

Jūdō et formation de l'esprit (1/2)

Traduction de travail par Yves Cadot de :

Kanō Jigorō. « Jūdō to seishin shūyō 柔道と精神修養 (Jūdō et formation de l'esprit) », *Jūdō gokui kyōhan* 『柔道極意教範』 (Secrets du jūdō), Yukawa Meibunkan 湯川明文館, mars 1925.

Ce n'est qu'au travers de la pétulance de la santé du peuple que l'on peut s'attendre à la prospérité de la Nation. Et cette énergie débordante est affaire de développement de l'esprit et de renforcement du corps.

Les pays avancés cherchent sans exception à augmenter leur puissance par tous les moyens et ils portent la plus grande attention particulièrement à l'éducation physique, chacun s'efforçant de développer la vigueur populaire au travers de méthodes qui lui sont particulières. Dans notre pays également, à l'époque féodale, il y avait toutes sortes d'arts martiaux [NDT : bugei] qui étaient des éducations physiques propres, qui formaient la classe guerrière et qui, à l'instar du judo, en laissant de côté leur aspect pratique, étaient respectés comme ce qu'il y avait de plus adapté en tant que méthode d'éducation physique. Malgré cela, ces éducations physiques particulières à notre pays ont disparu un temps, emportées par le vaste élan de rejet des choses anciennes de la restauration de Meiji [NDT : 1868] et sont tombées, pendant dix et quelques années, dans l'oubli.

Dans un tel cas, il ne faut pas seulement blâmer les tendances de l'époque. Jusque-là, le judo

国家の隆盛は、国民の元気の旺盛によって始めて期待することが出来る。そしてその元気の旺盛は、精神の陶冶、身体の鍛錬に待つべきである。

世界の強国は、皆その国力を増進せんためにあらゆる手段を尽しているが、ことに体育に最も意を用い、各自その独特の方法によって国民元気の振作に努力している。我が国でも、封建時代には、特有の体育たる諸種の武芸があって、武士階級を陶冶していたが、なかんずく柔道のごときは、その実用はともかくとして、体育の方法としては、最も適当なものとしてこれを貴重したものであった。しかるにこの国粹的体育も、明治維新の、旧物破壊の大勢に駆られて一時その影を隠し、その後十余年の間、世人に忘れられるがごとき状態に陥った。

かくのごときは世の風潮をのみ咎むべきものではない。それまでに柔道は諸流に岐れ、

[NDT : il parle de ce qui précède le judo, et donc des jûjutsu] était divisé en de nombreuses écoles, chacune se limitant à en enseigner une partie, et comme le but fondamental du judo était ignoré, les profits que l'on pouvait en retirer étaient extrêmement peu nombreux et les méthodes d'enseignement, par exemple, totalement désordonnées, étaient même plutôt dangereuses. Regrettant cette tendance et cette situation, je me suis efforcé de les réformer et d'en faire la promotion et, en l'an quinze de l'ère Meiji [NDT : 1882], ayant pris les points forts de chaque branche, sans me limiter à une ou deux écoles, en me basant sur les enseignements de la science moderne, suivant les principes des professeurs, j'en suis arrivé à fonder le jûdô Kôdôkan. Toutefois, j'ai fait de son but, non pas, comme pour les jûjutsu d'autrefois, la seule étude du combat, mais en lui associant le renforcement et la pratique de l'esprit et du corps. Sa méthode et ses ambitions en sont venues, au fil des années, à être connues et, éveillant l'intérêt de toutes les classes sociales, des personnes souhaitant l'apprendre se joignent à moi jour après jour, des dojos s'ouvrent à l'envi dans les écoles tant publiques que privées que ce soit dans les villes ou les campagnes, et on réclame des professeurs : on en est arrivé à ce que le jûdô Kôdôkan soit étudié et, aujourd'hui, au Japon, bien sûr, mais également à l'étranger, on peut assister à un formidable élan de sa pratique.

Ainsi que je l'explique sans relâche aux pratiquants depuis la fondation du Kôdôkan, le judo Kôdôkan est l'enseignement à la fois des lettres et du martial et si le judo est quelque chose où, entrant à la base par la technique, on doit progresser vers le principe [NDT : « principe », ici, « dô » de jûdô. Autre sens : « progresser sur la voie »], pour la plupart des gens, même s'ils s'améliorent rapidement en technique, il leur faut encore grandement une

各派とも皆その一部分を教授するに留まり、柔道の根本目的を没却したからその益するところもはなはだ尠なく、したがって教授法のごときもはなはだ不整頓なもので、あるいはむしろ危険なものとなった。予は、この趨勢と、この状態とを憂え、これが改正宣伝に腐心し、明治十五年になって、各派の所長を採り、単に一、二の流派に拘牽せず、近世科学の示教に基づき、教授の原則に則り、講道館柔道を創始するに至った。しかしてその目的とするところは、従来の柔術のごとく、勝負のみの修業に重きを置かず、心身の鍛錬と修行とを兼ねしむることを本意とした。この方法と趣旨とが逐年世に知らるるに及んで、各階級の覚醒を促し、予について、斯道を学ばんとする者日々に加わり、都鄙の別なく、官公私立の諸学校においても競って道場を開き、教師を求め、講道館柔道を修めるに至ったが、現時にては国内はもとより海外においても非常な勢いをもってこれが修行を見るに至ったのである。

そもそも講道館柔道が、文武の教えであることは、講道館創始以来予が絶えず修行者に説いているごとく、柔道はもともと技より入って道に進むべきものであるが多数の者は、技は早く進んでも、道を味わうに至るまでには、なお大いに修養を要するようである。天稟な身体が運動に興味

formation pour en arriver à apprécier le principe [NDT : ou « la voie »]. Même si nombreux sont ceux dont le corps habile prend plaisir à l'activité et qui recherchent avec ardeur sur le plan technique, on ne peut échapper au fait que, la plupart du temps, les gens sont extrêmement réticents à la formation de l'esprit. Comme si, dans l'étude du judo, on ne place pas particulièrement d'énergie dans la formation de l'esprit, cet aspect a tendance à être facilement négligé, il faut s'appliquer à cette formation en y progressant à dessein sans attendre de s'engager naturellement sur le principe [NDT : ou « la voie »].

を有し熱心に技術を研究する者は多数あっても、精神の修養にはなほだ冷淡な者が間々あることを免れぬ。柔道修業においては、精神修養に特に力を用いないと、その方面がとかく閑却されやすい傾きがあるので、自然に道に入るのを待たず、ことさら進んで修養に意を用いなくてはならぬ。