

ESPRIT(S) DU JUDO

SHOZO AWAZU, LE PLUS HAUT GRADÉ FRANÇAIS, NOUS PARLE À SA FAÇON DE « LA BONNE MÉTHODE » ET C'EST LUMINEUX. EN CONTRE-CHANT, LES MOTS CHOISIS ET PROFONDS D'UN PROFESSEUR SUR LA PRATIQUE. POUR RAPPELER QUE L'ESPRIT DU JUDO, AU-DELÀ DU CODE, CE SONT LES HOMMES QUI LE FONT.

UNE MÉTHODE QUI A 120 ANS

Un travail précis

« Le code moral, c'est bon pour expliquer aux enfants. Les mots, ce sont des petites choses. Moi j'aime bien les maximes, parce qu'elles peuvent expliquer. Si on pratique le judo convenablement, le code moral, c'est automatique. Ce qui est important c'est de bien pratiquer. Le judo de Kano, c'est une méthode qui a 120 ans d'expérience maintenant. Il faut travailler d'une certaine façon, sinon, ça ne marche pas... »

Le judo est un budo

« L'esprit des samourais, c'est fini ! Mais le judo de Kano n'est pas un sport, c'est un budo⁽¹⁾. Quand j'étais jeune, j'habitais à Kyoto près de l'école butokukai, l'enseignement était sévère, mais nous savions tous que le judo était fait pour éduquer. Dans le budo, on commence par un salut, on finit par un salut. Sans le respect dans l'esprit, on ne peut pas sentir le judo comme un budo. Les Japonais comprennent encore cela, mais avec le développement mondial, et les concours sportifs, c'est difficile de ne pas perdre le sens. »

L'attitude du professeur

« Ce qui est important, ce n'est pas sa « bouche », c'est son attitude. C'est le fond qui doit être correct. Il doit être « kokoro »⁽²⁾, droit et juste, comme la pratique du judo l'a formé. Son caractère, c'est son judo. Un professeur comme cela, on peut le suivre. »

Les quatre éléments de base

« Le judo, ça commence par la position droite (shizen-tai). Sans elle, on ne peut pas pratiquer les techniques judo, sans elle, il n'y a pas non plus d'« efficacité maximum » (seiryoku zenyo), ni de « prospérité mutuelle » (jita kyoei). Avec la position droite, on a la possibilité d'attaquer et de construire, sans chercher à empêcher le judo. Il y a Tori et Uke, l'un attaque l'autre défend rapidement et ça change. Ensuite il y a la saisie. Il faut prendre à deux mains. À mon époque, les arbitres nous obligeaient à saisir. Aujourd'hui encore, les meilleurs savent prendre à deux mains pour projeter. Avec la saisie à deux mains, on peut faire les techniques de judo. Enfin il faut respecter le principe technique qui consiste à préparer, déséquilibrer, lancer (kuzushi, tsukuri, kake) et chercher à marquer ippon. Avec ces éléments, le judo vient. On devient fort en judo, on apprend la patience et le courage. »

L'esprit du travail

« La première qualité du judoka, c'est la sincérité de l'engagement (kokoro). On démarre en respectant les principes et on cherche à améliorer. C'est bon, c'est pas bon ? La technique et la théorie du judo sont très riches, l'enseignement compliqué. Si le kuzushi est mal fait, il ne tombe pas ! Alors on s'entraîne plus. Il faut répéter, répéter, répéter... Il faut chercher la technique, ce qui est intéressant. Le judo, c'est comme l'école, on travaille, on se prépare, on s'améliore. On voit des grands championnats de judo aujourd'hui, mais pas beaucoup de choses intéressantes dedans. C'est en cherchant à progresser qu'on trouve le courage, la patience, le respect et la santé. Le judo est difficile et très profond techniquement, c'est comme cela qu'il forme les gens. En s'entraînant à devenir meilleur, on développe un bon caractère. »

La compétition

« C'est nécessaire de se présenter en compétition pour éprouver son courage et savoir ce que l'on vaut. Pourquoi j'ai perdu ? Est-ce que j'ai réussi à m'améliorer ? Gagner, c'est le sport, il y a du courage, mais sans la technique... Ils veulent gagner, mais quoi ? Il y a beaucoup de compétitions, mais peu de judo. On voit des victoires, mais sur quelle technique ? On ne sait pas ! Il n'y a qu'une seule façon de gagner, c'est par la technique. En cherchant le ippon, on peut s'améliorer. La victoire n'est pas tellement importante, s'améliorer toujours oui. Ceux qui ont des résultats ne cherchent plus assez. Penser trop à la victoire, c'est mauvais à la santé. »

Le judo est politique

« Continuer à défendre l'éducation par le judo est très important. Quand on se développe avec le judo, quand on a un caractère droit comme le judo, on peut créer « l'entraide et la prospérité mutuelle » avec les autres. C'est l'école de l'amitié. C'est un message politique, la pratique du judo peut améliorer la société. Mais pour cela, il faut que les Français recommencent à travailler à deux mains et que la France et le Japon soient ensemble pour protéger le judo. » 1

(1) : Le combat comme une « voie ». Un concept popularisé par J. Kano
(2) : Le cœur, le courage.

ALORS... FAUT-IL CROIRE ?

Chacun en jugera évidemment selon sa raison et son cœur. Nous retenons que le code moral, malgré toutes ses limites, touche beaucoup de pratiquants. Sans doute de façon un peu irrationnelle (car son contenu est souvent jugé inabouti) s'est-il hissé au statut de symbole. Ce qu'il représente pour nous, c'est la foi que les judokas portent à leur discipline, et en

particulier à sa dimension éducative. On lui reproche sa naïveté, son manque d'utilité réelle. Même maître Awazu n'en est pas fan... On lui reproche surtout d'être un peu trop présent et un peu trop facile, voire indécent quand il est utilisé sans mesure ni sincérité. Ce qu'il faut avec le code moral, c'est savoir d'où il vient et en connaître les limites. Ne pas le prendre au

sérieux, car le judo est ailleurs. Ce qu'il faut avec le code moral, c'est se rappeler la sincérité et l'ambition généreuse des pionniers qui l'inspirèrent. Se prendre soi-même au sérieux quand il nous rappelle comme une rengaine l'amour du judo de Kano et la volonté de progrès. Croire au code moral ? Peut-être pas. Croire à la culture judo qui l'a fait naître ? Sûrement.



流
ゆるる
鯉の
心は

張弓の
ゆるめは
落つる
元
の川
瀬に

ニコニコ
キキキ

流

S. Awazu
9th dan

Persévérance et volonté
« La carpe tend son esprit et son corps comme un arc pour remonter la cascade
Si son esprit et son corps se relâchent
Ses efforts auront été vains et elle retombera au fond de la rivière »
Shozo Awazu, 27 juillet 2007

Christian Bacca, 5^e dan, DST Judo
« LES HOMMES SHIN-GI-TAI »
« Je réponds parce que vous me le demandez, et sans vouloir donner de leçon, mais je ne crois pas au code moral. J'y vois une sorte de chantage affectif, comme des bons points aux bons élèves et les autres qu'on montre du doigt. Moi-même je me la suis racontée éducateur au début, j'ai suivi des illusions sans sentir qu'il y avait une intention de ma part. Aujourd'hui j'enseigne le judo. Ce que l'élève en retire, c'est son affaire. Il faut laisser l'expérience se dérouler dans ce cadre-là. Laisser faire le hasard. Tout le monde éduque tout le monde sur un tapis. Quand j'ai débuté enfant, j'étais en situation d'échec. Au judo j'ai rencontré des règles, faciles à comprendre et justifiées, mais pas de chantage. C'est surtout la qualité du regard de mon professeur qui m'a fait progresser. Au judo, on te regarde autrement. Après, tu t'identifies à ce regard et cela te fait passer des étapes. Le plaisir de faire fait le reste. C'est un terrain de jeu favorable. On y éprouve des sensations très fortes, et les plus importantes, l'amour et la peur. Sur un tapis, on a l'occasion d'être sincère avec soi-même et de vivre des moments de courage, de bonheur, de sagesse, plus souvent qu'ailleurs. Je ne dis pas seulement le judo... Sans doute d'autres ont trouvé cela au basket ou au tennis. Je parle parfois avec des judokas sans m'y reconnaître, alors qu'avec des sportifs, des montagnards, des skieurs, j'ai le sentiment de faire la même chose. Ce qu'on partage, c'est la sensation. Quand l'esprit marche avec le corps et que cela ne s'explique pas. En judo, quand on a senti une fois un homme de notre poids flotter au bout de nos doigts, on veut retrouver ça et on ne veut rien d'autre ! Apprendre les principes du judo au travers de la technique, force centrifuge et centripète, équilibre, action-réaction, céder à la force, fléchir, pousser, tirer... on comprend, on ressent plein de choses. C'est un peu comme un enfant qui devient autonome. Ceux qui m'ont fait rêver, c'étaient les experts. Ceux qui deviennent meilleurs en vieillissant, parce que la coordination est parfaite et que tout fonctionne ensemble. Les hommes qui deviennent shin-gi-tai. »