

Mon do

La lettre des valeurs du Judo et Ju-jutsu *traditionnels*

Danger, danger, nos grades sont en pleine confusion. Le Judo "sportif" confirme sa dérive en "lutte habillée". On aurait pu préférer le mot "artistique". Mais hélas, on n'a pas suivi cette voie qui suggérerait des contenus très importants, d'où son appellation "Judo" qui signifie céder. Elle nous indique un comportement, mieux elle nous ancre dans des acquisitions plus vastes qu'une simple victoire à domination sportive. Mais le mot "Judo sportif" a été préféré, inventé nous dit-on

(par qui?), préféré au mot "Judo moderne" déjà employé dans certains ouvrages Judo. Les plus terribles constats sont les mots réducteurs qui appauvrissent la discipline, la réduisent à une victoire sans l'art et la manière. Pire, ses principes fondamentaux sont totalement dévoyés. Nous assistons à une déstructuration des mots et de notre gestuelle. Elle provoque des réactions en chaîne, de résultats acquis en opposition de force caractérisée. Les grades sont attribués, pour certains, sur des aspects sportifs de lutte. Et c'est dans

le rêve de beaucoup d'entre nous. Une fois celle-ci acquise la "ceinture rouge/blanche" 6^e *dan* était le rêve "ultime". Aujourd'hui le rêve colporté est d'être "champion" de France, d'Europe, du Monde, et rêve "ultime", Olympique. Tous ces titres acquis, pour la plupart, sans la "manière", parfois même sur pénalité, donc sans aucune considération des grades "*dan*".

Nous avons des références comme celles de notre Président Mondial Marius Vize qui nous dit "*on ne peut pas vivre dans le passé*", (revue L'Esprit du Judo, avril-mai 2009, n° 19, page 16). Moi je dirais "*on ne peut pas vivre sans le passé*". À la page 17, le directeur sportif mondial, Vladimir Barta "suprême" nous dit "*ma référence c'est le Sumo cette discipline millénaire*". Ma référence personnelle sera le fondateur du Judo, le professeur Jigoro Kano.

Meilleur emploi des distinctions... nos grades

LA CONNAISSANCE

Des exemples édifiants sur la signification des mots:

BASCULE: et non arraché impropre à l'action des techniques.

SEN-NO-SEN: ce n'est pas l'attaque dans l'attaque, (expression d'opposition des forces en présence) mais une action qui intervient "*avant*" l'attaque.

GO-NO-SEN: action qui s'enchaîne "*après*" l'attaque.

TECHNIQUE: est le moyen, "l'outil", qui est utilisé pour démontrer, appliquer les principes. Sachant que comme le "marteau" cet outil, peut aussi bien construire, démolir, ou faire un objet d'art.

(*) JUGE: est le mot employé par le professeur J. Kano, et non arbitre. Ce n'est pas un hasard.

() RÊVE:** imagé par le faible qui peut vaincre le plus fort.

(*) SALUT:** le salut des lutteurs, tape la main. Le salut des Judoka parfois fantaisiste, vu mains aux hanches. Les footballeurs, incitent le public à l'applaudir en battant ses mains au-dessus de sa tête. Au théâtre, au cirque, les artistes s'inclinent très respectueusement, tout en murmurant un merci. Nous sommes le seul "sport" à pratiquer autant de saluts: à la montée sur le tapis, le salut au professeur, le salut au Fondateur, le salut entre partenaires. Les professeurs, les parents sont très sensibles à cet ensemble de... préparation, de courtoisie, de respect.



Des couleurs qui « éclairent » la maîtrise.

ce sens que l'on peut affirmer que nos "grades se... dégradent".

Un exemple significatif: la visite exceptionnelle à Paris d'un 10^e *dan*, Maître Ichiro Abé, un des trois plus hauts gradés Judo du Kodokan, sa venue n'a pas remué les foules qu'elles soient pratiquantes, dirigeantes ou enseignantes. Triste constat, voire désespérant. Autant que je m'en souviens, la "ceinture noire" 1^{er} *dan* représentait

En effet, je ne peux que transposer des images, des écrits, des réflexions sur des circonstances vécues par le professeur Jigoro Kano, il y a plus de cent ans. Elles devraient nous interpeller.

C'est à la fois avec étonnement et satisfaction, que nous voyons le professeur J. Kano, dans son autobiographie (extrait ci-joint), mettre l'accent sur une dérive de sa création, occasionnée

par la mise en place... du compétitif.

Bizarrement, à partir de cette mise en organisation des compétitions, il raisonne et explique judicieusement ces importantes dérives. Le plus étrange est de constater que ces dérives n'atteignent pas seulement nos arts martiaux, mais contaminent à l'heure actuelle des pans entiers de nos structures industrielles, commerciales, politiques, administratives, sportives, artistiques... Le plus extraordinaire est que toutes ces dérives ont un point commun : "une course effrénée à la compétition". La performance outrancière envahit tous les domaines, pollue tous les secteurs, et de nombreux acteurs. Pour ce qui concerne le Judo traité par le professeur Jigoro Kano, les analyses qu'il fait sont vraiment pertinentes et en ce sens elles devraient nous faire réfléchir. Écoutons-le, entendons-le :

« Les premiers temps du Kodokan.

Permettez-moi de profiter de l'occasion pour expliquer brièvement d'autres aspects du Judo Kodokan, en particulier la période 1887 alors que j'achevais l'élaboration du Judo Kodokan.

Au premier jour du Kodokan, j'allais moi-même au dojo et j'instruisais les étudiants, essayant de les guider par ces principes. Quoique mes instructions n'étaient pas toujours suivies intégralement parce que j'étais immature en tant que professeur, l'esprit était naguère le même qu'aujourd'hui. Toutefois les principes que j'épousais et la manière dont j'enseignais à l'époque, se rapprochaient bien plus de mon véritable idéal que ce qu'on peut voir aujourd'hui.

Les raisons de la détérioration de la pratique :

Il y a deux raisons pour lesquelles la pratique actuelle est décadente.

La première raison est le fait que nous avons encouragé les pratiquants à participer à des compétitions telles que les tsukinami, compétitions mensuelles, et les kohaku, rouge et blanc, dans l'ordre de stimuler l'expansion du Judo. Afin d'organiser ces rencontres, il était nécessaire de créer des règles spécifiques pour rendre les jugements. Les Shihan, instructeurs "seniors", ne sont pas toujours disponibles pour être juges (*). Même lorsque j'assistais personnellement et officiais en tant que juge, il était nécessaire pour moi de suivre les règles préétablies. Sinon, il

n'était pas évident pour les autres de savoir qui avait gagné ou perdu. De plus, quand d'autres que les "Shihan" devaient agir comme juges (il était nécessaire qu'ils suivent des règles peu compliquées et claires). Une fois qu'il fut décidé de juger suivant des règles spécifiques, certains problèmes naturellement surgirent. Les gens devinrent trop préoccupés par le règlement et cela les empêcha d'accomplir mon idéal de mouvement naturel.

La deuxième raison de cette détérioration, était la pénurie d'instructeurs qualifiés qui puissent enseigner

un exercice physique ou comme un art martial.

Comme exercice physique : la meilleure posture n'est naturellement pas celle où on se trouve le cou tendu en avant ou bien le corps penché ou raide...

Comme art martial : nous devrions être capables de mouvoir le corps avec liberté, légèreté et vivacité, si bien que nous puissions esquiver, chaque fois que notre antagoniste attaque...

Des conseils judicieux pour éviter les mauvaises tendances que nous pouvons voir aujourd'hui. Tels que l'usage non



F. DUPIN

Le salut en Judo : respect, déférence, préparation mentale et duel.

[Cliquez sur l'image et validez pour voir se dérouler la vidéo !](#)

le "Randori" correctement, du fait de l'accroissement rapide des pratiquants de Judo. À cause de cette carence, ma méthode originelle de "Randori" n'était pas suffisamment suivie. Les pratiquants n'avaient plus l'opportunité de l'apprendre de manière appropriée, et dans beaucoup de cas, ils s'empoignaient tout bonnement, opposant la force à la force. Nous pouvons voir maintenant beaucoup de personnes pratiquant le "Randori" d'une manière contraire à l'esprit originel.

Comment corriger les mauvaises tendances ?

Cette méthode erronée de "Randori" s'est aujourd'hui substituée à ma vision d'un Judo idéal, et nous devons trouver une manière de sauver l'avenir du Judo. Pour réussir, nous devons, avant tout, identifier les facteurs clés, selon que nous considérons le Judo comme

nécessaire de la force ou l'empoignade à bras-le-corps. Notre posture devrait être semblable à celle des boxeurs plutôt qu'à celle des lutteurs... »

Puis vient une suite d'autres conseils très pertinents. De cet ensemble, il ressort l'importance des grades comme élément pédagogique fondamental, pour renouer avec les vraies valeurs et les mettre enfin en valeur, dans leur immense contenu, véritable richesse léguée par le professeur Jigoro Kano.

Comme les Katas, les grades ont subi l'épreuve de la compétition pendant quelques années. En effet, certains anciens peuvent se prévaloir d'un titre de champion de tel ou tel grade.

Mais il faut revenir à leur valeur comparative instaurée par le Maître Kawaishi. Il faisait obtenir nos grades par des compétitions contre plusieurs de grade inférieur. Exemple pour le 1^{er}

POURQUOI CETTE LETTRE MENSUELLE... ?

Pour essayer que nos mots retrouvent leur signification, que nos images illustrent ces significations, et enfin que les grades authentifient cette maîtrise. Cet ensemble définit nos "comportements" face à une adversité physique et mentale.

Notre gestuelle est significative de nos comportements, que ce soit le respect, la courtoisie, le remerciement, voire le spirituel ou le religieux. C'est une attention à ne pas négliger et à prendre en compte. Les signaux qui nous sont donnés sont très variés. Des exemples édifiants :

1) Les ceintures avec leur coloration significative.

On débute avec la ceinture blanche, elle peut représenter, l'innocence, la pureté, la toile blanche du peintre, c'est le début d'une œuvre. Puis l'évolution, signalée par différentes ceintures de couleurs crescendo, les "kyu" : jaune, orange, verte, bleue, violet (pour les adolescents) et marron. Puis une étape, importante, les "dan" : les ceintures "noires", dans une autre approche de classification. On peut trouver des rapports entre : blanc/noir avec le Yin et le Yang, le jour et la nuit... Il faut atteindre l'équilibre que nous allons trouver progressivement avec les ceintures "rouge-blanc" 6^e, 7^e, 8^e dan. Première étape avant le "rouge", 9^e dan, la lumière, l'équilibre entre les énergies. Il n'y a plus d'opposition, c'est l'harmonie.

2) Les saluts (***) sont des gestes significatifs (voir L'Esprit du Judo n° 20, pages 62 et 63, par Yves Cadot).

La lutte : très sympathique le "top" des mains. Allez on va s'expliquer, voir quel est le plus fort ! Attitude pliée en deux, d'attention réciproque, prouver sa force, ne pas perdre...

Le Judo : inclinaison des corps, avance du pied gauche (préparation mentale), attitude droite, éveil à l'autre, un duel où je dois prouver le meilleur emploi de mon énergie, voire l'apothéose, utiliser l'énergie de mon adversaire.

C'est un abrégé, mais il demande réflexion et approfondissement, que nous allons trouver grâce à d'immenses personnages d'Orient et d'Occident, qui nous transmettent des messages à méditer et à appliquer. Ils traversent des siècles sans une ride. Chacune de nos lettres rappellera quelques messages forts :

Friedrich NIETZSCHE : « Un jour, il n'y aura d'autres réflexions que celles portant sur "l'éducation" ».

Sa morale est fondée sur la culture de l'énergie vitale.

SOCRATE : « Si penser fait mal, ne pas penser c'est faire le mal ».

CONFUCIUS : « je ne peux rien pour qui ne se pose pas de question ».

Proverbe CHINOIS : « Contraindre, c'est se faire des ennemis, convaincre, c'est se faire des amis ».

dan, il fallait vaincre cinq adversaires dont deux ceintures orange, deux ceintures vertes, une ceinture bleue (et l'adversaire qui battait le postulant, passait immédiatement au grade supérieur). Pour les hauts grades comme le 3^e **dan**, il fallait battre cinq premiers **dan**. Tous les anciens se rappellent avec quelle virtuosité et rapidité Jacques Laglaine a passé ce test.

Ces tests de combats contre plusieurs étaient non seulement très convaincants mais spectaculaires et perpétuaient le rêve(**). Lors des grandes épreuves ou fête, c'est souvent dix adversaires qu'il fallait vaincre en démonstration... ! C'était la preuve démontrée qu'avec les techniques appliquées suivant les principes de céder, il était possible de vaincre le nombre et le poids.

Cette particularité d'élever notre sport à un art a été confirmée et démontrée dans un film qui est un document unique. Il fut découvert par Jean Beaujean, à la suite du départ du Maître Kawaishi. Ce film est attribué à Méliès, en 1925, au début du cinéma. Celui-ci démontre les valeurs respectives, progressives de la maîtrise de l'art du Judo "voie de la souplesse".

Ainsi nous avons des exemples remarquables de *Randori* (un de nos entraînements le plus difficile à faire acquérir par nos élèves) exécuté par deux ceintures marron, puis un 3^e **dan** avec un grade inférieur ; puis deux 3^e **dan**, un 5^e **dan** avec un grade inférieur, puis "ultime", un grand maître 6^e **dan**. Son attitude, ses déplacements, sa maîtrise nous démontre le Judo comme un très grand art.

Nous avons ainsi la différenciation des grades, leur évolution, acquisition, maîtrise. Tout est là. Alors assez de mots, les images sont bien plus importantes qu'un long discours (N.D.L.R. : *ce film remarquable est aux éditions Éveil, Budo Édition, Noisy-sur-École. Tél. : 01 64 24 70 38*).

Conclusion : quand le passé nous dépasse !

• Si nous sommes incapables de différencier les énergies en présence et que nous glorifions des résultats obtenus en opposition des forces, alors oui, il y a de quoi être très inquiet.

• Si les saluts, les attitudes, les comportements perdent toutes valeurs d'appréciation, alors "salut", et adieu à notre "voie de la souplesse", le Judo.

C'est sa signification, je crois ?

L.L.