



A.D.J.J. : LA VOIX DU BUSHI



A.D.J.J.

<http://clubadj.free.fr>

clubadj@wanadoo.fr

Tél. : 03 86 63 35 41

Sur la voie des Samourais :

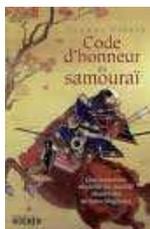
Si l'on en croit les Anciens, rien ne vaut un esprit sain dans un corps sain ! C'est pourquoi nous vous proposons pour vos vacances deux saines lectures qui deviendront peut-être les livres de chevet de tous les samourais de l'A.D.J.J. : « Code d'honneur du samourai » de Thomas Cleary (traduction moderne du Bushidô Shoshinshû de Taïra Shugésuké) et « La voie du samourai » de Yamamoto Tsunetomo.

A la lecture de ces deux ouvrages on (re)découvre la figure paradoxale du samourai : homme de guerre dont le code moral prévalait notamment en temps de paix afin de prévenir tout relâchement, guerrier dont le raffinement (expression verbal, tenue vestimentaire, etc.) contrastait avec une ascèse implacable (frugalité, esprit de sacrifice, etc.)

Nul doute qu'après avoir lu (et médité !) ces ouvrages, les ju-jitsuka de l'A.D.J.J. pourront mettre leur pas dans ceux de leurs illustres modèles. « A l'extérieur, la peau d'un chiot, à l'intérieur, la rage d'un tigre. »

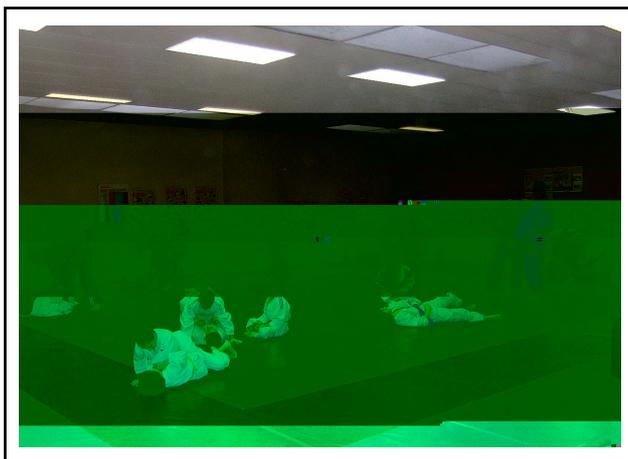
« Code d'honneur du samourai » Editions du Rocher, 11,50 €

« La voie du samourai », Presse du Châtelet, 9,95 €



St Julien du Sault le 07 février :

Grâce à l'initiative et à l'organisation de Marylène FOURGEOT et Alexandre DESMARES, les adhérents des cinq écoles ADJJ ont eu le plaisir de pouvoir se retrouver pour une rencontre amicale le 07 février dernier.



Dans ce numéro

Sur la voie des samourais	1
Saint Julien du Sault le 07/02/10	1
Rencontre du 07/03/10	1
Dossier technique : ju-jitsu brésilien	2

Le matin, un stage spécifiquement dédié aux techniques au sol a été dispensé et l'après-midi chacun a pu ensuite se mesurer aux autres participants de sa catégorie durant les différents randoris arbitrés par Michel BAILLET.

L'esprit ADJJ y était bien présent : une rencontre familiale regroupant les participants les plus jeunes (enfants du baby ju-jitsu) aux pratiquants adultes les plus expérimentés.

Rencontre du 07 mars :



A Appoigny, Marylène et Alexandre ont également organisé une rencontre avec randoris debouts cette fois-ci, le principe étant de répondre à n'importe quelle attaque par une riposte de son choix avec contrôle et/ou finalisation.

Une nouvelle occasion de se retrouver et de se confronter aux pratiquants des autres écoles ADJJ. Cette rencontre étant la première du genre, des modifications ont été apportées afin de pouvoir placer des amenées au sol : situations importantes car on sait que la plupart des combats de rue se finissent au sol.

Compte tenu de l'enthousiasme des participants et des spectateurs présents ce jour-là, nul doute que cet événement sera renouvelé à l'avenir pour le plaisir de toutes et tous !



DOSSIER TECHNIQUE : Jiu-jitsu brésilien

Art martial dérivé des techniques de jiu-jitsu traditionnel importé du Japon au Brésil par Mitsuyo MAEDA puis développé par la famille GRACIE

Tout commence en 1914 lorsque Mitsuyo MAEDA part s'installer au Brésil à la demande de Jigoro KANO pour faire découvrir la discipline japonaise.

Durant cette période, il fut aidé par Gastao GRACIE, notable brésilien et pour le remercier, il enseigna le jiu-jitsu à son fils Carlos qui enseigna à son tour à ses frères son interprétation du jiu-jitsu. Helio GRACIE, un des frères de Carlos, dont le médecin avait déconseillé la pratique en raison de sa santé fragile, commença le jiu-jitsu à 16 ans en le repensant avec l'esprit brésilien et en l'adaptant à son petit gabarit.

C'est ainsi qu'est né le jiu-jitsu brésilien.

En 1925, Carlos et Hélio créèrent la première académie de GRACIE jiu-jitsu ou jiu-jitsu brésilien.

Contrairement à la majorité des arts martiaux, le jiu-jitsu brésilien est un art du combat total en corps à corps dont le but principal est d'amener ou de ceinturer son adversaire au sol pour compenser son physique en utilisant les points vitaux, les clés de bras, de jambe et les étranglements pour pousser l'adversaire à l'abandon.



Avec ses techniques complexes, le jiu-jitsu brésilien demande du courage, de la persévérance et un important travail sur soi-même pour surmonter ses peurs et gérer la panique et la douleur. Le jiu-jitsu brésilien est donc un sport complet par excellence aussi bien au niveau physique que mental.

Il faudra attendre 1995 et la venue de Rickson GRACIE pour développer cet art martial et voir apparaître la première fédération de jiu-jitsu brésilien en France.

En 1996, Guy MIALOT, qui était l'initiateur des contacts avec Rickson GRACIE, emmena une équipe française aux premiers championnats du monde au Brésil.

L'ADJJ, passionnée par tous les styles de jiu-jitsu, s'affilia tout de suite à la fédération. Et, en 1998, notre Senseï, Michel BAILLET, était le premier ju-jitsuka du club à être finaliste aux Championnats du Monde.

Une fois n'est pas coutume, je ne conclurai pas ce dossier en vous citant tous les grands noms du jiu-jitsu brésilien (ils sont nombreux et je ne voudrais pas en oublier) mais en félicitant Marie BAILLET et son équipière Marion qui ont été les premières filles françaises finalistes au Championnat du Monde en 2000.



Informations de dernière minute :

A noter, l'Assemblée Générale de l'ADJJ aura lieu le 19 juin à 16h30 à Saint Julien du Sault (rendez-vous à 16h00 pour toutes celles et ceux qui voudront bien nous aider à installer les lieux). Cet événement nous permettra de faire un bilan de la saison 2009-2010 et d'exposer l'organisation des cours et des événements prévus pour la saison prochaine. Nous vous attendons donc nombreux ce 19 juin pour participer à ce moment clef de la vie de notre association.

Le 04/07/10, l'ADJJ organisera des démonstrations de combat urbain, de self défense, de ju-jitsu brésilien et traditionnel à Villefargeau à l'occasion de la fête patronale.