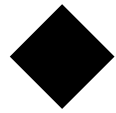


# A.M.I.E.



Arts Martiaux Internes et Externes

23, rue de la Sourdière 75001 PARIS ☎01.42.60.91.63 (répondeur)  
e-mail : [amieartsinternes@free.fr](mailto:amieartsinternes@free.fr) site :<http://www.amie-asso.org>

3ème année, N°10

10.05.1999

## Editorial

Nous sommes, en tant que pratiquants d'arts martiaux, adeptes du contrôle de soi et avant d'en arriver à la violence, chacun de nous aborde une situation de combat avec la fameuse maîtrise. L'actualité ne vous laisse sans doute pas indifférent et chacun peut mesurer à quel point, entrer en conflit comporte des risques même si la maîtrise technique est hyper sophistiquée pour un conflit comme la Serbie ou lorsqu'elle est plus triviale comme en Corse.

Ce petit détour par l'actualité pour montrer que, soit au niveau individuel, soit au niveau continental et territorial, la maîtrise fait partie intégrante de notre environnement et que la vigilance dans l'engagement est un facteur important de la vie de tous les jours.

Avant les congés d'été et la conclusion de la saison, AMIE tient à remercier tous ceux qui nous ont aidés par leur article ou leur courrier à contribuer à la vie de l'association. Le 29 mai aura lieu une Assemblée Générale Extraordinaire. Le but de cette réunion, à laquelle je vous espère nombreux, est de renouveler le conseil d'administration ainsi que de modifier les statuts.

Ces deux points devront contribuer à déposer un dossier complet au ministère jeunesse et sports afin d'obtenir des subventions.

En effet, notre association souffre d'un léger déficit et surtout nous souhaitons nous donner les moyens de répondre mieux aux attentes des adhérents. En attendant de vous voir à l'Assemblée générale ou en stage, bon entraînement et à bientôt.

*Michel LEROY*

## *Vendredi 19 mars*

*Psychomotricité et Arts Martiaux dirigé  
par Martine COMPERE.*

Une soirée de détente, malgré le sérieux sujet. Il faut dire que l'intervenante a su d'emblée nous mettre à l'aise, avec sa décontraction, sa bonne humeur communicative en nous laissant installer des tapis au sol pour notre confort.

Nous voilà donc assis en tailleur, en un cercle bouclé par l'animatrice du stage. Après une première partie qui a consisté à définir la psychomotricité et son rayon d'action, tout en faisant participer l'auditoire, nous voilà arrivés à la partie pratique qui, s'il y avait encore quelques

Nous voilà donc assis en tailleur, en un cercle bouclé par l'animatrice du stage. Après une première partie qui a consisté à définir la psychomotricité et son rayon d'action, tout en faisant participer l'auditoire, nous voilà arrivés à la partie pratique qui, s'il y avait encore quelques résistants, a fini par mettre tout le monde dans l'ambiance joviale.

Mais le plus réconfortant, fut pendant l'énumération des différents apports de cette spécialité, d'entendre notre conférencière nous préciser : "on y arrive aussi par le biais des Arts Martiaux !" Et là elle sais aussi de quoi elle parle, pour enseigner également la canne et le bâton.

Enfin, Merci Martine COMPERE de nous rappeler ô combien notre discipline est un trésor inestimable de bienfaits, et merci AMIE de nous permettre de continuer à l'approfondir et de découvrir ses multiples facettes.

*Samedi 20 mars*

**Seï no Iki : Voie d'évolution humaine par la manifestation harmonieuse des souffles vitaux dirigé par Dominique BALTA**

Rencontre avec un "personnage"

Dominique BALTA, malgré une stature imposante et une très grande expérience dans différents domaines a su rester simple.

Pour moi, ce fut un grand coup de fouet. D'origine africaine, je baigne depuis l'enfance, dans un milieu où les gens interprètent leurs rêves et parlent régulièrement des phénomènes que j'ai toujours qualifié de bizarres. Mais Dominique BALTA, lui, me surprend. Une personne aussi instruite et sensée que lui, faire la démarche d'apprendre à stimuler ces phénomènes et à les gérer à volonté, bravo ! Etre capable d'arrêter un rêve pour en changer, et reprendre le premier plus tard, là où on l'avait stoppé, mais oui bien sûr, c'est d'une banalité !

Jean MENDY, pratiquant SKD

Décidément, je reste toujours impressionné par le changement que produit la tenue dans les arts martiaux, Dominique BALTA, comme nous l'a présenté Jean est un homme de stature imposante, mais c'est également un monsieur qui est à la fois communicatif et bon vivant ce qui lui donne une allure de bon copain avec qui on aimerait bien discuter autour d'une table. Mais, comme pour d'autres grands enseignants que nous avons reçus, le fait de le voir dans sa tenue d'aïkidoka, change tout de suite la prestance de l'homme qui se transforme en véritable maître d'art martial.

La volonté de passer un message ou une sensation le fait nous répéter souvent la même phrase : "vous comprenez l'idée..." avec dans le regard l'envie que les interlocuteurs soient intimement convaincus dans leur corps du bon mouvement et de la bonne sensation.

Pour ce moment de présence intime et profond, j'ai regretté que nous ne soyons pas plus

nombreux à bénéficier de ce que nous apportait Dominique BALTA. Tous en cercle pour ressentir l'unité du groupe, lorsque j'ai personnellement donné le signe de la fin de l'intervention, nous étions bien tous à l'unisson. Dominique BALTA nous a d'ailleurs remerciés et il a apprécié la qualité de l'engagement et la concentration des participants qui, pourtant n'étaient pas des pratiquants d'Aïkido.

Rares sont ces moments privilégiés entre un enseignant et ses participants pour que nous le signalions. Pour tous ceux qui étaient absents à ce stage particulièrement intéressant, rassurez-vous Dominique BALTA reviendra la saison prochaine. Alors surtout ne ratez pas ce stage.

Merci encore Dominique, vous serez toujours le bienvenu.

*Michel LEROY*

-----

*Stage du 30 janvier 1999*

*Jacques Vieillard - Le Vernet*

Samedi 30 janvier 8h45, quelques degrés sous zéro, mais du soleil, je retrouve mon ami Jacques en train de prendre son "p'ti déj" dans la salle de l'hôtel. Il a eu du mal à trouver du personnel pour se faire servir et est donc un peu en retard. Nous ne sommes qu'à 20 km de Toulouse mais c'est déjà la campagne. Les gens sont plus cool, surtout en fin de semaine. Arrivés quelques instants plus tard au dojo, nous sommes suivis de près par les premiers stagiaires.

Au fil des inscriptions, Jacques reconnaît quelques têtes. Si ce n'est que la deuxième fois qu'il vient au Vernet, une longue (amie)tié uni le SKD et le KCV puisque depuis six ans nous organisons un stage d'une semaine durant l'été. Plusieurs personnes du Vernet suivent fidèlement ces rendez-vous. Comme ce samedi 30 janvier on joue "à la maison", il est normal de les retrouver. De nouvelles têtes (fort sympathiques) se présentent. Beaucoup de professeurs, de la Haute Garonne, bien sûr, mais également des Hautes Pyrénées, de l'Ariège et de l'Aveyron. Petit café avant d'entrer dans le vif du sujet.

Mais au fait, quel était le sujet ce jour là .  
"Proposer une méthodologie de préparation physique et psychologique complémentaire aux Arts Martiaux". Etirements et assouplissements le matin, gestion du stress l'après-midi. Une première partie en salle de cours permet, outre le traditionnel tour de table, d'aborder quelques notions de biomécanique, mais rapidement on sent chez les stagiaires l'envie d'une mise en pratique. Direction le dojo. Là, pendant près de deux heures, nos pauvres organismes vont être soumis à quelques savantes tortures. Mais toujours dans la bonne humeur. L'accent étant mis sur le souci permanent de faire un geste juste afin d'éviter de se blesser en voulant s'assouplir sans respecter son corps. Le temps passe vite et la pendule du dojo nous rappelle qu'il est déjà l'heure d'aller déjeuner. Cette pause sera l'occasion pour certains de s'entretenir avec Jacques sur différents thèmes. La discussion s'avère là aussi passionnante.

Retour au dojo. Au menu de l'après-midi, préparation psychologique et gestion du stress. Le kata étant l'exercice de base choisi pour traiter ce sujet. On va le savourer à toutes les sauces. Des situations étant créées de telle sorte que même un kata simple nous paraît difficile à exécuter dans de telles conditions. Bravo aux deux courageux qui se risquèrent à tenter Tekki Shodan sur un banc.

Les professeurs ont trouvé là une source inépuisable d'inspiration pour agrémenter leurs cours.

Moment de relaxation pour terminer et il est déjà l'heure de se quitter. Des réflexions entendues dans les vestiaires nous confirment que tout le monde a apprécié ce stage pédagogique regrettant que ce type d'intervention ne soit pas plus fréquente. Message reAu et rendez-vous pris pour la saison prochaine.

Merci, Jacques, de nous avoir fait partager tes compétences et à bientôt, au mois d'août en ce qui nous concerne.

*Michel MASSARIN*

## ***PETITES PHRASES***

Tout homme qui dirige, qui fait quelque chose, a contre lui ceux qui voudraient faire la même chose, ceux qui font précisément le contraire et, surtout, la grande armée de gens d'autant plus sévères qu'ils ne font rien du tout.

*Jules Claretie*

Ce qui est difficile à faire demande un mois, quelque fois des années. Ce qui est impossible demande simplement un peu plus de temps.

*LaoTseu*