

De la Lutte Chinoise au Judo

La Lutte Chinoise, *Shuai Jiao*, a deux mille six cents ans d'existence ! Le Wushu (les arts martiaux de la Chine) et le Budo (les arts martiaux du Japon) lui ont emprunté beaucoup de techniques. Jean-Luc Lesueur, 5^e dan de Judo, reconnu en Chine comme au Japon pour son expertise en Lutte Chinoise, Yi Quan et Tai Ki Ken, déroule pour les lecteurs de Judo Magazine le fil de cette riche trame historique...

Judo Magazine : On peut dire que la Lutte Chinoise a traversé les siècles, n'est-ce pas ?

Jean-Luc Lesueur : Oui, c'est le moins qu'on puisse dire ! Son histoire est complexe : En fait, elle trouve son origine il y a trois ou quatre mille ans dans la Lutte Mongole. Les Mongoles luttèrent entre eux avec des casques ornés de cornes (d'où l'étymologie de *Shuai Jiao*). On le sait grâce à des fouilles archéologiques, remontant à cette époque, qui ont permis d'exhumer un ceinturon où l'on voit deux lutteurs aux prises, en compagnie de leurs chevaux. Au cours des nombreux siècles de son développement, son nom a changé douze fois ! Au départ, tous les coups étaient permis mais petit à petit, la lutte est devenue une discipline aristocratique, qui s'est structurée. Quand on voit le Sumo aujourd'hui, cela donne une idée historique de cette évolution. Les Japonais ont repris à leur compte les traditions Chinoises et Mongoles. Chez les Mongoles, la lutte est une activité maîtresse au même titre que le tir à l'arc ou l'équitation. Les chevronnés soldats Mongoles (ceux qui envahirent la Chine à la suite de Gengis Khan pour l'occuper pendant deux siècles, NDLR)

avaient été formés à cette lutte. On voit que la lutte fait vraiment partie de la formation et de l'éducation de l'homme !

JM : Une lutte qui trouve naturellement son extension au Japon !

JLL : Oui, le Sumo a connu un développement ultérieur au Japon qui a été concomitant de celui du Jujitsu. Certains Bushi, les guerriers Japonais, avaient une formation de Sumo. Chen Yuanbin, à la chute de la dynastie des Ming, est parti pour le Japon où il a développé un style de Lutte Chinoise qui a donné naissance à trois écoles de Jujitsu... Une école a mis l'accent sur les techniques

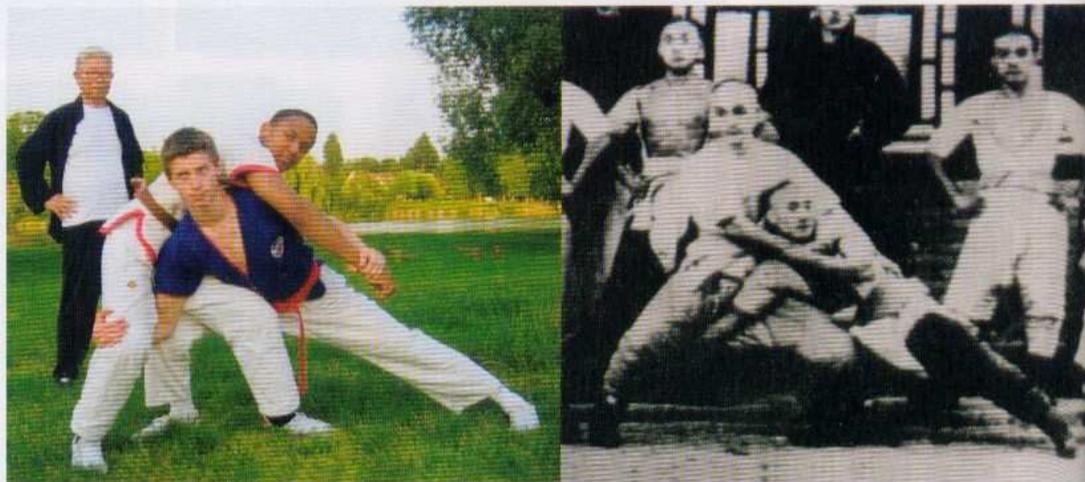
de clefs, la deuxième sur les techniques de percussion et la troisième sur les techniques de projection. Sur des photos prises au XIX^e siècle par des Sumotori et des adeptes de la Lutte Chinoise, on observe une projection sur l'arrière qui est identique chez les deux disciplines. C'est dire si les contacts entre la Chine et le Japon étaient étroits, et ceci depuis des siècles !

JM : Le Judo est-il une émanation moderne de la Lutte Chinoise ?

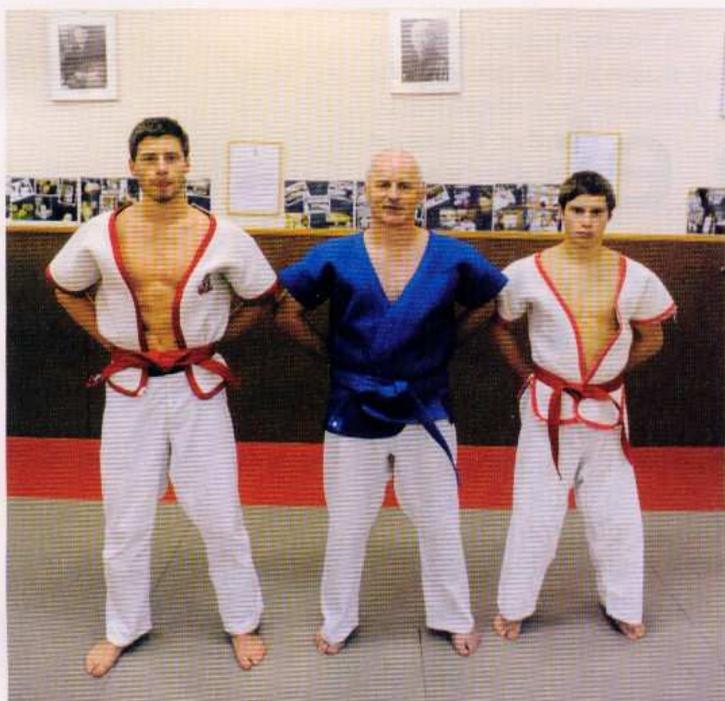
JLL : Non, on ne peut pas dire des choses de cette façon. Le Judo est avant tout l'œuvre originale d'un homme exceptionnel, Maître Jigoro



Jean-Luc Lesueur



Ancêtre de Kata-guruma !



De g. à d. : Hadrien, Jean-Luc et Camille Lesueur.

Kano. En revanche, il est vrai que les premières tenues de Judo étaient pratiquement identiques (la veste de Jigoro Kano possédait des manches courtes) à celles de la Lutte Chinoise...

JM : Une autre ressemblance entre Lutte Chinoise et Judo, leur côté non-violent ?

JLL : La lutte, quoique à l'origine un art martial, s'est transformée petit à petit en pratique festive... Il existait en Chine un fameux camp d'entraînement, Shan Pu Ying, où étaient formés tous les meilleurs lutteurs. A la chute de la dynastie impériale, la Lutte Chinoise a continué à être populaire dans les fêtes villageoises et même dans les parcs, où elle se pratique d'ailleurs encore !

JM : On retrouve dans le Tai Ji Quan, art interne de la Chine d'origine taoïste, de nombreuses techniques présentes elles aussi dans la Lutte Chinoise...

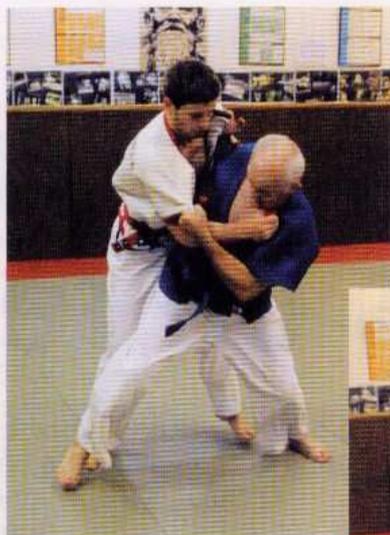
JLL : La lutte est le plus ancien art martial de la Chine ! Aussi est-il normal qu'elle ait influencé tous ceux qui sont venus par la

suite, que cela soit les techniques de l'école interne ou de l'école externe. Certaines formes de Tai Ji Quan, par exemple, proviennent en effet de la Lutte Chinoise. A l'inverse, la Lutte Chinoise, qui ne s'est jamais repliée sur elle-même, s'est aussi enrichie de ces styles, notamment dans les positions de bras, la façon d'aborder les saisies, etc... On note bien une influence des styles internes sur la Lutte Chinoise.

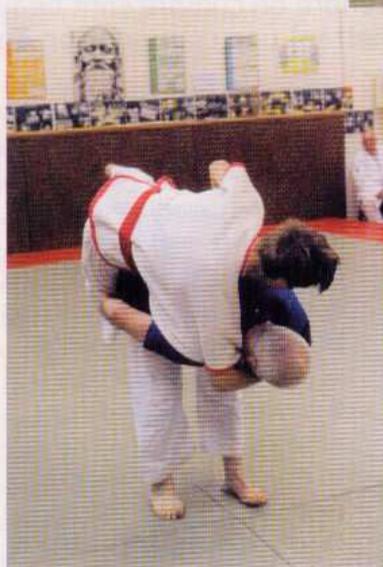
JM : Judo et Lutte Chinoise, même combat ? A ranger sous l'étendard commun de « Voie de la Souplesse » ?

JLL : Etirement et mollesse sont trop souvent confondus avec souplesse. Si l'on considère comme primordial d'effectuer l'entraînement de manière élastique, en insistant pour que le corps se comporte comme un ressort, qu'il convient aussi de mixer travail énergétique et travail en souplesse si l'on souhaite trouver une certaine vitalité au travers de la technique, alors effectivement : « Voie de la Souplesse » prend tout son sens !

Propos recueillis par Serge Mairet



Ancêtre de Tai-otoshi !



Ancêtre de Ippon-seoi-nage !

