

# CONSTRUIRE SON EDIFICE INTERIEUR

## Comment faire une « œuvre » de sa vie judo

L'image de l'édifice intérieur que j'appellerai « dojo intérieur » se situe au cœur de l'expérience générale judo et de la mienne en particulier.

Le domaine métaphorique doit à mes yeux mieux faire comprendre et illustrer le contenu final de mes propos et montrer que l'expérience didactique fait intégralement partie de l'expérience englobante de la construction de soi.

Peut-être est-ce pour voir plus « clairement » le sens caché de mon *parcours de vie judo*, de même que bon nombre de judokas cherchent encore à donner du sens à leur engagement, que je vais essayer de vous exprimer ce que cette image éveille en moi, et continue de me révéler.

Et c'est tant au plan conscient qu'inconscient qu'un jour j'ai décidé de définir les pourtours d'un édifice spirituel, philosophique et mental avec les merveilleux outils pédagogiques que nous avait laissés Jigoro KANO.

A la lecture de son œuvre, une phrase qu'il répétait régulièrement aux personnes m'a marqué : « *Dans la vie, il n'existe qu'une voie* » tout en ajoutant « *qu'appliquer ce principe dans la conduite de sa vie, au quotidien revêt une importance vitale* ».

Cette voie m'a permis de comprendre que lorsque certains êtres humains peuvent parfois atteindre l'apogée du succès, il n'est qu'un chemin qui les ramène à la réalité. Pour lui, « *en effet étant admis que l'autosatisfaction porte en elle les germes de l'échec, nous devons toujours considérer les choses avec circonspection jusqu'au moment où nous trouvons la ligne de conduite la plus pertinente et nous y tenir.* »

« *Parce qu'ils ont trouvé la voie, les pratiquants du judo qui suivent le principe du seiryoku zenyo ne se départissent jamais d'un esprit serein, jouissent pleinement de la vie et se montrent entreprenants.* »

Il suffit de se rapporter à sa perception de notre discipline : « *Lorsque le judo, qui fait partie intégrante de la culture japonaise, était considéré*

*comme une simple discipline pratiquée dans un dojo, il n'en demeurerait pas moins une activité culturelle, même si cet aspect se trouvait souvent galvaudé. Tous ne perçoivent pas clairement la signification profonde du judo, mais quelques individus y parviennent* » pour comprendre combien la pertinence de ses propos est toujours d'actualité.

*« J'ai démontré que le judo n'est pas ce que la plupart des gens en font, c'est-à-dire que le judo est plus qu'un simple sport de combat pratiqué à l'intérieur d'un dojo. J'ai mis l'accent sur le fait que le judo porte en lui une signification très différente qui est fondamentale et universelle... Atteindre le niveau supérieur en judo signifie que vous savez faire bon usage de l'énergie mentale et physique que vous avez acquise aux niveaux inférieur et moyen, et que vous êtes susceptible d'apporter votre contribution à la société. Ainsi tout ce que fait l'être humain peut être évalué en se référant à ces critères ».* Cette analyse atteste que ce qui représente un véritable intérêt et qui mérite reconnaissance, c'est la contribution que chacun apporte effectivement à notre mouvement judo et à la société.

Et c'est pour exprimer cette universalité et cette disponibilité que j'emploierai une écriture impersonnelle et indirecte dans laquelle l'intensité du vécu à exprimer sera ressentie à travers le parcours, l'expérience et l'expertise de chacun.

Depuis l'apparition du judo KODOKAN, les objectifs d'enseignement se sont élargis pour inclure l'acquisition de connaissances et la maîtrise des règles de la morale.

Il est incontestable que le Code Moral est issu du Bushido, ce code de comportement, ces règles non-écrites des samourais du JAPON Médiéval.

Si l'on considère le « Code moral » en termes de morale, on peut penser que cela signifie *« l'ensemble des règles d'actions et des valeurs qui fonctionnent comme normes dans la pratique du judo ».*

Mais aujourd'hui à travers la pensée du philosophe et moraliste Jean-François MALHERBE (1950-2015) on annonce que *« l'éthique vise à réduire l'inévitable écart entre les valeurs affichées et les pratiques effectives ».*

Donc pour ajouter du sens à notre pratique, il nous semble alors que l'identification à un groupe passe de moins en moins par l'adhésion à des principes « politiques » généraux mais de plus en plus par les référentiels de la culture judo avec l'éthique comme exigence, voire comme compétence.

Tout comme dans le dojo où se crée du lien humain par l'apprentissage technique dans le partage et la confrontation, par la compréhension du « shin-gi-tai » forgeant notre unité individuelle on plonge dans notre dojo intérieur par une acceptation humble et volontaire de remettre en cause les certitudes acquises.

On peut donc se laisser aller à visiter à l'intérieur de soi. C'est une quête labyrinthique de la personne réelle, bien au-delà de l'apparence empirique du « petit moi ».

Oui, mais la transformation souhaitée n'est pas si simple. C'est un processus dynamique qui repose sur une certaine confrontation étayée des contraires, en perpétuel « *équilibre déséquilibré* » dans ce lieu étrange qui s'appelle nous-même.

Par la pratique, en s'appuyant sur l'apport de la complémentarité de l'autre, on comprend combien il est important de se délester de ses préjugés, de ses conformismes, de ses idées toutes faites issues de l'inconscient familial, culturel, collectif, qui existe, pour le meilleur et pour le pire.

Bien sûr, nous sommes les acteurs à part entière de notre propre métamorphose judo, mais elle s'effectue également par notre relation à l'autre, car l'autre en pleine recherche lui aussi, nous renvoie comme en miroir ce que nous sommes en vérité et pas tels que nous croyons être.

On devient à la fois le matériau et l'ouvrier de l'œuvre à accomplir avec la force de notre tradition, de nos outils symboliques et de notre héritage culturel. Les nœuds relationnels à l'intérieur de soi sont à détendre ou à trancher, la déculpabilisation à admettre, le dynamisme des forces contraires à analyser.

Le vivant ne peut être sans un certain rapport quantitatif entre l'attractif et le répulsif, entre l'associatif et le compétitif... Le conflit apparaît donc toujours comme une forme de synthèse sociale, mélange d'hostilité et de sympathie dans les relations sociales.

Mais le judo prend aussi en compte l'émotionnel, le non rationnel, qu'il intègre à travers sa démarche dans la transmission. L'émotion est un appel à la reliance, elle est une ouverture à l'altérité, et c'est en cela qu'elle possède une fonction sociologisante. Dans le cheminement de chacun, cette émotion peut être suscitée par bon nombre de situations ou événements.

L'émotion n'est autre que le moyen de rapprocher les judokas, les individus, elle s'arrête à cette fonction primordiale sans qu'il y ait besoin de chercher autre chose.

Le symbole, la tradition, l'histoire, l'héritage culturel autour desquels les judokas sont sensés travailler sont les premiers éléments qui engendrent une émotion. Ils peuvent produire ou reproduire une représentation fonctionnelle du réel, mais ils peuvent aussi favoriser la création de l'imaginaire issu d'un espace et d'un temps irréels. Ainsi, de tous ces composants on peut en extraire une conscience « imageante », productrice d'images susceptibles de nous amener à repenser, à remodeler, à retoucher le réel.

Si on prend la ceinture noire, ce qu'elle représente en premier est un morceau d'étoffe noué autour de la taille que l'on utilise généralement à des fins de reconnaissance dans le milieu judo. Mais cette maturité technique est aussi un signifiant, celle de l'unité individuelle exprimée dans la symbolique judo. De cette simple action spécifique, on peut concevoir une multitude de flux imageants : ouverture sur les autres, représentation au service de l'unité collective, ouverture d'esprit...

Il ne s'agit pas de remettre tout en question, ce serait impossible. Il ne s'agit pas non plus de s'auto analyser, ce serait une grossière erreur, car l'usage seul de la raison est insuffisant.

Il s'agit simplement de se retrouver au fond de soi-même, dans notre édifice intérieur, selon la formule inscrite au fronton du temple de DELPHES « Connais-toi toi-même ». Cela nous permettra au sein du dojo opératif, parmi nos partenaires, de nous accepter davantage, donc de mieux comprendre l'autre et d'admettre sa différence sans porter de jugement de valeur.

On continuera à interroger les symboles en vue de parfaire la construction de notre dojo intérieur, la réalisation de soi grâce à l'imprégnation de la philosophie humaniste de Jigoro KANO dont l'objectif n'est plus seulement de combattre victorieusement, mais de s'améliorer afin d'élever l'homme pour servir la société.

Et c'est le rituel d'ouverture de la séance judo qui nous permet l'appropriation mentale du dojo, la levée de rideau symbolique qui nous conduit à notre intériorisation.

Une solidité naît de là, comme après le passage d'un seuil.

Il s'agira donc de trouver au fond de nous-même la direction de notre vie judo, le sens de la marche qui convient à un épanouissement d'identité, à un élargissement du soi.

Et si cette découverte du soi, ce supplément d'âme, en nous faisant découvrir que nous sommes tous judokas ou frères en « humanitude » comme le dit si bien Edgar MORIN, ouvrait la voie à « l'entraide et la prospérité mutuelle » ou à « la fraternité réciproque » ?

Harmonie dans la reliance à l'autre, communion avec l'esprit judo valorisant l'honneur, la dignité et l'intégrité, résonance de l'imaginaire grâce à l'étude des symboles, de notre tradition et de notre héritage culturel. La conclusion, on pourrait la laisser à Edgard MORIN :

*« Il y a une affirmation humaine du vivre qui est dans la poésie, la reliance et l'amour ».*

Jacques SIGNAT  
*Vice-Président Culture Judo*

Bibliographie, références principales :

- Jigoro KANO « L'essence du judo » Ecrits du fondateur du judo réunis par Gaoki MURATA, 2007.
- FFJDA « Shin – Ethique et tradition dans l'enseignement du judo » Collection « culture judo » 2013.
- Frédéric VINCENT « Vers une philosophie du lien » 2009.
- Robert MISRAHI « Construction d'un château » 2006.