

Culture JUDO

*Parler de culture judo, d'éthique et de tradition peut paraître abstrait si l'on n'a pas à l'esprit en permanence les grands principes de notre discipline. En effet **JITA YUWA KYOEI** entraide et prospérité mutuelle et **SEIRYOKU ZEN YO**, la meilleure utilisation de l'énergie.*

L'étiquette et le comportement commencent par le salut et sont des bases essentielles de notre culture car le respect, la politesse, le contrôle de soi, la concentration sont contenus dans le salut. Notre discipline a des valeurs et des traditions que les professeurs se doivent de transmettre aux plus jeunes, comme le respect des plus anciens, le respect de l'enseignant, des lieux de pratique et surtout et toujours, le respect de soi-même en ayant un comportement exemplaire sur le tatami, au dojo et dans la vie de tous les jours, une attitude digne et sincère, une hygiène vestimentaire et corporelle irréprochable...

La sincérité est une autre de nos valeurs, le judoka se doit de travailler l'ensemble de toutes les facettes du judo. KUZUSHI TSKURI et KAKE en sont les éléments de base et sont les trois phases d'une technique. Enlevez un élément, la technique sera approximative. Ces trois éléments sont indissociables, comme TORI et UKE - l'attaque dans l'attaque, le NAGE WAZA et le NE WAZA - L'UCHI KOMI et le NAGE KOMI - les KATAS et toutes les techniques de base. L'étude du judo est un tout. Ne pas étudier l'ensemble condamne à ne pas comprendre le message de JIGORO KANO.

Minimum d'effort, maximum d'efficacité, c'est la recherche permanente du geste et de la technique juste. Le Ippon à lui seul résume à quoi tout judoka aspire dans sa quête de l'idéal, l'instant formidable ou la technique devient chef-d'œuvre. Expliquer cet instant ou l'esprit et le

corps sont en parfaite harmonie revient à expliquer l'irrationnel.

Seul le travail, la sueur, la rigueur, l'opiniâtreté font que les portes de la connaissance peuvent s'ouvrir à vous en vous indiquant vos faiblesses, vos limites, mais aussi vos points forts.

N'est-ce pas là en fin de compte la plus belle des victoires : se découvrir réellement en devenant meilleur de jour en jour, plus humain.

Culture judo, traditions, peu importe les mots. L'essentiel étant de toujours transmettre ce que des générations passées ont mis des décennies à bâtir en essayant modestement d'apporter sa pierre à l'édifice de notre art et sport, en n'oubliant jamais qu'on ne rougit pas d'apprendre mais souvent de ne pas savoir.

Nos valeurs sont universelles et ne sont l'apanage d'aucun mais de tous : jeunes et moins jeunes, les ceintures noires se doivent d'être les ambassadeurs des valeurs qui font que notre discipline est plus qu'un sport.

