

Mon do

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

Comment définir nos katas : des essais, des propositions, des contestations ? Ce qu'ils ne sont pas : des exercices pour faire échouer les élèves aux examens, des exercices de mise en concurrence (championnats), des exercices de spectacles... Alors que représentent-ils donc ? Un héritage, dont ils sont les dépositaires et les démonstrateurs.

Cet héritage repose sur des principes fondamentaux expérimentés, voire chèrement acquis. Ces prin-

et différentes formes gestuelles nous démontrent un "céder". À ce titre, il nous reste à décrypter leur gestuelle, à évaluer les contenus des messages, leur signification ; puis à concevoir des études d'acquisition, pour contrôler leur degré de maîtrise, distinguer cette maîtrise par un titre de valeur spécifique, dont par exemple : Deshi, disciple/Renshi, assistant/Kyoshi, Professeur/Hanshi, expert/Meijin (trésor vivant).

Notre lettre Mondo n° 13 insiste sur la sémantique des mots, autre-

non-dit sont importants. Quant à la gestuelle de nos katas, ou les "formes" exprimées de nos katas (la sémiotique), elle nous propose, démontre, suggère, mais ne nous explique pas sa gestuelle. Celle-ci n'est pas explicative, mais démonstrative. Les gestes de nos katas sont clairs, évocateurs, évidents, pas de doute possible, pour qui veut s'en donner la peine et appliquer l'expression japonaise "Chi-sei" (qui signifie capacité de reconnaître). Alors comment expliquer ces surdités de nos mots, ces aveuglements de nos gestes ? That is the question !

LA GESTUELLE DES KATAS

Nous avons vu que les katas représentaient des formes, c'est-à-dire une gestuelle "sémiotique". Nous nous exprimons par le verbe, par l'écrit, par

Meilleur emploi de nos katas... la sémiotique

LA CONNAISSANCE

Elle est concrétisée par la sensibilité et l'harmonie des mots avec les gestes. Ce meilleur emploi des énergies se résume par une expression : « À la manière ».

cipes fondamentaux reposent sur une magistrale formule "meilleur emploi des énergies" et son corollaire "entraide et prospérité mutuelle" sans lequel rien n'est possible.

LA RAISON DE LA DIFFICULTÉ

En effet, le professeur Jigoro Kano insiste et nous précise que le plus difficile dans sa méthode est de ne pas employer la force contre la force. La raison de cette difficulté est toute simple et évidente : "ce n'est pas un réflexe naturel". Celui-ci, sur une poussée ou une traction, est de lutter, résister, s'opposer. Et les katas vont nous signaler, signifier clairement notre comportement face à différentes situations d'opposition. Tous les katas dans leurs premières



*Ju-no-kata, le kata de la souplesse ; le bien nommé !
Il ne faut pas seulement voir, mais sentir... une poussée sur l'épaule.*

ment dit leur contenu significatif, Kata veut dire "forme". Les mots ont deux expressions : ils sont lus ou parlés. Les mots parlés peuvent être accompagnés d'un gestuel. Ce qui nous amène à l'ambiguïté du mot "forme" c'est-à-dire sa connexion avec sa traduction littérale. Cette présentation est fréquente pour les Japonais, beaucoup d'expressions sont suggérées, les

le geste. En musique les chefs d'orchestre nous démontrent toute l'importance du geste. Les katas également nous démontrent différentes manières d'agir dans de multiples situations de déplacements, d'agressions, simulés par le partenaire. Les messages, les principes sont là, dès la première technique, le principe "céder" est démontré.



F. DUPIN

Il ne faut pas seulement voir, mais sentir... une pression d'en haut sur les épaules.

Quel que soit le kata, quelles que soient les actions, dès la première "forme", c'est le principe de "céder" qui est démontré. Nous pouvons dire imposer.

Notre méthode **Objectif Do** dès les chutes a créé des exercices "céder" pour nous sensibiliser à l'acquisition de ce principe fondamental, l'un des plus essentiels de notre discipline.

Recommandation : ne pas mélanger un classement, une technique, un principe ou encore une base.

Un classement : si nous prenons le classement du nage-no-kata première série = les bras/deuxième série = les hanches/troisième série = les jambes/quatrième série = les sutemi sur le dos/cinquième série = les sutemi sur le côté. Le classement est une nécessité pour gérer la quantité et notre remarque ici est que quelle que soit la technique toutes devront garder l'unité de leur corps, et s'harmoniser avec le partenaire.

Une technique a besoin d'outils, d'objets, dans ce sens, la façon de l'utiliser est très importante. Rappelons que le "marteau" est cet outil qui peut enfoncer des clous, détruire ou faire un objet d'art.

Un principe est universel, il appartient à tout le monde et personne ne peut se l'approprier. De plus il est intemporel et défie le temps.

Une base est commune à des ensembles, en ce qui nous concerne les "techniques" de projections, leur point commun est le déséquilibre. Ex :

tsukuri = placement des corps de tori et uke, kuzushi = déséquilibre de uke, kake = façon de projeter uke.

L'importance de la signification des mots, des gestes qui les accompagnent devrait suffire à convaincre. Alors pourquoi certaines propositions dont celle de vouloir changer la première technique du nage-no-kata : uki-otoshi par tai-otoshi ? Le prétexte invoqué est que cette technique est très peu pratiquée. L'important n'est pas telle ou telle technique, mais ce qu'elle démontre.

Nos connaissances reposent sur des interrogations et de rappeler Confucius : « *Je ne peux rien pour qui*

Il ne faut pas seulement voir, mais sentir... une pression de côté sur les épaules.



F. DUPIN

ne se pose pas de question ». La recherche de la signification de nos mots, est la sémantique. La recherche de la signification de nos gestes est la sémiotique. Sans cet a priori, les erreurs nous guettent. L'habileté du chasseur repose sur l'analyse des traces du gibier laissées sur le sol. L'examen de l'empreinte des pas du gibier va lui permettre de savoir de quel animal il s'agit, quel est son poids, et depuis combien de temps il est passé à cet endroit.

IL NE PEUT CONFONDRE LES PAS DE L'ÉLÉPHANT AVEC CELUI D'UNE GAZELLE

On peut sourire à la lecture de cette phrase et pourtant, combien de fois j'ai pu voir des attaques arrière, en O-uchi-gari ou Ko-uchi-gari, sur des adversaires penchés en avant (style équerre) en opposition totale de force, par de prestigieux professionnels. La bible du Judo éditée par le Kodokan, page 61, illustre ce mauvais emploi des forces. Des textes nous alarment, comme le livre ; *Contes et récits des arts martiaux* (spiritualités vivantes, Albin Michel, page 31) un héritage millénaire. Quelques lignes sur le Judo, « le Judo sportif », qui en est issu mais qui s'est éloigné de celui mis au point par Jigoro Kano au début du siècle, n'en est que le vague reflet, appauvri et mutilé. La situation est préoccupante, et si quelques règles sont louables elles ne suffiront pas à régler les problèmes.

POURQUOI CETTE LETTRE MENSUELLE... ?

... Pour constater, qu'une discipline voie de la souplesse "le Judo" est devenu "une lutte habillée" voie de la force triomphante. Alors la question qui se pose est *comment en est-on arrivé là ?* Deux observations : toutes les luttes se sont admirablement adaptées et remportent de prestigieux titres. Le Judo, "voie de la souplesse" s'est très bien adapté et remporte également de prestigieux titres. Alors où est le problème ? Aucun, si on ne définit pas "la manière" d'obtenir le résultat. Dans les courses de chevaux, il y a deux manières. Dans l'épreuve de trot, si un des chevaux galope il est éliminé. Dans le foot, si celui qui marque le but est "hors jeu" le but est refusé. En rugby, si l'essai est marqué sur une passe faite "en avant" l'essai est refusé. Alors où est la question ? Sur le plan sportif pas de question. Mais il y a vraiment un problème qui n'est pas sportif, et qu'un professeur de Judo voudrait poser. Les sports de combat ont une particularité importante, c'est que la victoire obtenue l'est sur le partenaire, contrairement aux autres sports où l'on gagne sur le temps, la distance, la hauteur. Dans les sports de combat la défaite est personnalisée, parfois douloureuse, souvent humiliante...

Le professeur "très grand seigneur", Jigoro Kano, avait prévu un emploi des énergies en réserve lorsqu'il explique les forces en présence en chiffre de 10 / 7. Il nous dit qu'il n'est pas nécessaire d'utiliser force 7 et de garder en réserve force 3. Dans la fameuse formule "meilleur emploi des énergies"(*) une proportion d'énergie est en réserve. Dans toutes les activités sportives, le mot jeu convient. D'où la grande fête des jeux olympiques. Une importante exception : les sports de combats, dont les origines sont guerrières. Et la stratégie d'utiliser la force de l'adversaire dans ses actions est un impératif. Dans le combat guerrier, il n'est pas question de catégories de poids, de se mettre en garde ou de contester une arme.

(*) est devenue "utilisation optimale de l'énergie" : un bon placement, une bonne distance, être dans le temps, voici trois points à travailler pour aller vers l'exécution d'une technique parfaite. Bulletin d'information des ceintures noires N° 6.

Ils sont multiples, profonds et ils touchent les fondements mêmes de notre discipline Judo "voie de la souplesse". À l'heure actuelle le Judo "voie de la souplesse" fait une fixation sur les techniques alors que ce sont les manières de les employer qui sont en cause. Nos techniques ont été conçues et s'adaptent à des situations précises. Le non-respect des principes d'harmonie, l'inadaptabilité aux situations, les oppositions caractérisées des énergies... sont des ensembles qui représentent 85 % du mauvais emploi des énergies. La fameuse formule "meilleur emploi des énergies" est pourtant très significative et démontre dans les katas la manière de se comporter qui concrétise la valeur de notre art et lui donne ses possibilités scientifiques. Ses réussites confinent à la magie mais sont hélas trop souvent... bafouées !

En résumé : tous nos efforts pour rappeler ce qui est dépassé de ce qui ne l'est pas. Et d'insister sur l'admirable Kime-no-kata, dans sa magistrale terminaison exécutée au prestigieux sabre japonais. Le message est clair et peut-être veut-il nous dire "enfoncez-vous bien cela dans la tête".



Toute force pour s'exercer a besoin d'un point de rencontre ; dans le vide elle se perd ! Pasteur : « Le hasard ne favorise que les esprits préparés ».

1) Toute force pour s'exercer a besoin d'un point de rencontre ; dans le vide elle se perd !

2) Toute force a deux faiblesses : son début, sa fin !

La démonstration de deux de nos principes fondamentaux nous est pré-

sentée de manière évidente et tranchante.

En conclusion, nous devrions être comme le chasseur et savoir observer, déduire, agir, et choisir la technique qui convient et qui s'adapte à la situation.

L.L.

Mon  **do**

Lettre gratuite, éditée par l'**EFJJT** — Directeur de la publication : Luc Levannier (Hanshi)

Collaborateurs : Alice Levannier (Kyoshi) — Mise en page et photos/vidéos : Frédéric Dupin (Renshi)

23, rue des Volontaires — 75 015 Paris — Tél. : 01 47 34 91 00 — Contact : efjtt@free.fr — <http://www.efjtt.com>