



# Culture Judo

---

*Petit Samouraï raconte,*

Brigitte MANIBAL-PAGES

## **Kata – transmission et tradition**



*Le kata reste la source, la référence, le lien entre les générations de pratiquants qui sont ainsi assurés de toujours puiser, à l'authentique d'une tradition.*



## *Jigoro KANO*

Chaque école possède ses kata, transmis le plus fidèlement possible à leurs versions d'origines, par des générations de Maîtres. Les kata constituent en quelque sorte les archives d'un art martial, le vivant testament, ou code gestuel, qu'il faut savoir pénétrer pour toucher à l'essence de l'art.

On les appelait autrefois « trésors infinis » car on les considérait comme de véritables clés pour la connaissance. Il est une manière d'apprendre, une façon aussi de maintenir en vie les « techniques-mères », celles qui existaient à l'origine et dont découlent toutes celles que nous connaissons aujourd'hui.

Le kata d'origine ancienne est un « trésor infini ». Il y a deux notions dans cette expression :

- Celle de « trésor » (quelque chose qui vient du passé et dont la découverte peut changer la vie)
- Celle « d'infini » (parce que le contenu du kata n'est pas « fini », parce qu'il n'est qu'un contenant qui renferme quelque chose qui ne peut pas vraiment s'enfermer.

Un kata, on s'en imprègne au cours de longues années d'entraînement. On ne le modifie pas, par respect pour la tradition, par humilité et par peur de passer à côté de l'essentiel.

Un kata se présente comme une suite de mouvements, le tout soigneusement codifié (Les rôles sont distribués et immuables), et a une double fonction : grader et transmettre, à la fois l'œuvre et son esprit.

Comme on peut regarder sans voir, écouter sans entendre, on peut « faire » un kata sans le vivre. C'est alors la reproduction inutile d'une

chose morte, sans signification ; ce que l'on voit souvent parce qu'on ne s'attache qu'à la forme extérieure ou à la performance sportive.

Bien au-delà des techniques de combat qui composent le judo, l'essentiel de l'œuvre de Jigoro Kano réside dans les trois grands principes qui sont l'esprit avec lequel il faut pratiquer la technique :

- ☯ Le principe de la souplesse (ju-no-ri)
- ☯ Le meilleur usage de l'énergie (seiryoku-zen-yo).
- ☯ L'entraide et la prospérité mutuelle (jita-kyoei).

Ainsi, dans l'esprit de Maître Kano, son judo était un véhicule à la fois physique et mental, pour permettre au pratiquant d'apprendre à faire le meilleur usage de son énergie dans tous les domaines de la vie et un sport pour éduquer le corps et l'esprit de la jeunesse nipponne, et lui faire développer au plus haut point les qualités morales dont la nation, en pleine période de reconstruction avait alors besoin.

Ce fut en 1908 au Butokukai, devant plusieurs dizaines d'experts en arts martiaux que Kano présenta publiquement les deux premiers kata (nage-no-kata et katame-no-kata) tels qu'ils les avaient codifiés à l'usage de son institut Kodokan. Ils devinrent les kata dits « de randori » ou (randori no kata), c'est-à-dire praticables en assaut sportif car sans danger, afin qu'ils soient bien distingués des kata consacrés aux « formes de décision » pour combat réel. Un grand séminaire réunit des experts de judo du monde entier, le 10 avril 1960, sous la présidence de Kano Risei, fils du fondateur, au Kodokan de Tokyo pour standardiser les kata.

D'autres suivirent pour harmoniser en rectifiant des détails. Mais les formes laissées par Maître Kano Jigoro sont restées quasi inchangées. Par l'existence et la transmission de ces kata, qui s'exécutent à deux, le judo de Maître Kano Jigoro reste, en sus de son caractère sportif, une tradition vivante qui rejoint celle de tous les arts martiaux du Budo.

## **Kata moins connus**

### *Koshiki no kata « forme antique », kata du Kodokan.*

Kano le démontrait en tori avec ses élèves Yamashita Yoshioka et Isogai Hajimé tous deux 10ème dan.

Ce kata fait remonter à la source de l'art de Kano : on l'appelait parfois Kito-Ryu-no-kata (ou Kito-ryu-katchu-jujutsu).

Même si Kano, qui en avait fait son kata préféré, avait quelque peu modifié l'agencement des techniques anciennes codifiées dans ce kata, le Koshiki-no-kata reste surtout un lien précieux entre l'ancien ju-jutsu et le judo moderne.

Ce kata a pour but essentiel l'étude et l'acquisition de la position fondamentale (hontai).

Il y a probablement dans ce kata, plus que dans tout autre, la quintessence d'une expérience authentique du combat rapproché, acquise au cours des siècles sur le terrain par ces combattants professionnels qu'étaient les samouraïs. Il y a dans le Koshiki-no-kata une sensation intérieure comme une sensibilité physique, tout à fait spécifique, provenant du fait que tori et uke sont censés s'affronter revêtus de leurs armures « yoroi » de samouraï. Il en résulte aussi, à la fois pour tori et uke, des déplacements, des attitudes et des comportements un peu raides.

*Yoroi : Armure, nom adopté au 5ème siècle pour désigner les protections des guerriers et venant en remplacement de l'ancien terme kawara. La première armure japonaise date de l'époque protohistorique Yayoi 300 ans avant J C - 300 ans après J C et était réalisée en bois et en cuir avant de l'être en fer, ainsi qu'on les découvre dans les grandes tombes anciennes. A partir du 5ème siècle, l'armure évolua rapidement, sans cesse améliorée pour s'adapter au niveau des armes offensives.*

Le lien entre toutes les techniques de ce kata est la notion de tori (posture de départ, c'est-à-dire « prête »). Ce principe enseigne le calme à l'extérieur comme à l'intérieur : lorsque l'attitude est calme, l'esprit est serein.

C'est pourquoi bien au-delà d'un enseignement technique, le Koshiki-no-kata enseigne comment entraîner l'esprit. Ce kata présente 21 techniques classées en 2 séries :

- ☉ Omoté (de face, à l'endroit, positif) comprenant 14 actions
- ☾ Ura (arrière, envers, négatif) comprenant 7 actions.

Le Koshiki-no-kata ne peut s'adresser qu'à des experts hauts gradés, car il fait évoluer au cœur d'un judo que l'on peut qualifier de « supérieur » (jodan-judo désignait dans l'esprit de son fondateur Kano Jigoro un judo de niveau supérieur).

Seuls ces « experts » sont vraiment à même de pénétrer le message de ces waza et de ne pas se contenter d'une imitation superficielle et creuse. Il y a dans ce kata la force d'une tradition et c'est en ce sens qu'il mérite d'être transmis sans altération. C'est aussi ce que voulait rappeler Maître Kano en revêtant le Hakama du samouraï chaque fois

qu'il devenait tori dans ce kata. Il arrive aussi que, lors de démonstrations de cérémonie, tori et uke soient revêtus de l'armure traditionnelle des guerriers d'antan.

### *Itsutsu-no-kata « forme des cinq (itsutsu) principes » kata du Kodokan.*

Le Gokyo (5 principes techniques) et l'itsutsu no kata (5 principes énergétiques) représentent les deux aspects fondamentaux du Judo originel de Maître Kano en liaison directe avec l'origine chinoise antique des écoles Kito Ryu et Yo shin Ryu. Ces écoles ont inspiré l'école "Shin Yo" école du cœur de saule (1690) d'Akiyama Shirobei Yoshitoki, école chère à Maître Kano.

Créé par Maître Kano, l'Itsutsu-no-kata doit être considéré comme une tentative de synthèse des grands principes de son judo. Maître Kano a dit de ce kata qu'il contenait le « cœur » du judo. Les techniques n'ont d'ailleurs pas de nom. Dans l'esprit de Maître Kano, elles ne devaient n'être que l'expression d'un symbole, et ne devaient pas être limitées par des mots.

On est loin, ici, d'une compréhension au premier degré. Itsutsu-no-kata ouvre les portes d'une compréhension intuitive, à travers l'approche de symboles comme la force positive et la force négative, qui est en réalité, une étape décisive de la voie « DO » des arts martiaux. Vu de l'extérieur, ce kata réellement impressionnant par la force suggestive de ses mouvements symboliques, s'il est exécuté en fluidité parfaite, avec concentration et densité intérieure, est une synthèse réussie de toutes les racines de l'art du judo ; en principe d'équilibre, d'harmonie, d'effacement devant la force adverse.

Voici les cinq thèmes de réflexion qui ont été à l'origine de la construction de ce kata.

- ☯ La concentration d'une énergie efficace, ou force positive et la force négative.
- ☯ La non-résistance, le principe de céder avant de revenir (esquive)
- ☯ La force centrifuge et la force centripète.
- ☯ La puissance des vagues, flux et reflux.
- ☯ Le principe du vide ou la force « cosmique » Le dernier principe rappelle avec force la dimension hautement spirituelle du judo pratiqué à haut niveau, là où le mouvement n'est plus que le support d'une démarche philosophique

### ***Go-no-kata « la forme de la force et la flexibilité »***

Se dit d'un kata pratiqué en puissance dans le but de durcir le corps contrairement au Ju- no- kata. Le Go no Kata a été développé en 1887.

Kano avait commencé à composer un Go-no-kata ou Goju-no-kata pour son Kodokan par opposition au Ju-no-kata, pour mettre en lumière l'affrontement des énergies. Finalement, il ne l'enseigna pas très longtemps, il jugeait ses recherches insuffisantes et certaines techniques ne le satisfaisaient pas, il devait continuer à y réfléchir... Ce kata est maintenant considéré comme « mis de côté », et ne fait pas partie du programme officiel du Kodokan, il est rarement enseigné ou pratiqué aujourd'hui.

Les techniques sont exécutées à partir de tous les jigotai (posture défensive) sans saisir le vêtement. Il y a mise en opposition par des tirés et des poussées. Le kata contient également des exemples de Renraku Waza (techniques en combinaison) et Kaeshi Waza (ou gaeshi contre-attaque) donnant l'exercice d'une complétude spéciale. Les techniques ne sont pas complétées par ukemi (semblable à Ju no Kata).

Selon le professeur Kodokan Daigo Toshiro, et d'autres sources bien informées, il y a dix techniques réalisées dans le Go no Kata qui se terminent par les projections ci-dessous :

- |                    |                            |
|--------------------|----------------------------|
| 1.Seoi nage        | 6.Hadaka jime Koshi kudaki |
| 2.Ushiro Goshi     | 7.Tobi goshi Uki goshi     |
| 3.Sukui nage       | 8.Osoto otoshi             |
| 4.Hidari seoi nage | 9.Ushiro Goshi             |
| 5.Uki goshi        | 10.Kata guruma             |



## *Gonosen-no-kata « forme des contres prises »*

Kata développé en 1933 à l'université de Waseda mais qui ne fait pas partie des kata classiques codifiés par l'institut Kodokan de Tokyo. Les techniques de ce kata ont été posées par Mifumé Kyuro et leur enchaînement fut codifié par Kawaishi Mikinosuké, qui le prit dans le système d'enseignement qu'il développa en France.

Il enseigne comment projeter sur tentative d'attaque de l'adversaire.

**Go no sen** : initiative de la défense ou contre de celui qui attaque.

Lorsque l'adversaire a pris l'initiative en premier, on se défend par esquivé ou blocage avant de riposter.

**Ato-no-sen ou sen-no-sen** : consiste à sentir se préciser la volonté d'attaque de l'adversaire et à venir au-devant de lui par une attaque anticipée.

**Tai-no-sen** : initiative d'attente (lorsque l'adversaire a attaqué le premier). On attaque à la fin du mouvement adverse (lorsque l'adversaire se détend) ou au cours de son attaque, très fort (alors que l'adversaire est sûr de sa victoire). Correspond aussi à go-no-sen



*Ju-no-kata « forme de la souplesse »* - contrairement au Go no kata, (kata du Kodokan).

Créé par Jigoro Kano autour de 1887, il prit sa forme actuelle en 1907. Maître Kano disait que c'était le premier kata à étudier, ensuite seulement, le nage no kata.

Dans ce kata, toutes les actions de tori reposent sur le principe bien connu « céder pour mieux vaincre », de plier sous l'attaque tel le roseau sous le vent alors que le chêne résiste et finit pas rompre dans la tempête.

Il y a dans ce kata, le principe de l'esquive par la souplesse. Ceci est vrai pour tori comme pour uke qui se laisse faire jusqu'à la limite de ses possibilités afin de compenser l'action de tori, avant de marquer son abandon soit par une clé de bras, soit sur des extensions vertébrales, soit sur des menaces de projections.

On apprend donc ici le principe d'utilisation de l'énergie adverse. Tori commence toujours à céder en guidant la force adverse pour mieux la tourner à son avantage. Ceci n'est, en fait, que la base même de tout l'art du judo. Le Ju-no- kata ne fait pas partie des kata spectaculaires.

Mais il y a une grande philosophie derrière la construction de ce kata. Avec l'itsutsu no kata, le ju no kata met en avant le principe de travail de « l'énergie interne » (Ki)

*Ki : On peut traduire Ki par « énergie vitale », « énergie interne », « essence de vie », « souffle » ou encore « volonté radiante ». Ki consiste en quelque chose d'impalpable et pourtant terriblement puissant dans ses effets, la totalité de l'énergie mentale et physique concentrée avec toute l'attention dont un homme est capable. Ki est la force explosive accumulée.*

« Il faut se souvenir cependant que la valeur d'un kata n'est pas fonction d'un détail d'interprétation, mais de la réelle qualité et du degré de compréhension de son ensemble. »



Sources :  
Documents FFJDA,  
Encyclopédie des Arts Martiaux de Habersetzer