

A propos du sens fondamental du jūdō (4/9)

Traduction de travail par Yves Cadot de :
Kanō Jigorō. « Jūdō no konpongi ni tsuite 柔道の根本義について (A propos du sens fondamental du jūdō) ». *Jūdō* 柔道. Novembre 1937.

L'éducation physique idéale

La bonne façon consiste donc en prendre les forces des gymnastiques et d'en pallier les lacunes. Il y a sans doute plein d'autres manières mais, pour l'instant, j'ai élaboré deux propositions.

La première est une gymnastique qui incorpore des exercices d'attaque – défense. La méthode d'attaque – défense est certes déjà enseignée sous forme de technique martiale [NDT : « bujutsu »] mais comme cette pédagogie ne prenait pas en compte jusque-là l'éducation physique, on ne pouvait en espérer un développement du corps harmonieux et équilibré. L'idée consiste en, à la fois mobiliser au maximum chaque partie du corps en faisant en sorte que, si j'utilise la main droite, d'utiliser la main gauche, si je me penche en avant, de me cambrer aussi, et, dans le même temps, de retenir des techniques martiales. C'est ce que j'appelle la forme martiale [NDT : bujutsu shiki] ou forme attaque-défense [NDT : kōbō shiki].

L'autre idée est ce qu'on pourrait appeler la forme

理想の体育

それでどうすればよいかというに、体操の長所は取入れ、その欠陥を補うようにすればよいのである。もちろんほかにも種々工夫もあるが差当り私は二つの考案を作ってみた。

その一は攻撃防禦の練習を取入れた体操である。攻撃防禦の方法は、武術の形でも教えられているが、従来 of 教え方では体育ということが考慮されておらぬから、身体の円満均斉の発達を期することが出来ぬ。右手を使えば、左手も使う、体を前に屈げれば、後にも反るといふうに、身体各部をなるべく均斉に働かせながら、同時に武術を覚えるという趣向なのである。これは武術式とも攻防式とも命名するのである。

今一つの考案は舞踊式ともいうてよかろう。それは

dansée [NDT : buyō shiki]. Comme son principe repose sur le fait d'exprimer toutes sortes de pensées, émotions, phénomènes naturels au travers du mouvement des membres, de la tête, du torse, elle a pour but de cultiver l'esprit de loyauté et patriotisme, le sentiment moral ou encore des dispositions raffinées, et il est donc possible d'imaginer une danse qui en exprimerait le sens. Si cela était largement pratiqué, tout en accomplissant un objectif significatif de la vie, cela pourrait devenir une éducation physique.

Je pense que, en se basant sur ce qui précède, on comprend comment le principe de meilleure utilisation de l'énergie peut aussi être appliqué à l'éducation physique.

四肢、頸、胴の運動によって、いろいろの思想、感情、天地間のものの運動を表現する趣向なので、忠君愛国の精神、道徳的の感情、高尚なる趣味などを養う目的をもって、それらの意味を表現する舞踊を考案することが出来るのである。そういうものが広く行われることになれば、人生に有効なる目的を果しながら、体育が出来るわけになるのである。

以上述べたところから見れば、精力最善活用の原理は、いかに体育にも応用されるものであるかが分るであろうと思う。