tables d'arbitrage en salle (tableaux d'affichage, chronomètres, premiers soins), ou en courant à droite et à gauche pour règler les oublis de dernière minute, ou encore (très précieux) en préparant courageusement cafés, tartines, sandwiches (une horde de kendokas affamés c'est quand même un phénomène redoutable…). Tous nos invités ont passé un bon week-end, et sont partis en nous promettant leur présence pour l'année prochaine : un grand succès pour tout le SDK !

Championnats suisses de kendo, Thun 2004

Plusieurs blessés au SDK cet automne : petit comité, donc, celui qui a participé aux championnats suisses de *kendo* 2004. Bien que l'organisation fut bernoise… et donc un peu martiale, les nôtres ont réussi à passer un week-end très sympa.

Les amis-ennemis de Zurich ont remporté la première place dans le tournoi par équipe et dans le open (Oskar Kimura); chez les femmes s'est imposée Sandra Kenzevic de Aarau.

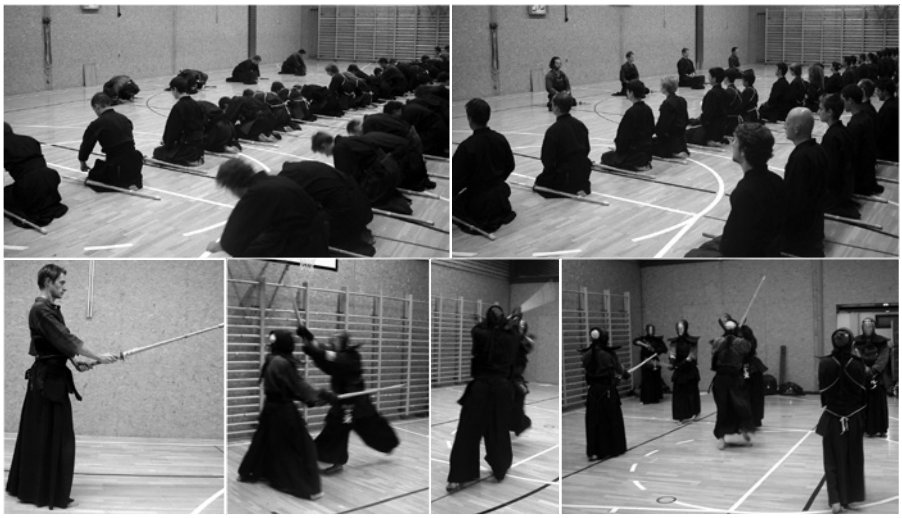
La présence de nos meilleurs a sans doute manqué mais, grâce aux conseils attentif et à l'enthousiasme de Bruno, le SDK a pu se placer à la quatrième place dans le tournoi par équipe du samedi après-midi (avec David, Jullien, Nicolas, Sébastien et Bruno alignés dans l'ordre). Le dimanche matin Bruno a obtenu le même résultat dans le tournoi séniors.

Mais la section *kendo* est surtout très fière de la magnifique prestation de David Zagoury, 16 ans, qui s'entraîne avec nous depuis 3 ans, champion suisse juniors 2004. Bravo David ! Sans doute la première d'une longue série de victoires!

Agata

Record d'affluence à Cayla

50 pratiquants sur le plancher! Félicitations à Christian, Yannis, Bruno, Alain et Agata qui font un travail d'enseignement et d'encadrement extraordinaire !



Anecdotes d'Afrique

Le chant du taxi-brousse

deuxième volet des aventures de nos amis aikidoka Eric et Yannick

Et hop, après avoir chargé nos sacs et di au revoir à Moulaye, notre hôte, nous quittons notre minuscule auberge en banco située en plein coeur de la vieille ville. Alors que nous marchons dans la ruelle, derrière nous retentissent les bénédictions de Moulaye qui en appelle à Allah, Santa Maria de Lisboa (?!) et même à Bouddha. Il a sûrement dû forcer sur le thé vert !

Y'a pas à dire, ce pays nous réserve des rencontres surprenantes… Nous sommes à Néma, petite ville à l'est de la Mauritanie, pas loin de la frontière malienne. Il est tôt mais la ville déborde déjà d'activités. Les boutiques sont ouvertes, les tailleurs à l'oeuvre derrière leurs machines et les vendeuses du marché attendent les clients, couchées au milieu de leurs marchandises. Nous débouchons sur la batha[1], rivière à sec qui sépare la ville en deux et arrivons au «garage», nom donné aux stations de taxis collectifs.

Nous sommes bien reposés, pourvus en eau et provisions de bouche et préparés psychologiquement aux 1200 km qui nous séparent de notre destination: Nouakchott. Pas de bus ici, mais des taxis-brousse, soit des breaks genre Peugeot 505 à 9 passagers, 2 sur le siège avant, 4 derrière et 3 sur la banquette rajoutée dans le coffre, soit des «limousines» genre Mercedes 190 à 6 passagers, même distribution que dans les 505, mais personne dans le coffre…

On achète son billet et dès que toutes les places sont vendues le taxi part.

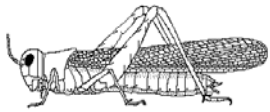
Aujourd'hui nous prendrons la Mercedes: c'est un poil plus cher, tout aussi inconfortable, mais un peu plus rapide que la 505. Sur le «goudron» on peut faire des pointes à 100 km/h ! Plus, cela devient du suicide… Il y a les nids-de-poule, voire même des nids d'autruche, les autres usagers et surtout le bétail qui se promène joyeusement d'un côté à l'autre de la route au gré des pâturages. Tous n'on pas les mêmes réactions lors de l'arrivée du véhicule : les moutons partent tous du même côté, les chèvres en changent plusieurs fois, à gauche, puis à droite et encore à … non finalement à droite quand même, les vaches regardent ce machin klaxonnant leur arriver dessus et ne se décident à bouger qu'au dernier instant, les dromadaires se mettent à courir dans la même direction que la voiture, l'air outragé d'avoir été dérangés et puis, il y a les ânes… On prétend l'âne stupide, il est surtout très joueur… En général, il se tient au bord du goudron, regarde la voitrue venir et au dernier moment traverse d'un pas nonchalant, obligeant le chauffeur à piler ce qui luil reste de freins! On aime beaucoup les ânes…

Donc, nous optons pour la Mercedes. Les pneus, bien que de modèles différents, ont l'air en état, on en distingue même le

profil… La carrosserie n'est pas trop pourrie (c'est vrai que ça ne veut rien dire, mais bon…) et le chauffeur à l'air sympathique. De plus, grâce aux bénédictions de Moulaye, on peut espérer ne pas tomber en panne. Après une petite attente de 2 heures, on nous annonce le départ du véhicule et nous faisons connaissance avec les autres passagers. A l'avant, une femme a loué les 2 places, ce qui vu son gabarit est assez judicieux. Le chauffeur nous la présente comme une griotte, c'est-à-dire une chanteuse et non pas une cerise… Derrière, il y a nous deux, puis un jeune homme vêtu de blanc et doté d'une petite barbiche, sans doute un étudiant en théologie ou quelque chose du genre.
Le 5e passager se révèle être une femme qui refuse obstinèent de s'asseoir à côté d'un homme. L'étudiant ne voulant pas non plus s'asseoir à côté d'une femme, nous voilà obligés de nous insérer entre eux deux, jouant le rôle de tampons islamiques… Dûment chargés et théologiquement placés, nous voilà partis. La griotte soûle le chauffeur de paroles et l'étudiant se met à psalmodier: Illalli la la, illalli la li, illallah la la… ce n'est pourtant pas l'heure de la prière, mais bon, on n'est pas expert…

Les kilomètres défilent, la route est belle, c'est la saison des pluies alors l'herbe a poussé et le désert a verdi. Images somptueuses et étonnantes, des dunes de toutes les couleurs, avec par endroits des pâturages où broutent des dromadaires. Pas de chalets, mais des tentes blanches. Les nomades ont quitté leurs campements des sables de l'Aouker[2] et sont descendus le long de la route de l'espoir où les pluies font le bonheur du bétail. Illalli la li, illalli la la, on arrive à Timbedgha, premier arrêt. On doit aller charger l'instrument de musique de la griotte, saluer une copine de la griotte et faire une course pour la griotte. Le chauffeur nous regarde gêné, l'étudiant psalmodie, le soleil brille…

Nous reprenons la route jusqu'à Ayoun où on s'arrête pour manger. Déjà 280 km de parcourus. Le paysage devien rocheux et on rencontre même des singes en route. La griotte, la 5e passagère et le chauffeur discutent allègrement, l'étudiant psalmodie et nous regardons les nuées de criquets pélerins survoler la région et occasionnellement s'écraser sur le pare-brise de la Mercedes, le pigmentant de jolies taches jaunes.



Ces charmantes bestioles font du tourisme dans la région depuis 2 ans. Les Algériens disent qu'elles viennent du Mali, les Mauritanniens prétendent qu'elles descendent d'Algérie et du Maroc, les Maliens et les Sénégalais affirment qu'elles arrivent de Mauritanie et finalement personne ne fait rien, au grand bonheur de ces insectes gourmands qui dévorent tant et plus.

Après quelques kilomètres et de multiples illalli la li, illalli la la (ce garçon est décidément infatigable!) le ciel s'obscurcit: l'orage est devant nous. D'abord le vent forci, entraînant le sable des dunes, tout devient flou, on distingue à peine les acacias malingres au bord de la route. Puis les premières gouttes d'eau s'abattent sur nous. La griotte hurle des impréca-

tions, la 5e trace avec son doigt le nom d'Allah au-dessus d'elle (merci pour les autres…) et l'étudiant psalmodie de plus belle. Apparemment ces gens ont peu l'habitude de la pluie… Sur le pare-brise le bras de l'essuie-glace promène un souvenir de caoutchouc. Il s'agit manifestement de l'équipement d'origine qui a dû être efficace il y a 250000 km!

Les chauffeur passe sa tête par la fenêtre pour voir la route. Pas question de s'arrêter car devant nous il y a un oued[3], si la pluie le fait trop grossir nous ne pourrons pas passer et resterons coincés là pour la nuit. Les éclairs zèbrent le ciel, le tonnerre claque, nous essayons de nous protéger de la pluie qui entre dans la cabine et les 3 autres passagers pasmoldient en coeur: illalli la li, illalli la la, illallah la la…

Arrive l'oued… le chauffeur accélère, il faut le traverser vite pour ne pas être bloqués ou emportés. Des gerbes d'eau rouge s'engouffernt dans le véhicule et nous voilà trempés, crépis de boue, d'une assez jolie couleur brique ma foi…

Soudaine une pensé émue pour nos sacs nous traverse l'esprit, le doute s'empare de nous: le coffre est-il bien étanche ? Finalement, nous atteignons Kiffa où nous attendrons la fin de l'orage. La Mauritanie est un pays de nomades et l'hospitalité est une tradition. Ainsi dans les garages on trouve des khaïmas, tentes pour les voyageurs où l'on mange pas cher et où l'on dort gratuitement en toute sécurité. Mais vu l'humidité ambiante, nous passeront la nuit dans le restaurant où nous avons pris le repas du soir, au milieu des restes et des cafards, gratuitement et en toute sécurité! Nous devions aller plus loin à l'ouest avant de nous arrêter, mais il pleut encore un peu, la nuite tombre et les phares de la Mercedes ne fonctionnent pas…

Le lendemain nous nous levons à l'aube, il fait beau et nous roulons sans problèmes. Aux roches du Tagani[4] succèdent les magnifiques dunes multicolores du Trarza[4]. Illalli la li, illalli la la. Par-ci par-là subsistent quelques marigots témoignants des intempéries de la veille. Nous arrivons enfin à Nouakchott et assistons avec anxiété à l'ouverture du coffre. Nos bagages ont-ilsl échappé à l'inondation ? Dieux merci, oui ! pas une goutte ! Illalli la li, illalli la la ! Durant ce trajet Bouddha nous a apporté sa sérénité, Allah nous a mélodieusement accompagné tout le voyage, quant à cette Maria de Lisboa, portugaise inconnue appelée à la rescousse, elle est peut-être la sainte patronne des coffres à bagages…

Merci Moulaye !

Yannick et Eric

1) batha : vallée ensablée, fond de l'oued sablonneux.

2) Aouker : région de la Mauritanie.

3) oued : rivière, généralement à sec, sauf à la saison des pluies.

4) Tagani et Trarza : régions de la Mauritanie.