

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



JUIN 1989

N° 3

Paraît 6 fois l'an

Haefliger

CONFISERIE
PATISSERIE
TEA-ROOM



27, rue Lamartine
Téléphone 45 30 90

raymond grandvaux

constructions
métalliques
serrurerie
service
de
clés



29 bis,
rue de Lausanne
1201 Genève
Tél. 31 09 45

FIAT GARAGE CALLEA FIAT

10, rue du Contrat-Social
1203 GENÈVE / Saint-Jean
Tél. 022 / 44 13 41

S. T. CALLEA

Electricité - Mécanique
Toutes marques - Préparation visite

Privé:
112, ch. de Saule
1233 BERNEX
Tél. 022 / 57 31 40

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

LA VIE DES ARMES



Certaines sections les utilisent, d'autres apprennent à les esquiver, quelques-uns les collectionnent. A partir de ce numéro, vous trouverez régulièrement des articles consacrés aux ARMES: techniques de fabrication, historique, maniement, réparation, entretien... Nous confronterons les techniques qu'emploient différentes sections pour une même arme, etc...

Le premier texte de la rubrique ARM'AVIS est une présentation historique des armes en général. Pascal Krieger nous parle d'un stage de forge de Sabres à Nancy sous la rubrique IAIDO, et reprend symboliquement ce même thème sous la rubrique CALLIGRAPHIE.

Bonne lecture à tous, et merci d'avance à tous les futurs rédacteurs.

NOTE D'UN ANCIEN REDACTEUR

Pendant les neuf années où je fus responsable de Contact, des plumes amies ont à maintes occasions souligné mes qualités par des lignes bien élogieuses. J'en fus parfois gêné, le plus souvent motivé et secrètement très heureux.

Depuis plus de deux ans, d'autres membres du SDK ont pris la relève. Je suis bien placé pour savoir que ce ne fut pas facile, loin de là. Il me semble aujourd'hui juste et indispensable de souligner à mon tour la qualité de notre journal, une qualité meilleure à chaque numéro. Les textes sont intéressants, bien écrits et rarement mal orthographiés. La mise en page est de plus en plus professionnelle, des idées fraîches sont lancées à tout bout de champ.

Le fait qu'il existe maintenant un pluralisme sain et capable au sein de l'équipe rédactionnelle est certes une des améliorations les plus marquantes. Les opinions sont diversifiées et le même nom ne revient pas trop souvent au bas des articles.

Vraiment, bravo pour cet excellent travail! C'est un avis personnel, mais je suis sûr qu'il reflète celui de beaucoup de membres de notre club. Il fallait le dire.

Pascal Krieger

Notre Président Pierre Ochsner communique ses nouvelles coordonnées:
53, route Antoine-Martin, 1234 Vessy, Tél. 784 17 34
Prof: 2, quai Gustave Ador, 1207 Genève, Tél. 786 88 66, Fax: 786 88 67
Vous pouvez également taper le **36.15 code PIERROT**

ARM'AVIS

Olivier MERMIN

L'arme est un outil servant à tuer aussi bien pour se nourrir que pour se protéger. Les premières ont été le bâton et la pierre (première arme de jet). Le bâton était certainement le premier car il permettait de se protéger des bêtes sauvages avec peu de moyens. Même s'il n'est que peu redoutable, n'infligeant que peu de dégâts il n'en est pas moins dissuasif et permet de garder l'adversaire ou l'animal à distance.

Il prit d'ailleurs diverses formes suivant les coutumes et traditions, contemporaines, locales. Parfois lourd, hérissé de pointes d'os, de fer ou de pierre (style massue) peu maniable mais terriblement efficace si le coup porte. D'autres plus légers, voir souples, font appel à une énergie beaucoup plus cinétique, plus maniable, ils demandent plus de techniques pour être exploités. Le bâton reste l'outil de la prolongation du corps, dans l'espace. La pierre quant à elle est l'extension de ce même corps, l'adversaire ou la cible ne sont plus en contact direct. La distance s'allonge mais le coup devient plus aléatoire car si la distance augmente le temps aussi et les possibilités d'éviter sont plus importantes. L'Homme cherchera alors à accroître cette vitesse d'abord par des procédés simples: lanceur, fronde, etc...

Ainsi naquit l'arc avec sa possibilité de stockage de l'énergie. Il est l'une des premières figures de mécanisation de l'arme. La capacité de stockage de l'énergie pour pouvoir la réutiliser en un instant, cette technique dont le sommet sera atteint avec l'arbalète (longtemps interdite par le clergé, considérée à l'époque comme arme satanique).

Mais c'est avec l'apparition des premiers métaux que naissent enfin les premiers couteaux. Bien qu'existant en diverses matières: silex, pierre polie, os ou ivoire. Ils ne prirent leur essor qu'avec l'âge du bronze (métal très lourd et cassant). Il ne sont alors que relativement court, l'apparition du fer suffira à leur donner plus de légèreté ainsi que plus de résistance.

Ainsi, en Occident, nous passons petit à petit du glaive utilisé par les légions romaines à l'épée à double tranchant du haut moyen-âge. Les épées peuvent atteindre des tailles considérables (160-180 cm pommeau compris). Les alliages vont s'améliorer au fil des siècles alors que les déductions stratégiques changent. Une épée de grande taille bien qu'étant très utile sur un champ de bataille ou l'ennemi surgit en masse compacte, se révèle peu efficace lors d'un duel rapproché et, la dague, le stylet etc... deviennent des armes d'appoint. L'aboutissement en sera le fleuret de la Renaissance, bien que n'étant plus qu'une arme d'estoc et non de taille (piquer, couper) il n'en est pas moins redoutable de par sa très grande mobilité. En Orient, et plus particulièrement au Japon, le sabre est resté pendant des siècles l'arme absolue, et ceci pour plusieurs raisons:

Tout d'abord le sabre est un élément de la vie religieuse japonaise, il incarne la loi et la justice détenue par l'empereur.

Ensuite la tradition implantée dans l'esprit des samourai n'a pas cru nécessaire de changer l'arme mais, plutôt de lui en adjoindre d'autres (Tanto, Wakizashi etc...).

Et surtout comment peut-on prendre la vie noblement en projetant un morceau de plomb?

Surtout offensives parfois défensives, les armes au fil des siècles ont pris diverses formes et je pense que rien n'arrêtera la créativité de l'Homme quand il s'agit de détruire son prochain.

AIKIDO

合気道

Le 20 et 21 mai, nous avons eu un stage organisé par Gildo. Le samedi n'était pas trop fatigant car les prises n'étaient pas trop dures (ce qui n'empêche pas qu'elles étaient intéressantes). Le dimanche était beaucoup plus fatigant car nous avons commencé par le BOKKEN (ce qui n'était pas vraiment l'idéal pour les doigts).

En fin de matinée, nous avons posé les armes pour revenir aux techniques d'Aikidô. L'après-midi fut consacrée aux techniques et aux prises et le passage de grades commença. Nous avons débuté par l'échauffement tous ensemble. Ensuite, Gildo nous a appelés les uns après les autres pour faire les prises (j'avais le trac). A 5 h. et quart, le passage était enfin fini, le stage aussi!

Merci à Gildo.

Tatiana

La blague de l'année vous connaissez? ...Flavio en est l'acteur. Paraît qu'il se marie! Eh bien si tu ne changes pas d'avis pense que nous sommes de tout cœur avec toi, mais tout de même, ton départ nous attriste... Mais bon, nous sommes bien obligés de te laisser partir... A la condition bien entendu, que tu nous rendes encore de nombreuses visites...

Tous nos vœux de bonheur!

Vicky

**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

Je m'adresse en particulier aux nouveaux aikidōka qui n'ont pas l'habitude de se déplacer pour les stages. S'ils veulent progresser, faire le maximum d'entraînement c'est la meilleure méthode. Donc regardez au tableau les dates des stages pour les mois à venir. Le plus important c'est le stage à Mens, dirigé par Christian Tissier, qui commence le 31 juillet au 5 août, et du 7 au 12 août. Comme chaque année un groupe du SDK participera au stage. Un mot pour mieux situer ce petit village, qui se trouve à une cinquantaine de kilomètres de Grenoble, près du lac de Mont Teynard à une altitude de 900 mètres. Le dōjō se trouve dans le camping du village, où la majorité des participants campent. En plus il est à noter qu'il y a une piscine, et d'autres possibilités sportives, entre autre, tennis, tir à l'arc, escalade d'une façade d'école, ballades à vélo et surtout une très bonne ambiance à l'heure des repas... après avoir partagé le maximum de notre énergie sur un tatami avec des aikidōka d'autres pays.

Vicky

Les examens se sont déroulés à la fin du stage et tous les candidats qui se sont présentés ont réussi. Ont passé le 2ème kyu: BLANC Gilbert et ZBINDEN Kuno
A passé le 4ème kyu: WEBER Laurent
Ont passé le 6ème kyu: BOURRET Victor, BULLONI Yannick, GUYOT Frédéric, LANDES Michael, POWEL Olivier, SCHNEUWLY Eric, et VIDAL Tatiana.
Encore félicitations à tous.

IAIDO

居合道

Les activités de notre section se sont singulièrement intensifiées ce printemps 1989. Après le stage de Herisau dont nous avons parlé dans le dernier numéro, un nombre important d'événements ont eu lieu un peu partout. Parmi les plus importants:

STAGE DES ÎLES DE LERINS

En ce qui concerne l'iai, ce fut à nouveau un stage très enrichissant. Cinq membres de notre section furent du voyage. Pendant les trois jours du stage, Laurent s'est occupé de faire travailler l'iai proprement dit aux stagiaires, ce qui est, dans le cadre du stage des îles, une promotion pour le moins que l'on puisse dire. Pendant ce temps, Jean-Louis Pierraggi et moi-même tentent de retenir le plus possible des leçons de Ken. D'importantes notions nous furent présentées sous forme de Me-torigeiko (apprendre en regardant). Il est bien entendu que seul les yeux exercés et expérimentés purent déceler la richesse du travail présenté. Le stage s'est terminé sur la démonstration traditionnelle (Embu) dans laquelle Jean-Louis a présenté Shoden ainsi que quelques petits détails à régler, et Laurent un cocktail d'Okuden Tachiwaza et Suwariwaza.

L'an prochain, ce sera le dixième anniversaire de ce stage. Des événements imprévus sont prévus... Réservez votre date de l'Ascension 1990 dès maintenant.

NANCY, CAPITALE EUROPÉENNE DE LA FORGE

Dans le cadre de la Foire de Nancy qui a lieu juste à côté du Musée du Fer de cette cité, le GRMT (Groupe de recherche sur la métallurgie traditionnelle, présidé par Tiki Shewan) a organisé la venue de 4 japonais: Me Wakita, forgeron renommé de sabres traditionnels, Me Ono, un de ses anciens élèves, Me Mori, fabriquant de Saya (fourreaux) et le jeune polisseur de lame, M. Imase.

Deux pratiquants du SDK, Laurent Subilia et Bernard Calloz participent à cet événement qui dure pendant près de trois semaines (les 3 premières semaines de juin). Je m'y suis rendu le premier week-end pour faire la connaissance du groupe de japonais et aider un peu pour la traduction et présenter, avec Laurent,

une série de démonstrations de Jodô et de laidô. Tout au long des trois semaines, un film est tourné sur place. Le réalisateur m'a fait l'honneur de m'engager pour un matin afin de calligraphier le titre au pinceau.

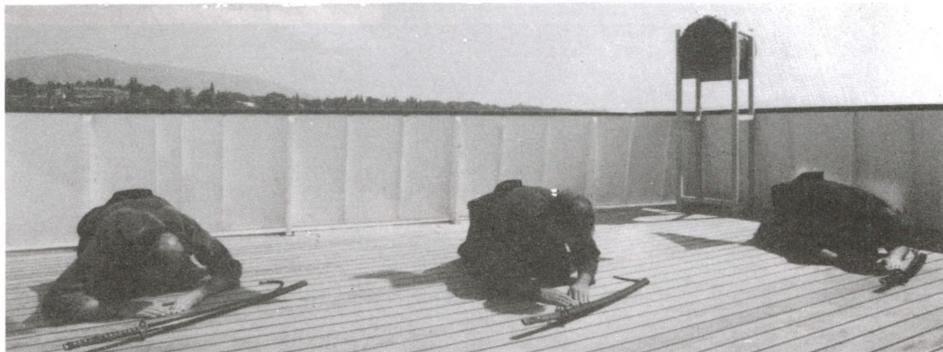
Le but de cet évènement est de fabriquer en France, avec du minerais français, plusieurs lames véritables selon les techniques traditionnelles, depuis la fonte du minerais en forme de loupe (amalgame spongieux), la forge et le repliage, la trempe, le polissage, l'aiguisage, la fabrication du Tsuka, du Saya, ainsi que de toutes les pièces qui forment la monture d'un Katana. C'est la première fois qu'un tel évènement a lieu en Europe, et ce n'est pas de sitôt que l'on aura la chance d'assister à une telle démonstration. Une trentaine de membres du GRMT participent au stage soit comme assistants, soit comme observateurs. Lors du retour de Laurent, nous lui demanderons plus de précision sur la poursuite du stage qu'il se fera un plaisir de nous donner sous la forme de quelques articles dans Contact.

Pascal

SABRE AU GRÉ DES LAMES DU LÉMAN

Elles n'étaient pas bien grosses, ce samedi 20 mai, heureusement. Tout de même, ce fut la première fois que notre section démontrait des Kata d'Iai sur le pont d'un bateau. L'évènement marquait l'anniversaire d'une école de japonais de Genève, évènement pour lequel cette dernière fit bien les choses: location du bateau «Henri Dunant» pour tout un après-midi ensoleillé, sushi et autres victuailles à profusion, boissons à discrétion. La plupart des disciplines du SDK étaient présentes et l'intérêt des «touristes» fut assez évident. Dave Miller, l'organisateur, me charge de tous vous remercier. Il est absolument enchanté de notre travail.

*Qui passera par-dessus bord?
Démonstration de Jodô, Pascal et Laurent.*



Ce n'est ni pour laisser passer les flèches des Kyudôkka, ni pour récurer le pont, ce sont Jean-Louis, Pascal et Laurent (par ordre de calvitie) qui saluent les touristes avant une démonstration d'Iaidô.

INTÉRÊT MILITAIRE POUR LES ARTS MARTIAUX

Lors d'un cours de répétition de 4 jours à La Lenk, dans l'Oberland bernois, à la suite d'une invitation du Commandant de compagnie, je me suis retrouvé en Hakama devant une brochette de capitaines et majors. Je leur ai présenté quelques Kata d'Iai et de Jo et une introduction aux armes de Shindô Musô Ryû. Je fus ensuite invité à immobiliser au sol quelques rudes gaillards du haut-Valais. Le résultat fut à l'honneur du SDK, beaucoup de muscles et peu de techniques, seule la veste de mon Keikogi en a souffert. Bref, l'intérêt de l'armée pour le Budô semblait réel et ce fut une expérience tout à fait positive.

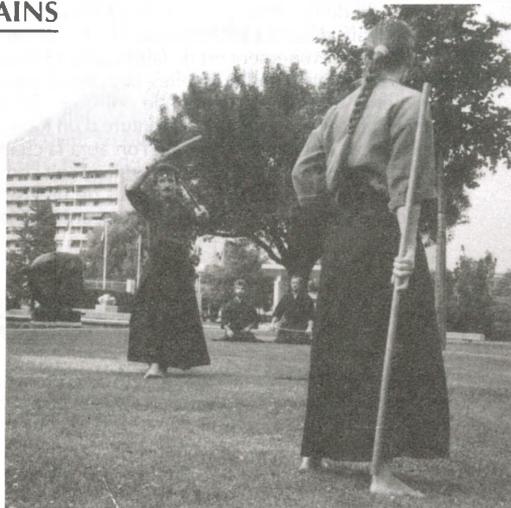
Pascal

RYŪ JAPONAIS SUR VESTIGES ROMAINS

C'est le 20 juin que nous avons présenté une démonstration à Martigny (VS) sur invitation du Club Rotary. Cela s'est passé à la Fondation Pierre Gianadda qui abrite actuellement une riche exposition des œuvres du sculpteur britannique Henry Moore. Mais ce musée offre la particularité de s'élever sur les vestiges d'un petit temple romain encore en fouilles.

Serge

Sur fond de sculptures,
deux kamae à la coexistence inhabituelle.



STAGE DE TAMESHIGIRI A BIENNE

24-25 JUIN



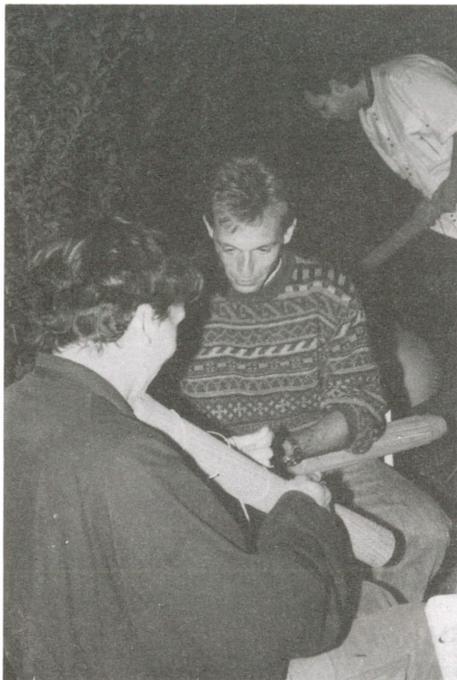
Le matin à 6h30, après le footing et en civil.



*La note de couleur signée Saül
et portée par Olivier.*



Une ambiance amicale.



*Préparation des nattes
pour les coupes du lendemain.*

Coupe à une main de Jean-Louis.



Le Kesagiri du chef.





Une réussite, encore, pour la troisième édition de ce stage de Tameshigiri.

JODO

杖道

Comme pour l'lai, plusieurs événements monopolisent notre section durant ce printemps:

STAGES DES ÎLES

Lors du week-end de Pentecôte, 7 membres de la section furent présents au stage des îles de Lérins, stage englobant 3 disciplines (Aikidô, laidô et Jodô) en vue de faire passer la même notion par trois chemins différents. Cette fois, c'était Me-Torigeiko (apprendre en regardant). Cette notion fut utilisée pour présenter le Tanjojutsu de la tradition Uchida en une seule heure, de 6h00 à 7h00 le matin. Il était très intéressant de noter à quel point certains peuvent être aveugles aux mouvements les plus simples, par le fait même que leur forme d'entraînement n'est pas basée sur l'observation mais sur l'explication. D'autres, par contre, furent très rapides à enregistrer l'essentiel. Une expérience très intéressante! Le stage s'est terminé par un Embu de bonne cuvée ou chacun ignorait ce qu'il allait faire 10 secondes avant chaque Kata. L'an prochain, le dixième anniversaire de ce stage nous réservera quelques surprises que nous nous réjouissons, VDB, Tiki et moi-même, de vous concocter.

NANCY

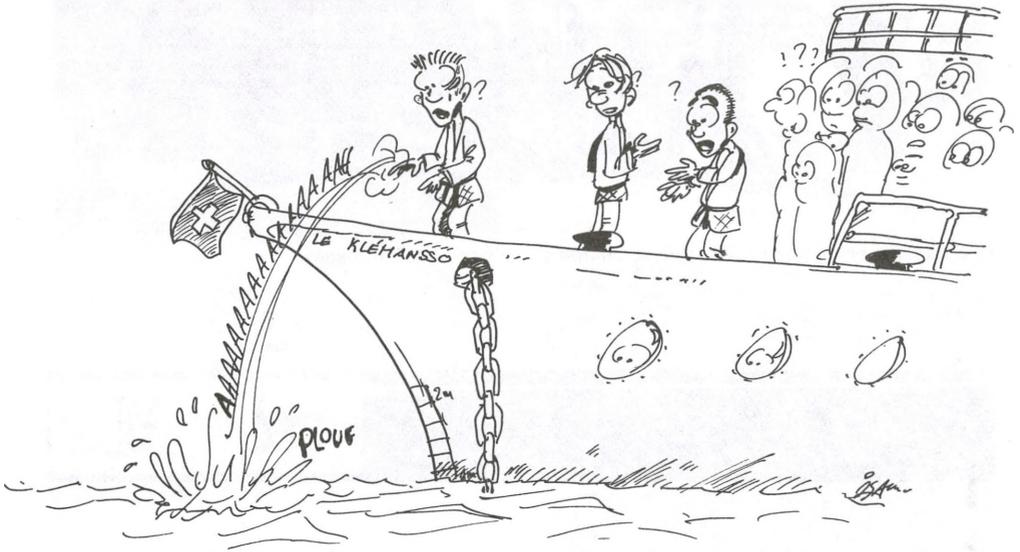
Démonstrations à Nancy: voir compte-rendu sous la rubrique «laidô».

Le 5ème stage européen du Brassus approche à grands pas. Plusieurs autres événements auront lieu vers la fin juin. Le délai pour les manuscrits de Contact tombant avant ceux-ci, nous les commenterons en même temps que le stage du Brassus dans le numéro d'août.

Pascal

JO D'EAU

Pour ne pas gaspiller trop de papier, je vous prie de vous référer à la section lai pour cette démonstration sur le pont de l'«Henri-Dunant». La section Jo fit également honneur à cet évènement.



JUDO

柔道

UN NOUVEAU PRÉSIDENT POUR L'ASSOCIATION SUISSE DE JUDO

Lors de sa dernière assemblée des délégués à Berne le 22 avril 1989, l'Association Suisse de Judo s'est dotée d'un nouveau président suite à la démission prématurée d'Ernesto Hauri pour des raisons de santé. Un seul candidat était en lice: le conseiller juridique du comité central: Monsieur Philippe Landtwing, avocat à Berne. Malgré une légère opposition provoquée plutôt par la façon dont l'ancien président s'était retiré que par la personnalité du candidat, ce dernier a été élu sans problème. Monsieur Landtwing a eu l'occasion d'exposer les lignes générales de son programme qui passe notamment par la réduction des frais administratifs (déplacement du secrétariat de Bienne dans son cabinet à Berne), une meilleure collaboration entre les différentes régions de la Suisse et le développement du «sponsoring». Gageons que notre nouveau président qui semble être un homme pragmatique saura donner l'élan nécessaire à notre association. Il est en tout cas le premier président depuis plusieurs décennies à avoir pris la peine de se déplacer dans les différentes régions suisses pour se présenter.

RÉSULTATS DES CHAMPIONNATS INTERNES

1989

ÉCOLIERS – ÉCOLIÈRES



– 25 kg Ecolières 1ère CONA Sabrina
2ème BARCHIETTO Laurence
3ème GUERRA Valérie
KYRIAJI Jove



– 25 kg Ecoliers 1er BUCHLIN Patrick
2ème KAEGI Mathieux
3ème NAKAJO Arata
KHEYAR Nadir



– 30 kg Ecoliers 1er DEMUTH Torsten
2ème GIRARDIN Sandrine
3ème CRISTALLO Massimo
4ème SILVA Félipe



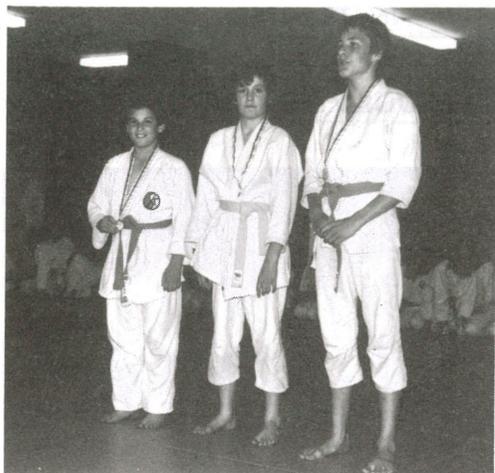
– 36 kg Ecoliers 1er PAOLI Jérôme
2ème RIESEN Clément
3ème BUSSLINGER Olivier
4ème BLATOV André



– 40 kg Ecoliers 1er BAROZ Grégoire
2ème WANGELER Sébastien
3ème BRUNSCHWYLER David
TORMARCHIO Claudio



– 45 kg Ecoliers 1er HISCHIER Dominique
2ème MEZZO Julien
3ème BUSSLINGER Nicolas
GUENIN Didier



+ 45 kg Jeunes filles
1ère KRIEGER Naomi
2ème CATALA Sandra
3ème CARROZ Eve
ALVES Anna-Paola
4ème GASSER Sophie

+ 45 kg Ecoliers
1er PERRISSET Frédéric
2ème ILINE Michel
3ème BUGNON Philippe

Encore Bravo à Toutes et à Tous

Je remercie personnellement tous ceux qui m'ont aidé dans l'organisation des Championnats Internes 1989.

Désiré Schneuwly

EXAMENS DES CEINTURES SUPÉRIEURES
ECOLIERS – ECOLIERES
DU 20/04/1989

Ont réussi avec succès le 4 ème Kyu:

CHU Jimmy, JAQUET Xavier, KRIEGER Naomi.

EXAMENS DES CEINTURES BLANCHES
DU 20/04/1989

Ont réussi la ceinture jaune:

ALVES Anna-Paola, BALDÉ Amadou, BOUDRY Pasqualine, DIAZ Rodrigo, GALLIER Johan, GASSER Sophie, GUIBERGIA Didier, HOSNY Anne-Marie, KORNILOV Alexis, LAGGER Guillaume, KHARAOUZOV Jaroslav, MAEGERLI Laurent, MAHASSEN Jérémie, MALANITCHEV Nathalie, MIRIDONOV Kirill, PAKOSZ Cécile, PENN Laurence, RUIZ Stéphane, SILVA Félipe, TOZZI Alexandre, VUONG David.

Bravos à Tous

Les Profs



SEISHIN TANREN :

la forge d'un esprit pur

Senshin Tanren est une notion commune non seulement à toutes les disciplines martiales japonaises, mais elle s'étend également à toute étude approfondie requérant une participation active du corps et de l'esprit.

L'image est d'ailleurs bien choisie: ce n'est que dans le feu intense de l'action et par les chocs répétés des remises en question que l'esprit du pratiquant acquiert assez de malléabilité pour prendre la forme définie par les principes de telle ou telle tradition.

Puis, une fois la forme désirée acquise, une cristallisation s'effectue un peu à la manière de la trempe, et l'esprit est alors inaltérable... jusqu'à la prochaine opération de forge.

l'esprit du pratiquant repose sur des braises

Tout comme le métal insuffisamment travaillé, le pratiquant qui manque d'entraînement ou qui ne se «donne» pas assez ne permettra pas à son esprit d'atteindre une température suffisante et la forme de cet esprit restera inachevée... On ne trempe pas un métal qui n'a pas assez chauffé.

En Budô, le métal (l'esprit du pratiquant) est chauffé progressivement par les techniques de base, les rudiments de l'étiquette du Dôjô, la mise en forme physique. Cela peut prendre 18 mois à 2 ans. Ce sont, par exemple, l'étude des mouvements de Judô d'une manière statique, les chutes et la condition physique. Pour l'Aikidô, c'est le Konogei-ko, pour le Jodo, les Kihon et Omote, ou Shoden pour l'aidô. C'est une période où les coups de marteaux sont encore rares, le métal repose sur des braises à une température bien déterminée afin de ne pas brûler le métal avant de l'avoir travaillé.

Puis la température s'élève sensiblement. Périodiquement, le métal est sorti de la forge pour être battu, replié, étendu, replié encore et tourné dans tous les sens. Cette chaleur intense est fournie par le travail plus dynamique du Randori et de la compétition en Judô ainsi que dans d'autres disciplines.

C'est le Junogeiko en Aikidô, Chudan et Ran Ai en Jo, Chuden pour l'Iai. Plus l'intensité de la chaleur est grande, plus le métal est malléable. Quant aux coups de marteaux, ce sont les douleurs brave-



精
神

ments assumées, les défaites péniblement mais vaillamment digérées, les périodes de découragement précédant celles de l'espoir, les remises en question menant à de douloureuses contorsions mentales et aboutissant à des bribes de sagesse, bref tout ce qui rythme une vie de «pratiquant» de Budô, avec tout ce que ce terme de pratiquant implique...

la trempe est le résultat d'un processus intérieur

A l'instar du marteau qui descend inexorablement sur le métal rougi, le rythme des difficultés décrites ci-dessus martelle l'esprit du pratiquant en en altérant peu à peu la forme. C'est une longue période qui peut durer jusqu'à 5 ou 6 ans, certains métaux plus durs que d'autres nécessitant des opérations répétées.

Lorsque les stages intensifs, les Misogi (entraînements d'endurance), les Embu et autres Shiai ont porté la température du métal/esprit à son paroxysme, il se produit une sorte de cristallisation des notions reçues. Cette cristallisation, peut être comparée à la trempe du métal travaillé, mais au contraire de la forge, la trempe n'est pas effectuée par quelqu'un, elle est le résultat d'un processus intérieur alimenté par un entraînement régulier et sérieux.



Meubles anciens, Arts martiaux, Tatami, Kimono, Fouton, Céramique

✕

Bon pour une documentation gratuite

Nom : _____

Adresse : _____

Lieu : _____ NP _____

Téléphone : _____

A retourner à SOPHA DIFFUSION SA, C.P. 26, 1196 GLAND

Après cette première cristallisation, le processus peut être répété plusieurs fois jusqu'à ce que la forme du métal/esprit atteigne la «perfection». Après chaque période de cristallisation, le pratiquant est altéré pour toujours. Il n'y a pas de possibilité de retour en arrière. Un individu qui a suivi un entraînement intensif pendant 5 ou 6 ans ne sera plus jamais le même car il aura eu accès à des vérités qui ne s'expliquent pas et qu'on ne peut tout simplement oublier.

Ceux pour qui la cristallisation semblerait venir trop rapidement ne doivent pas oublier que l'opération qui suit les occupera bien assez longtemps : il s'agit du polissage et du peaufinage. Ceci peut se faire jusqu'à notre dernière heure...

Si vous m'avez suivi jusqu'ici, vous serez d'accord avec moi que certaines questions diablement importantes se profilent à l'horizon de ce modeste exposé : Si la forme de l'esprit est décidée par le forge-

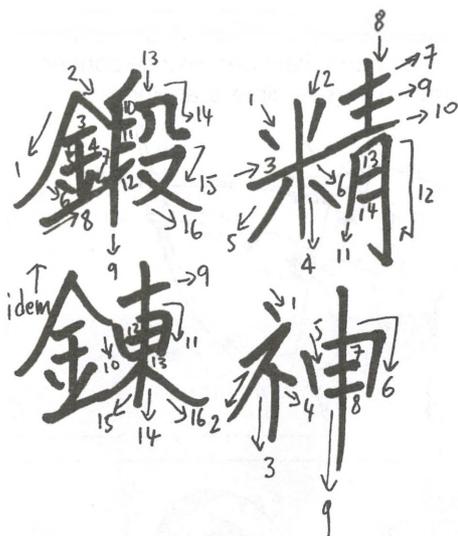
鍛精
鍊神

ron (la tradition ou le Maître) ne court-on pas un risque énorme en nous confiant à un tel « changeur d'esprit » ? Et la forme qu'on prétend donner à notre esprit, est-elle vraiment souhaitable ? Voici des questions qui risquent de vous donner autant de maux de tête que les coups de marteau dont on parlait plus haut. Ne perdons pas de vue qu'elles sont de toute première importance, surtout lors du choix d'une discipline ou d'un enseignant...

La calligraphie du début est dans le style Kaisho, celle de la fin dans le style Gyōsho. En petit, l'ordre des traits. N'hésitez pas à remettre 100 fois votre feuille sur l'enclume, ce n'est qu'à coups de pinceau que la forme de vos caractères (et de votre caractère) s'embellira et s'équilibrera...

Je vous souhaite de merveilleuses vacances.

P. Krieger



KYUDO

弓道

CONNAISSANCE DES ARTS MARTIAUX

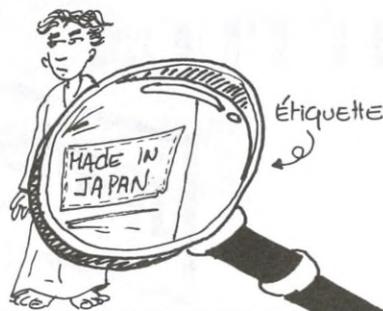
LES KYUDOKA

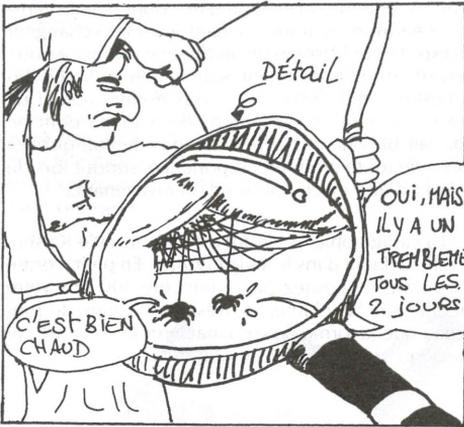
*persistent
et signent!*

Bien qu'on ne se souvienne plus de ce qu'était la cible à atteindre, une technique spéciale est encore utilisée dans les montagnes.

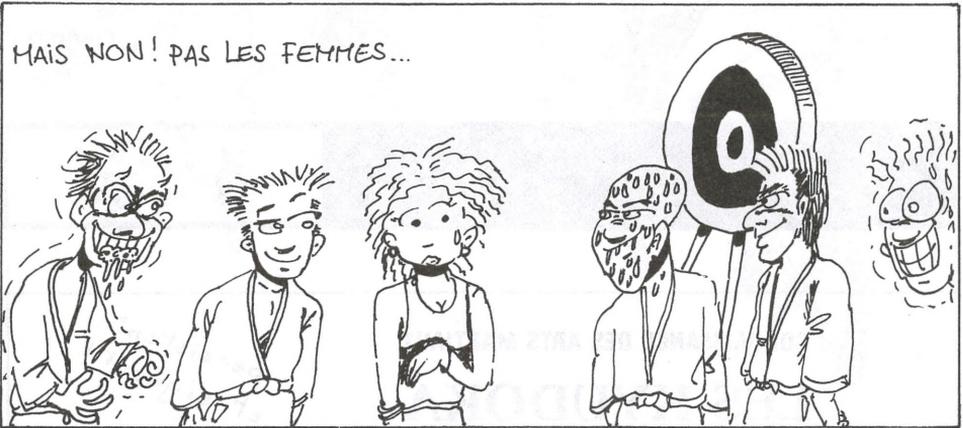
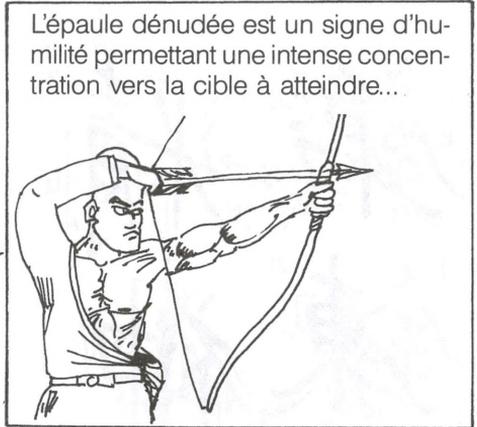


En Kyudo, le sens du détail est important. On attache beaucoup d'importance à l'étiquette.





OUI, MAIS
IL Y A UN
TREMblement
Tous LES
2 JOURS



FWIK

LE PRO...

jeansotheque

Genève
Centre commercial Tourelle
022/98 41 42

Meyrin
Chemin Riantbosson
022/82 61 22

...DU JEANS

ZANSHIN EN ALSACE AVEC SUZUKI SANSEI SENSEI

Sansei Sensei nous avait laissé un merveilleux souvenir de son voyage dans notre région en 1987. Il était à Mulhouse du 4 au 8 mai dernier invité par Jacques Normand dans le cadre d'un séminaire organisé par Jean-Jacques Orzan. 65 participants européens ont eu l'excellente idée de profiter de la présence de ce 8ème dan Hanshi, grand technicien et passionnant au plan humain.



Ce Sensei occupe une place à part dans le monde du Kyūdō japonais. Co-disciple avec Takeuchi Sensei du Grand Maître Anzawa, les deux hommes dominèrent pendant plusieurs années les plus grandes compétitions dont la fameuse coupe de l'Empereur. Lors d'une tournée de démonstrations avec son Maître et Takeuchi Sensei, Sansei Sensei ne rata aucune cible. Il se fit incendier par Anzawa Sensei qui affirma que cela n'était pas le Kyūdō. Le soutien de son ami Takeuchi l'aïda à surmonter le grand découragement qui suivit cette épreuve. (Nous reparlerons dans le prochain numéro de la place très particulière de la cible en Kyūdō. Ce n'est pas si simple car il est aussi faux de prétendre qu'elle n'a aucune importance, que de lui accorder la primauté de ses pensées).

Technicien hors pair, sa maîtrise du Kyūdō Hasetsu (les 8 positions de base) et ses brillants résultats valurent à Sansei Sensei une solide réputation au Japon tout en conservant son naturel discret et en restant à l'écart des instances dirigeantes de la Fédération. Aujourd'hui encore de très hauts gradés viennent le consulter, ainsi que des 7ème dan Kyoshi qui caressent l'espoir de remporter les grandes compétitions.

Sansei Sensei ressemble assez à l'image d'ailleurs



trop réductrice que nous nous faisons des grands maîtres. Il nous regarde tirer pendant des heures, assis sur une chaise ou tout près penché en avant. On se rend compte qu'il ne fait que cela. Et lorsque la correction arrive, aussi rare que brève, on sent bien qu'il a touché le point essentiel de chacun.

Lorsque Sansei Sensei sort sa douzaine de flèches et réclame un arc en fibre de verre, tout le monde se rassemble pour le grand festival. Chaque flèche tirée est accompagnée d'un enseignement sur des notions d'autant plus précieuses qu'elles sont la synthèse de sa méticuleuse observation de nos principaux défauts pendant de longues heures. Tout comme pour les tirs de cérémonie qui commencent chaque journée, c'est le moment d'ouvrir



tout grand les yeux et son esprit à ce qui pourrait être un Meteorigeiko (saisir avec le regard, voir une fois et comprendre directement) si la caméra vidéo ne nous permettait pas de revenir plus tard sur cet enseignement que nos esprits peu habitués ont du mal à assimiler directement.

Suzuki Sansei Sensei possède une merveilleuse maîtrise technique, mais des 8 phases du Kyūdō Hassetsu, celle qui m'impressionne tout particulièrement est le Zanshin. Il exprime cette présence

profonde et impassible autant dans son tir que dans sa vie. Ce Zanshin n'est jamais perturbé chez lui par le résultat de la flèche. Les caractères du mot Zanshin se traduisent littéralement par « l'esprit qui reste, qui demeure. » Pardonnez-moi ce mot un peu facile mais sincère :

« L'esprit de Sansei Sensei demeure dans le cœur de ceux qui ont travaillé avec lui. »

Erick

YOSEIKAN BUDO

養正館武道

« Si tous ceux qui se trompent n'avaient pas tort, la vérité ne serait pas loin », une petite pensée philosophique pour prendre le départ de l'été d'un bon pied. Comme il y a beaucoup de choses à dire, allons droit au but.

FLASH INFORMATION

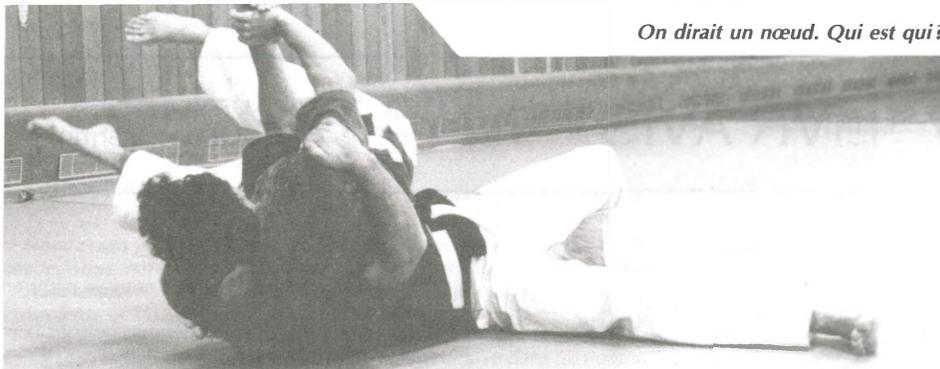
On nous communique de source sûre que la participation du SDK était élevée au stage de Lausanne. Puis au championnat suisse, qui a eu lieu le 27 mai à Brigue, Genève I a terminé à la 4ème place et Genève II à la 6ème place. Mais l'essentiel n'est-il pas de participer... et comme certains risquent de dire que je me répète, je n'épiloguerai pas là-dessus.

« LE PETIT VOYAGEUR »

Notre petit tour illustré dans le monde du Yoseikan continue :



Christian et Denis en pleine action, sous l'œil attentif de Duc.



RETOUR AU SOURCE (SUITE)

L'utilisation des hanches n'est pas limitée à la pratique des Arts Martiaux (et du Yoseikan). Ainsi, en regardant autour de soi, on s'aperçoit qu'elle est utilisée couramment, bien que souvent inconsciemment, dans un grand nombre d'activités physiques. Cela se justifie aisément par l'importante économie d'énergie réalisée de cette façon. Le bûcheron se servant de sa hache, le paysan fauchant son champ, l'ouvrier creusant à la pelle ou à la pioche, le lanceur de poids ou de javelot, le footballeur, le joueur de tennis ou de golf, tous utilisent donc également ce mouvement de hanche.

LA TERMINOLOGIE (SUITE)

- SHUTÔ:** Coup donné avec le tranchant de la main, côté du petit doigt.
HAITO: Coup donné avec le tranchant de la main, côté du pouce.
EMPI: Coup donné avec le coude.
ULAKEN: Coup donné avec le revers du poing fermé.
TETSUI: Coup donné avec le poing fermé, côté du petit doigt.
TENSHYÔ: Coup donné avec la paume de la main en remontant, en descendant et horizontalement.

KIHON UNDO: « ENVOI D'UNE FORCE »

Envoi d'une force dans différentes directions.

KIHON UNDO	EXEMPLES UTILISÉS			
	Coups frappés	Armes	Projections	Clés
MAE UE TATENAMI (l'ondulation montante vers l'avant)	MAE ZUZUKI	MEN UCHI	SEOI NAGE	KOTE KUDAKI
USHILO UE TATENAMI (l'ondulation montante vers l'arrière)	USHILO ZUZUKI		KUBI DOLI SUTEMI	

Avant de terminer, juste une petite correction en ce qui concerne l'article du numéro précédent, il fallait lire: Raymond Devos disait qu'il y en avait deux et non... qu'il y en avait?

Ceci dit, nous voilà arrivés au bout. Alors bye-bye, et tant pis pour ceux qui sont contre les mots anglais en français!

LE BOL ET LE BÂTON

120 contes Zen

racontés par Maître Taisen Deshimaru



Spiritualités vivantes

Albin Michel

L'été arrive, et nombre d'entre nous va partir en vacances.

C'est pour cela que je me permets de vous conseiller ce petit livre à savourer sur une plage (déserte, de préférence) où au sommet d'une montagne, afin de mieux libérer l'esprit et de comprendre certaine réalité du zen.

Ne lisez pas ce livre de A à Z, mais ne sautez pas d'une histoire à l'autre sous prétexte que la nuit tombe ou Dieu sait quoi.

Je n'ai pas dit lire, souvenez vous, nous sommes en vacances, alors savourez.

Prenez une histoire au hasard, évitez à tout prix de commencer par la première. Lisez cette histoire tranquillement, laissez-la vous emplir totalement, remachez-la plusieurs fois après avoir, bien sûr, refermé le livre, puis distillez-la tout doucement afin d'en retirer un nectar plus pur que du diamant, plus fluide que l'éther. Alors tout devient clair comme de l'eau de roche. Peut-être pourrez-vous passer à la suivante, et si par hasard vous retombiez sur la même, faites-moi plaisir, relisez-la car, croyez-moi, en vacances il ne fait pas bon se faire surprendre en flagrant délit de stress.

*A la rentrée...
Bonnes vacances*

LE BOL ET LE BÂTON
Collection Spiritualités vivantes
Ed. Albin Michel
206 pages: Fr. 10.-

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

M. CASTELLO
Rue Caroline 29

Tél. 48 19 51
1227 Genève



Nous avons pensé qu'il vous serait agréable de vous remémorer (ou de connaître) les articles ou les rendez-vous marquants de Contact, depuis la création de sa nouvelle version.

Nous essaierons d'inclure les stages ou les compétitions lorsqu'ils furent extra-ordinaires en restant conscients qu'un choix peut toujours se discuter.

Nous vous rappelons que certains numéros sont encore disponibles auprès de notre secrétaire Kim (le lundi et le mercredi). Si un article intéressant se trouve dans un numéro épuisé, ne vous découragez pas et informez-vous: il existe même des collectionneurs de Contact...

La rédaction

INDEX 1978

N°1 février

Naissance du Kodôkan Judô pp.4 – 5

Qui sont nos ceintures noires: Jean-Denis Scheinbenstock (Judô) p.8

Initiation au Shodô par Pascal Krieger pp.10 – 11

N°2 avril

Le sabre japonais, par Pascal Krieger d'après un texte de Me Risuke Otake et de *Asian fighting arts* de Donn F. Draeger, pp.2 – 5

Qui sont nos ceintures noires: Jacques Dubos (Karate) p.12

Calligraphie: Dô, michi – la voie pp.14 – 15

N°3 juin

Les ninja (1/9), présentée par Pascal Krieger d'après *Ninjutsu, the art of invisibility* de Donn F. Dreager, pp.2 – 3

Georges Pétremand n'est plus p.4

Morihei Ueshiba p.5

Qui sont nos ceintures noires: Jacqueline Hay (Judô) p.12

Le coin-coin du koka par François Wahl p.13

Calligraphie: Bu, takeshi-martial pp.14 – 15

N°4 août

Les ninja (2/9) pp. 2 – 4

Me Kuroda décoré par l'empereur p.5

Hommage à un grand maître: Me Shimizu pp.6 – 7

Qui sont nos ceintures noires: Désiré Schnewly (Judô) p.13

Calligraphie: Go, a(u) — l'union p.14

Ki — l'énergie p.15

N°5 octobre

Les ninja (3/9) pp.2 – 5

Manabu Ohira (Judô) p.8

Le coin-coin du koka: gestes d'arbitre p.16

Qui sont nos ceintures noires: Jean-Claude «Kibbouts» Willen (Judô, Yoseikan Budô) p.17

Calligraphie: Kyo, i(ru) — vivre, habiter p.19

N°6 décembre

Les ninja (4/9) pp. 2 – 4

Le coin-coin du koka: la surface de compétition p.12

Qui sont nos ceintures noires: Christian Vuissa (Judô) p.13

Calligraphie: le matériel pp.14 – 15



Mots croisés: Serge Dieci

Horizontalement

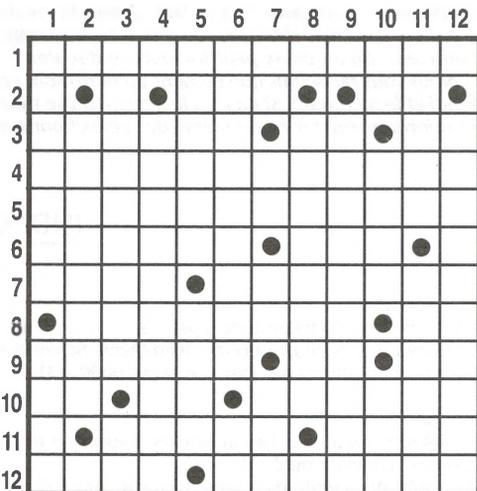
1. gibecières. 2. allègre – période. 3. physicien au courant – rigolé – possessif. 4. elles flétrissent sans tomber. 5. souvent qualifiés de flegmatiques. 6. délicat lorsqu'on est sur son fil – sans voile. 7. pour y mettre la main il faudra d'abord la retourner – araignées. 8. gaieté explosive – do. 9. bouillon habité – boire phonétiquement – ancienne île. 10. souvent à l'origine d'une rumeur – pronom – diminuer de volume. 11. plus que déçue – mangea. 12. abîmé – ne souffrent pas de délai.

Verticalement

1. à température de la pièce – lien. 2. parti de cette ville, le messager mourut à Athènes. 3. ravaudait – article d'ailleurs. 4. un des jurons préférés du capitaine Haddock. 5. fus d'accord – cumulant les années. 6. rasséréiné mais complètement bouleversé – coule petitement. 7. permet des hypothèses – extrémités d'un caleçon – rapport – eau salée. 8. pomme. 9. anxiété. 10. divinité – ôter la vie – tisu. 11. greffée – d'un auxiliaire. 12. seras présent.

Solution de la grille précédente:

1. péremptoires. 2. imaginai – ont. 3. satiner – b – a. 4. Cn – deutérons. 5. ic – erminette (graphie



admise). 6. Cid – vanta – a. 7. up – jetée – ohm. 8. lega – i – rc – ci. 9. tels – quartes. 10. e – Asturies – s. 11. urc – rentable. 12. réalise – seul.

Ont triomphé des embûches et communiqué le résultat Jacques Dufey (avec une petite erreur en 2 du 6 horizontal), Robert Rapin et François Wahl. Ce dernier bénéficie des Frs. 50. – à dépenser au SDK.

A bientôt

Serge

CASE POSTALE 114
1211 GENEVE 25

Numelec

UBS GENEVE
CCP N° 12-3528

4, AV. DUMAS/1206 GENEVE/TEL (022) 47 8102/TX: 45-222.66

Vos camarades d'entraînement
François WAHL et Jean-Denis SCHEIBENSTOCK
sont à votre disposition
pour tous conseils et fournitures dans les domaines :

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

LEO GISIN AG

Spezial-Sportgeschäft

Sport-Studio

Magasin de sport spécialisé

Ju Jitsu

Karate

Judo

Ninja

Aikido

Kung Fu

Kendo

Full Kontakt



Spalenring 142

061/38 76 06

Postfach 307

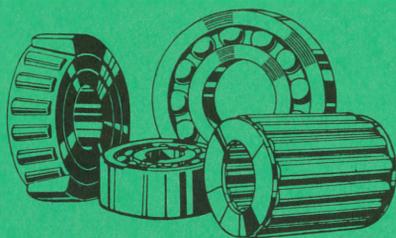
38 74 00

CH - 4003 Basel

J.A. 1211 Genève 13

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

ERIC MEYLAN S/A
spécialiste tous roulements



Vieux-Grenadiers 9
1211 Genève 4
Tél. 022/21 16 44
Télex 022/298 542

ALECTRICA
S.A. ÉLECTRICITÉ
TÉLÉPHONE



François
CASENOVE

30, rue Malatrex
1201 GENEVE
Tél. 45 70 43

Av. Louis-Pictet 6
1214 VERNIER
Tél. 83 01 83



RICHARD + MARCEL MARTIN

succ. M. Martin

Tél 32 48 41

ferblanterie
installations sanitaires
concessionnaire
des services industriels
de Genève

12,
rue de Berne
Genève