

## ***LA CULTURE JUDO VUE PAR LES ROUGES ET BLANCS DE MIDI-PYRENEES***

Parce qu'il n'est pas indispensable de pratiquer le Judo mais que si on choisit de le faire il n'est pas concevable de n'envisager qu'une de ses facettes.

Parce qu'en le proposant, son fondateur JIGORO KANO a bien précisé qu'il s'agissait avant tout d'un procédé d'éducation englobant une formation physique, intellectuelle et psychologique

Parce qu'en tant que retransmetteur du Judo notre devoir consiste à former des individus, responsables et moteurs de leur société et non pas des robots experts à faire chuter. Nous sommes les architectes de nos élèves.

Parce que construire un édifice nécessite d'en assurer les fondations et que les traditions sont les plus solides.

Parce que, la connaissance des faits essentiels qui nous ont précédés permet de ne pas réitérer les mêmes erreurs.

Parce que, ceux qui nous ont montré un chemin, nous ont légué un trésor que nous avons le devoir de transmettre à nos cadets en l'améliorant, en le faisant vivre donc évoluer, mais sans le déformer.

Pour ces raisons et une multitude d'autres, les Rouges et Blancs de la Ligue vous invitent à les suivre tout au long d'étapes aboutissant à la signification du Judo.

Né au Japon et qu'est-ce qui caractérise ce pays ?  
Pourquoi le fondateur du Judo a-t-il été conduit à le structurer ?  
Quel message nous lègue-t-il ?  
Quel est notre rôle pour son devenir ?  
Devons nous être passifs et le laisser galvauder ?  
Lisez et optez !

### **LA CULTURE JUDO**

La définition (Une définition est un discours qui dit ce qu'est une chose ou ce que signifie un nom.

D'où la division entre les...) que donne l'UNESCO de la culture est la suivante :

« La culture, dans son sens le plus large, est considérée comme l'ensemble (En théorie des ensembles, un ensemble, désigne intuitivement une collection d'objets (que l'on appelle éléments...) des traits distinctifs, spirituels et matériels, intellectuels et affectifs, qui caractérisent une société ou un groupe social. Elle englobe, outre les arts et les lettres, les modes de vie, les droits fondamentaux de l'être humain, les systèmes de valeurs, les traditions et les croyances. »

Il ne fait pas de doute que l'on puisse parler de « Culture » Judo dès que l'on est conduit à fréquenter des judokas de nationalité, religion, couches sociales différentes : tous répondent aux mêmes signaux de la même façon ! Afin de mieux comprendre comment il peut en être ainsi il est logique de remonter à la source du Judo et de se familiariser avec le Japon : son berceau. Si J. KANO a imaginé le Judo et lui a donné une orientation précise c'est du fait de ses racines. Comme tous les hommes, il est le maillon d'une chaîne forgée par les influences de ce qu'ont vécu ses prédécesseurs. Il est le fruit d'une culture façonnée par un climat, des traditions induites par des croyances, et des siècles d'adaptations diverses pour permettre à une société de naître, croître et évoluer dans une région donnée. Qu'est le Japon ?

## LE JAPON BERCEAU DU JUDO LA NAISSANCE

Le Japon doit son nom à deux idéogrammes chinois utilisés par les marins. Ils signifient « îles orientales » et contractés deviennent ZIPPON. Ils sont devenus NIPPON « terre du soleil levant » dans la langue japonaise.

Au large de la côte orientale de l'Asie se trouve un chapelet d'îles en arc de cercle dont la superficie est supérieure à celle de la Grande Bretagne et inférieure à celle de la France. Quatre îles principales : Kyushu, Shikoku, Honshu et Hokkaïdo faites de contrastes : des sommets escarpés, des plaines fertiles sur le passage des ouragans, les côtes sont battues tous les ans par les typhons, secouées par les séismes.

Ces contrastes de la nature ont façonné l'homme et légendes et histoire sont toujours entremêlées ! Où est la frontière ? Y en a-t-il une ? Les îles du Japon seraient nées de l'amusement de dieux qui ont trempé leur lance dans la mer et pour la sécher l'ont secouée : chaque goutte a fait naître une des trois cents îles de l'archipel, à ce que l'on dit !

La géographie a façonné la culture japonaise. Un détroit de 150Kms sépare ses îles de la côte chinoise et la traversée a toujours été très périlleuse ce qui a correspondu longtemps à un isolement du Japon.

D'un point de vue ethnique les origines du peuple japonais nous sont inconnues à ce jour, une seule certitude : il s'agit d'asiatiques ! A l'âge de pierre une tribu, les Ainu vivaient au Japon d'aujourd'hui, de race blanche, très velus, ils seraient d'origine caucasienne ! Les typhons ouragans et autres séismes les ont conduits à voir des dieux dans ces manifestations de la nature. L'homme très mal adapté à ces rigueurs a été conduit à respecter cette nature et à devoir se consacrer uniquement à l'agriculture et à la pêche. L'habitat est resté très longtemps uniquement bâti en bois et la notion de ville a mis de nombreux siècles à être conçue. Le territoire était alors divisé en de multiples petits états dirigés par des sorcières ou magiciennes. Cette ancienne coutume du pouvoir régi par les femmes a subsisté jusqu'au VIII<sup>e</sup> siècle et ce n'est qu'à partir du XV<sup>e</sup> siècle que le pouvoir est passé exclusivement aux mains des hommes.

En 250 après J.C. des guerriers mongols débarquent et s'imposent. Farouches combattants ils possèdent des armures, des armes en fer très perfectionnées et sont à cheval . Ils apportent la connaissance de la culture du riz, le tissage et l'art de forger le fer. Ce sont eux qui structurent le Japon et constituent rapidement l'aristocratie. C'est d'une de leurs familles qu'est issu le premier Empereur, souche de tous ceux qui vont se succéder jusqu'à nos jours !

Une fois encore mythologie et histoire se confondent : le premier membre terrestre de la famille impériale est le petit fils de la déesse AMATERASU fille du soleil ! Envoyé du ciel, il porte les trois symboles : l'épée, le joyau recourbé et le miroir, attributs qui sont encore de nos jours ceux de la dignité impériale. L'épée ou katana lui est remise par la déesse qui l'a elle-même reçue de son frère. Celui-ci avait menti à sa sœur et pour se faire pardonner avait dû affronter un dragon, après l'avoir tué il avait trouvé ce katana dans le ventre du monstre. Le miroir venait également d'AMATERASU : mécontente du comportement des humains elle les avait privés de lumière et s'était cachée dans une grotte pendant de nombreux mois. Ne supportant plus l'obscurité, les autres dieux se réunirent et tramèrent une série de stratagèmes pour la déloger de sa caverne. Ils utilisèrent des coqs qui chantaient sans relâche, firent danser et chanter une jeune déesse et placèrent un miroir en bronze devant l'entrée de la grotte. Attirée par le bruit, Amaterasu finit par sortir et la lumière revint ! C'était au solstice d'hiver et depuis la fête du renouveau de la nature, le KAGAMI BIRAKI, commémore cet événement. Nous en avons fait la Cérémonie des Vœux !

Toutes ces co-notations mythologiques font que l'Empereur a toujours été vénéré en tant que symbole religieux et non comme chef de gouvernement. Son rôle est d'intercéder auprès des dieux dans l'intérêt des humains, le vrai chef d'Etat étant une sorte de Premier Ministre ! D'où les intrigues pour accéder à ce poste...

La famille des SOGA a su s'approprier ce rôle pendant plusieurs années. Malgré tout le Japon n'est qu'un assemblage de clans et ne connaît ni l'écriture (pratiquée en Chine depuis 3000 ans avant J.C.) ni la poésie, ni la peinture.

Des moines bouddhistes chinois vont alors apporter ces connaissances et l'histoire du Pays du Soleil Levant va s'écrire d'une encre différente sur une nouvelle page !

## L'AGE D'OR

Jusque là les japonais ont répondu à des croyances basées sur les dieux Montagne, Typhon, Arbre, Rivière, etc. Tout s'appuie sur la déification de la nature, c'est la religion SHINTO. Avec les moines chinois l'influence bouddhiste pénètre le Japon. Les principes essentiels ne contredisent en rien ceux du Shintoïsme et sont acceptés : l'homme doit accepter le « dharma » c'est à dire l'ordre du Monde et pour ce faire il a des devoirs. En une seule vie il ne peut y parvenir, il va donc se réincarner.

BOUDDHA, prince Indou au 6<sup>e</sup> siècle avant J.C. en avait donné la doctrine faite de méditation, privation et refus du plaisir.

Petit à petit celle-ci a été reprise par CONFUCIUS qui y a ajouté en règle absolue : les droits du faible et les devoirs du fort, le respect des supérieurs, le culte des ancêtres, et l'obligation pour les jeunes de suivre « la route tracée par les aînés ». Selon la qualité de la vie menée il devra vivre un nombre de vies plus ou moins grand pour parvenir à la félicité du nirvana et pourra se réincarner en humain, si rien de grave n'a été commis ; en animal et redevenir humain sera presque impossible, en végétal ou minéral et il n'aura aucune chance de parvenir au nirvana ! D'où le respect de la nature, des animaux et la perpétuelle recherche d'harmonie. Pour racheter une faute grave et un manquement à un engagement une seule possibilité : le suicide

On retrouve dans le roman de GENJI la description de ce que fut la vie au Japon jusque vers l'an 1200. Cette période a été marquée par le culte du beau, des arts, de la poésie et de la vie de Cour. Pendant toute cette période le Japon a vécu seulement sur lui-même et a poussé à l'infini ce que les chinois avaient apporté. Petit à petit les intrigues se nouent, des ministres ont soif de richesse et une nouvelle période va commencer !

## L'AVENEMENT DES SAMOURAI

Qui dit intrigues dit luttes. Les nobles commencent par faire pratiquer les arts de la guerre à leurs fils en les mettant dans les mains « d'entraîneurs » plus ou moins spécialistes. Progressivement les faits d'arme prennent le pas sur les jeux floraux et on commence à parler de chevaliers en armure. Au milieu du XII<sup>e</sup> siècle et pour environ 700 ans le guerrier devient le personnage et l'arbitre suprême, il impose sa loi au Japon, une loi militaire. Nous sommes en pleine féodalité et des alliances de seigneurs se créent pour unir des forces et des fortunes et satisfaire à des intérêts personnels. Ils s'organisent et donnent petit à petit à ces guerriers un rang et une éthique, un Code et la caste des SAMOURAI apparaît. Ce mot signifie « celui qui sert ». Il s'agit de servir son chef, son supérieur et d'appliquer les règles du BUSHIDO. Guerriers redoutables et redoutés ils sont de plus des lettrés de haut niveau maniant aussi bien la poésie, la musique et la peinture que les arts du combat. L'obéissance va au sacrifice suprême et plutôt que de se rendre, le suicide est la dernière issue vers la réincarnation en

humain ! Les familles les plus importantes eurent rapidement leurs Samouraïs et loin de s'entendre ils s'entretinrent allègrement pendant plusieurs dizaines d'années. Petit à petit deux familles émergent puis une seule obtient l'hégémonie. Les événements se calment et la guerre va venir de l'extérieur !!

### **KOUBILAÏ KHAN !**

En 1268 le grand KHAN des mongols commence à s'intéresser au Japon. Quinze mille soldats s'embarquent de Corée pour envahir le Japon. Pour la première fois les Samouraïs affrontaient des ennemis étrangers en formation militaire. Ils allaient affronter ceux qui n'avaient jamais perdu et qui étaient dotés d'arcs très puissants, de bombardes et autres explosifs. Heureusement les Mongols furent maintenus sur les plages et les marins Coréens décidèrent de rentrer par crainte du mauvais temps ! Le grand KHAN, furieux, veut parvenir à ses fins et prépare un nouveau débarquement. En Juin 1281 l'armada mongole revient et à la surprise générale les Samouraïs contre-attaquent avec de frêles embarcations très mobiles et incendient les bateaux des envahisseurs. Pendant plusieurs jours la bataille fait rage.

### **KAMIKASE LE SAUVEUR**

Tout le Japon se mobilise et les vagues de soldats se succèdent avec un mépris complet de la mort. Ceux qui ne peuvent pas combattre prient dans les temples et soit, grâce aux dieux, soit à la météo, le typhon a le dernier mot. Toute la flotte mongole est détruite, ceux qui ne sont pas noyés sont décapités. Ce Typhon est le vent des dieux, le KAMIKASE (prononcer kamikazé). Depuis les japonais croient que leurs terres sont protégées par les dieux.

Au XX<sup>e</sup> siècle ayant des avions plus lents que ceux des adversaires et peu de carburant ainsi qu'une pénurie d'explosifs, ils eurent recours aux avions suicide dont les pilotes, volontaires, étaient des demi dieux fiers de donner leur vie pour sauver l'Empereur ! Eux aussi ont été appelés KAMIKASE.

### **ET APRES ? ET ENSUITE !**

Au cours des siècles suivants, luttes de pouvoir et guerres civiles se poursuivent. Il fallut attendre la période d'EDO (1616 - 1800) dite aussi des Tokugawa, pour voir le pays faire son unité et connaître stabilité et prospérité. Cependant les influences extérieures, accusées d'affaiblir l'esprit nippon, furent combattues par des lois restreignant le flux des hommes et des marchandises. Cette fermeture au Monde, ce repli sur soi, renforça la conviction des Japonais - permanente dans toute leur histoire - d'être un peuple à part, promis à une destinée particulière. Ces deux siècles d'isolement virent pourtant un essor de l'art et de la littérature au Japon.

Le Japon serait sans doute resté hermétiquement fermé au reste du Monde si le cycle isolationnisme ouverture ne s'était une nouvelle fois manifesté. En 1853, (sept ans avant la naissance de J. KANO !) les Etats Unis décidèrent de recourir à la politique de la canonnière pour « ouvrir l'huître japonaise » et obtenir un accès commercial à l'archipel. Ils envoyèrent

quatre bateaux de guerre dans la baie d'EDO (ancien nom de TOKYO). La nation japonaise stupéfaite se vit ainsi sommée de mettre fin sans plus tarder à sa politique d'isolement. Gravement affaibli par les pressions extérieures et la crise interne, le SHOGUNAT (forme de gouvernement) finit par être renversé en 1867 et l'ordre des Samouraïs aboli !!!!

L'aptitude de ce pays au changement est stupéfiante, la continuité de sa culture ne l'est pas moins, quel que soit l'aspect par lequel on l'aborde. « Le fleuve coule irrésistiblement, mais son eau n'est jamais la même qu'auparavant ». Le Japonais a l'art de puiser ailleurs la quintessence de ce qu'il découvre, il prend un temps pour le « digérer » puis il le fait sien en y apportant quelques aménagements. Il est commun de voir l'homme d'affaires vivre dans son bureau de façon très occidentalisée et de rentrer chez lui, enfiler son kimono, se recueillir devant l'autel des anciens et appliquer les préceptes que ses prédécesseurs ont toujours observés. Si nous tentions de les définir :

De la religion SHINTO une règle absolue : la recherche de l'harmonie avec la nature étendue, extrapolée serait-on tenté de dire, à la vie en société du CONFUCIANISME le respect de l'ancien, du supérieur hiérarchique du BOUDDHISME la croyance en la réincarnation et à l'obligation, pour y parvenir, de ne chercher que faire le mieux en tout.

De la survie dans le milieu rendu hostile par les outrances météorologiques, la prise de conscience que l'individu est désadapté devant la Nature et doit sa survie à son appartenance au groupe. « Un est en tout et tout est en un »

Ces concepts ont forgé tout au long des siècles les caractéristiques du peuple japonais. Avant tout ils considèrent essentiel tout ce qui les a précédés, ils ont un profond respect de leurs traditions qu'ils perçoivent comme les fondations sans lesquelles il est impossible de construire l'avenir. A ce propos les traditions sont envisagées de deux façons : soit elles sont les tremplins à partir desquels on innove en faisant évoluer sans renier. Aient-elles été le reflet de la culture et pérennisées en tant que telles (l'art du tir à l'arc, de la cérémonie du thé) Cette notion implique un respect sans faille pour les aînés, les plus hauts gradés dans quelque hiérarchie que ce soit or tout est hiérarchisé. L'âge étant une hiérarchie naturelle ! Le terme de DAN est utilisé en tout : sur le plan universitaire, dans le monde artistique de l'arrangement floral ou IKEBANA, dans l'industrie et les titres d'ingénieurs etc. Une autre de leurs caractéristiques réside dans le sens de l'honneur ! Etre déshonoré interdit la réincarnation. Cette seule notion les pousse à rechercher toujours un engagement total dans la réalisation de la moindre entreprise ! Egalement une de leurs caractéristiques pourrait être la tolérance, l'acceptation de la différence. Certes les premiers prêtres catholiques ont été crucifiés puis de nombreux japonais se sont convertis et tout le monde vit en bonne intelligence sans jugement réciproque. Cette notion peut être le fruit de la conception bouddhiste qui veut qu'un soit en tout et tout en un. La résultante s'exprime par la recherche d'une vie de communauté et d'entraide devant un objectif à atteindre.

## JIGORO KANO FONDATEUR DU JUDO

### A/ KANO et le JU JITSU

Shinnosuke KANO, dit Jigoro KANO, est né le 28 octobre 1860. Plutôt chétif, il ne pouvait admettre l'idée d'échec ! La réputation du Ju Jitsu reposant sur la possibilité donnée au plus petit de vaincre le plus grand, très jeune il s'adonne à cette discipline. Rapidement plusieurs questions se posent à son esprit, sans réponse de la part de ses maîtres. Tout en continuant à pratiquer, pour maîtriser les techniques, il cherche ses propres réponses et il parvient à s'ouvrir un chemin qui le conduit du « Jitsu » (la dextérité) au « do » la voie. C'est ainsi qu'il élabore ses théories du seiryoku zeinyo et du jita kyoei, les deux piliers du Judo.

Afin d'éclairer ce cheminement laissons parler J. KANO à partir des traductions tirées du livre  
« Essence du Judo »

**« Nombreux sont ceux qui sont familiarisés avec le terme Ju Jitsu, or il existe des écoles qui font des choses totalement différentes qu'elles appellent Ju Jitsu et d'autres qui font les mêmes choses**

**qu'elles nomment différemment** » Certaines ne travaillent que sur des projections d'autres sur du travail au sol, d'autres sur les coups ou les étranglements et luxations.

Au sujet des origines du Ju Jitsu rien de précis ! **« Mon opinion personnelle est que le Ju Jitsu a été entièrement façonné par les japonais »** Peut-être une influence chinoise importée par un moine mais sa connaissance se bornait aux coups de pieds et de poings issus du KEMPO.

Quoi qu'il en soit, au sens de J. KANO la finalité du Ju Jitsu ; **« de nombreux styles ont été développés avec chaque fois des modes d'application différents : projeter, frapper les points vitaux ou encore capturer : le but ultime étant de tuer ! »** **« Bien que le combat semble avoir été au cœur de la pratique du Ju Jitsu, il s'y rattachait également d'autres finalités, comme l'éducation physique et l'entraînement mental ...bien qu'il ne soit pas sans imperfection lorsqu'il est considéré comme un tout, le Ju Jitsu s'affirme comme un héritage culturel qui doit être préservé.... J'ai atteint mon objectif après avoir approfondi ma connaissance du JU Jitsu tel qu'il existait par le passé, conservant ce qui me semblait nécessaire de conserver et rejetant ce qui me semblait inévitable de rejeter, étudiant en profondeur les techniques et les théories pour les retranscrire sous une forme mieux adaptée à la société d'aujourd'hui. »**

### B/ du JU JITSU au JUDO

**« Il existe plusieurs raisons qui m'ont fait délaisser le terme Ju Jitsu pour lui préférer le nom JUDO. La raison principale c'est que le 'do' (la voie) est ce qui est mis en exergue dans ce qui est enseigné au Kodokan alors que Jitsu 'l'efficacité technique' n'est qu'incident. »**

A ce niveau nous devons réfléchir ! Il n'est pas anodin que J. KANO ait voulu donner à sa « méthode » le sens de la voie au moment où le Japon s'ouvrait au Monde. Son propos était centré sur la nécessité de ne pas perdre les principes de vie qui avaient jusque là si bien réussi à guider le peuple japonais. Il crée alors une école dite « Judo Kodokan », le terme de Judo existant déjà mais ne représentant qu'une forme de Ju Jitsu sans organisation particulière.

En remplaçant le JITSU par le DO **« Je voulais simplement m'assurer que les réalisations de ceux qui m'avaient précédé ne soient pas perdues. »**

Les écoles de Ju Jitsu étaient très éloignées les unes des autres par leurs contenus et J. KANO a eu le mérite de **« conserver les points forts des écoles pour compléter les éléments qui leurs manquaient. Je finalisais les techniques en incorporant différents processus que j'avais moi-même mis au point. »** - **« Aujourd'hui en parlant Ju Jitsu l'on associe le plus souvent à une technique privilégiant des pratiques dangereuses.... Nous pensons en priorité à quelque chose de douloureux pour le corps qui ne peut nous apporter aucun bénéfice. Le véritable Ju Jitsu n'a rien à voir avec cela. C'est particulièrement le cas du JUDO KODOKAN que j'ai développé qui n'implique rien qui puisse se révéler dangereux. Je ne mettrai jamais assez l'accent sur le fait que ce que je préconise est loin d'être un sport violent ou dangereux. »**

**« L'organisation du Judo Kodokan est fondamentalement identique aujourd'hui à ce qu'elle était lorsque j'étais mon école mais à ce moment là, lorsque j'expliquais le Judo, je le divisais en trois parties : la méthode de combat (art martial), la méthode d'entraînement (Éducation physique) et le processus de développement moral (incluant le développement intellectuel, l'acquisition du sens moral et l'application des principes du Judo à la vie de tous les jours. ».** A la création de son école **« j'utilisais une méthode qui mettait l'accent sur le randori. Cette méthode permettait d'assimiler naturellement les katas au travers de la pratique du randori. C'était un peu comme enseigner la rédaction sans avoir recours à un livre de grammaire, ou enseigner les bases de la grammaire tout en expliquant comment écrire un essai. »** Le nombre d'élèves augmentant, les niveaux deviennent hétérogènes et J. KANO doit

différencier les temps de chacune des deux méthodes. Dans tous les cas il insiste surtout sur : « **Il est nécessaire d'utiliser de manière plus efficace son énergie morale et physique pour atteindre un but précis.** » D'où une des maximes essentielles sur lesquelles repose l'enseignement du Judo : « SEIRYOKU ZENYO – la recherche de l'efficacité maximum par l'utilisation optimale de son énergie » : « **Toutes les techniques de Judo doivent être gouvernées par ce principe de base et elles doivent être étudiées et pratiquées de manière approfondie !** » Pour lui il devient très clair qu'en tout il faut avant tout se fixer un objectif et pour l'atteindre la maxime précédente est la seule voie. Il cherche donc à utiliser le Judo comme éducation physique et mentale. L'éducation physique n'a d'intérêt que dans la mesure où elle permet une optimisation de la potentialité physique mise au service du groupe dans lequel vit l'individu. La Culture physique axée sur le seul développement des masses musculaires ne présente pas un intérêt majeur ! Le Judo moyen d'éducation intellectuelle : « **le développement intellectuel peut être considéré de deux manières différentes : les personnes qui ont beaucoup de connaissances et les gens qui ont un jugement éclairé ne sont pas nécessairement les mêmes. ... vous devez clarifier vos objectifs afin d'exercer votre énergie mentale et physique de la manière la plus efficace possible afin de les réaliser. Professeurs et élèves doivent avoir des projets clairs. Ce n'est qu'avec des objectifs clairement définis que le développement intellectuel pourra se prévaloir de résultats.** »

« **Une population pleine de vitalité est seule garante de la prospérité d'une nation, et cette vitalité dépend de l'entraînement moral et physique proposé aux gens. A l'époque féodale le Japon basait son éducation sur la pratique des arts martiaux. Le modernisme de l'époque Meiji (1868) fit que cette éducation tombe en désuétude. Ceci est dû surtout à ce qu'alors les écoles étaient multiples et ne traitaient qu'une partie : le principal objectif était ignoré. La méthode était dépourvue de structure et s'avérait souvent dangereuse. Alors je mis toute mon énergie à réformer le Judo. En 1882 j'établis le Judo Kodokan pour proposer un enseignement scientifique moderne en accord avec mes principes. Par dessus tout, je renonçais à mettre uniquement l'accent sur l'entraînement au combat, qui avait été toujours au cœur des arts martiaux et je fis de l'entraînement mental et physique l'objectif fondamental du Judo.** » « **Je n'ai jamais cessé de rappeler qu'il faut commencer par l'étude des waza avant de songer s'engager sur le chemin du DO du Judo.** »

« **Le seiryoku zenyo, le principe du Judo, peut être appliqué à tous les aspects de la vie sociale. Comment peut-il être appliqué au sein d'un groupe ? Il suffit qu'une personne agisse de manière égoïste pour que naissent les conflits. Par contre si chacun prend en compte les besoins et les situations particulières de chacun les conflits peuvent être évités ce qui favorise l'harmonie. Le conflit se fait au détriment de tous tandis que l'harmonie se fait au bénéfice de chacun. Ainsi lorsque des individus vivent en groupe ils peuvent s'entraider. Il est des choses qui ne peuvent se réaliser sans l'aide d'autrui c'est ce que j'appelle le ' JITA KYŌEI' (entraide et prospérité mutuelles).** »

De ces définitions du Judo écrites par J. KANO nous pouvons retenir des principes essentiels :  
Il place sur le même plan la valeur physique, mentale et morale. Ce faisant il donne les moyens d'y parvenir en préconisant la concentration maximale dans la conduite d'une entreprise. Dans un premier temps il est évident de constater les progrès réalisés dans la pratique physique ce n'est qu'après que la réflexion permettra d'extrapoler à tous les actes de la vie et de « s'engager sur le chemin du Do du Judo. »

Il démontre la nécessité de prendre garde à l'autre afin d'améliorer ensemble le résultat à des efforts donnés.

Le Judo nécessite la participation active et totale des deux dans l'étude des waza.

Il devient un vecteur essentiel de la tolérance et de l'altruisme.

Il suggère la prise de conscience de ces valeurs par l'étude des waza et leur extrapolation à la vie en société.

Il est à noter que le Judo Kodokan a commencé à être enseigné en 1882 soit lorsque J. KANO avait 22 ans seulement. Son choix de vie a été l'enseignement ! Sa vie a été marquée par la conviction que la cause la plus noble et le plaisir le plus grand résidait dans l'épanouissement des jeunes qui mettront

toute leur énergie à agir pour le bien de la société. Il a fait du Judo un modèle éducatif en étant convaincu que le sport n'avait pas de frontière. Membre du CIO il n'a eu de cesse que de voir le Japon organisateur de Jeux.

**« Dans le futur, les citoyens du monde se mêleront progressivement. Quand le temps sera venu, si nous avons appris beaucoup des autres nations mais que nous n'avons rien à leur enseigner, non seulement nous devons nous sentir honteux, mais il nous sera également difficile de ne pas nous voir méprisés. Aussi que pouvons nous leur enseigner ? Nous avons le Judo. »**

S'il n'est pas démontré que le Judo a apporté la paix aux hommes, on peut constater quand même que l'œuvre de son fondateur s'est vulgarisée : en 1882 les premiers cours se font sur 12 tatamis (24 m<sup>2</sup> le tatami étant l'unité de surface). Aujourd'hui la Fédération Internationale compte 187 pays.

### **LA VIE DE J. KANO** **EN QUELQUES DATES**

1860 sa naissance

1877, il entre à l'université et 1878 il fonde le 1er club de base ball au Japon.

1879 il étudie le JU JITSU chez Maître ISO

1881, licencié es lettres, 1882 diplômés en sciences Esthétiques et Morales, il fonde le Judo Kodokan pour 9 élèves (ils seront 600 en 1889 !)

1884, attaché à la Maison Impériale et en 1886 reçoit le 6<sup>e</sup> rang promu vice président au Collège des Nobles.

1888, Recteur au Collège des Nobles et de 1889 à 1891 représente le Japon en Europe.

1893, nommé Directeur de l'École Normale Supérieure et reçoit le 5<sup>e</sup> rang Impérial

1909, il est le 1er Japonais membre du CIO

1916, reçoit le 3<sup>e</sup> rang Impérial crée la revue Kodokan.

1922, siège à la Chambre Haute

1928, participe à l'Assemblée Générale des Jeux Olympiques et assiste aux Jeux de 1932 aux USA ainsi qu'à ceux de Berlin en 1936

Il obtient que les Jeux de 1940 aient lieu au Japon mais la déclaration de la guerre les annule.

Il meurt en 1938 sur le bateau qui le ramène du Caire et reçoit le 2<sup>e</sup> rang Impérial à titre posthume.

Il semblait essentiel de reprendre succinctement les étapes traversées par le fondateur du Judo mais notre propos ne consiste pas à retracer l'histoire du Judo tant au Japon qu'en France. Des ouvrages de vulgarisation et des textes sur Internet existent à ce sujet, tous parfaitement documentés.

### **LE PROFESSEUR TRANSMETTEUR** **DE LA CULTURE**

Laissons donc l'histoire aux historiens et analysons les messages que nous avons reçus afin de voir s'il nous est possible de les actualiser à notre époque et dans notre civilisation.

Celui qui vient au Judo ne voit qu'un sport, le rôle du Professeur consistera à lui faire découvrir ce que l'on peut nommer la « culture Judo », à savoir une connaissance de toutes les facettes de l'activité conduisant à un comportement typique !

Très progressivement, à la faveur de discussions informelles (ou MONDO : littéralement 'question-réponse') et avec un vocabulaire adapté aux âges de son auditoire, il devra s'inspirer des préceptes de



J. KANO qui préconise appuyer l'enseignement sur deux formes complémentaires : le randori et le kata, afin de développer le Seiryoku Zenyō et le Jita Kyōei.

A ce stade, pour nous occidentaux, qui aurions un esprit cartésien, nous devons lire « acquisitions techniques » et non Kata. En effet, des asiatiques appliqueront ce qui est imposé par 'l'ancien' en lui faisant une totale confiance. Des occidentaux voudront 'comprendre'. C'est ainsi que lorsque J. KANO est venu en France en 1889, il n'a eu aucun succès. Il en fut de même pour ISHIGURO en 1924. Il a fallu attendre 1934 pour qu'un scientifique de renom, M. FELDENKRAIS, fasse venir d'Angleterre MIKINOSHUKE KAWAISHI 4<sup>e</sup> Dan, pour que le Judo connaisse un certain succès dans un premier temps auprès des adultes et principalement du monde étudiantin (Camus, Joliot Curie etc.). Ce japonais a donné des repères : les techniques étaient apprises en statique, UKE passif, elles étaient nommées par numérotation (1<sup>er</sup> de jambe, 2<sup>ème</sup> d'épaule etc.) et surtout, il a 'importé d'Angleterre' les grades de couleur alors qu'au Japon on restait C. Blanche des années avant de devenir marron puis Noire.

Les grades intermédiaires restent fondamentaux quant à l'intérêt du pratiquant (à telle enseigne qu'ils sont maintenant usités au Japon). Certes on utilise la terminologie japonaise

(Avec traduction) ce qui favorise l'universalité du Judo. Mais nous devons aussi conserver les préceptes de J. KANO et appuyer l'enseignement sur les acquisitions techniques, plus tard le Kata, et le deuxième fondamental préconisé par J. KANO : le Randori. Ce cheminement permet de donner au Judo son sens profond : les trois constantes de l'activité :

- Le SHIN (esprit de combat et détermination à mener à terme ce qui a été librement entrepris, qui est l'illustration du SEIRYOKU ZENYŌ.
- Le GI (la connaissance technique).
- Le TAÏ (la valeur physique). Non pas dans un but individualiste mais avec un souci constant d'entraide et de prospérité mutuelles : JITA KYŌEI.

Nous autres occidentaux, pourrions traduire par : le Savoir au service du Vouloir faire dans la mesure où l'on dispose du Pouvoir faire.

Le savoir ne peut s'inventer et exige travail, attention, compréhension, autant de concepts qui correspondent au Seiryoku Zenyo. Un bon apprentissage ne peut admettre la passivité de son étudiant.

Le Judo est le support essentiel à cette prise de conscience par le fait qu'il ne peut être pratiqué qu'avec et par un partenaire. Respecter ce dernier implique le sérieux de cette prise de conscience. Le rôle du professeur réside dans cette honnêteté intellectuelle : apprendre un Judo juste. L'étude des KATA, qui viendra aussi mais dans un deuxième temps, privilégie cette nécessité par la recherche d'harmonie du couple mise en évidence dans l'expression des rôles actifs de chacun et non par la réalisation d'un mime.

Le RANDORI, intervenant après l'étude des techniques, concourt à la recherche des mêmes objectifs. L'étude des techniques est le temps où l'on pratique avec l'autre pour faire le Judo (et non pour faire du Judo). Vient ensuite le temps où l'on pratique contre l'autre afin de constater ses propres progrès et sans idée de classement, il implique la connaissance technique et la condition physique. Il doit donc être axé sur l'attaque et la prise d'initiative avec acceptation de la chute et non son refus, les bras sont des instruments d'attaque et non de défense. Viendra après le temps du SHIAI ou championnat qui permettra de se situer par rapport aux autres, et demandera en plus la tactique.

Un troisième temps marque le Judo celui où l'on pratique pour les autres, l'idée fondamentale de J. Kano reposant sur la nécessité de retransmettre aux plus jeunes ; c'est une des raisons pour lesquelles il a pensé la pérennisation des techniques par les Kata.

Faire effort pour apprendre et le vouloir, se donner les moyens de constater ses progrès et y puiser le courage de persévérer, vouloir prendre conscience du niveau où l'on se situe par rapport aux autres et faire tout ça dans le respect des autres n'est certainement ni anachronique ni obsolète ! En suivant bien des procédés il est peut-être possible d'y parvenir mais le Judo est à coup sûr le moyen le plus évident.

Pourquoi ?

L'étude des techniques est inépuisable parce que le Judo se pratique en judogi et que la diversité des saisies est sans limite. D'où l'attrait de la perpétuelle découverte. Il est pratiqué à partir des actions et réactions de l'autre et ainsi il impose l'apprentissage de la lecture de l'autre, donc de la prise de conscience de l'importance d'autrui, son respect, prémisse à la tolérance.

Pour toutes ces raisons, le Judo reste un procédé d'Education facilitant la prise de conscience de l'individu par rapport au groupe dans lequel il vit. Certes, mais dans la mesure où son apprentissage ne s'arrête pas à l'acquisition de l'activité motrice. Elle est indispensable mais surtout doit demeurer prétexte à des règles de vie, à une direction choisie, à une voie à suivre.

D'où le rôle primordial du professeur qui doit inculquer par touches successives cette relation entre l'activité physique et l'enrichissement du comportement de l'individu. Pour J. KANO : « L'ultime **but du Judo est la perfection de soi-même et par là, la contribution à la prospérité et au bonheur du genre humain.** »

La notion de partenaire induira le respect d'autrui, on ne doit rien tenter de dangereux quant à l'autre.  
« **Je ne mettrai jamais assez l'accent sur le fait que ce que je préconise est loin d'être un sport violent ou dangereux.** »

La vie au Dojo sera basée sur cette notion de respect :

- Respect du Professeur et des plus gradés que soi
- Respect du partenaire que l'on salue avant et après le travail en témoignage de reconnaissance de sa valeur technique
- Respect des lieux, par la mise en ordre de ses propres affaires : zooris rangés talons vers le tapis, sac rangé, salle laissée impeccablement propre après utilisation
- Respect du tapis en dehors duquel on ne restera jamais nus pieds, que l'on salue en y montant et en descendant en témoignage d'égards pour le travail qui y est, y a été et y sera réalisé
- Respect de soi en regard des objectifs que l'on s'est fixé
- Respect des horaires et de l'assiduité
- Respect des règles de travail : yaku soku geïko, recherche permanente d'attaques dans le déplacement, randori recherche d'attaque sans empêcher le travail de l'autre avec défenses uniquement par esquive et remise, uchi komi avec des consignes strictes quant au rôle de Uke, nage komi sans brutalité

Cette notion du respect des autres ne peut que conduire à la prise de conscience de la considération d'autrui et à l'estime de chacun. L'estime contient les germes de l'amitié puisqu'elle est empreinte de sincérité et de modestie étant donné qu'elle n'est réalisable qu'à partir du contrôle de soi. Ce contrôle de soi sera évident lorsqu'après un succès remporté sur un autre, le professeur attirera l'attention du vainqueur sur l'interdiction de manifester sa joie avec exubérance. Le faire serait une démonstration de mépris pour celui qui a perdu !

Ces qualités de sentiment constituent la trame du cheminement de l'élève dans la Voie et sont édictées à partir de la réflexion de deux de nos anciens : s'appuyant sur le Code du Bushido, J.L. JAZARIN a proposé un Code des Ceintures Noires que B. MIDAN a repris de façon plus simple et plus à la portée des jeunes pratiquants, largement divulgué par la Fédération : le Code Moral. Plus récemment sous l'impulsion fédérale un groupe de judoka, d'horizons divers, ont permis à E. CHARLOT d'élaborer un document sur les objectifs fédéraux dans 'La Charte du Judo'.

Faire allusion à certains de nos anciens, ce n'est pas écrire l'histoire, car ce sont eux qui l'ont écrite pour nous, mais relater les grandes étapes qui ont jalonné l'épanouissement du Judo c'est une forme de respect vis-à-vis de ce qu'ils nous ont légué. Comme il a été dit plus haut laissons l'histoire aux historiens quant à la froide rigueur des dates liées aux faits et ne retenons que les grandes lignes.

A l'époque où J. KANO a proposé le Judo Kodokan, des RYU (écoles) de JU JITSU existaient et il a fallu qu'il démontre à quel point sa méthode était meilleure. Des tournois ont été organisés opposant entre autres les ju jutsuka de la police à ses élèves. Un des élèves de J. Kano, Shiro Daïgo dit SUGATA SANSHIRO, petit et léger, battait régulièrement ses adversaires grâce à un sutemi dit tempête sur la montagne YAMA ARASHI. C'est ainsi que rapidement la méthode proposée est devenue la seule pratiquée notamment par la police dans un premier temps puis par l'armée. Dès 1911 le Judo devient discipline obligatoire dans les écoles et c'est à peu près le moment où il arrive en Europe en Angleterre et en Allemagne. Il faudra attendre 20 ans pour assister au 1er championnat du Japon.

Dès que KAWAISHI organise ses premiers cours seuls des adultes pratiquent à l'exception d'un jeune garçon : Jean DE HERT qui sera la première Ceinture Noire bis après un boulanger M. COTTREAU. La guerre arrive et KAWAISHI doit repartir au Japon mais il crée le Collège des Ceintures Noires et en son absence on continue à pratiquer, en métropole et en Afrique du Nord.

A l'issue des hostilités le Judo est interdit au Japon ainsi que tous les Arts Martiaux. Fort heureusement le Général MAC ARTHUR qui avait une certaine connaissance de la culture nippone va autoriser le Judo dans la mesure où il ne soit présenté que comme Sport. Petit à petit les universitaires reprennent sa pratique et une émulation s'installe inter Université.

En France KAWAISHI revient 7<sup>e</sup> Dan et le Judo français a grandi au point qu'en 1947 la Fédération Française de Judo voit le jour alors que jusque là seule existait la Fédération de Lutte. Deux tendances se développent : l'une essentiellement orientée vers le Judo Sport et l'autre voulant aller vers l'aspect seulement éducatif. Jusque vers les années 50 seules des discussions s'opposent puis une scission éclate. KAWAISHI voulant se renforcer fait venir un redoutable compétiteur SHOZO AWAZU qui devient son assistant et va toujours dans le sens de son aîné.

A la même époque deux professeurs de Judo au Japon viennent en France, l'un s'installe à TOULOUSE ISHIRO ABE, l'autre à BORDEAUX AKU MICHIGAMI. Plus jeunes que KAWASHI ils se refusent de s'opposer véritablement à lui mais leur enseignement basé sur les déplacements, les actions réactions ouvrent des horizons nouveaux aux combattants les plus légers.

Les tendances Collège et Fédération vont finir par se rapprocher dans les années 70. la Fédération toutefois dans les années 60 à 70 est gérée en partie par un certain Robert BOULAT Directeur Technique National qui marque son passage par de nombreuses innovations : il œuvre pour les catégories de poids, il crée les postes des premiers Conseillers Techniques Régionaux : Bernard MIDAN pour le Sud Est, Maurice DEGLISE pour le Sud Ouest Raymond ROSSIN pour la Normandie et l'Ouest, Georges GRES pour le Nord et l'Est. Au niveau des championnats il imagine les principes de repêchage croisé et du double repêchage. Assez piètre judoka mais d'une valeur humaine extraordinaire, tous ses élèves, avec respect mais une grande affection, le nommaient toujours « le père BOULAT. »

Tout au long de ces années le Judo français a bénéficié de la présence d'hommes d'exception que ce soit parmi les élus : les BONNET MAURY, COLLARD, PFEIFFER, BERTHELOT, VIAL ... en tant que compétiteurs H. COURTINE, B. PARISET nos premiers grands champions. Puis nos premiers champions du Monde J.L. ROUGE et en féminine Jocelyne TRIADOU.

Un mot de plus sur J.L. ROUGE qui non content d'être notre premier champion du Monde est le seul à être passé de la Haute Compétition au poste de Directeur Technique National puis à celui de Président de la Fédération.

Bien d'autres ont permis au Judo Sportif d'acquérir ses lettres de noblesse au Panthéon du Sport . Les citer tous seraient très long mais en nommer certains devrait éveiller l'envie d'en connaître plus en allant sur Internet ou sur le site de la Fédération : J. LEBERRE, L. GROSSAIN, S. FEIST, A. BOURREAU, J.J. MOUNIER, J.C. BRONDANI, J.P. COCHE, P VIAL, B. TCHOULLOUYAN, M. ALEXANDRE, A. PARISI, J. TRIADOU, P. FOUILLET, C. FLEURY, C. NOWAK, D. BRUN, C. ARNAUD. M.C. RESTOUX .....

### CONCLUSION

Le Judo au même titre que tous les sports a une valeur éducative indéniable. Toutefois, on ne peut nier qu'il ait un impact particulier.

Dans toutes les spécialités sportives, soit le jeu, soit le défi de sauter plus haut ou plus loin ou de soulever plus lourd etc., ont constitué l'élément initial et primordial générant des règles de jeu, un code et au final un Sport auquel on a donné un nom ! Qui dit jouer dit perdre ou gagner. Leur seule raison d'exister réside donc dans l'opposition et leur attrait cesse avec  
L'impossibilité physique à la satisfaire du fait de l'âge.

A l'inverse, le Judo est né à partir d'un seul souci : l'Education du comportement de l'individu avec pour objectif agir sur le « genre » humain. D'emblée J. KANO a proposé une méthode visant à améliorer les qualités physiques, intellectuelles et comportementales. Pour des raisons secondaires il est devenu un Sport de très haut niveau car sa pratique le permet compte tenu des qualités physiques qu'il demande et qu'il développe, mais il va au-delà par son essence même !

Le rôle du retransmetteur, du professeur, restera donc fondamental dans le cheminement du pratiquant. Ne faire percevoir qu'un des multiples aspects du Judo serait impardonnable. Il est très facile de ne développer que l'apport psychologique et de gommer le côté opposition, championnat, il est tout aussi facile de faire l'inverse. (A ce propos il est presque honteux de ne développer que cet aspect prématurément chez des enfants !)

Dans tous les cas ne voir que l'une ou l'autre de ces facettes du Judo reviendrait à se placer dans la situation de celui qui irait au restaurant et se contenterait de lire le menu, pour calmer sa faim !

Par définition le professeur est habilité à reconnaître ses élèves aptes à porter un grade. Dans son enseignement, et au moment de l'attribution de ce grade il doit avoir à l'esprit les trois savoirs qui le constituent :

#### 1/ Le savoir faire ?

Il s'agit d'un des éléments essentiels constituant le grade : l'acquisition de la connaissance approfondie d'un volume technique et la maîtrise reconnue dans l'efficacité et l'à-propos de son usage, en un mot

la compétence. Y parvenir induit obligatoirement le pouvoir faire : la valeur technique servie par la valeur physique : le GHI et le TAI

Si le grade n'était que cela le Judo ne serait qu'un sport parmi les autres : expression d'une maîtrise gestuelle limitée par la longévité du « pouvoir faire ».  
Or le grade en Judo signifie plus !!!

## 2/ Le savoir être.

La spécificité du Judo ? Une activité individuelle qui ne peut être pratiquée qu'avec et par les autres.

N'y voir que l'habileté à faire tomber l'autre reviendrait à identifier le partenaire en tant qu'« engin » à maîtriser. Faire le Judo c'est prendre l'autre en considération ! Constater ce qu'il est et non imaginer ce qu'il pourrait ou devrait être.

Chercher à « comprendre » l'autre, l'observer, réaliser en fonction de ce qu'il est, en un mot apprendre à le lire. On peut affirmer que faire le Judo consiste à être avec et à partir des autres.

Etre c'est vivre dans un milieu, le faire évoluer en se fondant au sein d'un groupe. Le Judo en est l'ÉCOLE privilégiée. Prendre les autres en considération conduit à l'estime génératrice de l'amitié, à la recherche de vérité, à l'intransigeance sur soi et au refus d'agressivité vis à vis des autres.

Raisonner de la sorte constitue « l'esprit Judo », le SHIN ou combat de soi sur soi, quête du faire plus pour faire mieux en tout, principe de rigueur.

Afin d'y parvenir plusieurs étapes jalonnent une vie de judoka : la première c'est faire AVEC l'autre. L'habileté venant la deuxième se fera CONTRE l'autre, afin de constater les progrès. L'opposition ne demandera alors que technique et valeur physique : c'est le RANDORI. Il ne s'agira que de recherche d'efficacité par la diversité dans les techniques et les déplacements. Viendra ensuite le positionnement dans une hiérarchie par rapport aux autres, c'est encore du Judo CONTRE l'autre mais l'objectif sera de « gagner ». C'est le championnat qui nécessite les mêmes qualités auxquelles s'ajoute la notion de tactique.

Toutes ces phases exigent le pouvoir faire or celui-ci est limité dans le temps. Tout naturellement, grâce au Shin le judoka continue à vouloir apprendre et entre dans une autre phase : faire le Judo pour les autres. C'est là que la maxime d'entraide et prospérités mutuelles prend toute sa résonance !

## 3/ Le savoir paraître.

Il s'agit là d'un savoir négatif, l'important est de savoir ne pas paraître.

Un travers de notre société consiste à clamer : « Ma position, mon âge, mon grade, ma situation... Me donnent le droit de... » L'orgueil, la satisfaction de soi ne sont pas générés par le Judo... Bien compris et donc bien vécu. Le grade implique des devoirs bien plus que des droits. Le respect est inspiré mais il n'a pas à être demandé. Sont respectés ceux qui par leurs attitudes et leurs comportements démontrent plus que par des mots.

## **QUELQUES APHORISMES**

Le grade doit être considéré comme symbole de la reconnaissance de compétence, reconnue par des plus hauts gradés et non comme celui de récompense !

**« L'ultime but du Judo est la perfection de soi-même et par là la contribution à la prospérité et au bonheur du genre humain. Prospérité et bienfaits mutuels est la phrase qui représente le domaine de l'idéal du Judo, le but suprême, lequel peut être atteint seulement par ceux qui ayant maîtrisé l'art et l'esprit de combattre, ont dépassé toute notion de victoire et de défaite. »**

**« Aussi longtemps que vous le pouvez, vous devez vous adapter à votre adversaire et combattre de manière à ce qu'il puisse librement utiliser son waza contre vous. »**

**« Si vous ne gagnez pas en utilisant un waza supérieur à celui de votre adversaire ou en retournant son waza contre lui, votre victoire ne peut être considérée comme une authentique victoire. »**

*(SEPTEMBRE 2009)*