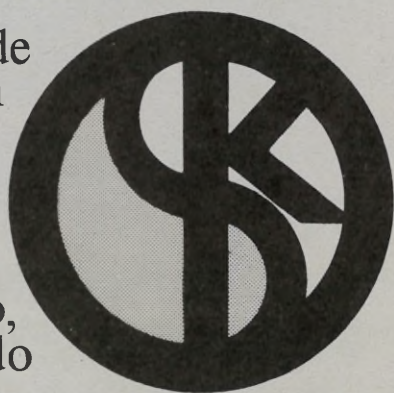


contact

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

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



FEVRIER 1984

No 1 - Paraît 6 fois l'an

MIZANS

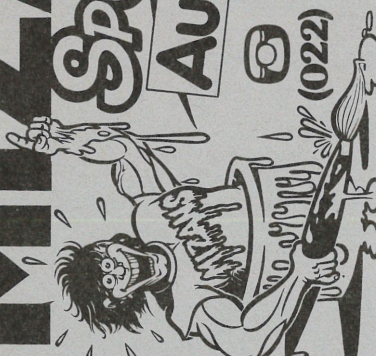
SPORTSWEAR®

Autocollants

32.03.96

FOURNISSEUR DU CLUB

(022)



**raymond
grandvaux**

constructions
métalliques

serrurerie
service
de
clés



29 bis,
rue de Lausanne
1201 Genève

Tél. 31 09 45

STORES

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

**atches
panchaud**

Ed. Wunenburger Maison fondée en 1861

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

Masmejan

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**

Le mot du président

Discours sur l'Etat de l'Union (des sections du SDK)

Il ne sera certainement pas original de vous dire que tout va bien en ce début d'année et en cette fin de législature. Vous aurez d'ailleurs l'occasion d'entendre répéter cette phrase lors de la prochaine assemblée générale le 15 mars.

Le nombre des membres de notre club demeure constant et notre situation financière est saine.

Les résultats aussi bien techniques que dans les compétitions ont été très positifs.

A noter particulièrement le renouveau de la section de karaté qui commence à se faire connaître sur le plan national.

Malgré la grandeur de notre club, je crois pouvoir dire que l'esprit d'entraide y règne, ce qui est un des buts de l'exercice du budo.

La concrétisation de cet esprit s'est manifesté notamment lors des championnats genevois de judo où près de 60 personnes de quasiment toutes les sections ont mis la main à la pâte pour une réussite remarquable.

Il conviendra à l'avenir de poursuivre dans cette voie en ayant à l'esprit que la Roche Tarpéienne est proche du Capitole et que le succès d'un club ne peut être le résultat que du travail de tous ses membres, du débutant au professionnel en passant par les responsables administratifs.

Pour ma part, je prendrai à l'assemblée prochaine (définitivement cette fois) un congé de comité, mais avec la conscience tranquille de laisser à la tête du club un comité efficace et dévoué, et si l'assemblée le veut bien, le président dynamique, qu'il mérite.

Je remercie pour terminer toutes les personnes qui ont mis du leur pour le succès d'un club qui nous est cher.

P. Ochsner



N'oubliez pas l'Assemblée Générale du SDK, le 15 mars 1984, au dojo, à 20 h. 30. Vous pouvez en lire l'ordre du jour dans le contact de décembre 1983.



Bref résumé

Dans le dernier numéro, nous avons vu, quoique brièvement, à quelles extrémités le Maître de Cérémonies Kira a poussé le Seigneur Asano. Ce dernier, fier et pur, n'a pas pu supporter les propos insidieux de Kira. Son tempérament chaud lui a joué un mauvais tour en le forçant à dégaîner dans l'enceinte du palais. Nous voyons quel châtement lui échoit et avec quel brio il s'en acquitte...

Asano se détendit avec un frisson en regardant la forme immobile de Kira, étendue devant lui, puis regarda les hommes qui lui avaient enlevé ses deux sabres. Il était encore immobile, le regard curieusement voilé, lorsque la porte glissa à nouveau. Le Shogun Tsunayoshi lui-même fit son entrée suivi d'un groupe d'adolescents parés pour la danse. L'aspect de Tsunayoshi en costume de danse était plus efféminé que jamais et, si peu préparé qu'il était à cette vision, c'est avec un hoquet de stupeur qu'il s'arrêta, foudroyé et commença à reculer en titubant, comme s'il allait s'effondrer...

Une rage soudaine le submergea et son visage devint cramoisi tandis qu'à grandes enjambées, il vint se camper devant la forme immobile de Kira. Avec une grimace de dégoût, il ordonna à deux serviteurs de débarrasser les tatami de ce Maître de Cérémonies qui n'avait plus du tout l'air impeccable. Puis virevoltant, il s'adressa aux Daimyo présents : "Que s'est-il passé ici ?" Pendant un instant, personne ne répondit, puis le Seigneur Daté se redressa et fit un rapport bref et formel "Le Seigneur Asano s'est senti offensé par quelque chose que Kira lui avait dit. Nous l'avons vu dégaîner et couper Kira. C'était comme si quelque chose plus puissant que lui l'avait forcé à agir..."

"Il a dégaîné et frappé Kira ?" interrompit le Shogun. "Est-ce que quelqu'un sait ce que Kira lui a dit pour provoquer une telle réaction ?" Personne ne répondit. "Bien, gardez-le ici" puis se tournant vers Asano, Tsunayoshi lui demanda : "N'avez-vous donc aucun respect de

la propriété de la Cour ?" "Je regrette" dit Asano en se prosternant jusqu'au sol. "Je n'ai aucune excuse".

Le Shogun se retourna vers les autres : "Le crime est suffisamment clair. Ainsi que le verdict. Je vous ordonne de le garder à vue pendant que je réuni le Conseil. Pendant ce temps, les cérémonies seront retardées."

Il fit une nouvelle grimace de dégoût à la vue des traces de sang sur les tatami, puis se retira sans se retourner.

Le Seigneur Asano, laissé seul avec ses gardes, continuait de rester en seiza, le regard fixé sur le sol devant lui. Les autres le regardaient dans un silence terrifié. Son visage restait de marbre, mais à l'intérieur, son estomac se tordait d'appréhension. Il se sentait malade et réprima une envie de vomir. Sa seule pensée était de ne laisser transparaître aucun signe de faiblesse.

* * *

Une heure passa dans un silence profond, puis la porte laisse place au Daimyo Tamura avec une escouade de samourais. Tamura se tint devant Asano et se sentit gêné. Arrêter des voleurs et des criminels de basse extraction était une chose, mais venir mettre la main au collet d'un homme de sa position en était une autre. Il s'approcha enfin et lui mit la main sur l'épaule, comme à regret. "Par ordre du Shogun" dit-il calmement et Asano se leva de suite pour le suivre.

Un palanquin attendait devant la porte entouré d'une douzaine de samourais. Alors qu'il allait s'y installer, Asano fut stoppé par un mot de Tamura qui, d'un geste embarrassé, lui tendit un survêtement de serviteur en lui demandant de le revêtir par dessus des habits de cérémonie. Asano fut surpris de cette effronterie jusqu'à ce qu'il réalisât que c'était pour son bien. Ainsi déguisé, il ne serait pas reconnu à travers la ville et éviterait une terrible humiliation.

Il enfila le survêtement et entra dans le palanquin qui fut aussitôt recouvert de filets pour empêcher toute tentative d'évasion qui aurait causé la disgrâce des gardes responsables de son transport jusqu'à la résidence personnelle de Tamura.

Alors qu'elle tournait le premier angle de l'enceinte extérieure, la procession passa à quelques mètres de Kataoka et de son palanquin. Ce dernier était à cent lieues de se douter de la présence de son maître dans ce palanquin entortillé de filets.

* * *

Ce ne fut que dans l'après-midi que Kataoka se mit à se faire du mauvais sang pour son maître. Les cérémonies devaient être terminées maintenant car nombre de Daimyo appelaient leur palanquin personnel pour quitter le Palais,

mais il ne voyait aucun signe du Seigneur Asano. Finalement, reconnaissant l'équipage du Seigneur Daté, il se pressa vers lui pour l'intercepter. Le Seigneur Daté, encore sous le choc des événements, ne comprit pas tout de suite le sens de la question polie de Kataoka. Puis réalisant que ce dernier était dans l'ignorance complète de ce qui s'était passé, il chercha un moyen diplomatique de le mettre au courant. "Votre maître se trouve dans la résidence du Seigneur Tamura. Je crois qu'il serait bon que vous vous y rendiez immédiatement !."

"Que s'est-il passé ?" demanda Kataoka, alarmé. "Il y a eu un accident" répondit le Seigneur Daté, "Votre Maître et Kira..." Il y eut un court silence pendant que Kataoka digérait la nouvelle. "Il n'y a donc aucun besoin de palanquin ?" bégaya-t-il, la gorge sèche. Le Seigneur Daté secoua la tête puis s'assura que Kataoka était capable d'entreprendre quelque action positive avant de s'éloigner. C'était la moindre des choses qu'il pouvait faire pour un autre Daimyo. Kataoka n'osa pas enfreindre la loi qui interdisait de courir dans l'enceinte du Palais du Shogun, mais s'arrangea pour atteindre son palanquin dans les plus brefs délais. Il ordonna aux serviteurs de ramener le palanquin à la résidence d'Asano et de transmettre à Hara que le Maître avait rendu visite au Seigneur Tamura et qu'il devait s'y rendre sans tarder. Bien que de la province d'Ako et dignes de



confiance, les serviteurs, vu leur rang, n'avaient pas besoin d'être mis dans la confiance.

A peine sorti de l'enceinte, Kataoka se sépara du groupe et prit ses jambes à son cou, malgré la foule nombreuse, dans la direction de la résidence du Seigneur Tamura.

"Comment une chose pareille a-t-elle pu arriver à mon maître bien-aimé ?" criait sans cesse dans sa tête une voix désespérée.

* * *

A la résidence du Seigneur Tamura, Asano fut traité avec déférence. On lui permit d'emprunter un habit plus simple pour remplacer ses habits de cérémonie qui juraient dans cet endroit et dans sa situation. Ceux qui étaient présents, incertains du sort qui l'attendait, évitaient de lui parler. Ils l'installèrent dans une petite chambre blanche et lui remirent du papier et un pinceau pour qu'il puisse écrire une note à sa femme. Alors qu'il commençait à écrire, il entendit l'arrivée d'un censeur d'Edo accompagné de deux assistants. Il apportait la sentence du Shogun concernant ce qui s'était passé entre lui-même et Kira. A la réaction stupéfiée du Seigneur Tamura, Asano comprit que la sentence devait être lourde : certainement la peine capitale. Le reste de leurs murmures ne lui apportèrent rien de plus : "Quelques conseillers se sont opposés... Tsunayoshi : intraitable... il fallait faire un exemple..."

Le Seigneur Tamura entra respectueusement dans sa chambre et se prosterna. "Notre Shogun dans sa bonté, a bien voulu permettre que votre exécution soit rapide. De plus, en regard à votre rang, il vous accorde le privilège de mourir avec honneur". Asano resta silencieux, le regard fixé sur le mur blanc, devant lui. Tamura termina son message : "Tous les biens à votre nom sont confisqués et mis sous la protection du shogunat jusqu'à prochain avis". Après un profond salut, le Seigneur Tamura se retira silencieusement.

* * *

Asano, après un autre moment de complète immobilité, se pencha en avant pour continuer sa missive. Mais avant qu'il put la terminer le Seigneur Tamura revint avec le censeur et ses deux assistants. Ils attendirent que le Seigneur

Asano en eut terminé, puis que l'encre séchât et que le sceau fut pressé sur le papier. Puis le censeur s'approcha d'Asano pour l'aider à se lever, mais ce dernier se libéra d'un mouvement brusque. Avec dignité et autorité, le Seigneur Asano se leva sans aide. Il avait déjà emboîté le pas au Seigneur Tamura lorsqu'une commotion à l'entrée de la résidence attira leur attention. Ils virent Kataoka, essoufflé, exigeant la permission de voir son maître. Tamura se tourna vers le censeur et celui-ci accepta d'un signe de tête. Kataoka hésita puis laissa libre cours au flot d'émotions qui lui nouait la gorge : "Comment pourriez-vous jamais me pardonner de ne pas avoir été au courant de ce qui s'est passé au Palais". Asano leva la main pour l'interrompre : "Je suis content de te voir Gengoemon, utilisant son prénom, ton visage est le premier visage amical qu'il m'est donné de voir depuis ce matin". Puis il lui tendit la lettre : "Donne ceci à ma femme". Puis après un instant d'émotion intense "Dis leur à tous... dis leur... Oishi saura ce qu'il faut faire..."

* * *

Dans le jardin, devant la compagnie entière des samourais du Seigneur Tamura, trois tatami furent disposés sur le sol, puis on les recouvrit d'une toile blanche. Comme c'était le début de la soirée, quatre lanternes de papier furent allumées à chaque coin de cette scène improvisée. Le Seigneur Asano fut conduit au centre de la toile blanche où l'attendait une petite banquette sur laquelle reposait un poignard muni d'une lame d'une vingtaine de centimètres. Il le prit dans sa main pour l'examiner et vit que c'était une pièce d'héritage de la famille Tamura. Il adressa un rapide sourire d'appréciation au Seigneur Tamura puis se mit à écouter sans expression la lecture de la sentence qu'allait énoncer le censeur du gouvernement. Il savait déjà ce qu'on attendait de lui et il était très sûr de lui. Il le ferait avec toute la dignité dont il était capable. Au moins, quand il s'agissait de choses telles que celle-là, personne n'oserait dire qu'il ne connaissait pas sa place et les manières.

Il prit le poignard dans ses deux mains, murmura une rapide prière, plaça la pointe à gauche de son abdomen, l'enfonça d'un seul coup et tira l'arme en travers de son ventre. Un des assistants du censeur fit un pas en avant et le décapita de son long sabre.

AIKIDO

合気道

Voici quelques stages importants de l'année 1984 :

- Mars :** 17 et 18 mars au SDK, dirigé par Gildo Mezzo. Avec EXAMENS EN FIN DE STAGE.
- Avril :** Pâques. 20 au 23 avril à Halwil, dirigé par Me Nocquet.

9 au 15 avril à Labaroche, dirigé par Christian Tissier et Paul Muller.

Mai :

19 et 20 mai au SDK, dirigé par Christian Tissier.

Juillet :

15 au 21 juillet au Brassus, dirigé par Me Tada, Me Fujimoto, Me Ikeda.

22 au 28 juillet à Zurich, dirigé par Me Asai, Me Hosokawa, Me Fujimoto, Me Ikeda.

Septembre : 22 et 23 septembre aux Diablerets, dirigé par Gildo Mezzo, avec examens en fin de stage.

Joëlle

IAIDO

居合道

Assemblée générale AHJ

Le vendredi 30 mars, en même temps que l'Assemblée générale AHJ. Elle sera présidée par Bernard Calloz. Tous les membres peuvent y participer.

Livres sur l'iai

Plusieurs exemplaires du livre de Tiki Shewan sont encore à disposition pour le prix de 150.- francs français. Nous en avons déjà fait la revue. Pour ceux qui ne l'auraient pas lue, c'est un livre complet avec beaucoup de notions concernant l'art du sabre en général. Nomenclature et terminologie vous aideront certainement à mieux comprendre ce qui se fait durant les cours.

JODO

杖道

Plus de bokken le lundi

Depuis quelques semaines, vous avez pu constater que l'on finit les entraînements du lundi par 15 à 20 minutes de travail au bokken. C'était une mesure nécessaire qui abonde dans le sens des convictions de Me Draeger. Pour lui, le jo ne pouvait être fort que s'il était confronté à un bokken efficace. Et c'est tout à fait logique. Si les coupes de bokken ne sont pas convaincantes, il est bien évident que le jo n'est pas stimulé à attaquer avec détermination. Nous continuerons donc à perfectionner le bokken parallèlement au jodo. Ce dernier a tout à y gagner.

Stage Chudan et Kage

Les dates ne sont pas encore décidées, mais je projette un stage vers le début du mois d'avril pour tous les pratiquants ayant commencé chudan et surtout ceux qui sont dans la quatrième série : kage. Nous y consacrerons un jour entier, le matin pour chudan, l'après-midi pour kage. Si le temps s'y prête, nous le ferons dans le cadre idyllique de la villa des parents de Pierre Jordan, notre ancien Président.

Stage du Brassus

L'hôtel de la Lande est réservé du 1er au 5 août. Qu'on se le dise. Peut-être l'herbe sera-t-elle verte, le matin, et non couverte de givre comme l'an dernier. Ce stage est ouvert à tous, débutants comme détenteurs de dan. Plusieurs étrangers y participeront, comme en 1983.

Assemblée générale AHJ

Le vendredi 30 mars, après l'entraînement, présidée par M. Noguét. Tous les membres peuvent être présents.

Licences

Françoise Bottelli vous contactera pour le timbre de cette année. Je vous serais reconnaissant de régler les cotisations à la Secrétaire le plus vite possible.

P. Krieger

道

KASHIWAZAKI

Le judo sous son meilleur jour...

De petite taille, un visage sympathique entre deux oreilles quelque peu tourmentées, mais, par contre, des mains de pianiste, un corps moyennement musclé mais sans graisse, Kashiwazaki n'est pas le genre imposant et passe facilement inaperçu dans la masse des autres judoka...

...Jusqu'à ce qu'il se mette en mouvement, en tous cas ! Car là, ce génial petit félin est époustouflant de rapidité et de souplesse. Les brèves démonstrations de *nagekomi* qu'il a bien voulu nous présenter lors de chaque entraînement nous laissèrent le souffle coupé, ainsi qu'à son excellent *uke*, d'ailleurs. Les quelques techniques qu'il nous a enseignées avec beaucoup de simplicité, sont étonnantes de dynamisme et d'ingéniosité. Nous lui ferons, j'espère, l'honneur de ne pas les oublier trop vite...

Ayant eu par deux fois l'agréable occasion de passer une soirée à discuter avec lui, j'aimerais vous faire part d'un autre aspect de ce champion ; son aspect humain, ainsi que son aspect mental, qui gagnent tous deux à être examinés de plus près. Le judo, ou toute autre discipline martiale japonaise, n'est pas qu'une affaire de muscles et de technique, mais encore de perfection mentale. Ce dernier point fut d'ailleurs mis en exergue par Me Kano, fondateur du judo, par sa première place dans la trilogie (*shin-gi-tai*) (mental - technique - physique).

Tout d'abord, j'ai été très impressionné par son anecdote sur l'humilité d'un champion. Me Sato, le professeur de Kashiwazaki, fit ainsi la morale à Yamashita, le grand champion toutes catégories : "Tu viens de remporter une grande victoire, mais n'oublie jamais que tu n'es champion du monde que sur un carré de 9 x 9 mètres !".

Issu du même petit village que Me Mifune, 10^e dan, dans la préfecture de Iwate, Kashiwazaki a été marqué tout jeune par ce maître prodigieux qu'était Mifune, champion du Japon *toutes catégories*, alors qu'il pesait 48 kilos. Dans ce petit village, donc, presque tout le monde pratiquait le judo. Et quand le grand maître Mifune retournait au pays, tous se pressaient autour de lui avec de grandes et belles feuilles de papier spécial pour obtenir un autographe calligraphié de leur idole. Kashiwazaki, alors âgé de 10 ou 11 ans, n'avait réussi à se procurer qu'un bout de papier très ordinaire. Quand son tour vint, il présenta le papier à Me Mifune, et lui demanda d'une voix nette "Sensei, je vous prie de m'écrire quelque chose". Une fois la calligraphie terminée, il s'aperçut qu'au contraire de tous les autres, il avait en main une calligraphie très simple ou se liaient seulement deux caractères : Isshin (Un seul cœur

— à fond — de toutes tes forces) suivis d'une signature qui différait de toutes celles qui figuraient sur le papier de ses amis. Le célèbre félin avait-il déjà reconnu un disciple ? De toutes façons, le sens de ces deux caractères a imprégné tout ce qu'il a fait depuis.



*Isshin : A fond, d'un seul
cœur. Le conseil de Me Mifune
à Kashiwazaki.*

La discussion continua sur la grande admiration qu'il éprouve pour Nobuyuki Sato, champion du Japon en 1974, pour la première fois, à l'âge de 31 ans, après avoir été deux fois deuxième et deux fois troisième lors des années précédentes. "Au Japon, quand on n'est pas premier, on est dernier" me dit Kashiwazaki avec un grand sourire.

Au début des années 70, la presse, la TV, la radio, tout le tralala spéculait sur une victoire très possible de Sato. Déçus, les médias réitérèrent leurs spéculations l'année suivante : "Cette fois, c'est la bonne !" Sato, encore une fois, déçoit tout le monde avec sa médaille d'argent. Le soir de cette compétition, Kashiwazaki décida d'aller boire un pot dans un bistrot près du lieu des compétitions. Là il tomba sur Sato, solitaire, attablé devant une bière et un soda. "Hola, Kashiwa (surnom qu'il lui donnait volontiers) viens ici !" lui dit Sato. Il lui donna sa bière à boire. Puis il lui dit : "Tu vois, Kashiwa, sans efforts, on a rien. Avec beaucoup d'efforts réguliers et suivis on arrive à faire partie du groupe de tête, de l'élite. Mais pour être le premier parmi cette élite, les efforts seuls ne suffisent pas..."

L'année suivante, à la veille des championnats, alors que les médias ne parlaient plus de Sato et se concentraient sur d'autres options, Kashiwazaki alla lui demander la permission d'être son *tsukibito*, sorte de serviteur volontaire chargé de rendre mille petits services à un grand compétiteur lors d'une compétition. Sato accepta. Puis ce fut le combat, et, au grand dam de tous, la victoire finale de Sato. A peine l'arbitre salué, Sato se dirigea tout droit vers Kashiwazaki et lui dit, les larmes aux yeux, et comme s'il continuait la conversation de l'année précédente : "Mais oui, à force d'efforts, on arrive non seulement à faire partie de l'élite, mais encore à en être le premier".

Nous parlions ensuite de calligraphie (shodo). Il me dit qu'il adorait peindre des caractères mais qu'il n'était pas très doué. "Je ne vais jamais à une compétition sans apporter mon pinceau, de l'encre et du papier. Par exemple, à Maastricht, avant la finale qui m'a sacré champion du monde des -65, j'ai écrit je ne sais combien de feuilles qui disaient en énorme caractère : *Kashiwazaki, champion du monde. Je n'ai pas peur de mon adversaire*. Et je répétais ce même leitmotiv jusqu'à ce que je fus suffisamment persuadé que j'allais effectivement être champion du monde". Un bel exemple d'autosuggestion.

Puis la discussion dérivait sur les difficultés qu'il avait eu tout au long de sa carrière, car il n'était pas très fort physiquement. Prenant Robert Champoud comme exemple, il nous tint à peu près ce langage : "Dans le cas ou Roby et moi nous serions opposés en shiai, et que nous étions tous les deux au sommet de notre forme et que nous puissions utiliser nos possibilités à 100%, les chances de Roby seraient 7 et les miennes 10. Et ce serait comme cela indéfiniment. Roby ne pourrait gagner. S'il voulait me battre, il lui faudrait donner 120% de ses possibilités, et cela n'est possible qu'en devenant aliéné, en faisant un petit pas du côté de la folie pure. En japonais, ces deux notions s'appellent *Heijoshin* et *Kyo*. Et durant les finales les plus difficiles que j'aie eu à disputer, je n'ai pu gagner qu'avec cet état d'esprit qui dépasse la raison. Le temps d'une attaque, j'ai permis à mon esprit de devenir fou. Une attaque dans ce contexte est terrible car elle ne tient aucun compte de la défaite ou du danger et elle permet des mouvements que la raison aurait déconseillés".

Cette notion nous parut tellement intéressante que nous n'avons pas eu le réflexe de dire à Kashiwazaki que pour Roby, cette notion était tout à fait dans l'ordre des possibilités...

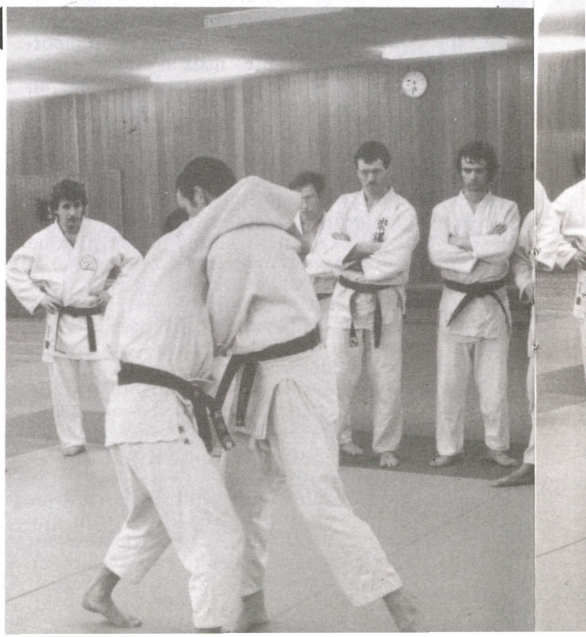
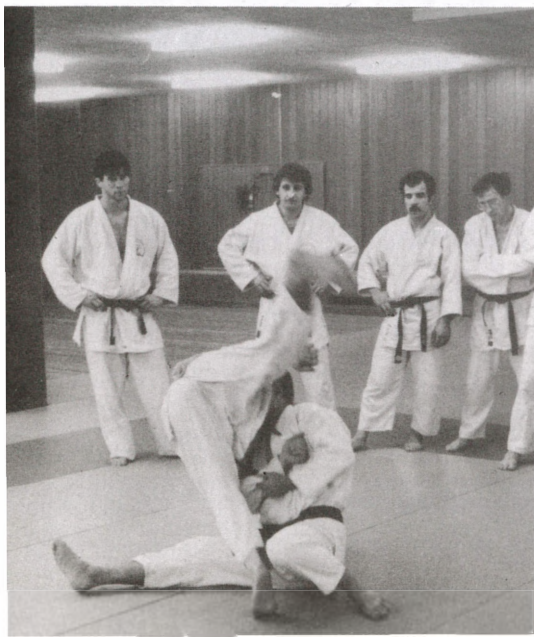
平常心

*Heijoshin :
état mental
normal, opposé
à :*

狂

*Kyo : état
mental aliéné.
La clé de la
victoire.*

En parlant de l'Angleterre où il enseigne depuis neuf mois, il a été frappé par un jeune judoka, ceinture marron, qui, sans travail, sans logis, se consacrait entièrement au judo. Alors qu'il était toujours en avance aux leçons et absolument régulier, un jour que son vélo avait eu un pneu crevé, il est arrivé en retard en pleurant car il n'avait pas eu d'argent pour



téléphoner pour avertir de son empêchement. Ce jeune espoir est sorti 4e aux championnats du Royaume-Uni.

Robert Champoud, qui a mis à la disposition du champion sa chambre japonaise pendant toute la semaine, a recueilli, autour d'un verre de saké, une anecdote qui abonde dans le sens de ce que j'ai écrit jusqu'ici : Lors de la première Coupe Kano, au Kodokan à Tokyo, Kashiwazaki avait invité ses parents qui venaient pour la première fois l'admirer en compétition. Il était sûr de gagner. Il le leur avait dit. Malheureusement, sur décision, il perdit en demi-finale et n'obtint que la troisième place. Il cacha cette médaille de bronze au plus profond d'un tiroir et ne la regardait que la veille d'une compétition en se disant : "Plus jamais ça, plus jamais du bronze". Lors de la Coupe Kano suivante, il sortit premier. Depuis, sa médaille de bronze a regagné sa place, exposée avec toutes les autres...

Finalement, son idée du *Kiai* m'a beaucoup plu par sa simplicité. Nous savons que le *kiai* est une expiration brutale de l'air des abdominaux pour durcir la partie abdominale et relier ainsi les deux autres parties musculaires importantes, celles des cuisses et du dos. Les trois segments agissent ainsi ensemble dans un même mouvement. Pour Kashiwazaki, c'est encore ceci : "En plus de sa fonction physique, le *kiai* a une fonction mentale. On peut le faire à n'importe quel moment. Quant la tête dodeline sous la fatigue, que les réserves d'énergies semblent vidées, je pousse d'intenses *kiai* pour chasser toute idée de paresse et réveiller mon système nerveux. Enfin, pour moi, le *kiai* est surtout un moyen de me donner du coeur au ventre !".

Ce fut donc une rencontre extrêmement enrichissante à tous points de vue. Monsieur Kashiwazaki, on ne vous oubliera pas ! Cette semaine fut un véritable bain de jouvence pour le judo genevois. Merci à Roby qui a permis, par les liens d'amitié qui existaient entre le champion et lui, de nous faire profiter de cet homme remarquable...

Pascal Krieger

Un mot de Robert Champoud

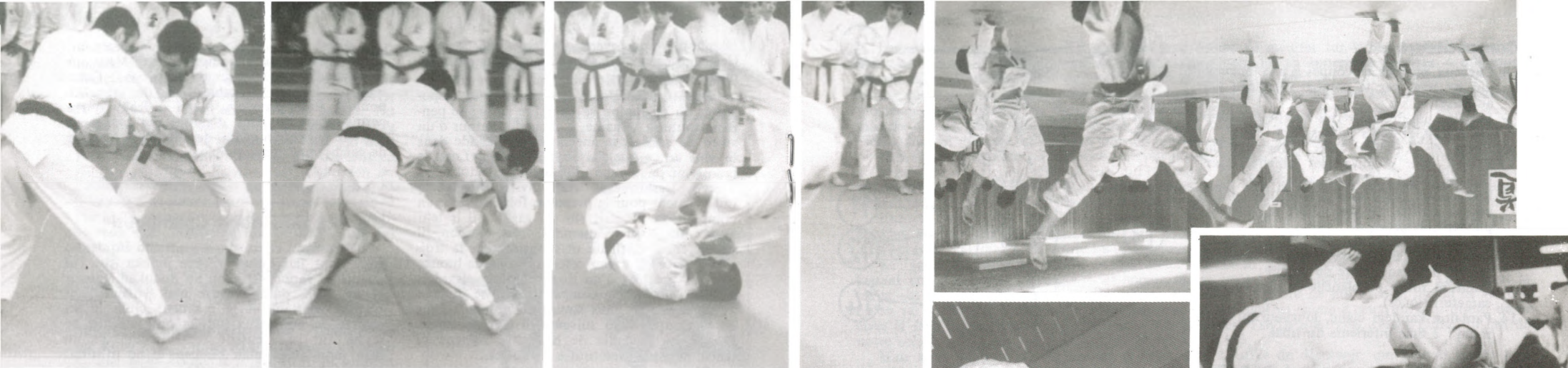
D'étranges circonstances et une ironie du sort * ont fait qu'un célèbre judoka que j'ai connu au Japon est venu au Budokan Vernier et au SDK durant toute une semaine. Les bonnes relations entre ces deux clubs et les efforts de nombreux judoka ont fait que ce séjour fut une réussite totale aussi bien au plan judo qu'au plan humain. Il ne m'aurait pas été possible de lui offrir à moi seul une semaine telle qu'il l'a vécue. A tous, un sincère merci !

* *En effet, le manque d'informations et une communication nébuleuse entre les différents organisateurs firent que nous avons fait des pieds et des mains pour faire venir M. Kashiwazaki à Genève alors qu'il avait déjà pris la décision de venir me faire la surprise d'une visite amicale...*

Robert Champoud

Ci-dessous, et de droite à gauche, dans le sens du mouvement, un des spéciaux de Kashiwazaki : Yoko sutemi.





Ci-dessus, en trois photos, un autre spécial de Kashiwazaki : Yoko tomoe-nage. Remarquez comment il suit le mouvement lors de la projection de façon à se retrouver instantanément sur son adversaire. Tout à droite, pendant l'échauffement, tout le monde touche le plafond du SDK avec un parfait ensemble. Au-dessous, tout à droite, Christian fait une très belle tentative d'uchimata sur Kashiwazaki (à gauche), qui, malgré les apparences, le surpassera. Enfin, ci-contre, au Budokan Vernier, un randori au sol où il excelle avec J.-R. Stucker.

Excellente opportunité

Pour les 1ers Kyu, je recommande de participer à une journée combinant un cours d'arbitrage à un Tsuki nami shiai.

Dates : Samedi 4 février, dimanche 11 mars, samedi 8 septembre et dimanche 7 octobre.

La journée commence à 9 heures au Judo Kwai Lausanne, rue de la Borde 30 bis. F. Wahl

Départ du championnat suisse par équipes de 1984

Le 7 février dernier, notre équipe a rencontré pour le premier tour de ces championnats l'équipe de Morges II et Monthey.

En moins de 65 kilos, Mario, décidément très léger et malgré une indubitable rage de vaincre, n'a pas eu la chance de pouvoir battre ses adversaires, au demeurant deux médaillés aux championnats suisses Gilgen et Nicoulaz. Qu'il se console et garde espoir en sachant que Maître Mifune dixième dan pesait le même poids que lui et est quand même parvenu à gagner un jour les championnats du Japon toutes catégories.

En moins de 71 kilos, Pierre-Alain n'a pas tenu longtemps face à Chanson, et Lofti, manquant manifestement d'expérience, n'a pas su saisir sa chance de battre un adversaire ceinture noire mais à sa portée.

En moins de 78 kilos, Charly s'est fait embobiner par Sapin au sol mais a pris sa revanche remarquablement contre son adversaire valaisan.

En moins de 86 kilos, François Wahl, ("le vétéran") en toute grande forme, nous a fait une démonstration de ses techniques spéciales et l'a emporté relativement facilement face à des adversaires plutôt coriaces.

En plus de 86 kilos, Eric, en grande forme également, a réussi l'exploit de la soirée en battant par ippon au sol Krähenbühl après l'avoir dominé debout et en battant également son adversaire valaisan.

Résultat final : SDK (4) - Morges (6)
SDK (6) - Monthey (4)

P.O.

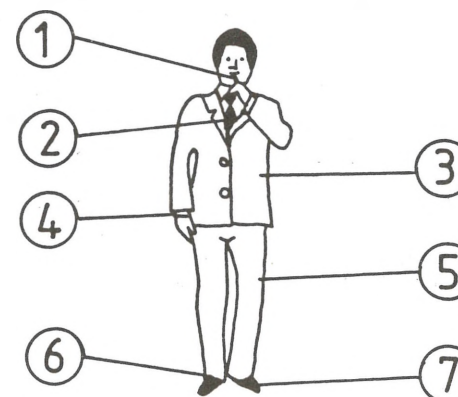


KARATÉ

空手

Quelles sont les règles d'arbitrage officielles Wuko ? (suite)

3. Uniformes



Coachs

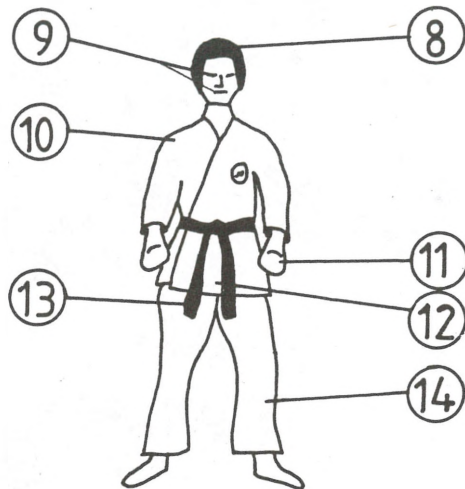
Karatégi identique à celui porté par les compétiteurs, avec en plus un écusson "coach" sur la veste.

Arbitres

1. Sifflet avec cordelière blanche.
2. Cravate officielle sans motifs (bleue).
3. Blazer bleu marine droit, non croisé avec deux boutons d'argent.
4. Chemise blanche, manches longues, sans boutons de manchettes et poche de poitrine.
5. Pantalons gris clair, sans revers de bas de pantalon.
6. Chaussettes bleues foncées ou noires, sans dessins.
7. Chaussures ou chaussons noirs.

Compétiteurs

8. Cheveux propres et coupés à une longueur qui ne gêne pas le combat (bandeau non autorisé).
9. Lunettes interdites, verres de contact souples et protège-dents tolérés.
10. Veste de karatégi blanc, longueur suffisante pour recouvrir les hanches, manches au moins moitié des avant-bras.
11. Protections des mains obligatoires, ongles coupés courts, ne pas porter d'objets qui puissent blesser.
12. Coquille obligatoire.
13. Ceinture attachée correctement, dépasse de 15 cm. de chaque côté du noeud ; Ceinture rouge ou blanche en plus (mêmes caractéristiques).
14. Pantalon karatégi blanc, longueur au minimum : 2 tiers inférieurs du tibia.



R. Rapin

KYUDO

弓道

KYUDO S.-F.

Ce matin-là, Kanteki-farfouilleur (dit Kf) troqua vite-fait ses tabiroulants réglementaires contre la paire de tabi-volants de réserve de Kyosaku-le-calin, et décolla illico. C'est que, depuis quelque temps, il se sentait, sinon vaguement inquiet, du moins sérieusement intrigué par le silence prolongé de son Vieux — ce vieillard increvable dont on était tous sans nouvelles depuis le dernier solstice d'été : on conviendra qu'une panne de son de cette durée justifiait amplement le long et périlleux voyage.

Ayant fait route en se concentrant absolument sur ce qu'il faisait, c'est frais et dispos que Kf se retrouva, en courte finale, à la base de Shiroguma¹.

La plainte des gyros qui s'éteignent, qui comme toujours berçait son arrêt au tarmac, fut soudain couverte par une brutale bordée qui le fit plonger à terre — puis qui le remplit d'aise sitôt son écho identifié : allons bon ! le Vieux était toujours là — et bien là !

Pourtant, ce n'est qu'après avoir dûment sacrifié aux rites de passage que Kanteki-Farfouilleur put s'approcher de Shiroguma — ce Shiroguma en train, donc, de piquer une de ses fameuses colères noires — et s'enquérir timidement, auprès de Tortue-Truculente, des motifs de l'ire sempaïesque — et de l'identité de l'objet de sa vindicte.

C'est ainsi que Kanteki-Farfouilleur apprit que le vieil ours en avait après le grand chef blanc Aho² et à son proche entourage : rien de bien nouveau sous le soleil, songea KF en haussant imperceptiblement les épaules.

Mais Tortue-Truculente lui expliqua que l'affaire était sérieuse — et que l'ire légitime du Vieux était suscitée autant par les événements eux-mêmes que par le fait qu'il les avait prédits, et que nul ne l'avait écouté.

Et les épaules de KF s'affaissèrent totalement lorsqu'il apprit que ce kobaka d'Aho avait, ni plus, ni moins ! tenté de détourner l'un des douze travelots d'Hercule — le neuvième — dans le but de se faire attribuer la ceinture d'or d'Arès, que portait la reine des Amazones, Hippolyté, et qu'Héraclès devait remettre à la propre fille d'Eurysthée, Admète.

Ainsi, Aho l'infâme voulait changer le cours de l'histoire... Tremblant d'effroi dans sa carapace, Tortue-Truculente imaginait déjà l'usurpateur se proclamant l'unique-ceint-du-seigneur-de-la-guerre...

Le pauvre petit Kanteki fut saisi de vertige, car la mégalo de Aho lui apparaissait soudain dans son infinitude... Il y vit prendre corps des rêves démentiels — ainsi : les kami familiers de l'azuchi comme le kamisama relégués sur un strapontin, dans les bas-côtés de l'Olympe ; et tous les dragons³ transformés en modernes chimères — ou en légendes ridicules, cependant que des béotiens en foule révéraient sottement la seule chose que Aho ait jamais été capable d'engendrer — et qui ressemblait fort à un stérilet...

1. Ours blanc.

2. Dit aussi Baka-Daishi.

3. Ryu.

Cramponné aux branches, KF n'eût guère le temps de méditer sur le paradoxe de l'engendrement par un esprit infécond : on venait de partout pour lui en apprendre d'autres – qui toutes étaient causes d'augmentation de pression sous le vieux couvercle...

De plus en plus inquiet, KF apprenait que tout s'était concrétisé au pow-wow-de-la-lune-morte-au-pays-brumeux : ça faisait donc bien des lunes que la pression montait... C'est presque un miracle que la vieille chaudière tienne encore le coup, se dit-il. Car il le connaissait bien, son Shiroguma. Et il savait qu'il n'était plus de prime jeunesse – en dépit des apparences.

Mais il savait surtout que le Vieux n'avait jamais pu admettre que l'on puisse seulement songer à transgresser l'ordre établi, et que ce qui le mettait en fureur, ce n'était pas tant la faute dans un cas particulier, ou les bévues d'un individu isolé, mais bien la mentalité générale des mortels du pays d'Oshu – et tout particulièrement celle de ceux qui pourtant étaient allés jusqu'au Kyokuto.

Kanteki-Farfouilleur connaissait donc bien le vieux Shiroguma. Mais il n'en resta pas moins bouche bée lorsqu'il l'entendit soudain énoncer calmement que "l'affaire de la ceinture d'Hyppolyte n'était somme toute qu'une preuve de plus de l'égarement des comiques incriminés".

KF saisit la balle au bond : – "les dieux n'auraient jamais permis que des usurpateurs se fassent ériger un autel privilégié – et encore moins qu'on leur y rende un culte". La réplique le cloua sur place : – "Crois-tu que les dieux regarderont encore de notre côté, lorsqu'ils verront qu'on les a trompés ? Ils pardonnent beaucoup – quelquefois même à ceux qui leur disent de se laver la face ! Mais eux n'ont pas besoin des hommes. Tandis que nous, gens d'Oshu, du fait de notre orientation, nous avons sacrément besoin d'eux !".

Mais alors, la voix de Shiroguma se brisa. Une bouffée de désespoir, qui prenait racine tant dans le souvenir des avanies endurées que dans la vision des baudruches venant sans vergogne se gonfler à la chaleur même du feu qui le consumait, lui bloqua le souffle. Deux larmes perlèrent. Puis un long soupir sortit enfin – et les fantômes se désagrégèrent.

C'est ainsi que le Kanteki-Farfouilleur put voir Tintin, Milou, les Pieds-Nickelés et les Shadocks reprendre leur forme réelle – celle de chimères sans épaisseur, de reflets, d'être théoriques à deux dimensions – absolument incapables de ce fait de concevoir correctement la troisième, de la percevoir, – et donc de s'élever réellement.

...KF réalisa qu'il était sur un plan supérieur, celui où l'on n'est plus séparés. Et lorsque la pensée de Shiroguma lui parvint directement, il sentit que depuis longtemps, ensemble, ils regardaient dans la même direction. Car le Vieux lui disait : "fils, veille bien à ce que l'on ne change rien des anciens usages ; et n'interviens jamais dans ce que tu n'as pas toi-même découvert – sinon gare ! Car ceux qui croient pouvoir transgresser cette loi seront comme ces figuiers stériles que l'on étête : tout juste bons à servir de clôture, aussi incapables de s'élever que de nourrir leur prochain".

Alors, KF se retrouva seul. Un peu plus tard, il réalisa que le Vieux était entré en hibernation, et que leur extraordinaire communion s'était produite à ce moment-là.

... "Je vais en avoir, à raconter aux copains ! " songeait-il en se dirigeant vers la sortie.

Il ne fit que percevoir qu'un trait lui arrivait dessus – et le détourna. Tout au fond de la pièce, une espèce de Tintin en hakama s'enfuit, perdant même un boût de ferraille mal dorée.

Alors le Kanteki cria "Azuré !!!". Mais il savait que ça n'allait pas finir ainsi. Et il comprit pourquoi le Vieux n'écrivait plus.

(à suivre)

YOSEIKAN BUDO

養正館武道

Technique Hikiotoshi

Il s'agit d'une technique de projection de l'adversaire, qui est tiré simultanément par la base du cou et par le poignet. Elle peut se pratiquer sur une attaque au tanto (couteau) ou sur mawashi zuki (crochet).

La traction s'effectue dans un mouvement circulaire qui se termine vers le bas et vers la gauche, dans le cas de la photo. L'adversaire est alors projeté sur son côté droit.

On peut compléter ce déséquilibre par un blocage du pied de l'adversaire resté au sol, effectué à l'aide du pied droit.

Hikiotoshi semble facile techniquement à réaliser, la subtilité résidant dans le choix du moment de l'attaque. Celui-ci est déterminé par l'ouverture laissée par l'adversaire au moment de sa propre attaque. La sensation de défense associée est tai-no-sen (riposte en même temps que l'attaque).

Si la riposte vient trop tard, l'adversaire aura déjà ramené son bras devant lui et ainsi il sera en position de force, annulant l'effet d'hikiotoshi.

Plus le blocage intervient tôt, plus il prendra le bras de l'adversaire en arrière, donc en position de faiblesse.

Le déplacement des jambes se fera en irimi (en avant de côté).

Cette technique ne doit pas être confondue avec oshitaoshi, où les points de contact sont les mêmes, et les sensations de riposte aussi.

Mais la différence fondamentale réside dans le fait qu'ici la projection s'effectue en repoussant l'adversaire vers le bas, alors que dans le cas qui nous intéresse, la projection se fait en tirant circulairement l'adversaire.

Stages

Voici les dates des stages organisés en 1984 en espérant qu'elles ne subiront pas de modification :

- Stage national à Neuchâtel, les 31 mars et 1er avril 1984.
- Stage international Mochizuki à Lausanne, les 19 et 20 mai 1984.
- Stage d'été Mochizuki à Ancegno Tessin, du 2 au 7 juillet 1984 (stage payant).
- Stage national à Genève, le 13 octobre 1984.
- Stage international Mochizuki, novembre 1984 (date et lieu à déterminer).

Je vous rappelle que les stages nationaux et internationaux sont gratuits pour les licenciés (sauf le stage d'été).

Christian Studer



KANGEIKO 1984





Ci-dessus, un des courageux de 06 h.00. On remarque qu'il a le ventre plus douillet que le dos. Ci-contre : une B.D. que seuls les Kangeikoïstes pourront déchiffrer.

KANGEIKO 84

Une des meilleures cuvées jamais sorties !

...De part le nombre, déjà ; une trentaine de personnes chaque jour ; par le fait, également, que cinq sections du SDK ont été représentées à chaque session ; ce qui est un fait assez rare. (Arrivera-t-on à toutes les avoir un jour ?) ; finalement, par la présence de plusieurs mordus du dehors (principalement des Palettes, mais également d'ailleurs, notamment de Lyon).

Cependant, de l'avis d'un bon nombre, les capacités et l'entrain démontrés par le meneur de jeu : Christian, et les efforts personnels de chacun de nous, ont fait de ce Kangeiko un des meilleurs depuis des années. La température très rafraîchie par la bise était le parfait décor pour ce genre d'entraînement (Kan = froid, Keiko = entraînement). D'autre part, le dosage des exercices était excellent, et l'insertion de sprints, chaque jour, était un moyen efficace et infaillible d'amener chacun de nous à donner, à ce moment-là, tout ce que nous avions dans les tripes. Les encouragements bourrus, mais ô combien nécessaires de Christian venaient à point pour conserver un rythme de croisière dont tout le monde se félicitait, en tous cas, une fois la douche chaude savourée. →

Kangeiko 84. Lundi matin à 07 h.00. Trente-trois mordus si l'on compte Désiré (que nous félicitons au passage) qui a du partir plus vite, et votre serviteur qui tenait l'appareil.

Les disciplines en "K" semblent boudier ce genre de manifestation du SDK. En effet, le Kyudo, Kendo et Karaté n'ont pas jugé avoir les capacités mentales et physiques pour participer au Kangeiko, une fois de plus. A moins qu'ils ne s'estiment déjà assez forts comme cela... Domage !



Au début de chaque session, comme chaque année, le cirque des baquets d'eau glacée accompagnés de hurlements frénétiques a mis une touche humoristique, toujours bienvenue, pour déridier les visages renfrognés. Au terme de chaque session, une ligne de costumes bigarrés représentant cinq disciplines touchait les deux côtés du dojo pour un dernier salut, suivit immédiatement du décompte de moins en

moins douloureux des sessions qui restaient à faire...

Toute personne que soit mon appréciation, j'espère qu'elle reflète celle de la majorité. Aussi, c'est avec spontanéité que tous ont participé au petit cadeau offert à Christian, le samedi matin, pour avoir bénévolement mené cette galère à bon port.

P. Krieger



Il est bien connu, le vieil adage qui dit : "A courir plusieurs lièvres à la fois, on n'en capture aucun".

Dans un dojo où huit disciplines se côtoient, il est cependant normal qu'un débutant,

la curiosité aidant, soit attiré simultanément par plusieurs disciplines. Qu'il s'adonne à une ou deux d'entre elles, c'est la même cotisation. Les professeurs ne font aucune sélection préalable et acceptent les

débutants à n'importe quel moment, quelles que soient leurs motivations ou leurs possibilités physiques, techniques et mentales.

Est-ce une bonne ou une mauvaise chose ?

Bien sûr, la politique du SDK, en ce domaine, est bien compréhensible. Le SDK est un des rares dojo en Europe, sinon dans le monde entier, où autant de disciplines se pratiquent "coudes à coudes", et cela sans trop de frictions. Cependant, dans cet article, j'aimerais attirer votre attention sur quelques nuances que je trouve importantes puisqu'elles peuvent faire d'une expérience dans le domaine du budo un succès ou un échec, selon le choix.

Les deux pieds sur le même chemin

Le chemin des disciplines martiales (budo no michi) est terriblement ardu. Un guide est absolument nécessaire pour les premiers pas. Pas seulement pour apprendre à marcher, mais encore pour aller dans la bonne direction, savoir reconnaître et surmonter les points difficiles, suivre un rythme adéquat et apprendre à se comporter comme un "budoka". Tout comme l'enfant a besoin d'un père, et d'un seul, pour bénéficier d'une éducation cohérente, le *débutant, dans une discipline martiale a besoin d'une source d'information unique et en laquelle il place une confiance illimitée*. C'est une des conditions fondamentales pour une pratique saine du budo. Les notions y sont tellement subtiles qu'il n'est pas rare qu'au lieu de nous faire découvrir une certaine vérité, elles nous fassent faire fausse route. Ces notions ne se transmettent qu'à travers une relation personnelle de prof à élève, dans un climat de confiance réciproque. Ce genre d'éducation doit être suivie et régulière et ne devrait pas être altérée par d'autres influences qui sans être néfastes, nuiraient à la concentration nécessaire.

Inévitablement, il y a des moments difficiles où le prof "laisse nager" l'élève pour encourager une recherche personnelle indispensable à son développement. Au moment où la lassitude et le découragement s'installent, le coup de pouce salvateur arrive juste à temps, et avec un dosage bien précis. Ce processus délicat ne peut être assuré que si l'élève fait preuve d'une réceptivité sans réticence.

Cela suppose des professeurs d'une qualité exemplaire !

Et, sans trop m'avancer, je pense que c'est le cas pour le SDK. Tous les professeurs (excepté moi-même qui ne puis me juger) sont des gens en qui les pratiquants peuvent mettre toute leur confiance. Ils ont tous été à la même école et plusieurs d'entre eux ont fait de longs stages au Japon. Cependant, leur façon de transmettre les notions fondamen-

tales diffèrent avec leurs expériences et leurs personnalité. Toutefois, ce ne sont pas des salariés qui pointent en entrant et en sortant du dojo. Ils font cela plus par vocation que par obligation. Ils assument une responsabilité énorme en entreprenant l'éducation des jeunes débutants de notre ville dans le domaine des disciplines martiales, et tous réfléchissent deux fois plutôt qu'une avant de passer des notions dont ils ne sont pas sûrs. Aussi, rien n'est plus irritant, à leurs yeux, que de voir un jeune pratiquant butiner de sections en sections, piquant une notion par ci, une autre par là, n'en retenant aucune, ne mettant rien en pratique, et ayant une fâcheuse tendance à mélanger le tout. Ces touche-à-tout n'excellent jamais en rien. Ce sont des éternels médiocres. Il leur manquera toujours l'expérience la plus riche qui soit : aller au fond d'une discipline, quelle qu'elle soit. Pour que naisse un beau pot, il faut que l'argile malléable soit modelée par le même potier. Le passage au four solidifiera la forme du récipient et, peu importe le genre de vernis qui viendra le décorer, sa forme première restera toujours visible et prépondérante.

Il est donc nuisible de pratiquer deux disciplines en même temps ?

Là aussi, il y a des nuances. Pendant la période où le débutant reçoit l'éducation dont on a parlé plus haut, il est absolument nécessaire qu'il soit plongé dans cette discipline, quelle qu'elle soit. Cela implique plus que "faire des heures de tatami" mais encore de s'exposer à l'atmosphère et à l'environnement de cette discipline. De frayer avec les co-pratiquants, de se renseigner sur la philosophie qui en découle, de lire des livres sur le sujet, d'y penser souvent et de s'en imprégner le plus possible, suivre des stages et des conférences sur le sujet, bref, en un mot, *s'intéresser*.

Si l'on considère le facteur temps, il est très difficile de mener de front deux expériences semblables. Seul un dévouement exclusif à une seule discipline peut amener le débutant à un âge adulte que se situe, dans le cas des disciplines martiales japonaises, après 5 à 8 ans de pratique régulière.

Alors quand la "diversification" est-elle conseillée ?

Tout comme l'adolescent arrivé à l'âge adulte, le budoka détenteur d'une ceinture noire 1er dan (shodan) a encore beaucoup à apprendre. Pas tellement de son professeur, mais plutôt de lui-même, des expériences extérieures qu'il va devoir entreprendre. Le moule est formé, à lui maintenant d'y mettre quelque chose. C'est en général à ce moment-là qu'il est judicieux d'élargir ses connaissances en entreprenant une autre discipline. En même temps que c'est une excellente façon d'humilité que de redevenir débutant, le fait de retourner à une destination connue par un autre

chemin peut faire découvrir de nouvelles richesses.

C'est également à ce stade que le débutant devenu adulte aura assez de maturité pour faire des rapports intelligents entre les points communs de plusieurs disciplines et en tirer profit dans l'une ou l'autre.

D'autre part, le changement "successif" de disciplines, si il est en rapport avec le développement logique de la nature, est une méthode très intelligente de poursuivre sa route sur le chemin du budo sans subir d'arrêts et sans devoir abandonner.

Par exemple, un judoka qui a consacré une dizaine d'années à la compétition est voué, à un certain moment, à subir une baisse de forme et d'influx nerveux. Le temps des efforts surhumains est révolu. Tout en continuant à creuser la technique, il peut être judicieux pour lui de se décharger de la pression physique de l'adversaire, qui est terrible en judo, en se tournant vers l'aikido, par exemple, qui se concentre sur le moment précis *avant* le corps-à-corps. Comme il est bien connu, en budo, que plus on s'éloigne de son adversaire, plus la force physique perd de son importance, le judoka pourra, dans ce nouveau contexte, continuer de se "donner à fond" tout en ayant adopté une discipline plus conforme à son stade physique du moment. Plus tard, encore, pour ménager les articulations qui sont mises à rude contribution en aikido, il pourra se tourner vers une discipline d'armes. Là encore, la force physique est confiée à l'arme elle-même et la force physique n'est plus un facteur déterminant. Le zanshin (disponibilité du corps et de l'esprit), le ma-ai (distance de combat), le ri-ai (timing) et toutes ces notions revêtent une importance accrue.

D'autre part, ces différentes disciplines feront découvrir au judoka des notions que la pratique du judo ne permet pas de découvrir.

Quand l'âge se fait sentir, d'autres disciplines, où la concentration remplace la vitesse d'exécution et la dépense physique (kyudo, iaido) seront plus appropriées pour poursuivre la route. L'exemple de Me Kuroda m'a marqué dans ce sens. Une carrière en compétition de kendo, du judo, puis du jo et de l'iai. Quarante huit ans de budo actif, toutes disciplines additionnées ! Et maintenant, après deux attaques cardiaques, il excelle en shodo (calligraphie) et les milliers d'heures passées sur les tatami ou sur le plancher, les fruits de cette somme énorme d'entraînement, c'est dans son coup de pinceau, ces traits décisifs sur le papier que nous pouvons encore les reconnaître...

Et le bushi, avec sa panoplie d'armes ?

Il est vrai que dans le budo traditionnel (kobudo) et surtout le bujutsu traditionnel (kobujutsu), l'étude simultanée et parallèle de plusieurs arts martiaux est un des aspects

essentiels. Le fait est que le but, là, est différent. Le bushi devait apprendre, et très vite, à se servir d'un maximum d'armes pour rester en vie et remplir son devoir : protéger son Seigneur. La pratique des arts martiaux n'avait pas, en premier lieu, pour but, de s'améliorer sur un plan mental, mais c'était tout simplement une question de vie ou de mort. D'autre part, il ne faut pas oublier qu'en entrant dans le ryu (clan) le jeune apprenti bushi recevait son enseignement multidisciplinaire du même maître et dans un esprit identique sans que les notions fondamentales changent d'une discipline à une autre.

On retrouve cela dans le kobudo ou tout est en rapport avec l'arme principale. Par exemple, en jodo, l'arme principale est le bâton. La pratique du sabre, du bâton court, du jutte et du kusarigama est subordonnée aux techniques de l'arme principale. Les mouvements se ressemblent et les notions restent les mêmes.

Une discipline peut-elle être accessoire à une autre ?

C'est souvent comme cela qu'une seconde discipline est abordée : comme une discipline accessoire, pour améliorer certains aspects de la discipline forte. Mais il est bon de n'en pas rester là.

Toute discipline l'est à part entière et devrait être pratiquée en tant que telle.

Un bon exemple réside dans l'iaido. La majorité des gens le pratique comme discipline accessoire à l'aikido, au yoseikan ou au jodo. Elle a ses adeptes de par le fait même qu'elle utilise le sabre qui est lui-même la base de la plupart des disciplines martiales japonaises.

Si l'iaido est pratiqué en tant que discipline à part entière, le temps qui doit lui être sacrifié sera tout aussi long que pour n'importe quelle autre discipline. Mais si l'iaido est pratiquée comme discipline accessoire, pour savoir comment tenir, dégainer et surtout rengainer un sabre, alors c'est une discipline pratique par sa simplicité et par le fait qu'elle peut être pratiquée seul, n'importe où et n'importe quand.

Conclusion

En bref, donc, l'idée personnelle que je me suis faite, à travers 20 ans de budo, de l'étude d'une discipline martiale, est qu'il ne faut pas emprunter deux chemins différents en même temps pour arriver au même but. Mais une fois ce but atteint, même partiellement, il est bon d'élargir ses horizons en y retournant par d'autres chemins. Comme cet article risque de donner à réfléchir à bon nombre d'entre vous, je serais, en tant que rédacteur de ce journal, le premier intéressé à publier des opinions différentes ou contraires, ou à répondre à vos questions.

P. Krieger

Qui est membre du SDK?



Mario CASTELLO,
20 ans, judoka 2e kyu,
artisan

Employé dans l'entreprise de son père (artisan encadreur). Malgré son jeune âge, Mario Castello a déjà exercé des fonctions au comité du SDK (responsable du dojo). Nous avons eu beaucoup de peine à le convaincre de se prêter au petit jeu de l'interview...

- Contact : Comment es-tu venu au judo ? Si tu réponds "à pied", tu t'exposes à des représailles...

J'ai commencé le judo il y a quatre ans sur le conseil d'un ami. Celui-ci a depuis démissionné du SDK, alors que pour ma part je n'ai quasiment jamais arrêté, sinon pour effectuer mon école de recrue l'année dernière.

- Contact : Que t'a apporté le judo ?

Pour le moment, surtout une oreille en chou-fleur... Dans quelques années, je répondrai peut-être : équilibre, épanouissement personnel, contacts intéressants, etc. Pour le moment, je trouve dans le judo ce que j'y ai cherché dès le début, c'est-à-dire un sport de combat.

- Contact : Est-ce que d'autres disciplines pratiquées au SDK t'attirent ?

Pas vraiment. D'ailleurs, j'ai bien assez à faire à apprendre le judo, et j'admire ceux qui arrivent à progresser parallèlement dans plusieurs disciplines... *

- Contact : Tu n'es pas de ceux qui ont peur de la compétition. Quels sont tes résultats et tes ambitions ?

Sans prétention et sans fausse modestie, je peux dire que je suis relativement satisfait sur le plan des résultats. Je pratique surtout les mouvements d'épaule et j'aime bien le ne-waza. Mon ambition, dans un avenir proche, est d'effectuer un stage de 6 mois au Japon.

- Contact : Quels sont tes hobbies ?

Surtout le ski. Pour prendre un peu de poids et atteindre la limite de 60 kg, je fais un peu de musculation.

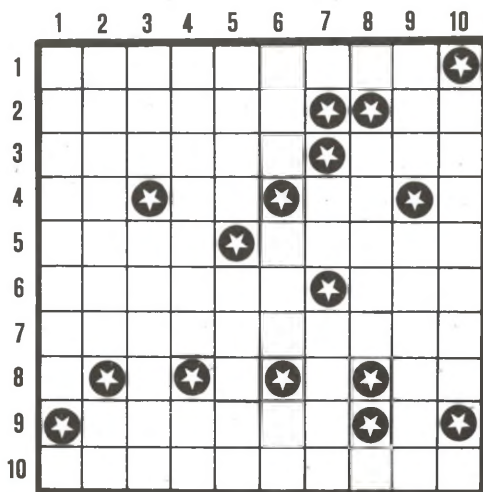
* Voir article précédent.



Après que Fiona soit venue lui dire au revoir à la gare en lui promettant de lui moudre ses graines dans son moulin (rouge), Mario se retrouve seul avec ses espoirs.



Mots croisés : Joëlle Monney



Horizontalement

1.— Déesse du soleil. 2.— Genévrier. En matière de. 3.— Peu d'éclat — On peut le faire pour avoir du son. 4.— Même phonétiquement, on ne peut pas la détruire — Préposition — Métal. 5.— Complètement ivre — En Inde.

6.— Barbes des épis d'orge ou de seigle — Unité de mesure égale au mètre cube. 7.— Impression du verso d'une feuille déjà imprimée d'un côté. 8.— Mot sans coeur. 9.— Souvent suivi de double. 10.— Même si elle l'est, "elle a toujours envie de faire quelque chose.

Verticalement

1.— "Pieds légers". 2.— Appeler le malheur sur quelqu'un — Quelconque affaire. 3.— Globus romand — Celui du guerrier. 4.— Massif montagneux — Sans coeur, elle coule. 5.— Dans ce sens, il vaut mieux ne pas l'être — Vraiment loupes. 6.— Brame — Vainquit les Madianites — Tsuki sans kime. 7.— Le meilleur — Détruite. 8.— Adverbe. 9.— Mélange de vapeur, flottant dans le ciel — Par rapport à l'univers, les hommes en sont. 10.— Portion bien délimitée.

Résultats précédents

Horizontalement seulement : 1.— charognard. 2.— ouvrir — sir. 3.— mmi — tanisa. 4.— pise — pua. 5.— ad — repit. 6.— rebatirent. 7.— ut — lesai. 8.— bu — oil — pq. 9.— lof — soiaeu. 10.— epicondyle.

Ont été perspicaces : S. Dieci (avec une petite erreur au 3 vertical), J. Monney (que nous remercions pour le présent mot-croisé), M.-L. Guex (toujours fidèle), J. Dufey et Carol Wahl, récipiente des 50.— qui pourra ainsi s'acheter un nouveau judogi puisqu'elle a décidé de revenir à l'entraînement.

CASE POSTALE 114
1211 GENÈVE 25
Numelec
4, AV. DUMAS/1206 GENÈVE/TEL (022) 478102/TX: 45-222 66

UBS GENÈVE
CCP N° 12-3528

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

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

Qui se cache derrière NUMELEC ?
Deux judoka du SDK :

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



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

ALETRICA S.A.

ÉLECTRICITÉ
TÉLÉPHONE

TÉL. 45 70 43



François
CASENOVE

30, rue Malatrex

1201 GENEVE

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

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

DORURE ENCADREMENTS
 RESTAURATION DE TABLEAUX
 ET MEUBLES LAQUÉS

M. CASTELLO
 Rue Caroline 29

Tél. 48 19 51
 1227 Genève



J.A. 1211 Genève 13

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

sport~studio 061/23 05 27



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

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

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

LEO GISIN de 09.00 à
22.00 heures

**La «Winterthur»
vous assure
et vous rassure**

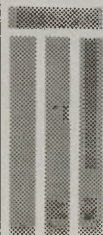
winterthur
assurances

«Winterthur»
Société Suisse
d'Assurances

**Agence générale
Eaux-Vives**

**Jean-Pierre
Vuilleumier**

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



RICHARD + MARCEL MARTIN

succ. M. Martin

Tél 32 48 41

ferblanterie
installations sanitaires
concessionnaire
des services industriels
de Genève

12,
rue de Berne
Genève