

CONTRIBUTION POUR le 8ème DAN

Judo – Ju-jutsu



Le "DÔ" est une longue voie !

Commission Spécialisée des Dan et Grades Equivalents

Novembre 2022

JACQUES SEGUIN

*10 Avenue du stade
31130 FONSEGRIVES*

LE JUDO :

Immersion dans un Univers !



Sommaire

1- Introduction

2- Déroulé de ma carrière « Judo »

- 2-1 Mon Curriculum Vitae
- 2-2 Mes professeurs et ma formation
- 2-3 Ma carrière professionnelle
- 2-4 Ma carrière sportive

3- Ma contribution pour le 8ème DAN

- 3-1 Ma contribution écrite
- 3-2 Ma contribution vidéo
- 3-3 Publications complémentaires

4- Conclusion

5- Remerciements

6- Lexique

7- Dédicaces



1 - Introduction

J'avais 14 ans lorsque mon père, qui avait « entendu » parler du Judo (*c'était en 1955*) m'a emmené assister à une démonstration donnée par Judo-Club du Gard. J'en suis sorti enthousiasmé au point d'y consacrer ma Vie, puisque j'y suis encore après 64 ans ininterrompus de pratique (*et de Licences FFJDA !*). C'est trois ans plus tard que je devais entrer au Lycée Alphonse Daudet à Nîmes, j'ai alors couru aussitôt rejoindre le Judo Club du Gard et son Professeur Charles Toni. Mes premiers cours en octobre 1958, à 17 ans, (*1 fois/semaine*) me semblaient insuffisants, j'ai donc aussitôt monté un tapis dans mon village natal à 60 Kms au nord de Nîmes, où j'allais passer mes week-ends en famille, et je faisais voir ce que j'apprenais à Nîmes le jeudi après-midi à mon frère et quelques copains qui venaient avec moi sur le tapis (*bâche + copeaux, suivant la formule de l'époque !*). C'est ainsi que « j'enseignais » tout en apprenant – *j'étais enseignant Ceinture blanche !* – ce qui dans le contexte de l'époque était possible.

Appelé au service militaire en Algérie en 1961, alors 1^{er} Dan, j'ai monté un Dojo au Camp d'Instruction de l'Arme Blindée et de la Cavalerie à Alger, avec l'appui logistique du Colonel Lainé, chef de Corps, et j'ai ainsi pu continuer à m'entraîner en enseignant aux quelques judokas présents dans le Régiment. De retour à Marseille pour finir mon service, je suis allé m'entraîner au JC de Provence, chez Jean Zin, où officiait le professeur japonais Mutsuro Nakazono, 7^{ème} Dan, et j'allais aussi au Jiu-Jitsu Club Marseillais, chez Roméo Carréga, afin de diversifier les partenaires...

A l'issue de ma période militaire, j'ai repris mon Club rural que j'animais trois fois/semaine, gardant une soirée/semaine pour continuer mes entraînements et études personnels à Nîmes, au JC du Gard où j'étais licencié. C'est là que j'ai eu l'occasion de travailler avec Me Kenshiro Abbé, 8^{ème} Dan, Michigami, 7^{ème} Dan, Raymond Moreau, 4^{ème} Dan, et d'autres que mon Professeur invitait souvent sur des périodes d'une semaine.

Sur l'ensemble de ma carrière, ma **mission dominante** fut sans nul doute l'**enseignement**, la **retransmission**. J'ai toujours ressenti cette nécessité de faire partager ma passion, mon enthousiasme, mes sensations, c'est ainsi que j'ai consacré trente années à animer l'Ecole des Cadres de Ligue au CREPS de Toulouse, d'où sont sortis nombre de Professeurs (*voir plus loin...*) ainsi que de nombreux Stages officiels ou privés, notamment à l'étranger (Allemagne, Italie, Belgique, République dominicaine etc...). Ce fut ma façon à moi de faire du prosélytisme pour le Judo....

Après cette rapide présentation globale, je vous laisse découvrir mon déroulement de carrière...

Un voyage de dix mille lieues commence toujours par un premier pas.

2 - Déroulé de ma carrière « Judo »

- 2-1 Mon Curriculum Vitae
- 2-2 Mes professeurs et ma formation
- 2-3 Ma carrière professionnelle
- 2-4 Ma carrière sportive

2-1 Mon Curriculum Vitae

SEGUIN Jacques

Né le 23 Décembre 1941 à Alès (30)

10, Avenue du Stade - 31130 QUINT-FONSEGRIVES

☎ 05 61 24 87 92 - Portable : 06 81 55 94 14

seguin.judo@gmail.com Site Internet : <http://seguin.jacques.free.fr>

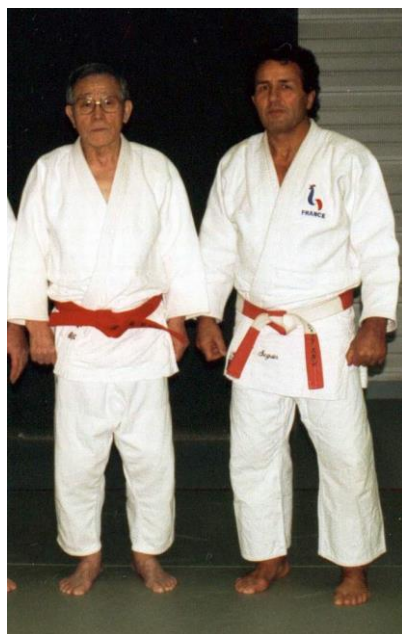
- **Professeur de JUDO-JUJITSU, EX-CADRE TECHNIQUE FEDERAL.**
- **BEES 2ème degré - Juge National - Arbitre F4 - Label Enseignant National**
- **Médaille de la jeunesse** et des sports Bronze (01/01/2004) - Argent (01/01/2015)
- **Distinctions Fédérales : Palme d'argent** le 15/05/1987 - **Palme d'Or** le 19/12/1991 - **Croix de Bronze** le 15/12/1988
- **Croix d'Argent** le 18/11/1999 - **Trophée Shin** le 12/01/1991
- **Licencié FFJDA au Club :** Budokan Judo Saint-Orens 31650 St-Orens (Haute-Garonne).
- **N° Carte Professionnelle :** 03196ED0307 Direction Jeunesse et Sports Haute-Garonne.
- **Etudes :** Brevet National, Baccalauréat Lycée de Nîmes, (1961)
- **Autres :** Ancien combattant guerre d'Algérie (Carte n° 81 085 du 24 mars 1999)

2-2 Mes Professeurs - Ma Formation

- 1958 :** Charles TONI, 3^{ème} Dan, au Judo Club du Gard (Nîmes)
- 1959 à 1961 :** Kenshiro ABBE, 8^{ème} Dan et Haku MICHIGAMI, 7^{ème} Dan invités au JC du Gard et stages,
- 1962 à 1963 :** Mutsuro NAKAZONO, 7^{ème} Dan Judo, 8^{ème} Dan Aïki-Do Judo Club de Provence, Marseille (chez Jean Zin)
- Après 1963 :** Successivement nombreux stages avec MM. Awazu, Ichiro Abe, Baudot, Moreau, Feist, Fuji, Fukami, Katanishi, Grossain, Le Berre, Matsuda, Michigami, Murakami, Okano (69 au Central), Pariset, Pelletier, Rougé, Sekine, Shinomya, Toriumi, Vial, Yasumoto.



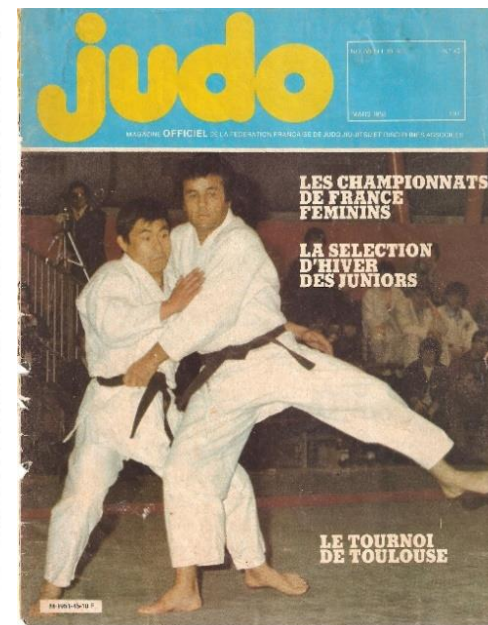
Avec Maître Awazu



Avec Maître Abé



Avec Maître Michigami



Démonstration Me Murakami

J'ai participé à de nombreux **STAGES FEDERAUX**, pour ne citer que les principaux :

- INS entre 1965 et 1973. (*Stages périodiques d'enseignants*)
- Stage préparation au Professorat 1968 Clermont-Ferrand avec G. Baudot, J.C. Brondani, A. Rabillou.
- Les Colloques de Hauts Gradés, depuis leur création par Henri Courtine (1972) à Beauvallon, puis en Corse (sauf 1983, 1996 et 2003 !) La Londe les Maures, St-Raphaël, Arles, Le Canet....
- Stage à Auxerre pour le coup d'envoi du Ju-Jitsu avec Bernard Pariset, Eugène Domagata, Didier Janicot, François Besson. (16-17 octobre 1982).
- Stage national Jujitsu à Vichy (5 jours) en février 1983 (Lionel Grossain).
- Stage national Jujitsu à Toulouse (11 au 15 février 1985), Eric Pariset.
- Trois Stages à Boulouris pour les instructeurs régionaux Jujitsu avec Eugène Domagata, André Guérin (1988,89,90).
- Plusieurs Stages DTN des Cadres Techniques (Journées d'hiver et d'été).
- Stages de formation des Juges nationaux.

STAGES AU JAPON

- **1977** : Stage Kodokan, Tsukuba et Police.
- **1980** : Stage au Kodokan, Université de Nichidaï, Dojo de la Police (*Keisho*) à Tokyo.
- **1984** : Retour au Kodokan, et Dojo de la Police.
- **1988** : Kodokan et Tokaï Université.
- **1997** : Stage Université de Tsukuba, puis au Kodokan (avec la FFJDA).
- **2002** : Stage Université de Tenri, 8 jours avec Yamamoto, Fuji, Hosokawa, Shinohara, Masaki.
- **2002** : Stage Kodokan, Katas avec Ichiro Abé, Toshiro Daïgo, Tadashi Sato, Yamamoto.
- **2007** : Stage Kodokan, avec Daïgo, Fukushima, Murata, puis Waseda et Tenri.
- **2012** : Kodokan et Université de Tsukuba.

2-3 Ma Carrière Professionnelle

Je débute le Judo à 17 ans, le **14 octobre 1958** à Nîmes, au Judo-Club du Gard avec comme Professeur M. Toni Charles.

1^{er} Dan le 3 juillet 1961

4^{ème} Dan le 18 avril 1971

7^{ème} Dan le 10 décembre 2007

2^{ème} Dan le 23 juin 1963

5^{ème} Dan le 17 juin 1978

3^{ème} Dan le 9 Mai 1965

6^{ème} Dan le 13 Décembre 1986

TOKUI WAZA : Ashi guruma (à gauche) Hane goshi (à gauche) Tai Otoshi (à droite) et pratique intensive du Ne-Waza.

KATAS PRATIQUES : Je suis passionné très tôt par la pratique de **tous** les Katas, par goût personnel.

Ju-No-Kata : Etude avec Me MICHIGAMI à partir de 1975, avec Miwako Le Bihan, avec Me ABE.

Itsutsu-No-Kata avec Me YAMAMOTO, au Kodokan, avec Me Awazu et Me MURAKAMI en France.

Koshiki-No-Kata avec Me MICHIGAMI à partir de 1978, puis MM. Awazu, Murakami, puis au Kodokan en 1997 et 2002 avec Me Yamamoto, Murata, Daïgo.

Kime-No-Kata découvert en 1968 avec Georges Baudot, plus tard avec Me Michigami, Me Kenshiro Abbé, et au Kodokan avec Me SATO.

Je pratique aussi **Nage-No-Kata** et **Katame-No-Kata** régulièrement, ainsi que **Gonosen-No-Kata** dans le cadre des Formations qui me sont confiées par la Ligue.

Lors de la venue à Toulouse de Maître ABE en 1996, j'ai démontré avec lui, en tournée sur les huit départements les katas suivants, **Goshin Jitsu**, **Nage-No-Kata**, **Koshiki-No-Kata**, **Ju-No-Kata**. J'ai été son Uké en 2002, 2007 et 2012 au Kodokan dans les cours qu'il a donnés au Dojo du 5^{ème} étage.



Ju No Kata avec Ichiro Abé



Kime No Kata

ENSEIGNEMENT :

- **1959 :** Début de ma carrière d'enseignant au Judo-Club du Gard et au Judo-Club Alésien jusqu'en 1970.
- **1968 :** Diplôme d'Etat de Professeur de Judo, Jujitsu et D.A. (Diplôme n° 1607).
- **1970 à 1973 :** Professeur au Judo-Club Biterrois (Béziers).
- **1973 :** Je m'installe à Toulouse, comme Professeur au Club « *LE SAMOURAI* ».

ACTIVITES FEDERALES : *(Nationales, Inter-régionales, Régionales et Départementales)*

1970 à 1974 : Membre de la **Commission Nationale d'Enseignement** avec MM. Dardenne et Roche ; participe à l'élaboration de documents pédagogiques fédéraux (6-9 ans) avec MM. Roche, JP. Guez.

Responsable Commission Technique Ligue Languedoc-Roussillon (Psd M. Boudia).

- 1974 : Devient Professeur à l'Ecole des Cadres de la Ligue Midi-Pyrénées (à l'époque, Ligue du Languedoc) mission confiée par JL. Juan, CTR ; cette école ne cessera de progresser, oscillant entre 100 et 150 inscrits suivant les années.
- **1974 à 1996 :** Responsable Commission Technique Haute Garonne et Ligue Midi-Pyrénées.
- **1981 à 1996 :** Président du CDCN Haute Garonne.
- **1978 à 2001 :** Actions techniques et pédagogiques bi-mensuelles département de Haute Garonne, du Gers et de l'Ariège.
- **1989 à 1995 :** Expert d'interrégion Sud-Ouest (Interventions aux stages Enseignants et Formation de Juges).
- **1982 à 1996 :** Responsable du D.E.P. Midi-Pyrénées en collaboration avec Didier Janicot, responsable national.
- **1983 à 1996 :** Instructeur régional de Jujitsu, ligue Midi-Pyrénées, en collaboration avec Eugène Domagata responsable national.
- **1996 à 2002 :** Cadre Technique Fédéral attaché à l'E.R.J.J. ligue Midi-Pyrénées, chargé des Formations.
- **2003 à nos jours :** Participation aux **Formations** Ligue et Comité Hte Garonne ; perfectionnement Ligue *Kata* pour les Ceintures Noires tous les vendredis matin Dojo régional ; interventions techniques auprès des Clubs.

PROFESSEURS FORMÉS.

- **J'ai formé avec l'Ecole des Cadres** environ 150 professeurs titulaires du BEES 1^{er} degré ou 2^{ème} degré (1974 à 2004).
- **Intervenant à la Formation Continue au CREPS** de Toulouse de (1994 à 2000).
- **Intervenant à la Formation Modulaire Inter-Région Sud-Ouest** (1996 à 2004).
- **J'ai participé avec les Formations Modulaires ou Continues** à la formation de plus de 180 B.E.
- **Actions Enseignement Internationales** en Andorre (avec le DTN de l'époque JL. Juan) et à titre privé en Algérie, Italie, Allemagne, Belgique, Espagne, Martinique, République dominicaine.

CEINTURES NOIRES FORMÉES.

Environ **800 (?) Ceintures Noires formées** dans divers Clubs :

- Judo-Club du Gard - *Nîmes* (30) et *Alésien* de 1961 à 1970.
- Judo-Karaté Club biterrois (*Béziers*) de 1970 à 1973.
- Samouraï de Toulouse de 1973 à 1978.
- Judo-Club de Cugnaux (31) de 1978 à 1980.
- Judo-Club Ramonville de 1980 à 1987.
- Judo-Club Pamiers (Ariège) 1978 à 2000.
- Judo-Club Balma St-Exupéry depuis 1990 jusqu'en 2006 (**3ème Club français avec 860 licences en 2003**).
- Judo-Club Aucamville (banlieue de Toulouse) de 1987 à 1992, puis de 2002 à 2011.
- Budokan Judo St Orens de 1980 à 1990, puis à partir de 2006 à nos jours.

L'Enseignement :

Le judo n'est pas un produit que l'on distribue, mais une Activité que l'on propose.

Tu me dis, j'oublie. Tu m'enseignes, je me souviens, tu m'impliques, j'apprends.

L'enseignement et la transmission sont des actes authentiques d'Amitié

2-4 Ma Carrière Sportive

Ma conception du Judo, de par la culture de base que j'ai reçue, de par l'exemple séduisant des Grands Maîtres japonais qui m'ont influencé par leurs vastes connaissances techniques, de par mon caractère personnel aussi, est plus orientée vers l'Art Martial, la recherche technique, didactique et pédagogique et la dimension éducative de l'enseignement de Jigoro Kano que vers la Compétition sportive. Celle-ci constitue néanmoins pour moi une épreuve nécessaire à la recherche de l'efficacité, un test incontournable dans la période de jeunesse ; mais elle ne m'a jamais excité outre mesure, car si le « jeu » qu'elle représentait me passionnait, si son utilité dans la recherche de l'efficacité ne m'a pas échappé, je n'ai jamais ressenti non plus le besoin pressant de dominer les autres par ce moyen. Le Randori me passionnait davantage, car l'expression mentale et physique s'y libèrent beaucoup plus que dans le Shiaï, et les progrès induits sont donc plus conséquents, grâce à des sensations plus subtiles, plus palpables, plus libérées. Et surtout... la Compétition ne dure qu'un temps, le Judo dure toute la Vie.

En compétition, les niveaux Régional et inter-régional me convenaient parfaitement, étant donné que j'habitais la province, loin de Paris, et que je n'avais aucune envie de m'expatrier sur la Capitale pour être pris en main par les entraîneurs nationaux, ce qui à l'époque était incontournable. Je me suis donc entraîné par mes propres moyens, tout en enseignant le Judo. J'ai connu plusieurs succès régionaux qui m'ont conduit à participer onze fois aux épreuves nationales, où après avoir passé un, ou deux, ou trois tours, je tombais contre les « quasi-professionnels » beaucoup mieux entraînés que moi, contre lesquels la lutte devenait inégale. Mais le plaisir n'en a jamais été altéré, et j'ai gardé beaucoup d'amis parmi l'élite des compétiteurs de mon époque, avec lesquels je m'entraînais fréquemment lors de mes séjours périodiques à Paris. Ça, c'est une vraie victoire !

- **Champion** IXème Région Militaire individuel et par équipes : 1963
- **Champion de Ligue** Roussillon **MOYENS** : 1965, 1966, 1967, 1969, 1971, 1972
- **Champion de Ligue** Roussillon **TOUTES CATEGORIES** : 1965, 1967, 1969, 1970, 1971
- **11 participations aux phases nationales** du championnat de France « **Seniors** »
- **3^{ème} aux Championnats de France** par Equipes de Clubs (3 cadets, 3 juniors, 3 seniors) : 1969
- **Vainqueur du Tournoi de Barcelone** (*surclassé en mi-lourds*) : 7-8 décembre 1969



Finale ligue 1971 « Moyens » : Hane goshi



Finale ligue 1971 « Toutes catégories » : Ashi guruma

3 - Ma contribution pour le 8^{ème} DAN

3-1 Ma contribution écrite

- A) L'accomplissement du judoka : du Débutant au Maître
- B) Patrimoine du judo japonais, la richesse des cultures au travers des différentes « écoles », rôle et utilité des Kata

3-2 Ma contribution vidéo

- C) Document vidéo joint : la défense et le contre en Judo

3-3 Autres publications

- D) Vidéos et écrits publiés
- E) Quelques photos souvenirs qui jalonnent ma « carrière judo »

3-1 Ma contribution écrite

A) Accomplissement du Judoka : du Débutant au Maître

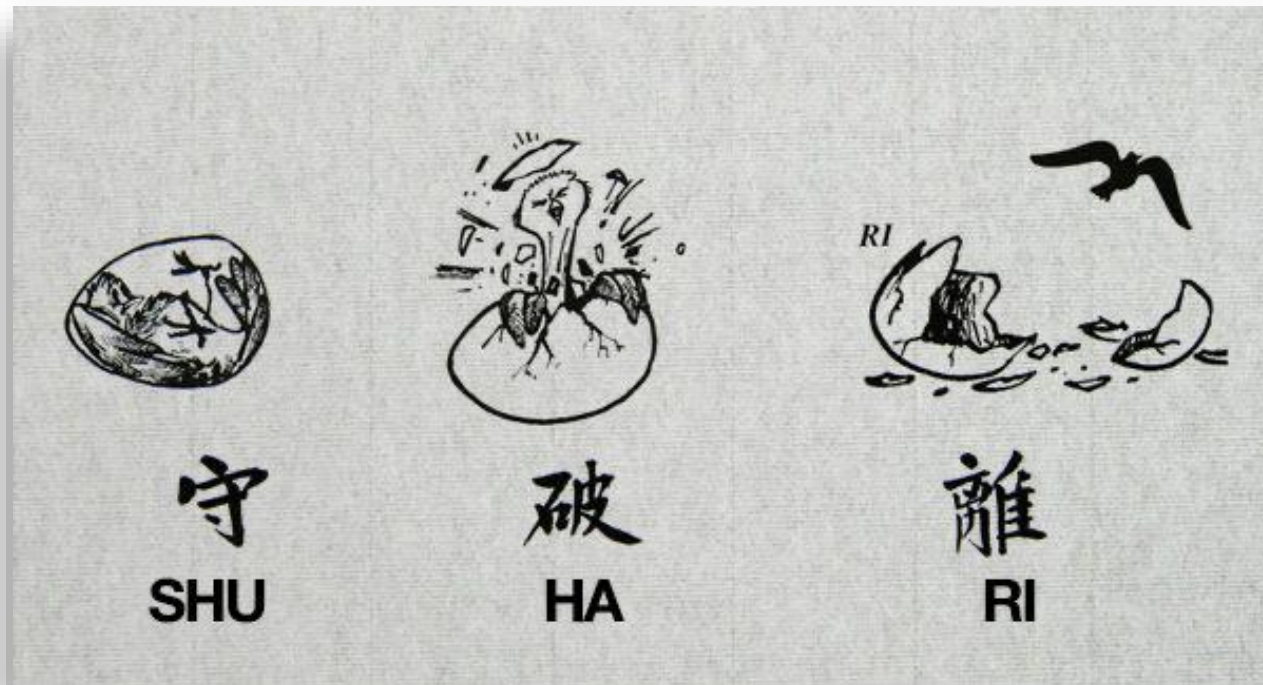
Dans la « Philosophie » orientale, le principe d'accomplissement de l'homme passe par trois phases...

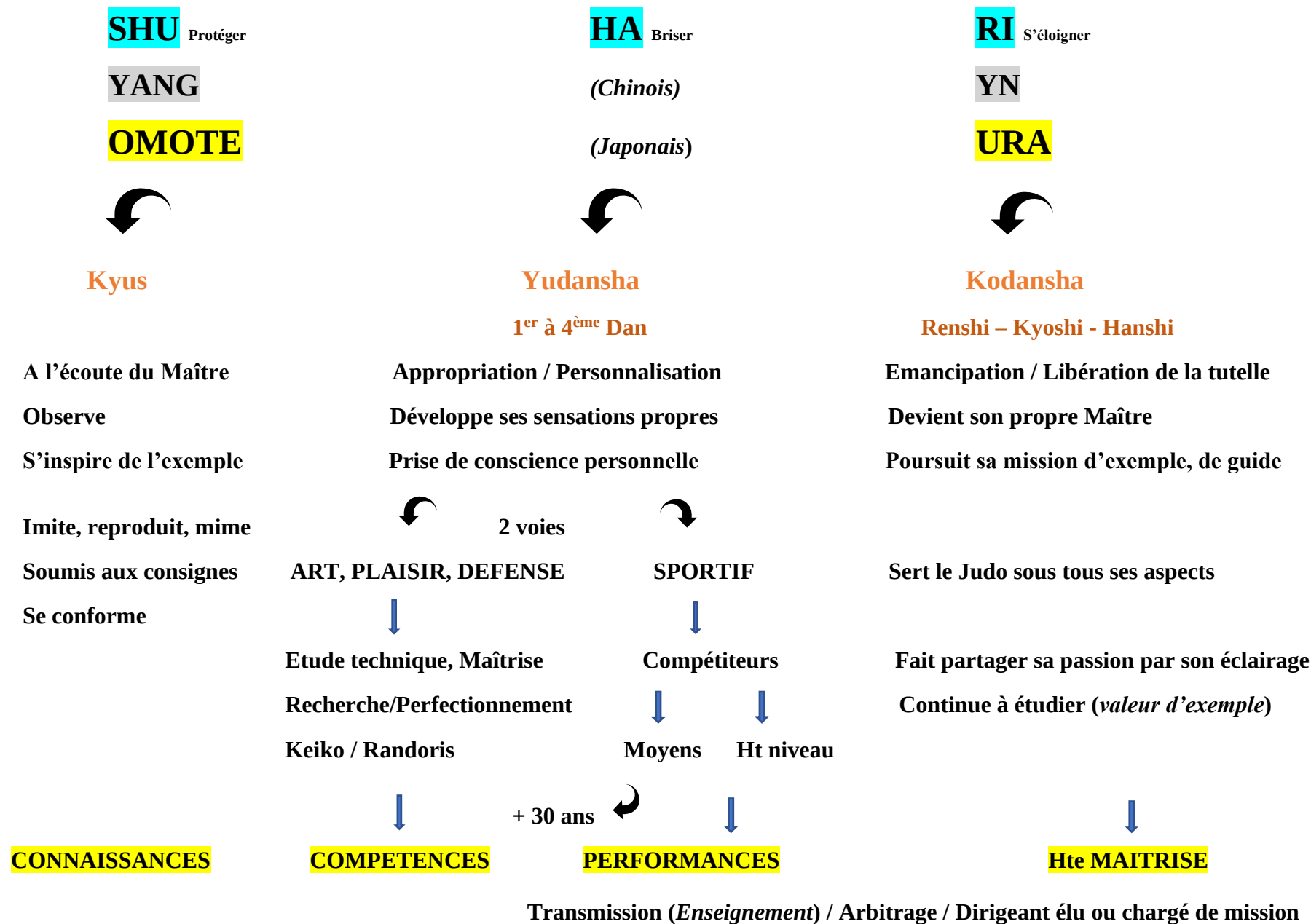
SHU HA RI

SHU A l'image de l'œuf qui abrite l'embryon, le nourrit et permet son développement jusqu'à l'éclosion.

HA A partir de la naissance, c'est la découverte de l'environnement, l'adaptation au « milieu », les découvertes, les acquisitions, la prise de conscience puis l'épanouissement dans la Vie, dans la pratique.

RI C'est l'affranchissement de la tutelle, l'émancipation, l'envol vers son propre destin, ses propres conceptions, la création personnelle.





Le synoptique ci-dessus met en évidence les trois phases successives dans la genèse de la Vie d'un Judoka.

B) Patrimoine du judo japonais, la richesse des cultures au travers des différentes « écoles »

Différences → Variété → Enrichissement :

Si le Judo est né, à la base, des réflexions de Jigoro Kano, inspirées par les vieilles Ecoles de Ju-Jitsu, il a été élaboré progressivement par ses disciples qui sont devenus à leur tour Maîtres dans leur Art, par leur travail de groupe d'abord, personnel ensuite. Et lorsque le temps est venu pour certains de s'affranchir, ils ont créé leur propre style, enseigné leurs propres ressentis, ils sont naturellement entrés dans la phase du **RI** ! Tout comme les enfants quittent un jour leurs parents pour construire leur propre destin.

Au Japon de l'Est, au Kodokan, Jigoro Kano s'est appuyé sur ses premiers disciples, MM. Tomita, Yokoyama, Yamashita, Shiro Saïgo (*Sugata Sanshiro*) Kaichiro Samura, Tabata Shotaro, Nagaoka, Kyuso Mifune, Minoru Mochizuki etc....

Au Japon de l'ouest, ce fut à l'origine la création du Budokukwai en 1895, puis M. Isogaï qui fut envoyé au Budokukwaï par Jigoro Kano lui-même pour y révéler son Judo. Cette nouvelle école, si elle fut fortement inspirée par l'enseignement de Kano, n'en a pas moins développé des repères plus proches du caractère proprement **martial** que du simple Art ou Sport. Les premiers Maîtres de cette Ecole ont créé leur propre style, MM. Isogaï, Kurihara, Tabata, Ebi etc. et même est née une « école » plus proche encore de l'esprit martial, le Budo Semmon Gakko, école militaire rattachée au Budokukai. C'est de cette école que sont sortis Me Haku MICHIGAMI, Me Kenshiro ABBE, alors que MM. KAWAISHI, KOIZUMI et AWAZU venaient du Budokukwai. Il est donc évident que tous ces spécialistes nourrissaient quelques différences, ayant atteint le niveau **RI** (*du Shu-Ha-Ri*) et se sont attachés à enseigner en fonction de leurs sensations propres, de leurs conceptions personnelles, qui avaient toutes de bonnes raisons d'exister, et de leur propre caractère en ce qui concerne la « *pédagogie* ».

Certains Maîtres se sont davantage orientés vers les aspects sportifs, et côté Kansai, est née, bien plus tard quand même, la fameuse Université de Tenri, qui a « sorti » pléiades de Champions. D'autres Universités côté Est, sont devenues célèbres, Meiji, Tsukkuba, Chuo, NichiDaï, Tokaï, Waseda (*où Me Kawaishi a fait un passage*) etc...

Si Jigoro Kano a dit que le Judo s'étudiait, en ce qui concerne la pratique « *physique* », par le Kata et le Randori essentiellement, puis par le Kogi et Mondo dans ses aspects « *théoriques* », il fallait forcément s'attendre à ce que, en devenant Sport de Compétition, de nouvelles techniques apparaissent, d'anciennes s'optimisent dans la recherche de l'efficacité par les combattants en opposition. Le Judo a trouvé un terrain d'enrichissement certain dans la personnalisation des techniques par les combattants, essentiellement les Champions qui ont apporté énormément de ce point de vue, et ce n'est certainement pas fini ! Ce qui nous amène à considérer que la technique est évolutive, se référant une fois encore au principe universel de la Vie elle-même, qui n'est jamais figée.

Dans l'évolution des techniques et de leur gain en efficacité, le rôle déterminant des Champions de haut niveau ne doit donc pas être passé sous silence, il est même primordial ! Ce sont eux qui ont créé des techniques nouvelles, de par leur travail personnel, induisant un enrichissement mutuel non négligeable, assurant l'évolution constante du Judo, s'opposant de fait à un conformisme radical qui serait fatalement source de paupérisation.

Quand on a intégré cette genèse, ces étapes successives, il est facile de comprendre et d'admettre que des différences apparaissent entre les Maîtres qui inspirent ces diverses « Ecoles », celles-ci étant logiquement soumises à leur influence.

Le point noir, c'est qu'en Occident nos mentalités font que les différentes « méthodes » sont perçues comme des oppositions ou des contradictions, alors qu'en Orient les différences sont considérées comme complémentaires et co-existent sans souci, avec acceptation réciproque chez les Maîtres comme chez les pratiquants.

Il y a autant de façons de faire le Judo que de pratiquants dans le Monde !

Il faut admettre que si des façons de réaliser certaines techniques – *dans les Kata par exemple* – sont différentes d'une Ecole à l'autre, l'essentiel pour les japonais est qu'elles répondent à une logique d'efficacité et soient conformes aux grands principes du Judo....**minimum d'effort pour maximum d'efficacité** : principes d'utilisation avec mise en évidence des déséquilibres, respect de la mécanique des mouvements et de la géométrie des positionnements qui va avec, utilisation du poids du corps, précision technique....etc.

Il faut conclure de tout cela que **le judoka assume une très large responsabilité dans son propre accomplissement !**

On ne peut pas coller des ailes sur une chenille et appeler ça un papillon : la métamorphose doit venir de l'intérieur.

Le Judoka est à la fois le sculpteur et la sculpture. Le Professeur simplement son guide, son outil.

Monsieur Feldenkrais avait écrit, à son époque :

« Le Judo est à l'Action ce que la Science est à la Pensée »

La Science étant évolutive et jamais figée, la Pensée doit logiquement s'adapter à l'évolution des connaissances.

Il en va de même pour notre Judo si l'on admet qu'il est bien vivant.

Musashi : *« Il n'existe rien à part toi-même qui puisse te rendre meilleur, plus fort, plus riche et plus intelligent. Tout réside en toi, tout existe. Ne cherche rien en dehors de toi-même ».*

Rôle et utilité des « Kata » :

Chacun sait qu'il existe plusieurs formes dans l'exécution des Kata, plusieurs « écoles » comme on dit au Japon et même que selon les différents Maîtres certains « détails » diffèrent.

Dans l'optique de la recherche de l'efficacité optimale et aussi pour mieux s'imprégner de la culture originelle des Arts Martiaux, il semble intéressant d'analyser les différentes pratiques dans leur histoire et leur évolution.

Dans le KATA dit « SPORTIF » : le vainqueur est le couple qui réalise le mieux et au plus près l'exécution **d'une forme** imposée par convention collégiale, en fonction de consignes prédéterminées bien précises.

Ce sont des katas **formatés** pour la circonstance afin de rendre possible la notation pour départager les candidats.

Ce qui ne doit pas amener à penser qu'il n'existe pas d'autres formes !

Le Professeur Kano disait : Le Judo s'apprend par la pratique du « **Kata et du Randori** »

Dans un 1^{er} TEMPS = Le KATA est un *MOULE* plutôt rigide dans lequel doivent s'inscrire les étudiants, laissant peu de liberté à l'expression personnelle qui va se manifester par la suite.

Dans un 2^{ème} TEMPS =

→ pour les étudiants « *avancés* » c'est un outil destiné **à s'approprier** les sensations du judo

→ qui débouche alors sur une pratique **évolutive en fonction du niveau** des pratiquants.

→ pour les professeurs le Kata est un outil de référence technique et pédagogique.

→ on en arrive ensuite à une expression plus personnalisée pour les **Maîtres** qui se sont appropriés les sensations et expriment maintenant un « **ressenti** » personnel **sans s'affranchir** bien entendu des Principes immuables du Judo. Les vrais Maîtres continuent leurs recherches toute leur vie, et de ce fait le Judo - *et les Katas* – répondent aux lois de l'Univers : ils sont, comme lui, en expansion.

Dans l'étape initiale le pratiquant doit donc passer par le « moule » auquel il se conforme et s'identifie pour ensuite se libérer de ce carcan et parvenir après une longue pratique à l'épanouissement de ses propres sensations et de sa personnalité, tout comme le compétiteur de Haut Niveau parvient, sans occulter les techniques de base, à personnaliser son style, pour développer et imposer ses sensations techniques au travers de son système d'attaque et arriver à une gestion optimale de ses propres ressentis, de son tokui waza. La toile de fond du SHU HA RI est encore une fois omniprésente !

L'OBJECTIF SUPERIEUR du Kata – *comme du Judo dans son ensemble* – étant encore une fois l'aboutissement à l'expression personnelle par la libération des contraintes d'apprentissages. (3^{ème} phase du SHU HA RI !)

Rendre naturel ce qui est difficile !

Les KATA ont également une mission suprême de relation directe avec nos traditions « BUDO » qui consiste à pérenniser notre culture de base, puisée dans l'Art Martial originel du Ju-Jitsu et riche héritage des vieux Maîtres qui nous ont transmis leurs savoirs.

Apprendre un kata est une chose relativement facile, mais **connaître** un kata est une autre paire de manches ! Le but ultime est de le comprendre, d'en saisir la raison d'être, la substance profonde, la logique et assimiler le message qu'il véhicule. Il faut parvenir à le « sentir », à le « vivre ».

Tous les katas débutent et se terminent par un salut, mais les saluts doivent être empreints de sincérité. Les saluts ne doivent pas être une imitation, une parodie, une singerie, mais exprimer sincèrement le respect que nous portons à notre partenaire ou aux personnes à qui nous présentons le Kata. L'esprit, le Shin, doit s'inscrire en filigrane dans le salut.

Un Kata n'est ni une base, ni un Judo supérieur, c'est une synthèse de tout cela en même temps. Les kata ne sont pas des éléments complémentaires au judo mais une partie intégrante de celui-ci et tout particulièrement les kata du groupe « Randori No Kata ». L'exécution d'un Kata ne doit jamais être faite mécaniquement, sans âme. Il ne doit pas être artificiellement démonstratif, mais profondément vivant, logique, surtout ressenti, et mettre en évidence les principes qui régissent le Judo afin que la pratique soit bénéfique et participe à une profondeur dans la compréhension.

L'esthétique d'un Kata n'exclut pas le reflet de la sincérité, de la maîtrise des techniques spécifiques et d'une parfaite communion d'esprit entre les deux partenaires, au contraire.



**Ainsi roule le Yang-Tsé, confondant pour les faïences siennes les
eaux lointaines venues par ses affluents (*Lao Tseu*)**

Article écrit par Jacques SEGUIN (7e DAN) pour les Hauts-Gradés

Le Judo : Culture ? Patrimoine ?

« Le plus grand des ennuis c'est d'exister sans vivre » disait Victor Hugo.

On serait tenté de reprendre ce concept à propos de Judo et d'affirmer « le plus grand des contresens serait de ne voir dans le Judo qu'une de ses facettes », soit uniquement l'aspect éducatif, soit seulement les résultats sportifs.

Le Judo doit être considéré comme Ecole de la « Vie » et de la recherche de convictions. L'étudier doit conduire à découvrir et admettre ses propres limites. Afin d'y parvenir, il est essentiel de le pratiquer sans restriction puis d'affronter les autres pour savoir ce dont on est capable. Son fondateur disait que l'essentiel était de faire de son mieux mais que ne voir que la médaille était scléroser le Judo. Certains ont des dons pour devenir les meilleurs mais tous ont le devoir de donner le meilleur.

Si l'on admet ce raisonnement il devient essentiel de réfléchir quelques instants sur le sens des termes afin de mieux éclairer l'évidence du Judo, sans polémiquer sur la sémantique.

Certes, tout pratiquant connaît le nom des techniques en japonais, sait saluer et accorde, à tort, à ce geste la signification d'un simple « bonjour », peut parler de tatamis et voire même de Dojo, chacun sait même que les ceintures symbolisent des grades. Autant

d'éléments, plus quelques détails, qui constituent un *éveil* vers « la Culture/Judo ». Qu'est-ce en fait que la Culture asiatique, européenne, africaine ? C'est le fait d'avoir vu le jour dans un Continent, de parents autochtones et de recevoir, passivement, une instruction et une éducation conventionnelles que l'on adopte ensuite, ou non...

A la notion de Culture peut se surajouter celle de Patrimoine.

Le patrimoine est défini comme étant l'ensemble des biens hérités des prédécesseurs, le plus souvent des parents. Seuls les membres de la famille héritent de ces richesses. S'y ajoutent en plus, les biens que l'on a su amasser : « il s'est constitué un beau patrimoine ». Or, tout le monde n'est pas amené à pratiquer le Judo mais ceux qui le font doivent être conscients de recevoir un héritage et d'avoir à le faire fructifier afin de le retransmettre à leur tour.

Qui dit « bien » dit richesse. Ceux qui nous ont aidés à comprendre le Judo nous ont effectivement légué une richesse que nous n'avons pas le droit de laisser se dissoudre. Certains risquent de le faire sans être conscients de la valeur de ce qu'ils ont reçu. Trop souvent ce n'est pas leur faute mais celle de celui qui leur a passé le flambeau sans avoir su l'allumer.

En quoi consisterait cette richesse ? Réfléchissons ensemble :

Toutes les autres spécialités sportives sont nées de jeux. Le principe même des jeux consiste à opposer, d'emblée, deux individus ou deux équipes afin de déterminer le gagnant. L'autre n'est jamais qu'un « faire valoir », celui que l'on veut surpasser. L'un gagne, l'autre perd. Des règles sont établies : *l'arbitrage*, afin que le résultat soit obtenu en appliquant un code. Ces règles ne sont jamais que techniques et non comportementales : le football n'accepte pas l'usage des mains, le nageur en brasse doit toucher le mur des deux mains au virage, le boxeur ne doit pas frapper au-dessous de la ceinture ... De fait, d'un jeu arbitré on détermine le meilleur et par là on a créé un Sport. Du moment où l'âge ou la blessure surviennent on « a été » mais la vie continue avec seulement des souvenirs !

Le Judo est riche parce qu'il commence par une éducation comportementale tout en forgeant un physique (qui ne demande pas de prédisposition particulière), ensuite parvenir à une haute technicité, passer par un sport d'opposition pour aboutir à une Ecole de Vie. Notre cheminement est totalement différent. Ne pas allumer le flambeau consisterait donc à proposer prématurément une découverte en commençant par l'opposition. Les premiers pas ne peuvent être envisagés qu'en collaboration avec « l'autre ». C'est ensemble que l'on découvre la technique. Cette démarche induit la prise de conscience

de l'importance d'autrui : l'homme **n'est** que dans la mesure où il peut se sentir maillon de la chaîne qui constitue sa société. Une autre de nos richesses consiste, pour le pratiquant, à vouloir quantifier et qualifier les progrès réalisés dans les trois domaines du grade : **SHIN** ou esprit de combat de soi sur soi, **GI** ou connaissance et efficacité technique, **TAÏ** ou valeur physique. Autant de compétences acquises, reconnues par nos pairs, seuls habilités à les authentifier par des grades.

Ces trois composantes ne doivent jamais être dissociées car l'une sans les deux autres reviendrait à avoir un corps sans tête ou à philosopher sans recherche d'objectivité.

La conception profonde du Judo repose sur des fondations précises : l'**entraide** conduisant à l'enrichissement ou **prospérité mutuelle** et le devoir **d'utiliser au mieux les**

énergies intellectuelles, physiques et techniques. En un mot, l'efficacité qui ne peut être générée que par la qualité et la quantité du travail.

« Le Zen enseigne qu'il ne doit pas y avoir de distance entre la pensée et l'action ». L'efficacité en Judo réside dans la rapidité d'action : analyse de situation et réponse adéquate réflexe. Le but suprême consistant à extrapoler cette façon d'agir à toutes les situations de la vie en société.

On arrive à déclencher ainsi une soif d'apprendre et le Judo est tellement vaste que l'âge venant ou la blessure étant là, si le championnat n'est plus d'actualité, la pratique persiste, seule la forme diffère. C'est ainsi qu'au cours d'une vie de judoka on pourrait dégager plusieurs étapes :

Le Judo « avec l'autre » chacun ayant un rôle primordial. On ne « fait pas du Judo » mais « on recherche le Judo » grâce à l'autre, alors que l'on fait du ski ou de l'aviron ou...

Le Judo « par l'autre », c'est le moment du RANDORI au cours duquel on essaye ses techniques en ne cherchant qu'à faire mieux que l'autre sans toutefois entraver ses tentatives. C'est l'osmose et l'harmonie entre mental, technique et physique.

Le Judo « contre l'autre », moment où on cherche à se situer dans une hiérarchie. C'est le temps du SHIAÏ, dans lequel s'immisce la tactique, puisque l'arbitrage s'y impose.

Enfin **le Judo « pour les autres »** puisqu'il n'est pas concevable de garder pour soi ce que le Judo nous a apporté. C'est le partage.



Photo : Jacques SEGUIN – 7ème Dan Professeur du cours Adultes. L'illustration même du « Judo pour les autres » !

Les éléments constitutants du Judoka complet : SHIN GI TAI

Cette trilogie résumant les composantes du Budoka accompli ne trouve pas son origine au Kodokan ou même chez Jigoro Kano, mais remonte au XIX^{ème} siècle et serait issue de l'enseignement d'un Maître du Sabre et de Ken Jitsu, Yamahoka Tesshu, qui enseignait que la Technique ne peut pas être efficace sans l'Esprit et sans la médiation du corps. Ces trois aspects sont indissociables, leur intégration par le pratiquant conduit à la manifestation de la Maîtrise dans les « Dô » ! Cette formule « consacrée » a été reprise, révélée et divulguée dans l'enseignement du Budokukwaï.

SHIN : Esprit d'éveil, de décision, de volonté et d'initiative, incluant le Zanshin
(*Comportement général dojo et extérieur*)

(CIEL)

GI : Technique, incluant les grands principes de minimum d'effort pour un maximum d'efficacité, recherche du déséquilibre, utilisation du poids du corps, gestion des déplacements, provoquer et exploiter les réactions de l'adversaire, renzoku waza, liaisons sol etc...

(TERRE)

TAI : Condition physique générale, préparation musculaire et cardio, synergie musculaire etc...

(L'HOMME)



COMMENTAIRES

Bien au-delà du judo, dans la culture/mentalité japonaise :

- le **shin** est plus que l'esprit, c'est l'humain que nous sommes dans nos valeurs, dans notre âme, c'est notre comportement sociétal, c'est notre part spirituelle, ce que nous sommes vraiment dans la vie, c'est « *kokoro* » ! (Le *cœur* dans sa dimension sublime).
- le **gi**, que l'on traduit chez nous par « technique » est en réalité tout ce qu'on apprend, tout ce qui s'acquiert. Ce sont nos gestes, notre réflexion, cela va des mathématiques à la dextérité de celui qui tire à l'arc, qui monte à cheval, à la maîtrise dans tous les arts ou métiers. (Ikébana, calligraphie...)
- le **taï** est le corps, notre corps d'humain et la façon dont on le considère, dont on le manage, dont on l'utilise. Le Taï, ce n'est pas la musculature ou le nombre de pompes..., ce serait vraiment trop réducteur, bien au contraire toute notre vie le Taï est là, qui nous sert de support, de médiateur avec le Monde extérieur. C'est un outil qui s'use et que nous devons toujours adapter, restaurer, sublimer.

3-2 Ma contribution vidéo

C) Document vidéo joint : la défense et le contre en Judo

La défense et le contre en Judo »

Il y a à mon sens 5 formes de défenses en Judo :

- **Jigo tai** : c'est abaisser le centre de gravité pour « bloquer » l'attaque.
- **Briser la force** : c'est un jigotai « évolué » dans lequel Tori déséquilibre Uke dans le blocage de sorte que celui-ci ne soit plus en mesure d'enchaîner....
- **Rupture du contact** : jigotai « évolué » dans lequel Tori rompt le kumi kata
- **Esquives**
- **Crochetages** par intérieur ou par extérieur (kusari gama)

Ces défenses conduisent aux « contre-prises »

Vidéo visible ici : <http://www.youtube.com/watch?v=rBxD5U9NjH0>

3-3 Autres publications :

D) Vidéos et écrits publiés

Vidéos sur les techniques « particulières » tachi waza et ne-waza :

Qui traitent en tachi waza de **formes « oubliées »**, ou peu usitées, parfois hors nomenclature, ou de **kumi katas spéciaux**...

Vidéos visibles ici 

<http://www.youtube.com/watch?v=KH4uyVrcWyE>

<http://www.youtube.com/watch?v=RzY16LTjmzo>

<http://www.youtube.com/watch?v=FEEEGE7IQq0>

Vidéos-archives de Stages ou Formations :

Vidéos visibles sur ma chaine YouTube à cette adresse 

<https://www.youtube.com/channel/UC5YDXM1ZwS2RgOrDS42ThEQ/videos>

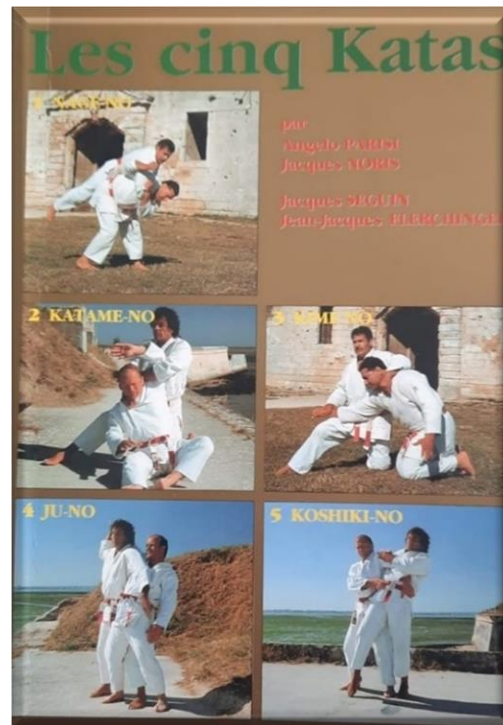
Également accessible via le moteur de recherche YouTube en tapant : « Jacques Seguin Judo »

DVD publiés :

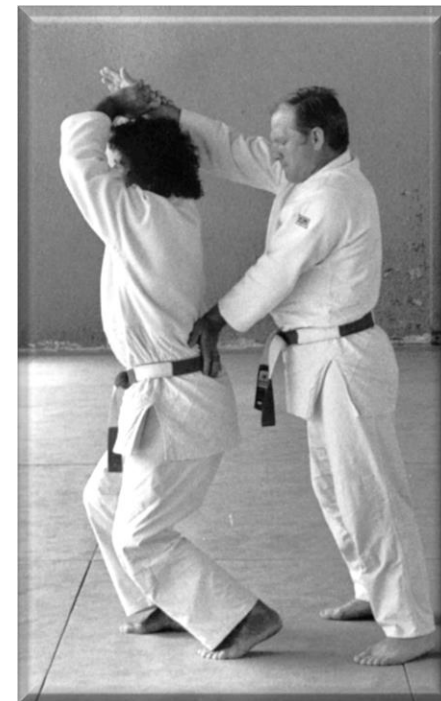


Livres Publiés :

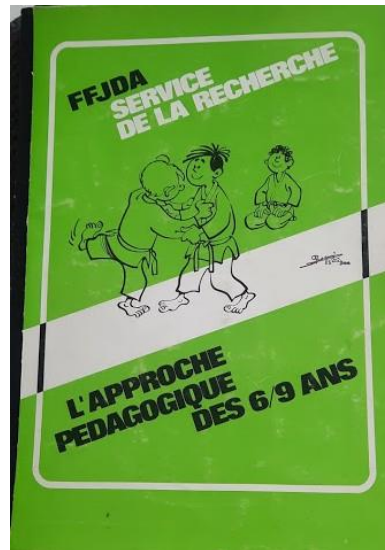
J'ai co-écrit un livre-photos (Claude Fradet) en 1989 sur **Katame-No-Kata**, **Ju-No-Kata**, **Koshiki-No-Kata** avec Jean-Jacques FLERCHINGER, puis Jacques NORIS et Angelo PARISI pour **Nage No Kata** et **Kime No Kata**.



Les cinq katas :



J'ai participé au Document Fédéral sur l'approche pédagogique des 6-9 ans avec le Service de Recherche FFJDA et MM. Roche et Dardenne.



Document officiel FFJDA

PERSONNES AYANT PARTICIPE A L'ELABORATION, L'EXPERIMENTATION REDACTION DE CES VOLUMES :	
	SOKE C.T.R. - ROUSSELLON
	MINEN C.T.R. - COSE D'AZUR
	ROCHE C.T.R. - Responsable du service
1. FLANDRES-ARTOIS :	BADREAU Jacques - VERDEPUT Jacques - CL
2. NORMANDIE :	CITTAUT Bernard
3. ILE DE FRANCE :	BOUST Guy - LEPIC Robin
4. CAMPAGNE :	MOSE Pierre - DEILLON Fernand - PAULET
5. PACA :	DEICH Jean-Louis - D'IMBESVAL Philippe
6. BRETAGNE :	THOMAS Jean
7. T.O.B. :	ALAUDET Michel - COMTEAU Michel - B
8. FRANCE-CENTRE :	DEUTZ Alain - HUGUENIN Gilles
9. CHARENTAIS-POITOU :	CAUERE Roger - POIRREAU Bernard - POIRRE
10. CENTRE :	JENNY Guy -
11. LYS-VALAIS :	GALLAT François - MEEUWEN Bernard - S
12. LYS-VALAIS :	THINET Gérard - GUILLE Raymond - BLANC
13. LYS-VALAIS :	BERNARD Jean-Claude
14. LYS-VALAIS :	CABANE Jean-Claude - SEGUIN Jacques -

- **J'ai édité quatre cassettes vidéo** avec Technique Debout, Sol, Katas, en 1989 (épuisées)
- **J'ai réalisé deux DVD** comportant les sept Katas de Judo plus le Goshin Jitsu
(Démonstration puis explications)
- **J'ai réalisé plusieurs DVD** Technique Debout, sol (voir jaquettes page 25)
- **Plusieurs vidéos techniques** filmées par les Stagiaires de l'Ecole des Cadres de la Ligue Midi-Pyrénées ou pendant des Stages Belgique ou Italie (Liens sur ma chaîne Youtube)

E) Quelques photos souvenirs qui jalonnent ma « carrière judo »



Mon premier Professeur Charles TONI en démonstration dans les arènes de Nîmes (1955)

Il m'a donné la passion du Judo !



Les « pères » du Judo Français, Maîtres Kawaishi et Awazu en 1950



Avec Me Hagiwara et Yamamoto



Avec Me Hiroshi Katanishi



Avec J. Noris, D. Douillet et A. Parisi



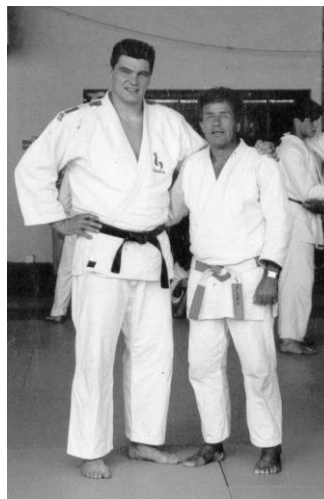
Avec JJ. Flerchinger



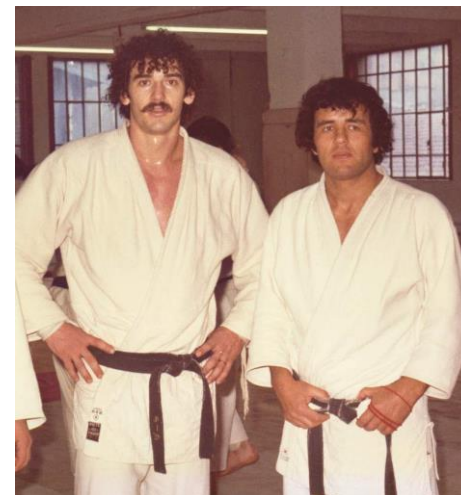
JJ. Flerchinger



Jacques Leberre



David Douillet



Jean Luc Rougé



Isao Okano



JP Coche, D. Valéra, JL Juan, J. Seguin



Frédéric Demontfaucon



Patrick Vial



Colloque des Haut Gradés 1980 à Beauvallon

(4^{ème} et 5^{ème} Dan à l'époque !)

Avec Maîtres Awazu et Michigami

(À gauche, Henri Courtine, alors DTN)



Colloque des Haut Gradés 1981 à Beauvallon

Avec MM. Courtine, Murakami, Michigami, Awazu (au premier rang)



Cours avec Cathy Arnaud, Jacques Seguin, Angelo Parisi, Jacques Noris



1974 : Avec mon Ami Jean Claude Baumelle (*décédé*)



Avec Kyoshi Murakami après démonstration du Koshiki No Kata (1984) (*lien vidéo ci-dessous*)

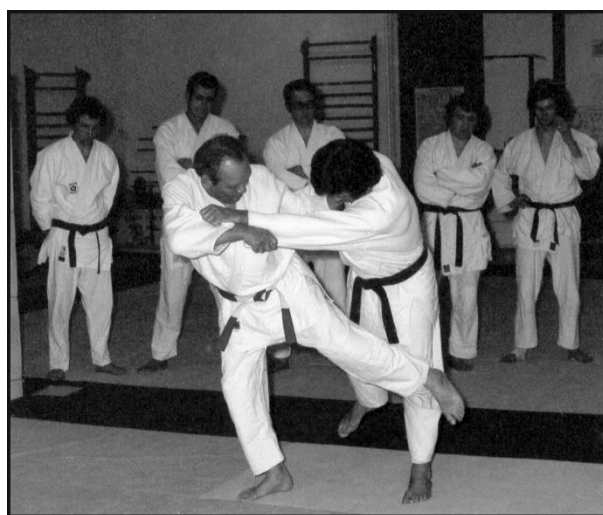
<https://youtu.be/YIGw8p4H-QU>



Me Kenshiro Abbé 1956



Me Michigami 1955



Me Michigami – J. Seguin 1975



Mon ashi guruma



Avec Me Awazu



Avec Cathy ARNAUD



et Guy SMAILI



et Me Awazu



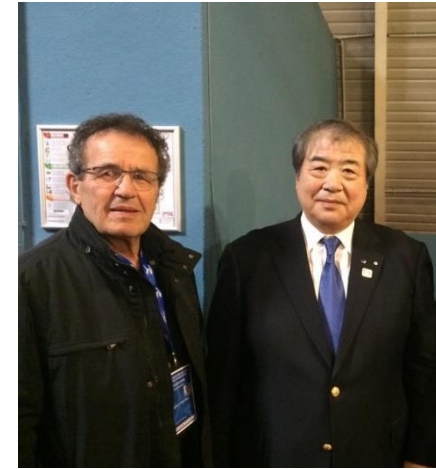
Les compétiteurs de ma génération « mode relax » « *quelques* » années plus tard...
(Patrick Vial, Jacques Noris, Jacques Leberre, Lionel Grossain et Annie, Serge Feist)



Avec Me Michigami et Awazu 1972



2012 MM. Yukimitsu Kano et Ichiro Abé



Avec Me Uemura, Président du Kodokan



Kodokan Tokyo



Kodokan (Grand Dojo)



Me Kano



Temple Eishoji (1^{er} Kodokan 1882)



Temple Eishoji (actuel)



Statue Jigoro Kano (devant le Kodokan)

Au cimetière Yahashira, à Matsudo, où est enseveli Jigoro Kano



Devant le tombeau de Jigoro Kano (avec son petit fils Yukimitsu Kano) Cérémonie shintoïste Tombe de J. Kano (2002)



Au cimetière avec I. Abé



Remise de mon 7^{ème} Dan par Jean Luc Rougé et mon « parrain » Jacques Noris. 2007



Diplôme 6^{ème} Dan Kodokan



Diplôme 7^{ème} Dan CNG

Quelques échanges de correspondances avec Me Ichiro ABE.....(souvenirs)



KODOKAN
JUDO INSTITUTE

PRESIDENT:
YUKIMITSU KANO

ADDRESS: 16-30, KASUGA 1-CHOME,
BUNKYO-KU, TOKYO, JAPAN
TEL: 03-3819-4172
FAX: 03-3814-2918
TLX: J25865 KODOKAN

Tokyo, le 26 Mars 1997

Monsieur Jacques Seguin
10, Avenue du Stade
31130 Quint-Fonsegrives
France

Cher Seguin,

Votre lettre du 18 mars m'est bien parvenue et je vous en remercie.

Votre venue au Japon approche et je crois que vous devez très occupé pour la préparation de votre départ. Mr. Bertrand m'a écrit qu'il vous confiera une spécialité de Toulouse. Je vous remercie de votre amabilité.

En ce qui concerne les ceintures de Geme dan pour vous et Egea, elles sont déjà commandés pour broder vos noms en japonais. Les prix sont environ 4,000 yens par personne.

Dans l'attente de vous revoir bientôt, veuillez agréer, Cher Seguin, l'assurance de mes salutations très cordiales.

Ichiro ABE
Ichiro ABE



KODOKAN
JUDO INSTITUTE

PRESIDENT:
YUKIMITSU KANO

ADDRESS: 16-30, KASUGA 1-CHOME,
BUNKYO-KU, TOKYO, JAPAN
TEL: +81-3-3818-4172
FAX: +81-3-3814-2918
E-mail: intl@kodokan.org

Tokyo, le 18 Avril 2001

Monsieur Jacques SEGUIN
10, Avenue du Stade
31130 Fonsgrives
France

Cher Monsieur Seguin,

C'est un grand plaisir de recevoir de vos nouvelles et je vous remercie sincèrement pour le votre gentil cadeau que vous avez confié à vos amis Toulousains. Je suis très content de savoir que vous êtes en bonne santé et que votre travail marche bien.

J'ai eu l'occasion de leur donner un cours de Ju-no-Kata dans le dojo de Kodokan et deux de vos amis venaient de se présenter en disant qu'ils venaient de Toulouse. Et ils m'ont donné votre lettre et cadeau.

De mon côté, ma santé est bonne je travaille toujours au Kodokan comme conseiller et c'est pour cela que j'ai l'occasion de pratiquer des Katas.

En ce qui concerne votre invitation à Toulouse, je vous remercie, mais cette fois-ci le programme de mon voyage au Portugal est déjà fixé et ne pourra pas être changé. Mais je suis sûr que j'irai à Toulouse si l'occasion se présente.

Dans l'espoir d'avoir l'occasion de vous revoir, je vous prie de croire, Cher Monsieur Seguin, en mes sentiments amicaux.

Ichiro ABE
Ichiro ABE

Jacques SEGUIN

De : "Ichiro Abe" <ichiabe@k9.dion.ne.jp>
 À : "Jacques SEGUIN" <seguin.jacques@free.fr>
 Envoyé : mardi 13 mars 2007 11:50
 Objet : Re: Ici Toulouse.

Cher Seguin,

C'est déjà quelques jours sont passé depuis j'ai reçu votre mail dans la quelle vous m'avez demandé concernant le nom de 1er technique de Goshin-jutsu. Comme il n'y a pas nom précisé dans l'enseignement j'ai eu réunion avec quelques persons concerne et on a arrivé de nommé ce technique Tagatame. J'espère que vous été en bonne santé tous vos affaires marchent bien. Mes meilleurs sentiments,

Ichiro Abé

----- Original Message -----
 From: Jacques SEGUIN
 To: ABE Ichiro
 Sent: Wednesday, March 07, 2007 1:33 AM
 Subject: Fw: Ici Toulouse.

Bonjour cher Maître Abé,

Comment allez-vous ?

Ici je travaille beaucoup sur les DVD ou cassettes vidéo du Kodokan que vous m'avez envoyées, ce sont d'excellents documents très intéressants. J'enseigne à l'école des professeurs (pour les candidats au diplôme d'Etat) et je fais référence aux formes du Kodokan, que la Fédération française n'a pas encore adoptées ; je pense que ça viendra, mais c'est long pour changer les habitudes d'un pays !

Pouvez-vous me dire comment s'appelle la première technique du Goshin jutsu, sur Ryote-dori : ce n'est pas un Waki-gatame, c'est en fait une clé avec le coude de Tori qui écrase le coude de Uké, mais **quel est le nom japonais** ???

J'aime bien employer les noms exacts quand j'enseigne.

Je vous remercie d'avance de bien vouloir m'apporter cette précision.

Je vous souhaite une bonne semaine et recevez toutes mes amitiés.

Jacques SEGUIN.

14/03/2007

Jacques SEGUIN

De : "Abe Ichiro" <ichiabe@k9.dion.ne.jp>
 À : "Jacques SEGUIN" <jacques.seguin@laposte.net>
 Envoyé : lundi 23 mai 2005 13:41
 Objet : Re: news

Cher ami Seguin,

Je vous remercie de vos nouvelles. J'étais parti a Sapporo depuis vendredi pur un stage des katas et je suis de retour a Tokyo depuis dimanche le 22 au soir. Toute d'abord, je vous souhaite un prompt retablissement de votre sante apres l'operation de hernie. En ce qui concerne les questions que vous m'aviez pose je voudrais repondre comme les suites.

Tamaguruma : Mr. Mifune nomme cette technique parce que c'est lui qui a invente et nomme cette technique. Le Kodokan ne prend pas cette technique comme technique du Kodokan. Mr. Mifune aimait la fantaisie.

Sotomuso: comme vous dites c'est une technique de Sumo, ce n'est pas une technique de judo. Une photo de vous, c'est un Seoinage mais si vous mettez le genou au sol pour une projection ce sera Seoi-otoshi. Seoi-otoshi est determine par le genou au sol. avant une projection.

Bien micalement,

Ichiro ABE

 ?????(Ichiro?Abe)
 E-mail:ichiabe@k9.dion.ne.jp

----- Original Message -----
 From: "Jacques SEGUIN" <jacques.seguin@laposte.net>
 To: "ABE Ichiro" <ichiabe@k9.dion.ne.jp>
 Sent: Monday, May 23, 2005 3:52 PM
 Subject: news

23/05/2005

Tokyo, le 14 Juin 02

Cher Seguin, Cher Ami,

J'espère que vous allez bien ainsi que tout votre famille.
Le temps passe vite, et mon départ pour l'Etats-Unis s'approche.
Vous vous souvenez que lors de notre visite au tombeau de Jigoro Kano et dans le cimetière un staff du Kodokan a prit le photo d'ensemble.

J'ai le plaisir de vous envoyer trois copies de ces photos pour vous et deux Présidents, Mr.Frutos et Mr? le Président de la Ligue Poitou-Charentes.
Je vous prie de croire, Cher Seguin, en mes salutations amicaux.

Ichiro ABE



Jacques SEGUIN

De : "Abe Ichiro" <ichiabe@k9.dion.ne.jp>
À : "Jacques SEGUIN" <jacques.seguin@laposte.net>
Envoyé : mardi 13 mai 2003 13:03
Objet : Re: Nouvelles de Toulouse.

Bonjour cher ami Seguin,

Le temps passe très vite ! Il me semble que c'était il y a quelques mois que vous êtes venu au Japon la dernière fois.
Le Championnat du Japon s'est déroulé le 29 avril et il y avait environ 13,000 personnes de spectateurs.

Finalement, INOUE remportait le titre de champion encore une fois successivement à l'année dernière après avoir combats très difficiles à battre contre Muramoto et Ichinowatari.

En final il a projeté Suzuki par uchimata ippon en 3 minutes.

Suzuki aussi a bien combattu, il a battu Muneta, finaliste de l'année dernière

et Shinohara qui était le champion du Japon en 1998, 1999, et 2000.

Le Championnat du Japon de cet année était très chaleureuse.

Nous aurons les Championnats du Monde à Osaka au mois de septembre prochain.

J'espère que l'équipe japonaise obtiendra des résultats honorable.

Amicalement à vous ,

Ichiro ABE

4 - Conclusion



Lorsque je fis en **1958 mes premiers pas** sur les tatamis, je ne me doutais pas que le Chemin, le « Dô » était si long et traversait un **authentique Univers**.

L'Homme a toujours été fasciné par l'Univers...

...et moi, j'ai voulu explorer celui du Judo, sans me douter que j'atteindrais un jour l'orbite de cette Etoile lointaine paraissant inaccessible : le **8^{ème} Dan** !

« Si tu veux tracer ton sillon droit, attache ta charrue à une étoile (Lao Tseu) »

5 – Remerciements

En dehors des Maîtres japonais que j'ai déjà cités, il serait inconvenant d'occulter les Maîtres français qui m'ont aussi beaucoup apporté par leurs immenses compétences...

Difficile de tous les citer, cependant je voudrais mentionner essentiellement :

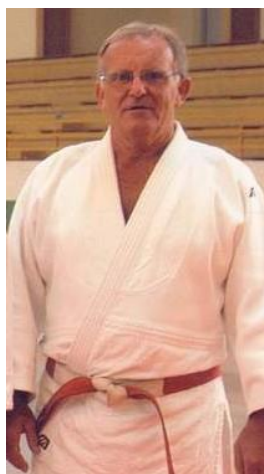
- **Georges BAUDOT**, qui fut pour moi un remarquable technicien et pédagogue du Judo.
- **Jacques LEBERRE**, compétiteur « japonais », extraordinaire, un Maître de « la sensation » !
- **Patrick VIAL et Serge FEIST**, deux grands Experts complets : tant debout qu'au sol et Kata.
- **Raymond MOREAU**, qui alliait efficacité, souplesse, vitesse et esthétique dans sa pratique.
- **Bernard PARISSET**, un combattant exceptionnel en Judo et Maître de son art en Ju-Jitsu.
- **Bernard MIDAN**, qui m'a séduit par son éclectisme technique, pédagogique et Valeurs humaines !
- **Cathy ARNAUD**, que j'ai d'abord connue comme stagiaire (*remarquable !*) au Stage d'Oléron, puis avec laquelle j'ai eu le plaisir d'animer de nombreuses séances d'entraînement en parfaite synergie.
Une technicienne hors pair doublée d'une animatrice exceptionnelle !
- Et enfin le **Comité National des Grades** qui m'a accordé sa confiance en me proposant au 8^{ème} Dan.
Au cours de ma période « compétition », j'ai eu le plaisir de côtoyer les combattants de ma génération et dans ma catégorie (moyens – 80 kgs), je me suis lié d'amitié particulièrement avec :
 - **Jacques NORIS**, avec qui j'ai encadré le Stage International de l'Ile d'Oléron pendant 40 ans !
 - **Jean Jacques FLERCHINGER**, passionné de technique et Katas, nous sommes unis par une grande complicité et beaucoup d'heures de travail sur le tapis.

Sur le plan Régional Occitanie je citerai :

- **Louis COMBES**, ancien Directeur par intérim de l'Ecole de Judo de l'INS (actuelle INSEP), arrivé à Tarbes en 1973, un grand spécialiste de la Pédagogie Judo, avec lequel j'ai eu beaucoup de plaisir à échanger...sans compter que nous avons été complices de tatamis dans tous les colloques de Haut-Gradés que nous avons faits ensemble.
- **Jean Louis JUAN**, CTR lors de mon arrivée à Toulouse en 1973, qui m'a « mis le pied à l'étrier » en me confiant l'Ecole des Cadres Régionale de formation aux Diplômes d'Etat, que j'ai managée au CREPS de Toulouse pendant 30 années. Jean Louis et moi nous connaissons en fait depuis le début des années 1960, puisqu'il était à l'époque dans l'équipe de Montpellier et moi dans celle de Nîmes. Nous étions « rivaux » sur la même Ligue (du Roussillon). Il a été nommé CTR à Toulouse en 1970, et à mon arrivée en 1973, nous avons eu beaucoup de plaisir à nous retrouver, ça va de soi.
- **Ramon EGEA**, qui a longtemps participé à mes côtés aux Formations de l'Ecole des Cadres, qui possède les qualités d'un magnifique judoka doublé d'un excellent compétiteur et retransmetteur passionné.



Louis COMBES



Jean Louis JUAN



Ramon EGEA

- Mon fils Régis, 5ème Dan, BE2, qui m'a aidé à la réalisation informatisée de cette contribution, indépendamment des nombreuses séances d'entraînements que nous avons vécues ensemble sur le tapis.



D'une façon générale, à tous ceux qui ont participé à ma formation, à mes acquisitions techniques, au déroulement de ma carrière Judo en général...et ils sont nombreux, trop nombreux pour être tous cités au risque d'en oublier !

6 - Lexique

Termes japonais employés dans ce document

Ha	Briser, relâcher
Hanshi	9 ^{ème} et 10 ^{ème} Dan
In ou Yn	Négatif, l'eau, l'ombre, le mal
Jigotai	Position dure du corps (<i>blocage</i>)
Keiko	L'entraînement
Kodokan	Ecole où l'on étudie la Voie (<i>Ecole de Jigoro Kano, à Tokyo</i>)
Kodansha	5 ^{ème} à 10 ^{ème} Dan (grades supérieurs)
Kumi kata	Façon de poser les mains et de saisir l'adversaire.
Kusari gama	Chaîne reliée à une faucille (<i>défense par crochetage sur la jambe d'appui</i>)
Kyoshi	7 ^{ème} et 8 ^{ème} Dan
Kyu	Grades des ceintures de couleurs
Omote	Avant, visible, face
Renshi	5 ^{ème} et 6 ^{ème} Dan
Ri	S'éloigner, se séparer
Shu	Protéger, nourrir
Ura	Arrière, caché
Yang	Positif, le soleil, le feu, le bien
Yudansha	1 ^{er} à 4 ^{ème} Dan (grades inférieurs)

7 - Dédicaces



Cathy ARNAUD :

Difficile de décrire mes émotions lorsque je pense à toutes les situations de travail que j'ai pu vivre sur le tatami avec Jacques Seguin. Elles inspirent avant tout de la confiance, car c'est un homme qui argumente et qui persuade. De la richesse d'esprit, avec son humour et son immense savoir. Il m'a beaucoup appris.

Et tout simplement un grand respect pour ses convictions.

Merci Jacques !

Cathy Arnaud

8^{ème} Dan

Triple Championne du Monde – Médaillée Olympique

Louis COMBES :

Jacques Seguin Hachidan ? Et pourquoi pas lui qui malgré « *un âge* » avancé se permet de faire tourner les jeunes autour de sa cuisse !

Certes il eut été possible de simplement se réjouir de la promotion d'un individu qui a su conserver une qualité de judo extraordinaire en tant que boulimique de la technique.

Démonstrateur hors du commun et érudit des formes les plus diverses.

Pendant des années nous avons foulé nombre de tatamis et une anecdote me vient à l'esprit. Au Colloque maître Awazu nous demandait assez souvent de démontrer. Il nous dit ce jour-là : « Ha ! Toulouse nécessaire faire kime no kata » ! Nous nous trouvons devant un dilemme, à voix basse nous nous concertons : la forme Michigami ou Awazu (1) ? Si nous optons pour le premier ça peut être désobligeant et si nous faisons la forme Awazu ...ça nous convient moins. C'est dit va pour Michigami ! Lorsque nous terminons, assez satisfaits, il intervient : « Hon ! Quand montrer, nécessaire faire comme a appris professeur ». Et il est parti en murmurant : « Ho ho...c'est waki gatame, c'est waki gatame... » Confus et dépités nous nous sommes promis de ne pas recommencer !!!!!

Louis Combes

8^{ème} Dan – Ancien Directeur par intérim de l'Ecole de Judo de l'INS (Insep)

(1) A cette époque deux formes s'affrontaient : Me Michigami faisait faire Mune gatame (Budokukai) et Me Awazu préférait Waki gatame (Kodokan)...

Jean Louis JUAN :

Jacques SEGUIN, en parler c'est en quelque sorte résumer les 3/4 de ma vie de judoka et de ma vie elle-même puisque c'est mon Ami.

Avant d'être mon Ami, mon partenaire, mon conseiller technique Jacques SEGUIN a été un judoka adversaire indirect dans les compétitions inter clubs.

Lui de Nîmes et moi de Montpellier, adversaire Indirect car d'un club rival, et Jacques plus âgé que Moi, (je le précise régulièrement) il combattait en séniors et moi en cadets pour Montpellier....

Cela étant faut bien dire qu'à cette époque déjà, Jacques était déjà un judoka impressionnant.

Efficacité, comportement et attitude dans les combats et en dehors des tatamis. Un judoka que je prenais plaisir à regarder même s'il gagnait un peu trop souvent par rapport à mon club.

Les circonstances et opportunités dans nos vies professionnelles nous ont rapprochés dans les années 1970.

Ses qualités humaines, sa disponibilité, ses immenses qualités techniques, sa rigueur, ses engagements toujours respectés, nous ont permis de construire notre environnement, une amicale et franche complicité baptisée (MUPPET SHOW).

Jacques SEGUIN est un expert écouté, apprécié et toujours en recherche du plus pour toutes et tous dans toutes les expressions du judo.

Jacques vit 'judo', il donne sans compter, il est maniaque du bien fait.

Des experts Français ou étrangers le sollicitent depuis de nombreuses années.

C'est un personnage unique dans le monde du judo.

Merci de ton accompagnement.

Merci de ton amitié.

JL Juan

7ème Dan

Ancien CTI Aquitaine, CTR Midi-Pyrénées, Arbitre Mondial, ancien responsable CNA

Guy SMAÏLI :

Parler de Jacques SEGUIN, c'est dire en priorité que c'est un homme comme il y en a peu.

Lorsqu'on a la chance de le rencontrer et de le côtoyer, c'est du vrai bonheur.

Son accession au grade, rare et tant convoité, de 8^e Dan signe un parcours de professeur de judo hors du commun, un chemin de vie particulièrement riche de rencontres et de compétences.

Jacques est le professeur « montreur d'exemples » qui s'est intéressé en les maîtrisant à toutes les facettes du judo, aussi bien sur le plan technique que philosophique.

De son apprentissage aux moments de vérités à travers les shiais, où son talent s'est exprimé ; avec sa pédagogie également en tant qu'éducateur et le bagage qui va avec, Jacques SEGUIN, que ce soit à l'école des cadres ou dans son club, a contribué à la formation de très nombreux diplômés d'Etat, à d'innombrables ceintures noires et à l'éducation de milliers d'élèves.

Il a aussi croisé dans sa vie de grands Sensei, tels Ishiro ABE, Haku MICHIGAMI, Shozo AWAZU, Raymond MOREAU, Georges BAUDOT, et bien d'autres encore, ces fabuleuses rencontres riches et heureuses ont fait de lui ce qu'il est aujourd'hui, c'est-à-dire une belle référence et somme toute un grand Monsieur du Judo.

Nos parcours parallèles à lui comme à moi ont été semblables.

Ils nous ont fait partager la même passion, celle d'aimer donner aux autres, ce que nous a, avant tout, appris le judo.

Guy SMAÏLI

8ème Dan

Professeur de Judo

Ramon EGEA :

Lire la contribution de Jacques SEGUIN pour son 8^{ième} DAN est un plaisir et un enrichissement.

Nous nous connaissons depuis 1973, année de son arrivée en Midi-Pyrénées. J'apprécie encore et toujours le volume de ses connaissances techniques, culturelles et humaines.

Il nous dit ici comment il a découvert notre discipline et dès cet instant magique il a rêvé le judo !

" Fais de ta vie un rêve et d'un rêve une réalité" (Antoine de Saint-Exupéry).

Une réalité qu'il a fait naître et vivre avec rigueur, professionnalisme et passion, tout au long des étapes de sa vie sociale.

Talentueux, il a étudié minutieusement la technique, car il sait mieux que d'autres que *"sans technique un don n'est rien qu'une sale manie"*, une pratique sans sensation.

Il a entraîné dans sa passion plusieurs centaines de judokas déjà très intéressés. Il a donné à chacune et chacun le désir d'apprendre plus et comprendre mieux le sens des principes du JUDO.

Pour certains, dont je pense être, il nous a laissé entrer dans son univers en étant un peu complices de l'étude, de l'échange ; sur les tatamis mais aussi hors du Dojo. Je veux écrire ici les souvenirs heureux des soirées "Brassens" qu'il a animées pour nous, enrichies des explications sur l'histoire et le sens des paroles des chansons qu'il interprétait. Je rappelle les propos de G. Brassens *" la seule révolution possible, c'est d'essayer de s'améliorer soi-même, en espérant que les autres fassent la même démarche. Le monde ira mieux alors"* pour moi de l'humanisme, de l'universalité : du Judo.

Jacques, ce haut grade du judo français est une légitime reconnaissance des membres de la commission nationale des grades à ta vie entière consacrée à l'étude et au développement du judo avec un niveau d'expertise exceptionnel, reconnu en France et à l'étranger.

" La perfection est atteinte, non pas lorsqu'il n'y a plus rien à ajouter, mais lorsqu'il n'y a plus rien à retirer" (Saint-Exupéry) non il n'y a *" rien à jeter"* cher ami.

Pour ce qui est de notre avenir, forts de notre passion partagée, nous allons avancer sur notre projet Kata (la mémoire du geste et les formes admises...), continuer à aider aux préparations aux examens des grades.

En toute amitié *"l'amitié n'exige rien en retour"* (G. Brassens) je te remercie Jacques, de m'avoir permis d'écrire ces quelques lignes, respectueux témoignage pour ta connaissance, ton esprit libre, entier et sans concession.

Ramon Egéa

Professeur de judo

7^{ième} Dan.

Frank OPITZ :

Cher Jacques,

C'est avec un immense plaisir que j'ai appris que tu étais proposé au grade de 8°dan.

L'Honneur, dans notre Code Moral, évoque les qualités humaines et les compétences de l'individu qui font honneur au grade qu'il porte.

Tu illustres parfaitement cette valeur ainsi que celle de l'Amitié.

La transmission est le fil rouge de ton parcours.

Tu as su puiser auprès de tes aînés les finesses de notre Art Martial, t'inspirer des meilleurs jusqu'au berceau de notre discipline, le Kodokan, pour enseigner le Judo avec enthousiasme et précision.

Tu as formé de nombreux judoka à l'Ecole des Cadres de Toulouse et lors des nombreux stages que tu as organisés, dans notre région, sur l'ensemble du territoire français et au-delà.

Ta disponibilité et la qualité de ton enseignement sont saluées de tous.

Tu sais vulgariser ce vaste univers du Judo en t'adaptant à ton auditoire.

Grâce à ton accompagnement exigeant, de nombreux judoka ont pu s'accomplir également selon le SHU-HA-RI.

Tu poursuis encore aujourd'hui cette œuvre toutes les semaines pour la Ligue et dans ton club. Je t'en remercie.

Tes conseils sont précieux et ton expertise est fine. J'ai pu en bénéficier, personnellement, dans mon parcours technique.

Encore un grand merci.

Même si l'enseignement est omniprésent, tu as su diversifier ton parcours en étant cadre technique de la fédération, juge national Kata et arbitre pendant plusieurs années.

La Ligue Occitanie t'est reconnaissante d'avoir contribué largement à la construction d'individus grâce au Judo et d'avoir formé tant d'enseignants qui eux-mêmes perpétuent l'éducation des jeunes citoyens.

Nous sommes honorés de t'avoir parmi nous et heureux de poursuivre, avec ton concours, cette œuvre d'éducation initiée par Jigoro Kano.

Avec toute ma reconnaissance et mon amitié.

Frank OPITZ

*Président Ligue Occitanie de Judo, Jujitsu,
Kendo et D.A.*

6°dan. BEES 2°degré

Jean Jacques FLERCHINGER :

Mon premier rapprochement avec Jacques Seguin date de 1975 lors d'un Colloque des Haut gradés à Beauvallon ; à cette époque les plus haut grades en France, c'était 4^{ème} et 5^{ème} Dan !

Ce Colloque fondé en 1972 par Henri Courtine, DTN, encadré par son ami Bernard Pariset et par nos deux Maîtres (Senseï) Shozo Awazu et Haku Michigami, a permis de réunir les professeurs des différentes régions de France, créant relations et amitié entre eux. Celui-ci qui perdure depuis est un grand succès pour le Judo français.

Grâce à ce Colloque est née une profonde amitié avec Jacques.

Pendant près de quarante ans au Stage International de Judo et Ju-Jitsu de l'Ile d'Oléron, organisé par Jacques Noris, nous participions sur le tatami comme intervenants. On profitait ensuite du temps libre dans la journée pour faire des échanges techniques, particulièrement sur les Katas. Venaient se joindre à nous quelques élèves et professeurs de différents pays.

Jacques, alternativement mon Tori ou mon Uké...m'a permis de me perfectionner sur les différents Katas. J'appréciais ses conseils. Depuis je considère mon « kokoro » Jacques Seguin comme une véritable encyclopédie dans notre Art, qui est également un Sport.

Nous partagions la même vision. Quand on se destine à l'enseignement il est impérativement nécessaire d'avoir une profonde connaissance des Katas qui sont la « grammaire » du Judo.

De 1964 à 1973 il a rayonné comme compétiteur dans sa Région en -80Kgs et aussi en Toutes Catégories, se sélectionnant environ une douzaine de fois pour le niveau national.

Très apprécié comme professeur il a été sollicité à de multiples reprises pour diriger des stages en France et à l'étranger.

Dans sa Ligue, il a formé de nombreux professeurs et actuellement conseille toujours les candidats aux Haut-grades dans leur formation.

Je suis fier de mon Ami !

Son dévouement, son esprit d'entr'aide et sa passion n'altèrent en rien son humilité naturelle.

Jean Jacques FLERCHINGER
8^{ème} Dan

Ancien Champion de France, Membre de l'Equipe de France et entraîneur de la Police Nationale.

Ahmed CHABI

Cher Jacques,

J'ai toujours gardé en mémoire la confiance que tu m'avais témoignée en m'acceptant comme intervenant en arbitrage au sein de cette magnifique ECOLE DES CADRES CREPS DE TOULOUSE dont tu étais responsable technique de par ta très riche connaissance dans cette discipline, connue et reconnue dans le monde Judo.

Je ne saurais terminer mon propos sans t'adresser mes sincères remerciements et toute ma gratitude de m'avoir fait l'honneur d'être mon tuteur lors de ma remise du grade 7ème Dan.

Crois cher Jacques à mon amitié indéfectible.

A bientôt

Ahmed CHABI

7ème Dan

Guy MAGNANA et Vincent GUIDA

Jacques Seguin, une amitié complexe entre nous qui a débuté avec ton professeur Charles TONI, un artiste-sculpteur ami de Vincent Guida et de moi-même qui nous fit venir en Camargue dans les années 1960, comme les vedettes de son stage, pour avoir mis à mal deux années de suite les grandes formations parisiennes aux Championnats de France interclubs !

Puis ce fut lors de notre passage à Nîmes ta rencontre où tu dirigeais un Stage pour les Professeurs de ta Ligue, et là tu es venu nous demander notre avis sur ta prestation qui était excellente en nous vouvoyant, nous les Sempaï qui n'étions à l'époque que des compétiteurs certes ayant pour seules armes le Judo-Kodokan de Minoru MOCHIZUKI Senseï et d'un jeune judoka fabuleux, Ichiro ABE, qui marquera de sa patte les Clubs de Judo de Toulouse et tous les grands Professeurs de Judo français en moins de cinq ans, qui fera gagner vingt années au Judo français et plus tard aux judokas belges...

Notre amitié est née de cette passion que nous avons eue pour la même maîtresse de nos débuts, le Judo Kodokan, ce que Jean-Claude (1) appelle le Judo-plaisir, que nous nommons simplement le Judo japonais ou plus prétentieusement Judo Art Martial !

Ta carrière Judo atypique est celle d'un artisan, un Artiste qui comme Vinci aborde tous les domaines, la Technique, l'Art, la Philosophie, la Science et jusqu'au Septième Art que t'aurait envié Léonard, avec tes vidéos dont je me suis délecté sur le Web !

Amitiés et Bravo !

Guy MAGNANA et Vincent GUIDA 8^{ème} Dan

(1) Il s'agit de Jean-Claude BRONDANI, 8^{ème} Dan, Médaillé Olympique à Munich en 1972 (Note de JS.)

Alain VIGNEAU

Jacques SEGUIN, c'est avant tout me rappeler cette incroyable rencontre.

J'ai « découvert » Jacques quand j'avais 15 ans lors de ses régulières interventions en ARIEGE grâce au dispositif « Ecole des Cadres ». Outre le personnage exceptionnel, reconnu et respecté qu'il était déjà, j'ai découvert avec Jacques une pratique du judo que je ne connaissais pas ! A ses côtés, le judo m'apparaissait technique, tellement riche, accessible mais à construire par le travail...beaucoup de travail....

Mes connaissances acquises grâce à Jacques, m'ont permis de me construire Et de devenir l'enseignant...l'homme que je suis devenu.

A l'heure actuelle, ayant l'honneur et le plaisir de professer à ses côtés, je continue à me nourrir de ses conseils, de ses observations !

Jacques : excellent technicien ; je suis toujours aussi captivé par la qualité de ses réalisations qui forcent l'admiration.

Jacques : excellent pédagogue ; je suis toujours très à l'écoute de ses interventions, de ses conseils qui toujours nous permettent de dépasser nos difficultés.

Récemment, Jacques m'a fait l'honneur d'être mon parrain et ainsi m'accompagner dans cette extraordinaire aventure humaine qu'est le passage du 6^{ème} Dan. Quelle fierté pour moi...cela restera gravé à jamais en moi.

Enfin, je reprendrai une de tes citations qui me parle :

« Si tu veux tracer un sillon droit, attache ta charrue à une étoile »

Eh bien Jacques, je ne sais si mon sillon tracé est droit, mais il est évident que pour moi, tu es cette étoile.

Alain VIGNEAU

6^{ème} DAN

Professeur de judo.

Professeur agrégé d'Education Physique.

Ce qui nous ressemble nous rassemble...
Ce qui nous différencie nous enrichit (*St-Exupéry*)

