

# 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

**OCT. 1980**

No 5 — 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  
an chaud

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

Maaméjan

**BRASSERIE-RESTAURANT** 36 av. Ernest-Pictet, Genève

# bois-gentil

Paul Brunner  
☎ 44 92 77 / 44 01 91

- Menus soignés et mets de brasserie.
- Spécialités selon la saison.
- Salle de Sociétés.

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

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**

Problème de batterie?

Faites partout  
confiance à l'un  
des 3200  
garagistes  
membre **ESA<sup>+</sup>**

Exclusivité

**VARTA SELEN** <sup>®</sup>

brevet

GARANTIE  
**24**  
MOIS



**VARTA**



Distributeur général  
ESA Berthoud

**ESA<sup>+</sup>**

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

La rédaction cède ici la page de l'éditorial à P. Ochsner pour lui permettre de traduire l'amertume que nous cause à tous la triste décision de la Commission Technique de l'Association Suisse de Judo, à l'endroit de deux judokas hautement respectés justement pour cela même dont on les accuse de manquer : une belle attitude mentale et un dévouement sans borne.

## Une injustice faite à un seul est une menace faite à tous (prov. latin)



*Dans sa séance du 20 septembre dernier, la Commission Technique de l'ASJ a refusé à Désiré SCHNEUWLY et à Christian VUISSA la possibilité de se présenter à leur examen de 4ème dan.*

*Au-delà du désappointement personnel de ces deux judokas, la décision prise par la Commission Technique repose une nouvelle fois la question de sa toute puissance (ses décisions sont en principe sans appel) et des motivations qui animent ses prises de position.*

*Pour refuser à Christian VUISSA son droit à l'examen, la Commission Technique s'est référée à son comportement lors de deux stages "Jeunesse et Sport".*

*En automne 1978, lors d'un contrôle des commissaires de "Jeunesse et Sport" à Genève, il s'est avéré que le nombre de jeunes judokas habituellement déclaré par Christian VUISSA ne correspondait pas au nombre réel des judokas présents ce jour-là sur le tapis. En fait, rien d'étonnant à cela puisque le contrôle en question coïncidait avec des vacances scolaires. Après quelques explications le problème semblait avoir été réglé.*

*Le second grief remonte au samedi 12 janvier 1979. Ce jour-là Christian VUISSA était invité à participer à un cours "Jeunesse et Sport" à Macolin. Le temps était à la neige et il est arrivé en retard. Il aurait aussi ce même jour manifesté contre l'hébergement et le coût de ce stage.*

*Voilà ce qui permet à la Commission Technique de dire que "les faits relevés ont été jugés peu en rapport avec l'éthique qui doit être celle d'un judoka de grade élevé."*

*Monsieur Armin MARK, de quel droit vous êtes-vous basé sur vos querelles personnelles pour opposer votre veto à la candidature d'un judoka dont la réputation n'est plus à faire, et influencer ainsi la décision de la Commission Technique ?*

*Si Christian VUISSA a eu une attitude répréhensible, vous deviez sévir au moment même et ne pas attendre presque deux ans.*

*Et comment osez-vous prétendre désigner qui est digne d'obtenir un 4ème dan de judo, vous qui êtes d'un grade inférieur et a fortiori honorifique !*

*Mais votre comportement lèse aussi l'honneur de mon club, qui a jugé Christian VUISSA digne de se présenter à son examen. Prétendez-vous être mieux à même d'apprécier les qualités de ce judoka que ses pairs ?*

*Vous avez profité de votre fonction pour tenter de salir la réputation d'un homme intègre, alors que vous saviez qu'il ne lui serait pas possible de se défendre.*

*En jouant à la mule du pape vous avez trahi ce qu'un judoka doit avant tout posséder : la franchise.*

*Monsieur Armin MARK, votre influence sera funeste au judo.*

*Il serait risible de savoir que Désiré SCHNEUWLY n'a pas pu se présenter à son examen de 4ème dan parce qu'il n'a pas suivi 15 jours de judo "homologués", lui qui fête cette année ses 30 ans de judo.*

*Seulement lorsqu'on sait que depuis plus de 20 ans, il consacre six heures chaque semaine à l'enseignement du judo aux enfants, qu'il se dévoue sans compter pour cette tâche, et qu'en outre il passe de nombreuses heures par mois pour l'arbitrage de championnats, alors là je ne ris plus.*

*Que par la faute de fonctionnaires qui ne connaissent le judo qu'à travers les formulaires et les règlements qu'ils pondent inlassablement, il ne puisse obtenir un grade depuis longtemps mérité, il y a décidément trop.*

*S'il manquait réellement 15 jours de judo à Désiré SCHNEUWLY, cette lacune aurait dû apparaître le jour de l'examen technique.*

*Messieurs de la Commission Technique, douteriez-vous de la compétence des experts chargés de faire passer lesdits examens ?*

*Avez-vous également songé qu'en tant que professeur de judo "diplômé ASJ", Désiré SCHNEUWLY pourrait organiser un cours reconnu par notre association ? A la limite, il pourrait ainsi se faire des leçons à lui-même qui seraient valables pour l'examen !*

*Vous reprochez également à Désiré SCHNEUWLY de n'avoir pas assez rendu de services au judo hors de son club.*

*Mais croyez-vous vraiment que les fonctionnaires de notre association soient plus utiles que celui qui enseigne sur le tapis, eux parmi lesquels se trouvent tant de théoriciens qui, plus que par le développement du judo, sont préoccupés par l'obtention d'un dan-Sugus qui récompensera leurs services ?*

*Messieurs de la Commission Technique, pourquoi n'avez-vous pas eu le courage de déroger à un sacro-saint règlement pour une exception largement justifiée ? Vous êtes faibles de ne pas oser prendre de pareilles décisions et de vous retrancher systématiquement derrière un règlement.*

*Vos décisions nous découragent, mais votre faiblesse nous étouffera.*

*Pierre Ochsner*

## Quelques conseils

Le Comité rappelle que, conformément à l'article 23 des statuts du SDK, le club n'assume aucune responsabilité en cas d'accident. Il est donc dans l'intérêt de chaque membre de s'assurer personnellement.

D'autre part, il est également conseillé à chacun de contracter une assurance Responsabilité Civile.

Puisque nous sommes au chapitre des recommandations, le Comité conseille encore à tous les membres du club de ne pas laisser de valeurs (bijoux, argent, montres, etc...) dans les vestiaires, même cachées dans les chaussettes. Il est possible, exceptionnellement, de déposer ses trésors au bureau pendant l'entraînement, mais il est plus simple et surtout plus sûr de les laisser à la maison.

# LE RONIN



*Note du rédacteur : Dans le précédent Contact, nous sommes restés un peu plus longtemps en compagnie de notre antipathique mais combien fascinant Ronin. Après une traversée sanglante du pays, nous avons pu l'épier dans son nouveau rôle de "garde du palais". Mais le sabre qu'il avait baptisé "tueur de mauvaise herbe" ne pouvait pas dormir plus longtemps dans son "saya" (fourreau). Et sa violence naturelle, lasse d'être réprimée, allait à nouveau exploser. Mais laissons William D. Jennings, auteur du "Ronin", nous raconter de quelle façon.*

Il lui sembla entendre le tintement de mille clochettes lorsqu'il vit la Dame incliner la tête, et, le visage exprimant une tendresse immense, caresser la joue de l'enfant. Les paupières du petit garçon se refermèrent sur un regard rasuré et il glissa vers les abîmes du sommeil.

Elle contempla ce doux visage pendant un long moment, respira profondément, puis se pencha vers l'avant pour se relever. Elle s'arrêta au milieu de son mouvement. Après plusieurs secondes, elle se rassit avec l'enfant toujours sur les genoux. Elle avait reconnu le parfum "Lila Amer"...

Sans lever les yeux du tatami, elle murmura doucement, gentiment et avec douceur : "Pour cette seconde intrusion, tu seras mort avant l'aube !".

Il y eut un froissement derrière le paravent, comme quelqu'un qui se penche en avant. Une voix profonde lui parvint : "Mais c'est vous qui m'avez demandé !" Elle regarda le paravent

d'où venait la voix : "Qui t'a dit cela ?". La voix caverneuse, comme si d'outre-tombe recommença : "C'est vous, car pour porter le message à votre maître, vous avez choisi la seule femme dont vous étiez sûre qu'elle viendrait d'abord vers moi". Sa réponse fut immédiate, moins gentille, moins douce : "C'est faux ! je n'ai jamais été aussi étonnée que par ce qu'elle a fait !". La voix, derrière le paravent continua sans relâche : "Vous êtes entrée par une porte différente sans rien savoir ? , vous avez attendu trois jours entiers et vous ne saviez rien ? vous lui avez dit que vous saviez et vous ne le saviez pas ? et même maintenant, vous ne consentez pas seulement à me parler, mais à me disputer ?".

La réponse de la Dame, bien qu'inévitable, fut une erreur. Tout son mépris était condensé dans ce murmure : "Ordure de paysan !" Peu d'autres mots auraient pu si bien démunir l'homme derrière le paravent de toute respectabilité. Elle ajouta que même s'il continuait à vivre, c'en était fini de sa belle vie à la Cour. Elle oublia un vieux dicton de son peuple : "Laisse toujours un peu d'espoir à ton ennemi ! , car cela même sera sa perte ! "

Avec un mouvement ample qui démentait son silence, le grand guerrier poussa le paravent de côté, s'approcha d'elle à grands pas, et, se tenant debout devant elle, il lui prit la nuque d'une main tandis que de l'autre, il écartait violemment sa robe au-dessous de l'obi. Puis il fourra brutalement son visage délicat contre ses parties génitales à l'odeur musquée, et le retint là pendant qu'elle suffoquait et s'étouffait. Loin d'être honorée par le grandissant égoïse à sa beauté, elle luttait contre la nausée. Dégoûté, il la lâcha et fit quelques pas en arrière. Le silence était coupé par leurs lourdes respirations pendant qu'il arrangeait sa robe et qu'elle mettait de l'ordre dans sa chevelure. A ce moment-là, un bruit sourd de pas rapides se fit entendre et le Seigneur du palais entra en trombe dans la chambre, tel un coq nain en détresse. Ses premières paroles furent pour le samouraï. "Je vous suis reconnaissant d'avoir anticipé la nécessité de protéger mon épouse dans cette maison de violence". Puis se tournant vers elle et l'enfant, il dit d'une voix plus douce "Je dois vous annoncer que votre première dame de compagnie est indisposée à jamais, puis-je vous suggérer que vous vous retiriez dans la solitude la plus complète pour le restant de la nuit". Elle commençait à se mettre debout, les yeux toujours baissés. Le ronin se précipita pour la soulever, elle et l'enfant, comme s'ils n'avaient pas été plus lourds que des rêves de soie. Le seigneur ajouta : "S'il y avait quelque chose dont vous pourriez avoir besoin, ce samouraï se fera un devoir de vous l'apporter aussitôt ; il n'y a personne d'autre parmi mes gens en qui j'aie plus confiance. Je désire qu'il prenne la place de vos dames dans la pièce adjointe, jusqu'à ce que cette troublante histoire soit éclaircie". Il se

retourna vers le jeune homme qui le dominait de toute sa hauteur et lui ordonna : "Ne la laisse pas seule un instant ! "Il y eut un tour complet de révérences et tout le monde se sépara d'un air confus, étrangement teinté de satisfaction personnelle.

L'enfant continua à dormir sans interruption. Bien sûr, la Dame s'éveilla cette nuit-là lorsque sa robe fut écartée, sa nudité révélée à l'obscurité, et ses jambes calées par un genou habile.

Et bien entendu, elle fut indisposée le lendemain. Gardant le lit, elle resta allongée, les yeux grands ouverts. Quand le Seigneur vint à son chevet, elle ne pu lui conter ce qui s'était passé dans la nuit, car elle ne voulu pas bouleverser un homme si gentil. Elle s'excusa de son état en le mettant sur le compte de la réaction stupide d'une femme aux événements du jour précédent. Il fut soulagé car il y avait une autre épidémie de peste cette année-là. Avant de la quitter, il laissa de nombreuses instructions pour la soigner. Puis il revint à midi avec des plantes revigorantes, et vint une troisième fois pour lui tenir compagnie pendant les longues heures de la soirée sans penser une seule fois que c'était sa présence même qui causait sa douleur. Avant de se retirer pour la nuit, il donna au jeune samouraï d'autres ordres superflus et s'en alla finalement en soupirant le long du grand couloir.

A l'abri des regards, elle pleura. Non pour l'humiliation de la nuit précédente, mais pour celle de ce soir, qui ne manquerait pas de venir, aussi sûr que la lune se coucherait. Le palais s'endormit peu à peu.

Elle resta allongée, attendant avec une terreur qui fut presque soulagée lorsque la porte s'ouvrit sur la grande ombre qui vint se poser sur elle. Les étoiles s'éclipsèrent, elle fut secouée comme par de lourdes vagues, et ses sanglots furent étouffés par une langue dans sa bouche, et elle fut baignée dans une sueur qui n'était pas la sienne. Et le temps semblait s'être suspendu au-dessus du lit...

Les dames de compagnie étaient trop proches et abassourdies pour dire quelque chose. Chacune en devenait moite. Ce qui se passait avait tout l'air d'un viol, mais il y avait certainement une bonne part de consentement. Un seul mot de la Dame et ce rude jeune guerrier périrait de la mort la plus lente qui n'ait jamais été infligée dans le donjon du palais. Mais il n'y eut aucun mot, aucun sanglot, même pas un gémissement... et le jour suivant, il n'y eut aucun regard accusateur.

Les nuits devinrent une semaine, la semaine un mois, et le viol devint une habitude. Maintenant, enfin, le nouveau samouraï se regarda dans son miroir en acier, rit de son succès de toute son âme et cria sans bruit : "Maintenant, j'ai tout ce que je désire, tout, tout ! ..."

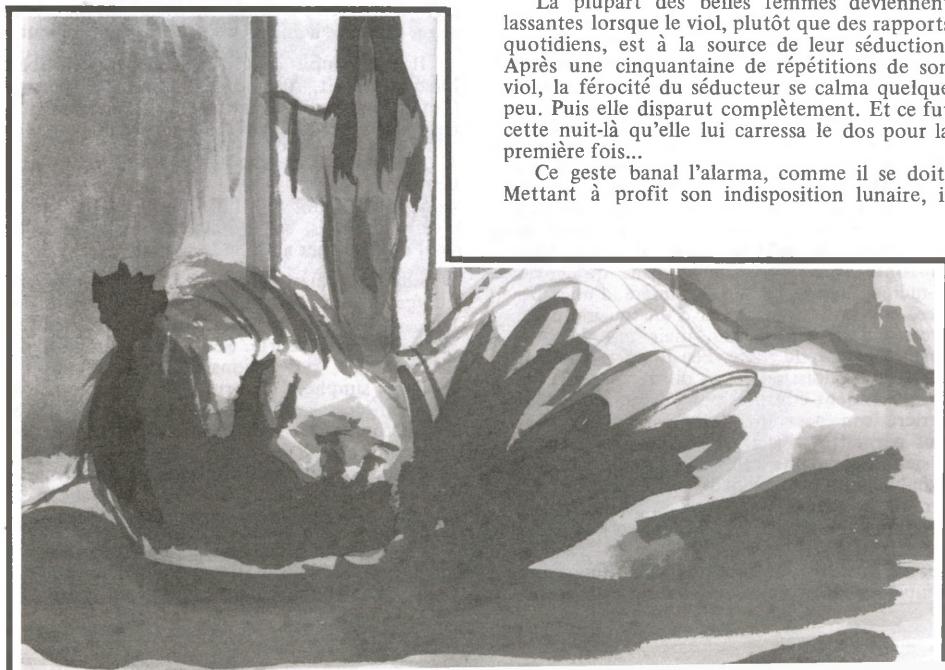
Et il fit même un clin d'oeil à son reflet.

De tels êlans ne sont pas à conseiller. Non seulement "tout" est relatif, mais le sentiment même de tout posséder devrait être un avertissement. Car le revers de la médaille allait apparaître maintenant, et la Dame le lui révélerait avec une vengeance toute particulière...



La plupart des belles femmes deviennent lassantes lorsque le viol, plutôt que des rapports quotidiens, est à la source de leur séduction. Après une cinquantaine de répétitions de son viol, la férocité du séducteur se calma quelque peu. Puis elle disparut complètement. Et ce fut cette nuit-là qu'elle lui carressa le dos pour la première fois...

Ce geste banal l' alarma, comme il se doit. Mettant à profit son indisposition lunaire, il



réduit ses viols à une seule attaque par nuit. Puis quand il se rendit compte de la monotonie de ses assauts, il les réduisit à une nuit sur deux. Après quoi, il lui fut aisé de devenir presque monastique et de ne l'indulger que deux ou trois fois par semaine, grâce à l'aide d'un vague sens du devoir d'un serviteur envers sa maîtresse... Comme la plupart des hommes, il trouva une satisfaction flatteuse pour son égo de pouvoir se passer d'une si belle femme si haut placée. Ce désintéressement dû à la simple fatigue plutôt qu'à quelque sentiment sublime, a toujours égaré l'homme à croire qu'il avait retrouvé son indépendance, et que son intégrité, temporairement négligée, avait été ravivée par les feux purifiants du désir. L'abstinence, qui est une autre façon d'atteindre ce but, prenant trop de temps.

Bien que manquant passablement d'individualité à cette époque, le Ronin différait des autres hommes en ce qui concerne la candeur. Il vint à réaliser que son besoin urgent de "posséder" une femme était toujours jumelé avec un désir tout aussi urgent de se débarrasser de ce besoin. En effet, l'euphorie incomparable que ressent l'homme après avoir été proprement "soulagé" indique bien que le rut n'est pas confortable. Plus il se sentait viril, plus il désirait être un chasseur sauvage, "son propre maître". Aussi, ne deviendrait-il jamais un véritable samouraï. Au beau milieu d'un banquet, il ne pouvait s'empêcher de se remémorer le jour où, sur la route, il n'eût pour tout repas que trois baies amères, et comme elles furent délicieuses ! Mais il était patient avec sa chance et, bien que repu, il se resserrait comme s'il devinait que tout cela ne serait que passer.

Puis ce fut la désagréable surprise d'être réveillé en pleine nuit par deux mains expertes qui défirent sa robe et décroisèrent ses jambes. Après que l'effet ait suivi la cause, il souleva la femme entreprenante et la rejeta de côté tout en lui faisant des remarques désobligeantes concernant l'heure matinale à laquelle il devait se lever le lendemain matin. Puis s'ensuivit une étonnante stratégie de contre-attaque dans laquelle il était constamment "coincé" et leurs relations utilisées comme chantage pour les faire durer. Où qu'il se tourne, il se retrouvait confronté avec cette femme avide qu'il avait lui-même façonnée. A la manière d'une droguée, elle pouvait se passer d'un sourire, d'une caresse, d'un mot gentil, mais pas de cette violente goutte de rosée. Peu importe l'endroit secret qu'il choisissait pour dormir, ceux-là même qui avaient conspiré pour l'aider à parvenir derrière son paravent, conspiraient cette fois pour permettre à la Dame de parvenir derrière le sien. Ses mains rapides et tremblantes le déshabillaient avidement et lui soutiraient des torrents de satisfaction qu'il ne désirait pas. Il n'avait aucun repos. Son bel univers se ternit peu à peu. Fatigué, sans énergie, sans satisfaction ou intérêt pour quoi que ce soit, à part un sommeil ininterrompu, les heures sombres le

voyaient sans cesse éveillé pour donner encore et encore un peu de semence, déniché de sa cachette par une femme assoiffée, "de sa propre création !".

Et pendant ce temps, le palais était comme un immense insecte aux mille yeux, une forêt de pins traversée par mille murmures, un grand champ de bataille encombré de guerriers attentifs au combat mortel de deux enfants. Le secret des amants était connu de tous sauf d'un petit homme, et l'avidité sans retenue de la dame faillit bien des fois le lui faire découvrir.

Le moment vint où la Cour se déplaça aux palais du Printemps. La Dame se vit si occupée que sa faim sembla s'atténuer. Pressé d'en finir une fois pour toutes, le jeune homme soucieux, se laissa aller à une folie incroyable. Pour une raison futile, il la gifla. Il resta stupéfait de la voir s'effondrer à ses pieds, enlacer ses jambes et pleurer. Puis il entendit distinctement cette Dame de la Sérénité murmurer une succession de "je t'aime".

Bien sûr, étant ce qu'il était, il ne pouvait deviner qu'elle n'avait jamais dit ces mots à quiconque avant lui. Mais tout en frottant la main qui lui cuisait, il sentit avec effroi que la situation était entrée dans une nouvelle phase.



En pleine nuit, il se glissa hors du palais du Printemps et s'enfuit au loin. Il alla dans les montagnes jusqu'à "l'Oeil de l'Enfer", une retraite calme construite autour d'une source fumante et entretenue seulement par deux Anciens. La paix était partout. Il fit un somme merveilleux dans l'air propre et froid, se réveilla plein d'allégresse à l'aube, et attrapant un sabre et un kimono, il courut vers les bains de vapeur.

Il fut rempli d'une horreur indescriptible lorsqu'il la vit, souriante, à travers la vapeur. C'était la première fois qu'il voyait son sourire. Cela lui fit froid dans le dos.

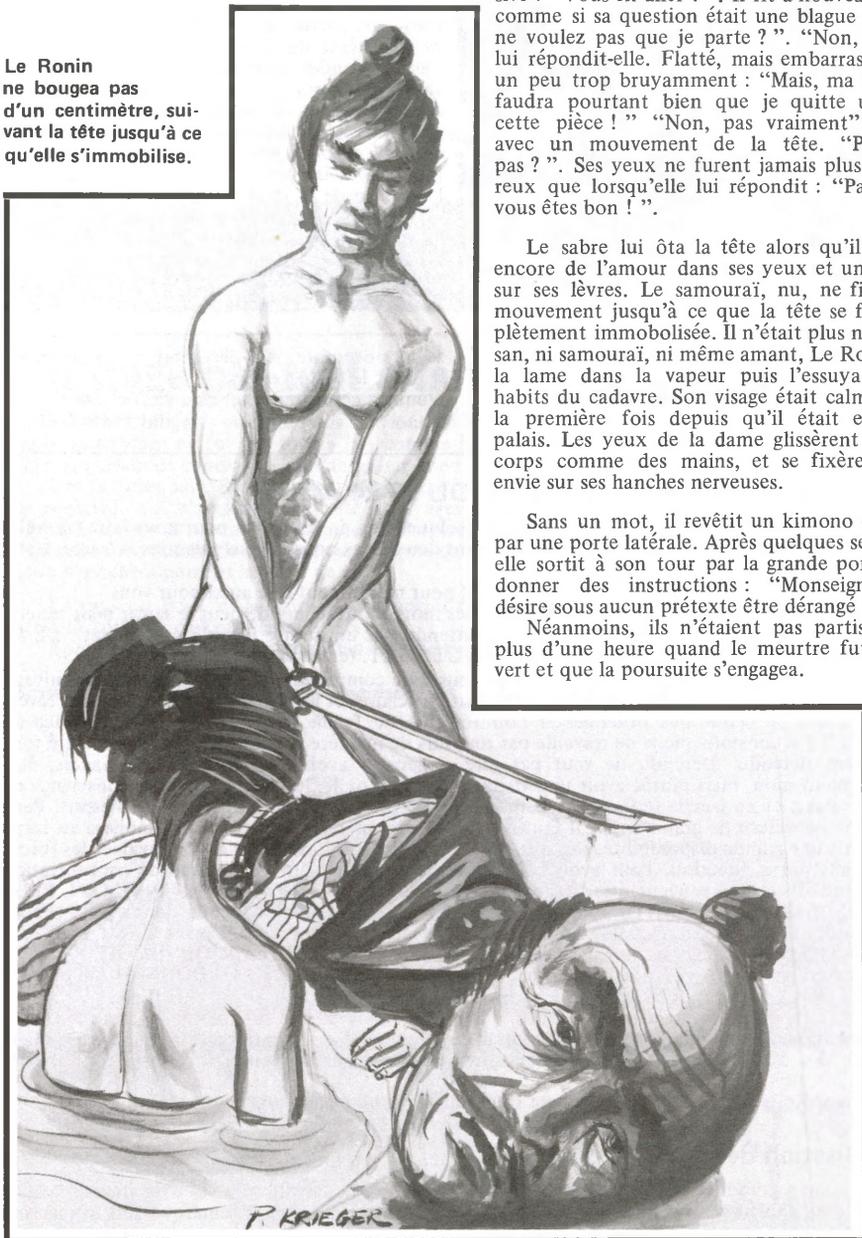
Son instinct de fuir fut réduit à néant par deux mains mouillées qui montaient le long de ses jambes. Il finit par lui faire face dans l'eau, las mais soumis, car il était victime de ce qu'il avait de plus cher au monde : sa virilité.

Elle continuait à sourire. Cela l'irritait plus que ça ne l'intriguait, jusqu'à ce qu'il fut trop tard... Là-bas, sur la route, il perçut du mouvement. C'était l'escorte. Ses yeux s'agrandirent. Il murmura : "des espions ? ", et elle répondit ; avec une simplicité désarmante : "Oh, non, j'ai laissé un message disant que je venais ici". Son regard fouilla son visage pendant plusieurs précieuses secondes, puis il bondit hors de l'eau, attrapant son kimono et son sabre en passant, puis couru vers la porte. Elle commençait à s'ouvrir. Il se colla le dos au mur sur le côté.

Le seigneur entra seul et se dirigea directement vers son épouse. Il s'agenouilla au bord de l'eau et lui dit doucement : "Oh, vous souriez !

vous allez mieux. J'ai eu peur d'une rechute". Elle leva gentiment les yeux vers lui et lui répondit avec respect : "Toujours aussi bon, Monseigneur, toujours aussi bon !". Il rit gauchement : "Mais ce n'est pas de la bonté de s'en faire pour celle qu'on aime, c'est de l'égoïsme. Ils ont raison de rire de moi derrière mon dos".

**Le Ronin ne bougea pas d'un centimètre, suivant la tête jusqu'à ce qu'elle s'immobilise.**



Son visage se ferma : "C'est moi la cause de leur hilarité".

Il sourit et secoua la tête : "Vous avez pardonné leur moquerie", commençant à se tourner : "Mais je dois m'en aller avant qu'ils ne recommencent à rire". Elle questionna, pensive : "Vous-en aller ?". Il rit à nouveau et dit, comme si sa question était une blague : "Vous ne voulez pas que je parte ?". "Non, jamais" lui répondit-elle. Flatté, mais embarrassé, il rit un peu trop bruyamment : "Mais, ma chère, il faudra pourtant bien que je quitte une fois cette pièce !". "Non, pas vraiment" dit-elle avec un mouvement de la tête. "Pourquoi pas ?". Ses yeux ne furent jamais plus languoureux que lorsqu'elle lui répondit : "Parce que vous êtes bon !".

Le sabre lui ôta la tête alors qu'il y avait encore de l'amour dans ses yeux et un sourire sur ses lèvres. Le samouraï, nu, ne fit aucun mouvement jusqu'à ce que la tête se fut complètement immobilisée. Il n'était plus ni courtisan, ni samouraï, ni même amant, Le Ronin tint la lame dans la vapeur puis l'essuya sur les habits du cadavre. Son visage était calme. Pour la première fois depuis qu'il était entré au palais. Les yeux de la dame glissèrent sur son corps comme des mains, et se fixèrent avec envie sur ses hanches nerveuses.

Sans un mot, il revêtit un kimono et sortit par une porte latérale. Après quelques secondes, elle sortit à son tour par la grande porte pour donner des instructions : "Monseigneur ne désire sous aucun prétexte être dérangé !".

Néanmoins, ils n'étaient pas partis depuis plus d'une heure quand le meurtre fut découvert et que la poursuite s'engagea.

(à suivre)

# AIKIDO

## STAGE DU 27-28 SEPTEMBRE AUX DIABLERETS

Ce week-end a été intéressant à tous points de vue : l'ambiance a été très sympa, la nourriture excellente, le temps superbe. Si le corps a été nourri, l'esprit aussi : nous avons eu une séance de shiatsu sous la direction de Claudine, sur le thème de la relaxation, après la monumentale fondue cette séance a été la bienvenue. Nous avons trouvé très agréable le dojo presque sans murs pour l'aération. Si vous n'avez jamais eu le plaisir de descendre les murs d'une maison à coups de pied, ne ratez pas le prochain stage (qui n'aura pas lieu en plein air bien sûr ! ). A l'occasion de ce stage un passage de grades a été organisé ; - ont réussi leur examen :

6e kyu : GIRARDIN Marcel, 5e kyu :  
MENDIBURU J.-P. alias Dalton, 3e kyu :  
SENONER Bruno, 2e kyu : FLEURY  
Catherine.

Un dojo presque sans murs.

**Prochains stages  
de Me IKEDA au  
SDK**



le 12 novembre, le 4 décembre, le 15 décembre  
à Bâle : le 6-7 décembre.

Veuillez consulter le tableau d'affichage !  
Catherine + Joëlle

## QUELQUES MOTS SUR LE STAGE DU 23-24 AOUT

Monsieur Rolbetzki est venu au S.D.K. avec quelques uns de ses élèves pour nous faire travailler une partie importante de l'Aikido : LE KI. Pendant deux jours nous l'avons mis sous la loupe, testé, décortiqué, analysé.

Ce que j'ai retenu de ce stage est très intéressant pour moi et peut-être aussi pour vous.

Il est difficile de définir ce qu'est le KI avec des mots ; tout le monde peut le sentir mais chacun l'interprète à sa façon. Le meilleur mot que j'ai entendu par un maître jusqu'à présent est : LE KI EST LE TRAIT D'UNION ENTRE LE CORPS ET L'ESPRIT. (en attendant mieux).

Revenons au stage ; Monsieur Rolbetzki a su nous faire comprendre et a pu mettre à notre niveau (occidental) les principes de base du KI. Les explications claires et les démonstrations nous ont révélé les différences de sensations obtenues si l'on travaille de façon crispée ou détendue. Grâce au "KI-TEST", j'ai constaté que je ne travaille pas toujours de manière convenable même, si malgré tout je me sens détendu. Détendu ne veut pas dire seulement avoir les muscles décontractés, être complètement mou, mais plutôt avoir une vision autour de soi de 360 degrés, prendre conscience de se qui s'y passe et ne jamais se fixer sur le même point, ce qui bloquerait totalement l'esprit. Pour garder une ouverture de grand angle, il faut regarder loin, comme à l'horizon. Ceci donnera au corps et à l'esprit une grande disponibilité. Dès que cette attitude est acquise nous devons évaluer les forces venant dans notre direction. Pour avoir ces premières sensibilités un long travail de concentration nous attend. Il nous a souvent été dit pendant ce stage - PLUS NOUS PENSONS LOIN, PLUS NOUS DEVENONS PUISSANTS -. Les images que Monsieur Rolbetzki nous donne pour rendre concret toute la partie impalpable du KI et pour diriger son énergie correctement sont très révélatrices. Il se plaît à nous rappeler tout le temps - NOTRE KI POUR QU'IL SOIT KI DOIT ETRE CONSTAMMENT EN MOUVEMENT, LE CORPS ET L'ESPRIT LUI DONNE UNE SEULE DIRECTION A LA FOIS AFIN QU'IL SOIT EFFICACE.

Pour conclure ces impressions, je dirais que chaque fois que je monte sur le tatami comme enseignant, je me rends compte qu'il y a toujours quelque chose à rajouter à l'esprit et à épurer à la technique. En d'autres termes, à chaque entraînement essayons de penser à cet esprit qui mettra lui-même le corps à la bonne place.

Monsieur Rolbetzki reviendra donner un stage dans le courant du mois de novembre.

## Spécialisation des cours

La section a grandi et les différents niveaux des élèves qui participent à la même heure de cours posaient des problèmes. Dès le début septembre, comme vous avez pu le remarquer, les leçons sont données comme suit :

**LE LUNDI :** COURS GENERAL (pour tous niveaux)  
**LE MERCREDI :** COURS DEBUTANTS (étiquette, respiration, déplacements, chutes, techniques de base)  
**LE JEUDI :** COURS AVANCES (techniques avancées, jo, bokken.)  
**LE SAMEDI :** ENTRAINEMENTS LIBRES.

Bien que tout le monde puisse participer à chaque leçon, attendez-vous à recevoir un cours plus spécialisé.

### Encore un mot

Je voudrais aussi un peu plus de participation des Aikidokas à la vie de la section. Ne pas venir au Dojo seulement parce que vous avez payé des cotisations. Par exemple chacun peut faire un article dans "CONTACT" sur ses propres expériences en Budo. Chacun peut demander une explication, avoir une contestation à faire au sujet des déroulements des cours et surtout des idées à ce sujet. Je suis tout disposé à les entendre, je ferai de mon mieux à chaque occasion. Gildo Mezzo

JODO

杖道

## Un stage pas tout à fait comme les autres ...

...et dès le départ, puisque nous n'avions qu'un quart d'heure de retard sur le programme (chose rare). Si ce stage ne fut pas tout à fait comme les autres, nous le devons à Richard qui nous invitait dans sa maison de campagne, afin de passer une fin de semaine à la foi travailleuse et récréative.

Il nous attendait, Richard, souriant malgré notre retard, flanqué de deux Parisiens tout chiffonnés de sommeil, qui n'avaient pas hésité à voyager une partie de la nuit pour se joindre à nous. Chez Richard, c'est à St. Jean de Tholomé, légèrement en contre-bas, juste après le cimetière; et là, je ne puis taire mon admiration devant cette forme de réalisme mêlé de sens pratique, qui entre-voit la pire issue d'un entraînement intensif de Jo.

Le pays est beau, et la journée s'annonçait radieuse, et tout avait été prévu pour que cette fin de semaine soit une parfaite réussite.

Après avoir pris nos quartiers dans la grange (transformée en deux dortoirs par le truchement de

**Après plus de 10 heures d'entraînement, les participants au complet.**





Nos hôtes : M. et Mme Helsner, nous ont même gratifié d'un défilé de mode, dans leur cuisine chaude et sympathique.

(en haut à gauche)  
Gastronomie en plein air pour terminer le stage

(en bas à gauche)  
Démonstration de la série "samidare"

Françoise devant ses 28 litres de soupe aux légumes.

toiles de jute) les plus frileux s'étant installés au rez-de-chaussée, nous avons commencé un entraînement qui fut profitable à chacun car il se déroula selon un programme simple et logique : chaque kata, après démonstration, fut travaillé en détail, durant un temps suffisant, jo et bokken, Pascal corrigeant chacun. Le programme des "étrangers", et néanmoins amis, deux Parisiens et deux Lyonnais, fut conçu de telle façon qu'ils puissent travailler seuls jusqu'au prochain stage, ces stages étant les uniques cours qu'ils reçoivent. Et c'est là une des grandes leçons que nous retiendrons de ces deux jours, et ce sont eux qui nous la donnent : leur joie, leur enthousiasme, leur discipline, leur curiosité, leur modestie aussi et leur reconnaissance, et le travail personnel, seuls des mois durant, nous imposent à nous, les nantis, quelques réflexions ; c'est ainsi, du moins que je l'ai ressenti.

L'entraînement, si intensif fut-il n'engendra pas la mélancolie, pas plus que le repas qui suivit, bien qu'il nous fut moralement interdit de consommer du vin afin de garder notre vaillance jusqu'au soir ; mais Pascal, argumentant certainement qu'il était préférable que lui seul n'ouvrit qu'une seule bouteille profita pour en déboucher plusieurs... il y eut aussi un original pour se préparer un cassoulet à l'aide d'une lampe à fondue en équilibre instable sur une barrière.

Après le travail "du tantôt" (ne sommes-nous pas en Haute-Savoie ?), chacun put se doucher, car Richard poussa la perfection de son accueil jusqu'à installer une douche tout exprès derrière sa maison. Je ne vous avais pas dit qu'il avait fauché de frais le pré où nous nous entraînions, et en avait même soulevé un bord et fait appel à une importante colonie de taupes afin de corser notre exercice.

Et le soir nous retrouvâmes autour de la table familiale, où nous attendait une soupe aux légumes, quasi biblique, (28 litres ! ) Pascal eut la magnanimité de nous permettre la consommation de vin et autres alcools, même hors de la salade de fruits ; et la soirée se prolongea fort tard, joyeuse et tonifiante.

Au matin, chacun sortit des "plumes" sans se presser, plus ou moins glorieux mais les premiers trouvèrent le petit déjeuner déjà prêt : quand je vous disais que ce n'était pas un stage tout à fait comme les autres, et je pense que tout le monde était bien avec tout le monde.

Et l'entraînement de ce dimanche matin, malgré la grisaille du ciel, qui épargna le crâne déjà flamboyant du maître de céans, connu le même allant que la veille ; chacun pu apprendre un nouveau kata, et une démonstration de la 5ème série, Samidare, conclut cette matinée, à moins que ce fut l'apéritif à un somptueux repas : "quelque chose" à la braise, et un riche buffet de crudités, au bout duquel nous ne sommes pas arrivés.

Les parisiens voulurent travailler encore, et chacun s'en fut à regret, car nous savions que cette fin de semaine serait à marquer d'une pierre blanche, grâce à la gentillesse et à la joie communicative de madame et de Richard, et à leur travail. Je pense qu'il s'est agit d'un stage d'amitié où nous avons beaucoup travaillé le Jo, et si dire "merci" est exprimer non seulement sa reconnaissance mais aussi son plaisir, alors, un tout grand merci à nos hôtes.

Marc Noguét

## 2 NOUVELLES CEINTURES NOIRES AU SDK

Il s'agit de Bény et Casenove, dont on avait fini par croire qu'ils mourraient ceints d'une ceinture marron, après leur 16 ans de judo. Cependant, après un travail d'arrache-pied, ils passèrent tous deux l'examen de shodan.

D'autre part, Hamid Elouaret a brillamment passé l'étape du troisième dan. La rédaction félicite ces 3 candidats.

## CHAMPIONNATS SUISSES PAR EQUIPE

Les championnats suisses par équipe catégorie "Elite" qui se sont déroulés à Granges le samedi 6/9/80 ont opposé le SDK aux équipes de Sakura-Schonwald et Judo Club Granges.

Pour sa rentrée, notre équipe était (comme d'habitude) incomplète. Il manque toujours un – de 60 kg et un + de 95 kg.) François WAHL en – de 78 kg était absent pour cette rencontre, il était encore convalescent à la suite d'une opération des ligaments du genou. Il faut noter que sans l'absence de ce judoka de marque, le SDK aurait certainement battu Sakura-Schonwald puisque, avec une équipe réduite à 4 personnes Hamid, Pierre, Christian et Louis Boiron ils ont réussi à faire match-nul 7-7, mais à perdre au point valeur 20-30.

Au 2ème tour contre le Judo Club Granges, les combattants n'étaient plus que trois, le malheureux Louis s'étant blessé à l'épaule contre son adversaire de l'équipe précédente. Malgré toute leur bonne volonté et leurs talents nos "Wahl-heureux" héros ne pouvaient régater avec une équipe aussi forte et COMPLETE que Granges.

Depuis quelques temps déjà, notre équipe souffre d'un mal que beaucoup de clubs connaissent un jour, le manque de relève. Il faut espérer que ce mauvais passage ne soit que provisoire. Chaton

Les meilleurs miettes de l'équipe 1 du SDK se rient de leur solitude comique, 1 arbitre pour chaque combattant.

Attaque de Pierre Ochsner.



## COMPETITION A LAUSANNE LE SAMEDI 13/9/80

Pour ce match retour des championnats suisses par équipe, le SDK malgré trois forfaits (– de 60 kg, – de 86 kg et + de 95 kg) a présenté, lors de cette compétition qui l'opposait aux équipes de Zurich et Lausanne, sa meilleure équipe de la saison.

"La meilleure", non pas par le nombre, mais par la grande forme des combattants ce jour-là. Malgré un handicap réduisant ainsi l'effectif à 4 personnes, le SDK s'est offert le luxe de mettre en difficulté les équipes adverses de Lausanne et Zurich.

Au 1er tour contre Zurich, Hamid gagne par yuko contre Treichler, Pierre perd contre Muller par koka, en - de 78 kg on remarque l'excellent retour à la compétition de François Wahl qui gagne contre Bogo et Christian fait un match nul contre Sigrist.

Au 2ème tour contre la légendaire formation lausannoise, nos judokas n'ont pas fait piètre figure, puisque Hamid a battu son adversaire par ippon, Pierre a fait match nul contre le sien, François a perdu contre Favroz et Christian a "empaqueté" Montavon au sol.

Les résultats sont de 9-5 contre les deux équipes, résultats convaincants, mais qui ne laissent néanmoins plus de doutes quant à notre relégation en ligue inférieure.

Chaton

---

## FEMININE JUDO

L'équipe de Lucerne fêtant l'anniversaire de Laurence.



### a) Tournoi de Lucerne

Les 6 féminines engagées dans ce tournoi lointain se défendirent très bien. Une parvint avec de beaux Ippons jusqu'à la finale où elle perdit honorablement. Isabelle eut une médaille de bronze et Maggie en fut très proche.

Avec un yuko et quelques kokas dès le début du combat, elle aurait pu mieux faire avec un peu plus de métier.

Maggie s'est aussi bien défendue contre Thérèse Nguyen plusieurs fois médaillée aux Championnats d'Europe.

### b) Championnats suisses individuels

Trois engagées seulement à Bienne. Notre espoir de médaille Isabelle s'étant fait mal au genou, Joselle et Liliane Rucella défendirent nos couleurs. Liliane gagna... de l'expérience et Joselle se fit éliminer à la suite de décisions étranges de l'arbitre.

### c) Tournoi des Campagnes d'Avully

Quatre engagées et trois médailles, c'est une bonne moyenne. Véronique y apprit qu'elle pourrait gagner avec un peu plus d'entraînement.

---

## La 2e équipe du SDK se ballade à Versoix

En excursion du côté de Versoix, la 2e équipe du SDK en a profité pour récolter 4 points bienvenus. Opposée au JC Monthey et au JC Versoix, elle a en effet battu l'un de justesse (SDK-Monthey 5 à 5, points valeur 20 à 12) et l'autre sans appel (SDK-Versoix 10 à 0).

L'équipe était composée de Gagliardi (remplacé ensuite par Fischer), Baudin, Scheibenstock, Krieger et Brown.

La confrontation directe entre nos adversaires a vu la victoire de Monthey sur Versoix (8 à 2).

J.D. Scheibenstock

## Elle s'essouffle à Bernex

Le jeudi 2 octobre, la deuxième équipe du SDK est allée à Bernex pour affronter l'équipe locale et celle de Fribourg. Le SDK était représenté par : Gagliardi, Rothenbühler, Derivaz, M. Ochsner et Krieger.

Contre Fribourg, notre équipe a perdu par 6 à 4. Sans une défaite surprenante de Krieger, immobilisé au sol en hon-kesa-gatame (!) la victoire était à notre portée. Signalons les victoires de Gagliardi et de Ochsner.

Atteint au moral, nos combattants devaient ensuite affronter l'équipe épouvantail, le Samourai Bernex. Malgré une remarquable résistance de Gagliardi contre Champod (champion suisse), une victoire de Ochsner (adversaire blessé), le SDK s'est incliné nettement par 8 à 2. Ce ne fut décidément pas le soir de Krieger qui s'est fait tourner sur un harai-goshi dont l'auteur, Jaggi, est ceinture jaune et pèse plus de 100 kilos.

Relevons l'entrée dans l'équipe de Rothenbühler, qui livra de bons combats dans une catégorie supérieure à son poids, et les prestations diverses de Derivaz (tout de même un peu "léger" en moins de 78 kgs !!!).  
M. Ochsner

## Elle succombe à Lausanne

Le 16 octobre, la deuxième équipe doit se rendre à Lausanne pour y rencontrer Romont. Notre équipe, au départ complète, arriva avec la moitié de ses effectifs (Gagliardi, Coduto, Ochsner). Une fausse adresse est à l'origine de l'égarément de l'autre moitié de l'équipe (Baudin, Rothenbuler et Jimeno), qui arriva trop tard pour combattre. Résultat : 8 à 2 pour Romont. Après un mini-gueuleton, on rentre à Genève. Aux dernières nouvelles, Baudin n'est toujours pas arrivé.

M. Ochsner

KARATĒ

空手

## Coupe de Zürich SK UEK du 28/9/80 :

A mon grand regret, aucun membre du S.D.K. n'a voulu effectuer ce déplacement. Ce qui n'a pas empêché deux élèves de Me Nakajima (salle Chidokan Necker) de réussir un bon résultat. Il s'agit de Christian Barthélémy (1er kumité +75 kg) et Eric Deviscourt (4ème kata jusqu'à 2ème kyu).

J'espère qu'il y aura eu une participation plus importante à la Coupe de Chidokan à Lausanne le 11/10 et à la Coupe de Genève SK UEK du 26/10.



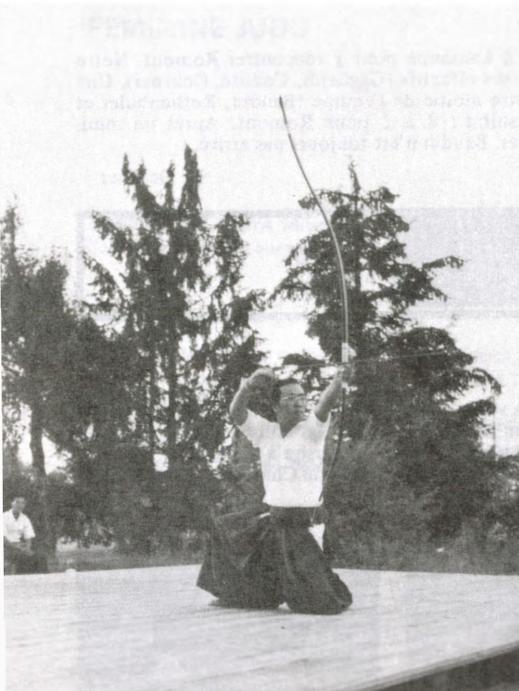
## Technique Karaté : MAE-GERI (coup de pied vers l'avant) :

Observer attentivement les 3 photos de cette technique.

La position est la même avant et après le coup de pied : le genou levé, le talon sous la fesse, un bon équilibre d'ensemble.

On frappe avec la balle du pied (koshi), en relevant très fortement les orteils et sans incliner le buste. Remarquez l'ouverture du pied d'appui au moment du coup de pied, pour obtenir une meilleure stabilité (environ 45 degrés).  
Robert Rapin

## Une fin d'été débordante d'activité ...



“Daï san” impeccable par Mr KEN KUROSU (il tire dans le style HEKI – un ryu fondé en 1441).

Iaï en lever de rideau : avec le jo et le kyudo, on a démontré que de la sorte le SDK cultivait le Budo classique.



soit dit sans exagération, qu'on en juge : du 20 au 24 août, trois archers japonais nous tombent du ciel : MM. KUROSU, HOSHINO et KAGA. Elèves de INAGAKI SENSEI, ils sont les premiers diplômés en Kyudo de l'Université de TSUKUBA. Ils vont rejoindre leur Sensei en Allemagne (stage à Hambourg) – mais font un crochet par le SKD : trois jours d'entraînement commun – et le samedi 23 août, Taïkai. On improvise une petite démonstration à l'intention des participants au stage d'aïkido qui se déroule au club dans le même temps sous la direction de Mr H. VON ROLBETSKI, et qui nous font l'amitié de nous visiter ;

les japonais à peine partis, nos archers prennent pelle, pioche, scies, rabots, faux et râteaux pour terminer leur dojo...

mardi 23 septembre, K. YASUE et le sous-signé ont à peine dédouané du matériel pour la section qu'ils vont accueillir un couple d'archers en voyage de noces : Mr et Mme IKAI, qui nous viennent d'OSAKA. Lui est 2e dan – et fabricant de flèches – elle... 5e dan RENSHI – titre très rare. KUNIO leur fait découvrir la “Grande Gruyère” – et nous apprenons à cette occasion que cela se traduit “Kéro-zen” en japonais... Le lendemain soir, entraînement sous leur direction : on fait le plein de conseils, et chacun entend l'appréciation du degré auquel il est parvenu.

Nos hôtes se déclarent très favorablement impressionnés par le niveau de notre kyudo, pourtant si loin des sources... En partant, ils nous disent encore leur vif regret de ne pouvoir assister à notre fête de samedi :

le 27 septembre en effet, on fête le “bouquet” de notre dojo en plein air. Soleil, Iaï, Jo – et Kyudo bien sûr ! pour se mettre en train : comme il s'agit d'un bouquet, on sert le “kir” dans... des arrosoirs ! Arrosage réussi, une occasion de revoir de vieux copains, et surtout de remercier tous ceux qui nous ont aidés.

### ACTIVITE D'AUTOMNE

18-19 octobre, stage sous la direction de Me NORMAND, 5e dan.

15-16 novembre : “Portes ouvertes au Kyudo”. Démonstrations et leçons d'initiations gratuites.

- samedi 15, à 15.30
- dimanche 16, à 09.30

au dojo du JUDO KWAI LANCY (école primaire rue des Bossons, Petit-Lancy).

## Pour la petite histoire :

La liaison Suisse-Japon par INTELPOST (transmission en fac-similé d'un document) a été inaugurée le 12 septembre du fait de notre section. En effet, notre dévoué "secrétaire-correspondant" K. YASUE, a recouru ce jour-là à cette toute nouvelle ligne de télécopieur pour demander des nouvelles de notre matériel : il a reçu, lui, une gentille lettre des PIT l'informant de cette "première" – et deux bouteilles pour fêter ça ! Nous, on a eu notre colis à temps. Merci facteur !

Baba-san

Pascal et Marc en compagnie de ceux de nos archers qui ont construit ce dojo (il manque juste Aliocha, retenu). Pompon a repéré un clou qui dépasse, et José s'est planté une écharde. Quant à Robert, il se demande pourquoi le carbolinéum ne doit pas être mêlé au vernis...



On a revu de vieux copains - et trinqué plutôt trois fois qu'une (au centre, F. FISCHER, ancien président du SDK



Devant nos invités, kata de J.-P. Sacchi dans le style OGASAWARA.

## DÉCONTACTONS-NOUS

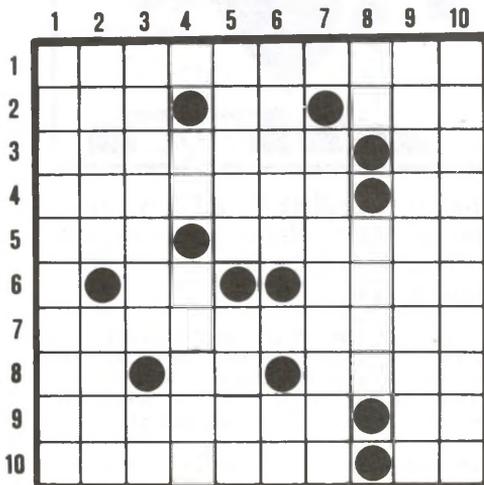


### HORIZONTALEMENT

1.- Discipline de bois. 2.- Demi bateau.- appris.- part. passé. 3.- Empêchent.- Plus petit que le Rhône. 4.- Talon italien.- Les extrémités du pouvoir. 5.- Terre grecque.- Délivrat une récompense (renversé). 6.- Allée centrale sans chœur.- Purifiée de l'est. 7.- Forme du futur de l'indicatif d'un verbe patient. 8.- Ouverture d'un prélude.- Consonne double.- Les éléphants y portent les oreilles courtes. 9.- Exprimerent leur mécontentement.- Coeur d'une fille de joie. 10.- Aplati.- Avant-garde d'une armée.

### VERTICALEMENT

1.- Elle pourrait être très utile pour "Contact". 2.- Grande artère.- Le plus vieux marche souvent le mieux. 3.- Freineront le développement.- Article arabe. 4.- Ordre de marche.-



Donna une légère secousse pour accrocher. 5.— Ont du 7 vertical à revendre.— Nerf en pelote. 6.— Elle n'est pas aimée de tous les Chiliens.— Consonnes. 7.— Courage imprudent. 8.— Expression provençale.— "Irons sans cesse en Suisse Allemande" (tiré par les cheveux). 9.— C'est ce que fera Hamid quand il se ramènera avec des cheveux lisses. 10.— Chaque homme formant le 6 vertical en est un.

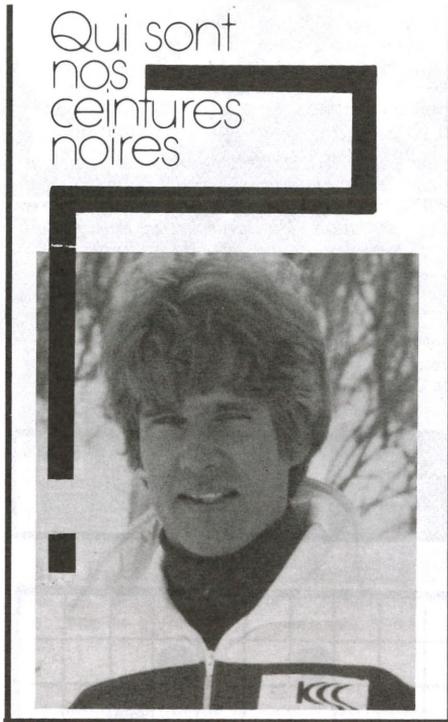
## RESULTATS PRECEDENTS

Horizontalement : 1. Kusarigama. 2. asa — abu-  
ses. 3. tisonniers. 4. otake — spci. 5. ree —

setad. 6. isthme — inu. 7. sien — qtm. 8. beuv —  
truie. 9. ecrema — eln. 10. cuirait — et.

Verticalement : 1. katori — bec. 2. usites — ecu.  
3. sasaetsuri. 4. ok — hiver. 5. rane — me — ma.  
6. irn — sentai. 7. guise. 8. aseptique. 9. mercan-  
tile. 10. assidument.

*Ont été perspicaces : J. Monney, J.-M. Moeri (petite erreur), M. Noguez, E. Sacchi, R. Derivaz, et Anita Diaz qui bénéficie de 50.— sur un achat au SDK. (Marie-Laure et Jeanine, vos mots croisés étaient parfaits, mais ils avaient du retard, le tirage au sort était déjà effectué, je le regrette pour vous).*



**Charles OCHSNER, 29 ans, 2ème dan de judo, 2ème kyu de jodo, pratiquant de laïdo, ancien président, avocat.**

— "C'est avec des copains de quartier que j'ai commencé le judo à l'âge de 10 ans. Ca n'a pas été l'enthousiasme dès le début. Les moniteurs avaient plutôt un air sévère. Seul M. Schneuwly, déjà lu, savait diriger un jeu éducatif plutôt qu'enseigner une discipline martiale. C'est bien à cause de lui que j'ai croché, et bien m'en a pris."

**Contact : Tu as un passé de compétiteur chargé, n'est-ce pas ?**

— "Oui, mais c'est vraiment du passé ! J'ai obtenu mon premier titre de champion suisse à l'âge de 15 ans. J'ai réitéré à 16 ans, année où je suis devenu le plus jeune premier dan de Suisse de l'époque. Il faut dire que je tenais une forme physique exceptionnelle : comme j'habitais les Charmilles et que j'allais au collège Calvin, je me tapais deux fois par jour la rue Voltaire sur un vieux vélo toujours bloqué en 3ème ! 1969 a été une année faste puisque j'ai gagné les Championnats internationaux d'Allemagne et le Championnat d'Europe dans ma catégorie... c'est également l'année où j'ai rencontré Francine. J'ai aussi plusieurs fois été champion genevois."

**Contact : Qu'est ce que tu a retiré de cette pratique de la compétition ?**

— "Enormément ! Le sens du mouvement d'abord, qui part comme un réflexe ; l'apprentissage de la faite ; la persévérance ; le fait d'être, seul, responsable, devant un adversaire ; plus généralement une manière d'aborder n'importe quelle situation."

**Contact : Quelle différence vois-tu entre le judo, devenu un sport, et le jodo et le laïdo, où la compétition n'existe pas ?**

— "Bien sûr, la manière d'apprendre est différente. En judo, une part est laissée à l'imagination, à l'improvisation. Mais, au début, il y a l'apprentissage précis, technique, d'un certain nombre de mouvements. En jo et en iai, c'est fondamentalement la même chose : les adversaires réels ou fictifs s'affrontent en respectant les techniques transmises depuis des siècles, mais sans rien y changer. Ils essaient d'assimiler l'harmonie de ces mouvements en évitant surtout de les "améliorer" par une fantaisie personnelle."

**Contact : As-tu fait beaucoup de jo et de iai au Japon ?**

— "J'en ai fait pas mal lors de mon année passée à Tokyo. En iaido, j'ai, comme Pascal et Pierre, suivi l'enseignement de Me Kuroda. J'ai pratiqué le jodo au Rembukan. J'ai passé les examens de shodan de la KendoRenmei dans les deux disciplines."

**Contact : Parle-nous un peu de l'entraînement là-bas.**

—“En fréquentant maîtres et élèves, j'ai pu sentir cette différence de mentalité que tout le monde devine plus ou moins entre les Japonais et les occidentaux. Dans les toutes grandes lignes, je dirais que l'approche de l'étude des voies martiales est différente. Nous sommes individualistes, effrayés à l'idée de faire et d'être pareils aux autres. Nous raisonnons sur des bases individualistes. Là-bas, c'est le contraire. On est d'abord membre d'une collectivité, que ce soit sa famille, une école ou une tradition, avant d'être un individu. Plus on ressemble aux autres, mieux cela vaut, c'est la preuve que l'on est proche du modèle idéal. C'est pour cette raison que les voies martiales sont venues jusqu'à nous, grâce à une transmission fidèle à travers les générations. C'est aussi pour cela qu'en Europe, le judo, qui laisse une part d'imagination à l'individu, a eu plus de succès que les autres voies martiales.”

**Contact : Et pour revenir au judo justement ?**

—“A cause de mon épaulement luxant trop fréquemment, je n'ai pas pu le pratiquer comme je l'aurais voulu. Mais en fréquentant les dojo des Universités de Waseda et de Tokai, et en allant aussi Kodokan, j'ai pu me rendre compte du sérieux des entraînements. Il faut dire qu'il y a

toujours tellement de monde sur le tatami, qu'il y a toujours une tête inconnue qu'il est stimulant d'aller inviter. D'autre part le respect au supérieur hiérarchique coupe toute envie de tirer au flanc.”

**Contact : Quels sont ton meilleur et ton pire souvenir de ta carrière de judoka ?**

—“En voilà une colle ! J'en ai tellement que c'est difficile à dire. Le meilleur, c'est peut-être en 1976, année de l'inauguration du nouveau dojo du SDK. On avait cumulé une semaine bien chargée de démonstrations avec l'organisation des Championnats genevois : Le SDK s'était payé le luxe de raffler toutes les médailles d'or en seniors. Le pire, c'est plus une angoisse que je revis à chaque fois que j'y pense : c'était lors de la finale des Championnats d'Europe, lorsque mon adversaire commença à m'étrangler. Je devais déjà avoir joliment bronzé, mais je me disais “ce serait vraiment trop... d'abandonner maintenant”, j'avais l'avantage. Comme on restait les deux immobiles, l'arbitre finit par dire “matte” et sauva ma situation.”

*Charles Ochsner a peut-être oublié de mentionner sa passion pour le ski, sport dans lequel il excelle. Il est moniteur et enseigne plusieurs saisons au Japon. La lecture et la musique en général meublent ce qui reste de ses loisirs.*

(N.D.L.R.)

Toujours dans notre série “Le Judo des Anciens”, voici Obi Otoshi et Kata-Ashi-Dori. Obi Otoshi est toujours parfaitement légal et Kata-Ashi-Dori peut encore se pratiquer s'il est effectué sur un pas de Tori :

**OBI-OTOSHI**

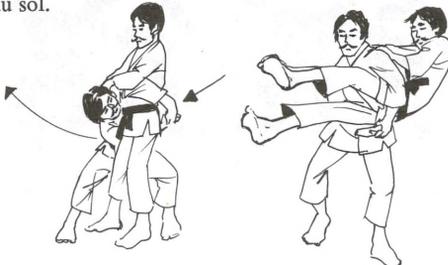
**(Projection par-dessus la ceinture)**

TORI vient poser son pied gauche derrière le pied gauche d'UKE, sa cuisse gauche bloquant le dos des cuisses d'UKE, et son pied droit restant en avant du pied droit de celui-ci.

TORI, les jambes fléchies, penche complètement son buste du côté droit et passe simultanément le bras droit derrière les reins d'UKE et le bras gauche devant son ventre. Ses mains se rejoignent en arrière de la hanche gauche d'UKE.

TORI se redresse alors en basculant UKE sous son bras gauche et sur sa hanche gauche.

Ici encore, le point est compté à partir du moment où UKE se trouve nettement décollé du sol.



PAR FRANÇOIS WAHL

**KATA-ASHI-DORI**  
**(Prise d'une jambe)**



TORI met son pied droit en avant et à l'extérieur du pied droit d'UKE et avance son pied gauche jusqu'à hauteur du pied gauche d'UKE.

A ce moment, TORI place sa main droite sous le genou droit d'UKE qu'il soulève en le tirant en avant, tandis que de sa main gauche il pousse en arrière l'épaule droite d'UKE.

Les mouvements de ses bras se complètent de façon à projeter UKE en arrière.

KAN, TATE,  
YAKATA

Nous terminons avec ce caractère, non seulement le nom de la discipline Yoseikan, mais aussi la série de toutes les disciplines du SDK.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

Ce caractère qui est très utilisé, puisque nous le retrouvons dans Shung-Do-Kwan (Kwan = Kan, puisque kwan est la prononciation coréenne de Kan – n'oublions pas que c'est un Coréen qui a appelé notre club ainsi lors de sa fondation), ce caractère, donc, est formé de 16 coups de pinceau.

Il est clairement formé de deux idéogrammes : celui qui est à gauche signifie : manger, nourriture ; tandis que celui qui se trouve à droite signifie : homme d'état, personnage officiel.

Dans l'ancienne Chine, il y avait environ tous les 10 ou 15 kilomètres une habitation dans laquelle le gouvernement gardait certaines quantités de nourriture aussi bien pour les besoins de la population que pour subvenir à la préparation des repas des personnages officiels de passage. Le symbole est donc assez simple et la juxtaposition de nourriture, et personnage officiel, dénommait alors ce genre d'auberge-grenier.

Actuellement, le mot KAN est utilisé pour tous les genres d'habitations, publiques ou privées, importantes ou de petite taille.

Un autre caractère est quelquefois utilisé (et nous l'avons plusieurs fois sur des calligraphies

du SDK) :



Il est légèrement différent dans la partie de gauche. Cette partie de gauche ne signifie plus : nourriture, ici, mais langue, et cette nuance est utilisée par des puristes pour différencier une habitation publique ou privée où l'on mange dort discute ou étudie, d'un lieu qui n'est consacré qu'à la discussion ou à l'enseignement. C'est une nuance qui n'est plus guère utilisée de nos jours, mais qui est toujours bonne à connaître.

La prononciation ON (chinoise) de ce caractère de 16 traits est KAN et c'est celle qui est le plus utilisée. On retrouve KAN dans des mots familiers comme Kôdôkan, Budôkan, Shung do (kwan) Kan, Yôshinkan, Rembukan et des mots d'usage courant comme Kanchô : directeur d'un établissement, Toshokan : bibliothèque,

La prononciation KUN (japonaise) n'est que peu utilisée, elle peut être yakata, taté, et on la retrouve plutôt dans des noms propres ou géographiques : Monsieur Shimo-taté, le port de Hako-taté (dans ces deux mots, taté est à prononcer daté).

Nous consacrerons notre prochain numéro à SU de Shung do Kwan. P. Krieger

## CONTACTS



## NOUVELLES DE FORMOSE

*Note du rédacteur : Dans le numéro précédent, j'ai cru judicieux de vous donner l'adresse de Luc Defago, un aikidoka parti en Chine avec sa femme (chinoise) pour étudier le Tai-Chi et l'acupuncture. Le mois dernier, sa nouvelle adresse m'est parvenue. Oubliez donc l'autre adresse, et relevez l'adresse suivante : M. Luc Defago, Tiennu 2nd Road, Street 47, No 2-3, 3rd Floor, Taipei – Taiwan R. o. C. Il serait très heureux d'avoir des nouvelles de ses amis du SDK. Ce qui suit est un condensé de sa dernière longue lettre.*

Me Wang, mon prof. de Tai-Chi, est parti pour les États-Unis. Après quelques mois de recherches, j'ai enfin trouvé un nouveau maître. Un autre Wang. Tous les matins je vais pratiquer de 6h. à 7h. derrière un temple taoïste, sur une colline. La première demi-heure consiste en exercices de relaxation et de respiration (concentration du "ki"), tandis que la 2e demi-heure est consacrée à la forme, divisée en trois parties : terre, homme, ciel. Le soir, trois fois par semaine, je vais chez Me Wang pour pratiquer le "Tui-Shou" (mains poussantes). C'est la mise en pratique à deux de la forme, un peu comme le suwari kokyû-ho des aikidoka, mais debout. Cela fait également penser au sumo car

il s'agit de pousser l'adversaire hors du cercle en utilisant seulement les mains. Tous les mouvements de la forme, les coups de poing surtout, peuvent être transformés en poussées vigoureuses. Les murs du dojo sont tapissés de tatami et on s'y eclaffe copieusement à chaque entraînement. Les pieds décollent littéralement du sol. Pour ne pas être poussé hors du cercle, il s'agit d'amortir toute attaque par une rotation des hanches, mais de manière exactement proportionnée à la force de la poussée, c'est alors qu'intervient la contre-attaque. Cela développe beaucoup le "yi" (jugement, évaluation de la situation). La relaxation est un élément extrêmement important. Là où il y a une résistance, il y a également une occasion pour pousser l'adversaire. Malgré ce relâchement, il faut de la ténacité. Mais pas de la rigidité. Autres qualités requises : souplesse, rapidité, une sensibilité extrême de telle manière "qu'une mouche ne puisse pas se poser sur le corps sans mettre ce dernier en mouvement.", et si léger "que même l'addition d'une plume serait ressentie." Le Tai-Chi Chuan développe donc une capacité d'adhérer littéralement à tout mouvement de l'adversaire, l'absorbant et le retournant contre lui. La force tenace alliée au développement du "ki" par la respiration embryonnaire permet un enracinement dans le sol. Par ex. Cheng Man Ching,

autre célébrité de Taiwan, décédé il y a quelques années, résistait sans broncher d'un centimètre à la poussée de 5 robustes gaillards.

Certains disciples de ce maître ont développé la capacité d'encaisser n'importe quel coup (sauf à la tête et aux parties génitales) en cultivant le "ki". C'est donc avec le "yi" (évaluation de la situation) qu'on dirige le "ki". Le Yi permet d'être à la bonne place au bon moment, et Me Wang l'est toujours. Lorsque son adversaire veut frapper, il en est toujours empêché. Wang le fait littéralement danser, balancer, et ce dernier ne parvient pas à retrouver son équilibre. Puis Wang le laisse pousser, sans succès. Tout est amorti confortablement. Puis pour terminer, le maître l'envoie sans effort voler contre la paroi à plusieurs mètres.

Dans la deuxième partie de la soixantaine, bien bâti, Me Wang a une bonne tête. Il est souriant et détendu, toujours heureux comme

un pape. Les Américains lui ont offert une fortune pour le déplacer, mais heureusement l'argent n'achète pas tout. Toute sa vie est dévouée aux arts martiaux, et il y prend son "pied", quand ce n'est pas celui de l'adversaire.

Grâce à Me Wang, j'ai réussi à dénicher un bon prof. d'acupuncture. Il est l'image même d'un vieux sage taoïste. Passé la septantaine, une longue barbe blanche qu'il carresse de temps à autres, longue robe chinoise bleu foncé, s'éventant par intermittance, l'oeil malicieux et plein d'humour. Je suis donc totalement passionné par ces deux disciplines et compte rester dans l'île de Formose pour une autre année. J'ai l'intention ensuite d'aller au Japon pour l'iai et l'aikido. Je vous tiendrai régulièrement au courant.

Je souhaite beaucoup de succès au SDK et une bonne santé à tous ses membres.

Luc Defago



## Enfin, toute la vérité sur le budo!

Après de longues années de pratique assidue du budo, avoir rencontré les plus grands maîtres, m'être retiré dans plusieurs temples d'Extrême-Orient, je n'ai pu que pressentir ce qu'étaient réellement les arts martiaux.

Et voilà qu'un matin, vagabondant par les rues de Lausanne, j'ai enfin connu l'illumination (satori).

Mon moi a été transformé et tout en moi s'est identifié. Mon oeil est devenu mon oreille, mon oreille mon nez, mon nez ma bouche. Mon esprit s'est intégré et mon corps s'est dissous. Mes os et ma chair ont disparu. Je ne saurais dire ce qui supporte mon corps, ni sur quoi marchent mes pieds. Je m'envole à l'est et à l'ouest comme une feuille morte arrachée d'un arbre. Je suis même incapable de savoir si le vent me porte ou si je porte le vent.

La sagesse étant intransmissible avec des mots, regardez simplement cette photographie : tous les secrets du budo y sont diffusés. Laissez la vous imprégner et peut-être que comme moi, après le grand choc du tout révélé, vous coulerez dans le tao.

Un pratiquant

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'Île ☎ 28 42 65

**disques, musicassettes,  
partitions musicales.**

レコード カセット・テープ  
楽符



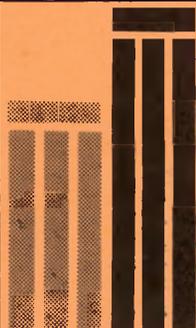
J.A. 1211 Genève 13

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



**BALLY**  
Le pas vers la mode

**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