Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 40 (1983)

Heft: 1

Artikel: La pratique des sports dans l'ancien Japon

Autor: Mathys, F.K.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-998702

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

La pratique des sports dans l'ancien Japon

F.K. Mathys

Il n'est plus besoin de présenter F.K. Mathys, ancien directeur du Musée des sports de Bâle. Historien compétent et apprécié, il avait analysé, dans le no de juin 1982, ce qu'était le jeu de balle en Suisse il y a 2000 ans. Aujourd'hui – et c'est une excellente introduction à l'étude sur le judo qui va suivre – il parle de la pratique des sports dans l'ancien Japon, espérant donner ainsi un bref aperçu de certaines traditions de l'Empire du Soleil levant. «Au Japon, précise F.K. Mathys, l'exercice physique n'est pas un but en soi. Le sport, pratiqué selon des rites antiques rigoureux, tend à rehausser les vertus morales de l'être humain et à favoriser l'assimilation de l'individu à l'ordre universel.» (Y.J.)

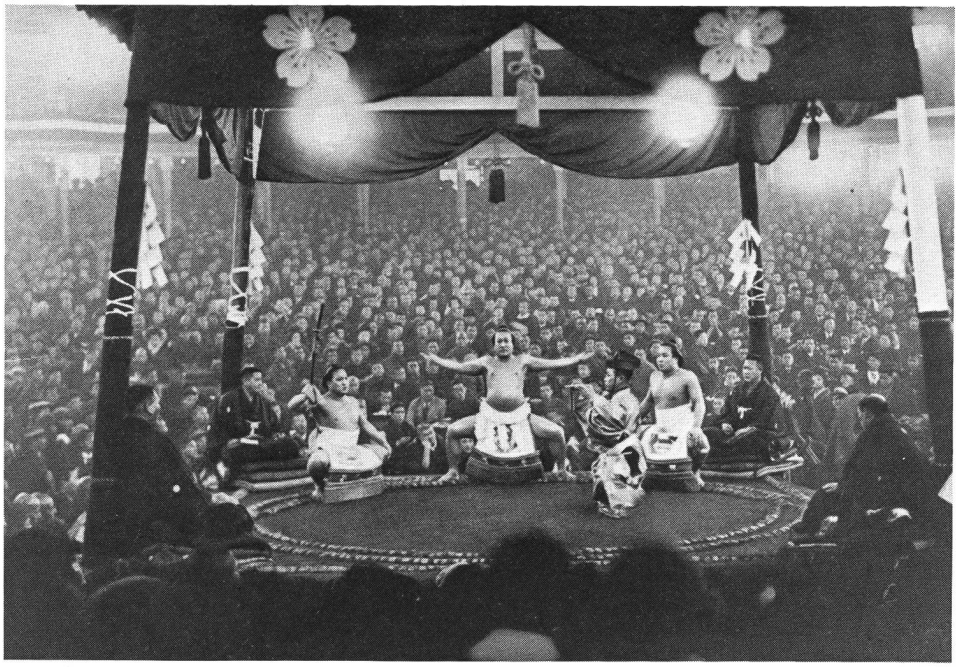
L'apparition du Japon sur la scène mondiale du sport ne remonte guère qu'à quelques décennies. Pourtant, les antiques traditions du sport japonais se révèlent souvent bien plus anciennes que celles de toute autre nation. Où joue-t-on encore au football comme il y a 1300 ans dans le Kemari? Dans quel pays les membres d'une équipe se passent-ils le ballon, aujourd'hui, 5188 fois sans qu'il touche terre, comme on le faisait en 1683? Un monde inconnu s'ouvre à nos esprits.

Le Sumo

Le Sumo est la lutte japonaise. Son nom est dérivé de «sumafu»: se défendre, et il est le plus populaire des sports de ce pays. Issu de l'antique lutte des temples et des fêtes de la récolte, la pratique du Sumo remonte au VIIe siècle de notre ère. Avec le temps, il est devenu un spectacle, un divertissement. Les tournois qui se disputent six fois par année dans les sumokans de diverses villes attirent un grand nombre de spectateurs. L'Européen se demandera toujours ce qui peut bien rendre ces colosses bedonnants – taille moyenne 1,80 m, poids entre 90 et 140 kg – intéressants aux yeux des si graciles Japonais. Il faut préciser que le lutteur de Sumo figure une espèce de demi-dieu et qu'en général on admire et envie ce qu'on ne possède pas soi-même: grandeur et force dans ce cas. Les hommes qui se consacrent à cette carrière sont instruits et entraînés depuis leur douzième année et durant une pleine décennie. Cette instruction ne se borne pas exclusivement à la lutte, elle s'étend également à la pratique de nombreux autres sports complémentaires, mais aussi à l'art de la peinture, à la cérémonie du thé et, enfin, à la technique respiratoire. Comme dans la plupart des autres sports japonais, la maîtrise de la respiration joue un rôle extrêmement important dans l'exercice du Sumo. Avant le début de chaque combat, les adversaires s'inclinent de nombreuses fois sur le tapis, jusqu'à ce qu'ils parviennent à trouver le juste rythme de leur respiration. Alors l'assaut se produit; à l'aide de 48 prises différentes, il s'agit de jeter adroitement son adversaire hors du cercle de paille. Comme jadis, l'aire de combat des salles modernes est abritée par un toit de temple. De nos jours encore, les quatre «anciens», dans leur costume de cérémonie, assistent et conseillent l'arbitre armé de son éventail.

Le Judo, la méthode douce

Dérivé du Jiu-Jitsu, technique d'autodéfense sans armes, le Judo, la méthode douce, est un sport de combat plus connu en Europe que le Sumo. Par la mise à profit des dix unités de force de l'adversaire, il est possible de le mettre hors de combat bien qu'on ne possède soi-même que sept de ces unités. Seule l'agilité compte. Grâce à l'élaboration de quelques règles, le professeur Jigoro Kano (1860–1938) est parvenu à faire d'une dangereuse méthode d'autodéfense, un sport de compétition presque inoffensif.



Ouverture d'un combat de Sumo

Enseignement du combat à la naginata au Japon (1932)

Les sabres de bambou du Kendo

L'un des plus anciens modes de combat singulier est certainement l'escrime connue sous le nom de Kendo, la «voie du sabre», un véritable sport d'étudiant d'une beauté sans pareille dans la maîtrise de ses coups. Le sabre a joué un rôle important dans l'ancien Japon. Les empereurs eux-mêmes s'appliquaient à forger des sabres et créaient des écoles d'escrime. Maamune déjà, au XIIIe siècle, était un forgeron et un escrimeur construisant les armes les plus parfaites et les utilisant avec autant d'adresse. Le Kendo est un véritable art samouraï, chevaleresque, exigeant maîtrise de soi et concentration, expression de l'antique culture buschido. Dans cette discipline également, la clé du succès réside dans une parfaite technique respiratoire. Il ne s'agit pas de «s'escrimer» au hasard, ainsi que serait tenté de le croire un observateur peu attentif, mais d'exécuter chacune des passes – seuls comptent les coups atteignant le casque, les gants rembourrés ou le plastron – en expulsant en même temps l'air des poumons. La respiration – plus phrénique que pulmonaire – est fortement activée par la position assise sur les talons, que les Japonais sont seuls au monde à pratiquer. On peut aussi considérer comme unique, parmi les peuples, le fait que les femmes japonaises s'adonnaient déjà au sport – et non seulement à la danse et au jeu de volant (Haigoita) – et s'entraînaient au combat singulier en des temps où, chez nous, de telles choses n'effleuraient même pas l'imagination.

Le Kyudo

L'un des arts martiaux les plus nobles de l'ancien Japon est certainement le tir à l'arc: le Kyudo. Il est enseigné par des maîtres dont les familles exercent leur ministère depuis plus de six cents ans. Bien que l'arc ne soit plus une arme de guerre depuis longtemps, les Japonais lui ont gardé leur faveur. L'arme elle-même, malgré son aspect simple, est un véritable chef-d'œuvre de précision. Elle est construite de deux tiges fixées en opposition par de la cire de myrte, créant ainsi une tension égale dans les deux sens. Le Kyudo est un art mystique pratiqué avec l'arc et les flèches. Les Européens qui tentèrent en de longues années d'études et d'entraînement, «de ne faire qu'un avec la flèche», selon l'expression des Japonais, n'y parvinrent qu'à demi. A preuve, ce que Herrigel ou le duc Karlfried von Dürkheim écrivirent à ce sujet. Il ne s'agit pas d'atteindre la cible avant tout; la visée ou la pensée ne sont pas au premier plan. Elles doivent, au contraire, «reculer» afin que ce ne soit pas la personne, mais la déïté, le «IL», qui décoche, et que la flèche se sépare de la corde comme sans avoir l'intention de le faire.

De la «boxe contre son ombre» au Karaté

Issu de la «boxe contre son ombre» des moines chinois Shaolin, le Karaté est une autre technique offensive et d'autodéfense cultivée particulièrement sur l'île d'Okinawa. Sa pratique se répandit dans tout le Japon après qu'un habile pédagogue, Funkhoshi Gichin (1889–1957), en eût réglé les formes pour en faire un sport de combat. Les coups portés avec violence du tranchant de la main, du poing, du coude ou du pied seraient mortels s'ils n'étaient freinés juste avant de toucher. Le Karaté comprend cinquante combinaisons (kata) ou séries de coups que l'adepte doit maîtriser et qu'il peut exercer seul ou avec un adversaire. Cet art martial développe caractère et volonté; il exige une maîtrise de soi absolue.

Naginata, la lance recourbée

La naginata rappelle la hache. C'est une lance recourbée de 2,60 m de longueur, dont la partie métallique mesure, elle-même, 50 cm. Son poids varie entre 7 et 8 kg. De 1868 au début de la Seconde Guerre mondiale, le combat à la naginata, pour lequel on utilisait des lances entièrement construites en bois, était dévolu à l'éducation des jeunes filles; dans plus de 200 écoles publiques, il faisait même partie des disciplines obligatoires. C'est après la guerre seulement que ce sport retrouva sa faveur dans les écoles du degré moyen. La naginata était l'arme de l'épouse du samouraï restée à la maison. Lorsque, vainqueur ou vaincu, l'époux rentrait chez lui, elle lui remettait cérémonieusement la naginata. L'arme d'exercice actuelle a le poids d'un javelot d'athlète, soit environ 600 gr.

La pratique de la natation

Mais les Japonais n'étonnent pas uniquement par leur adresse sur la terre ferme. Ils se montrent également d'une grande habileté dans l'élément liquide. Qu'il s'agisse des courses de bateaux «peiron», qui se disputent chaque année en juin, ou de la natation, ils laissent dans l'ombre tout ce que nous connaissons de l'ancien monde. Après la bataille d'Uchidehama (1532), un samouraï complètement équipé traversa le lac Biva, nageant à côté de son cheval. En outre, depuis les temps les plus reculés, les pêcheuses de perles et de moules japonaises sont des plongeuses magistrales. Quelques spécialités parmi les Ryus (type de natation, manière de nager): on s'exerce à entrer dans l'eau, complètement équipé, en veillant à conserver une attitude noble. En nageant en position verticale, on s'efforce de transporter une charge au-dessus de l'eau et sans la mouiller. Tout en nageant, on doit pouvoir tracer un poème au pinceau. Le Mukai-Ryu est une forme de judo aquatique, un combat singulier dans l'élément liquide, qui exige qu'on se serve de l'arc ou du fusil en nageant en position verticale. Dans le Suito-Ryu, on plonge d'une hauteur de 15 m dans un mètre d'eau seulement. Enfin, nager en brandissant un drapeau de 2 m sur 3 m constitue une performance exceptionnelle et un spectacle extraordinaire.

Il existe encore, au Japon, d'autres pratiques sportives antiques qu'il n'est pas possible de présenter ici: le Dakyu, polo de la cour impériale, la course équestre aux bannières, le Kemari, jeu de balle de la cour, le Haigoita, jeu de volant, pour ne citer que ceux-ci. ■