

# Mon do

N° 12 — Septembre 2010

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

**L**e vide et ses facultés sont considérables. Ils nous viennent d'un immense personnage, Lao-Tseu. Ses métaphores sur les propriétés du vide sont célèbres. On lui doit également la théorie du Yin et du Yang.

Métaphores : une roue est faite de trente raies sensibles, mais c'est grâce au vide central non sensible du moyeu qu'elle tourne (exemple : les techniques de hanche doivent être basculées et non arrachées). Les vaisseaux sont faites en argile sensible mais c'est leur creux non sensible qui sert. Les trous non sensibles

En effet pour se faire, tout mouvement a besoin d'un "vide" que ce soient les techniques de bascule, les sutemi ou encore les balayages. On peut ajouter, conclure et confirmer que la force se perd dans le vide et que les esquives, les bascules, les mouvements tournants en sont des moyens. Mais cette réalisation physique nécessite également un vide mental.

Nos katas, qui sont avant toute chose nos conservatoires, démontrent magistralement des applications du vide. Quelques exemples : le Nage-no-kata

## LA CONNAISSANCE

**GURUMA** = roue  
**MAKI-KOMI** = enrrouler  
**TOMOE** = en cercle  
**TAÏ-SABAKI** = mouvement tournant du corps

*Ce n'est pas un hasard si de très nombreuses techniques et actions indiquent le mouvement d'une roue dans nos arts. Ces mots signifient et confirment la forme qu'il faut employer pour créer un vide où la force va se perdre.*

du vide comme par exemple Ryokuhi, éviter l'emploi de la force), Itsutsu-no-kata (la deuxième et la cinquième forme démontrent l'emploi du vide).

Alors la question est : comment se

## Meilleur emploi de l'énergie "Kara"... le vide



F. DUPIN

Cliquer sur l'image et valider pour voir se dérouler la vidéo!

Magistral exemple de l'utilisation du vide, filmé lors du tournoi national de Fukuoka, au Japon, en novembre 2009

que sont les portes et les fenêtres sont l'essentiel d'une maison. L'argile est employée à façonner des vases, mais c'est du vide interne que dépend leur usage. Il n'est de chambre qui ne soit percée par portes et fenêtres, car c'est le vide qui permet l'habitat. Résumé : toute efficacité sort du vide. Un être n'est efficace que tant qu'il est "vide". Le vide est invisible et l'important est toujours invisible.

(Tsuru-komi-goshi, ancienne forme, baisser le centre de gravité, il crée un vide), Ura-nage (s'effacer sur l'attaque donne un vide), Ju-no-kata (Katate-age, courir l'un vers l'autre, au moment du contact le Tai-sabaki de tori crée le vide), Kime-no-kata (Ushiro-dori, prise des épaules par-derrière, pose du genou au sol crée un vide), Koshiki-no-kata (le kata "antique" démontre de nombreux emplois

fait-il qu'il y ait aussi peu de considération pour cette théorie ? Aussi peu de considération, de différenciation et enfin d'évaluation, entre une technique basculée ou arrachée ? Ignorer totalement l'emploi des énergies utilisées, qu'elles soient en addition des forces, ou en opposition caractérisée des forces ? Ignorer la science qui nous dit : la force se perd... dans le vide ?

Cliquer sur l'image et valider pour voir se dérouler la vidéo!



F. DUPIN

### *Ju-no-kata: la démonstration du vide*

Ces constats si édifiants devraient nous interpeller et permettre d'agir en conséquence, car ce sont nos essences fondamentales qui sont en jeu et trop souvent bafouées.

Le vrai rôle du gestuel de nos katas est de nous révéler, les grands principes sur lesquels repose notre art. Il nous faut faire des études appropriées à leur acquisition et évaluer leur réalisation. Ces réalisations du meilleur emploi des énergies demandent à être mises en valeur, signalées; par un prix de styliste par exemple. En effet, il nous semble de la plus grande importance de proposer "d'élever le débat pour élever nos combats". Ils ne demandent pas seulement de vaincre mais de convaincre avec art, science et manière.

### UN CONSTAT TRÈS IMPORTANT

Et de faire aussi un constat très important; nous ne sommes pas les propriétaires du Judo - Kodokan (ses traductions, ses principes, sa magistrale formule...) mais les dépositaires et les transmetteurs. À ce titre nous devons veiller à ce que les mots soient en conformité avec leur sémantique, les gestes avec leur sémiotique. Les professeurs, les entraîneurs, les dirigeants ont cette responsabilité. Les bases fondamentales sur lesquelles repose le Judo ont été clairement définies par son fondateur le professeur Jigoro Kano. Mais il n'est peut-être pas inutile de rappeler quelques références: le discours prononcé par le professeur Jigoro Kano à l'Université de

Californie en 1932, sur l'éducation par le Judo; l'interview du professeur Minoru Mochizuki (voir notre lettre n° 11); le livre "Judo Kodokan Illustré 1955". Bien entendu d'autres ouvrages font référence. Mais nous devons être très attentifs aux mots utilisés, les repérer et les signaler. Un très bon article dans la revue "L'Esprit du Judo, Août-Septembre 2010" le *Judo et ses mots* par Yves Cadot. Une attention particulière devrait également être faite sur les photos. "Une image vaut cinq mille mots" nous dit Confucius!

Cet héritage culturel concerne particulièrement les professeurs. Mais les très nombreuses dégradations alarment toutes les parties. Le tout compétitif est

### *Kimé-no-kata: l'efficacité du vide*



F. DUPIN

Cliquer sur l'image et valider pour voir se dérouler la vidéo!

en grande partie responsable. Le changement de quelques règles, la suppression de quelques techniques ne vont pas suffire à régler les problèmes. Nos problèmes sont bien plus complexes et dépendent de nombreuses transformations de nos mots, de nos gestes, de nos études et entraînements. Exemple: Moroté-gari, est une technique "d'opportunité" de surprise, elle ne demande pratiquement aucun entraînement. Je l'ai subie une fois en compétition, rue du Sommerard. Après avoir salué mon partenaire, je me présente et lève les bras pour le saisir, au même moment celui-ci se baisse et soudainement me projette. Autrement dit, je n'avais même pas pu saisir mon adversaire et le combat était terminé. Et bien, encore maintenant en randori, je suis éveillé et jamais personne ne m'a projeté avant la saisie. Après réflexion, cette technique a une valeur de surprise. Donc, on ne peut l'exécuter qu'une fois ou deux dans un combat. Au delà, une règle doit l'interdire mais non la supprimer. Nos acquis randori, compétition sont immédiats ou répétitifs, ici l'acquis est... immédiat. Notre discipline comporte tout un arsenal de techniques, plus d'une centaine. Si on ajoute les enchaînements d'attaque et de défense, on double, triple les possibilités. Cet ensemble, véritable richesse, correspond à des situations précises indiquées par l'appellation de la technique. Exemple: O-uchi-gari. O = grand, uchi = intérieur, gari = fauchage.

Constat: trop souvent le vrai problème n'est pas la technique ou sa suppression



Ces images du Japon vous plaisent ?  
 Beaucoup d'autres sur :  
<http://web.me.com/fdupin>

ritent notre attention, notre diffusion ; que ce soit le "goût" dans l'alimentation, la "manière" ou le comportement dans le Judo, le "bien" et non le mal dans le Vide. Toutes reposent sur un point commun : une hypersensibilité environnementale qui harmonise soit les produits, soit les personnes, soit les mots appropriés qui nous indiquent les meilleures voies, "Do".

**Conclusion :** les mots, les gestes, les comportements, perdent leur signification. Ce n'est pas les techniques, "nos outils" qui sont coupables mais leur emploi. Et de rappeler le marteau, "cet outil" qui peut enfoncer des clous et détruire une porte, mais également faire un admirable objet d'art. Alors à bientôt les Artistes.

L.L.

Photos ci-dessus et ci-dessous. Itsutsu-no-kata : la science du vide

mais son mauvais emploi, la conformité avec son appellation et le sens de son utilisation. Cette technique est spécialement adaptée pour une situation d'inattention, de surprise.

**Suggestion :** trop souvent ce n'est pas la technique qui est mauvaise mais la non-conformité à son appellation ou au sens pour laquelle elle a été créée. Ce qui nous amène à cet important constat c'est qu'il faudrait former non des arbitres mais des... juges. De Miyamoto Musashi, cette réflexion : "Dans le vide, il y a le bien et non le mal !" Comment interpréter cette réflexion ?

Il nous faut constater que certains sujets ne posent pas de problème. Prenons un tatami et évaluons ses dimensions, largeur, longueur, épaisseur. Si une différence d'évaluation nous sépare, ce bon vieux "mètre étalon" réglera la question immédiatement. Mais si notre différent concerne la couleur du tatami ou bien son épaisseur, sa dureté ou sa souplesse de réception, des divergences vont apparaître avec des désaccords difficiles à résoudre. Il n'y a pas de réponse absolue de vérité immanente mais des sensibilités partagées dignes d'être étudiées, considérées. Ces valeurs ajoutées souvent très peu visibles, difficiles à discerner et pourtant fondamentales. Elles mé-



## POURQUOI CETTE LETTRE MENSUELLE... ?

... Pour améliorer notre compréhension des textes, notre sensibilité à la gestuelle des katas. Cet héritage est admirablement explicité et démontré par le professeur Jigoro Kano. Et de rappeler ce qu'il nous précise : "Le Judo n'est pas seulement un sport ou un jeu, je le considère comme un principe de vie, un art, et une science".

**Mon** 道 **do**

Lettre gratuite, éditée par l'École Française de Judo Ju-jitsu Traditionnel — Directeur de la publication : Luc Levannier (Hanshi)  
 Collaborateurs : Patrice Belliard (Kyoshi), Alain Torielli (Renshi) — Mise en page et photos/vidéos : Frédéric Dupin (Renshi)  
 23, rue des Volontaires — 75 015 Paris — Tél. : 01 47 34 91 00 — Contact : [efjit@free.fr](mailto:efjit@free.fr) — <http://www.efjit.com>