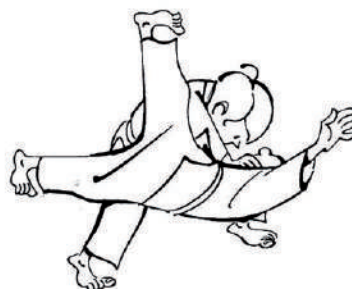
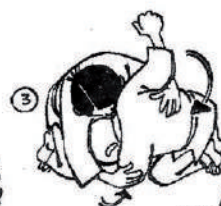
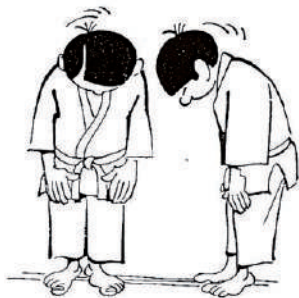


*Paroles
de femmes
passionnées*



Témoignages



Graines de passion

Balade parmi des athlètes féminines :

Toutes, jeunes, vigoureuses, diablement heureuses !

Au travers des générations, elles ont, toutes en partage, une passion !

Une passion qu'elles cultivent quotidiennement lors d'entraînements exigeants. Une passion présente même lorsqu'elles s'accordent quelque repos ! Tendues comme la corde d'un arc, tout leur être se trouve attentif à ces menues sensations qu'elles ont appris à lire et qui les font progresser et dépasser ce qu'elles estimaient hors d'atteinte ! Elles se surprennent et des flux nouveaux irriguent leurs avancées sachant néanmoins qu'elles auront toujours à :

Oser et Prouver !

Entourées et accompagnées par des personnes expérimentées, compétentes : elles osent et elles prouvent !

Ont-elles choisi le sport qu'elles pratiquent à un haut niveau ? Ce sont souvent des opportunités, des rencontres qui les ont conduites à opter pour telle pratique parmi d'autres déjà expérimentées. Ainsi l'une a été « gym » quelques années durant tout en pratiquant de l'escalade en famille : A 12 ans elle a privilégié l'escalade sur blocs et s'est ainsi ouvert des portes internationales. Une autre pratiquant le judo s'est trouvée conquise par la boxe qui l'occupe assez pour atteindre un haut niveau !

Ce qui me paraît remarquable parmi ces filles, au travers des générations, c'est que leur passion n'étouffe pas en elles, leurs désirs de nourrir les diverses facettes de leurs vies ; ainsi ne négligent elles pas : scolarité, études, professions mais aussi leur vie personnelle, familiale, amicale : des vies soignées minutieusement et joyeusement. Elles ne veulent en rien sacrifier leurs avenir !

Soutenues par des clubs où foisonnent des ami(es), des entraîneur(es) et des bénévoles, ces filles apprennent à soutenir efforts et renoncements, tout en s'assurant un équilibre global et l'épanouissement de leur personnalité.

Les générations d'athlètes féminines depuis 1945 se succèdent en des temps courts (entre 8 et 15 ans) . Elles s'enrichissent des expériences et avancées des précédentes. Les sports pratiqués par les femmes se multiplient, non en concurrence avec ceux des hommes, mais en parallèle, avec des différences d'approches, de tactiques, de conception, au-delà de différences physiques. L'histoire séculaire de la gente féminine les a amenées à développer des spécificités qu'elles façonnent au rythme de leurs évolutions. Certaines particularités seraient des obstacles comme une confiance en elles insuffisante, des ambitions plus nuancées que celle de vouloir gagner à tout prix ! D'autres particularités seraient des atouts mal reconnus et insuffisamment prises en compte : une souplesse physique et mentale, une volonté d'évolution partageable, une subtilité du geste, de l'intention, un regard attentif vers l'autre ! Celles que j'ai rencontrées dans leur sport, ne se complaisent pas à jouer les vedettes et l'argent n'est pas le moteur de leurs progressions.

Bien des sports, d'abord masculins, se féminisent, ce dont on ne peut que se réjouir surtout s'ils s'ouvrent à un large public.

Lors de grandes joutes commerciales et médiatisées à outrance, des supporters braillards exigent que leur équipe gagne, davantage pour leur plaisir personnel (et financier) que pour l'intérêt du jeu lui même. Quant aux sportifs engagés dans de telles circonstances (commercialisées) ils sont totalement dépendants du club ou de l'entreprise qui les ont achetés. J'avoue n'être en rien intéressée par de tels spectacles grandioses !sauvages !inhumains ! Les beaux gestes, les belles stratégies ne sont plus l'intérêt premier !

A vrai dire, je préfère voir de jeunes athlètes se concentrer, se conseiller mutuellement, s'entraider avec autant de sympathie que d'admiration quand l'amie-concurrente réussit bellement. J'admire les gestes harmonieux qui font d'elles des artistes de leur sport, des femmes fortes d'une humanité intelligente et

généreuse : ce qui est leur honneur de sportives de haut niveau en même temps qu'humaines citoyennes !

L' évolution de leurs personnalités leur ont appris à tisser réussites et échecs sans jamais renoncer. Elles savent aussi, le moment venu, lorsque leurs sensations et leurs énergies s'atténuent, se tourner vers d'autres objectifs, fortes de ces vigueurs déclinées des années durant !

J'apprécie ces démarches -hautement culturelles et éducatives
- qui favorisent l'autonomie de chaque pratiquant(e) :

autonomie et responsabilité tant individuelles que partageables, au sein de collectivités soudées autour de projets communs. On s'épaule, se projette, se dépasse avec des efforts conjugués vers des réalisations dont chaque partenaire peut être heureux et fier !

Dans cet ouvrage : « Paroles de femmes passionnées » ce sont celles d'athlètes en judo datant du début du XXI^e siècle. Je souhaite qu'elles soient entendues par de jeunes générations, en devenir d'exploits personnels ou collectifs...celles d'aujourd'hui et de demain !

Ces Paroles sont authentiques, vraies, vécues intensément...

Des cahiers de photos complètent aujourd'hui ces témoignages.

Vous y trouverez des compositions d'images de compétitrices en judo : leurs attitudes, leurs regards, disent ce que d'autres expriment en mots. Et puis des compositions de jeunes athlètes qui pratiquent divers sports - parmi : escalade, boxe, équitation, plein air, montagne !

Des aînées souvent mal connues, ont ouvert des sports aux femmes et chacune ajoute sa part de vitalité, de progrès, de savoirs, et d'ouvertures vers des pratiques toujours plus élaborées. La notoriété de telles pratiques font qu'elles deviennent accessibles au plus grand nombre, comme une invitation ! C'est là une merveilleuse école : leurs sports font d'elles, des femmes qui construisent leurs avenir en pionnières. Et dans la foulée de leurs évolutions, « nos » avenir y gagnent en reconnaissance.

Adolescente pendant la seconde guerre, je n'ai pratiqué qu'un peu de basket et de judo en mini-amateur. Par contre j'ai eu à courir les montagnes - pendant la guerre - pour récolter le ravitaillement nécessaire aux jeunes réfractaires que nous hébergions. De longues courses à pied par tous les temps, m'ont construite avec assez de bonheur pour ne pas avoir le sentiment de les avoir subies ; je les ai appréciées avec de vrais plaisirs. Ainsi se sont forgés en moi, des intérêts pour les efforts fournis par ces jeunes filles, d'hier, d'aujourd'hui et de demain...Mon souhait essentiel tient à ces qualités remarquables qui font grandir les filles, les femmes et leurs compagnons ! Évidemment je souhaite qu'elles sachent déjouer ce poison (moderne) qui consiste à acheter les athlètes talentueux contre argent faisant d'eux (d'elles) de beaux et belles esclaves, le temps qu'ils sont rentables et bientôt abandonnés, oubliés, ...

Ce qui dure, - hors médias - ce ne sont pas tant les sommets atteints, ce sont bien sûr ces cheminements qui forgent au pas à pas les personnalités en pleine conscience de leur devenir.

A celles d'aujourd'hui, à celles de demain, je souhaite de Belles vies !

Septembre 2019

Une bien belle entreprise

Donner la parole aux sportives est une bien belle entreprise.

Qui mieux qu'elles, en effet, peut nous faire découvrir leur vie faite d'immenses joies, de grands espoirs, de volonté d'être reconnues, d'impatience bien légitime au regard des difficultés auxquelles les femmes se heurtent encore dans tous les secteurs de la société et en particulier dans le sport ?

Dans le judo comme dans les autres disciplines, le chemin parcouru en quelques décennies seulement, est immense. C'est d'abord aux sportives, à leur travail et leurs performances, à leur détermination et à leur moral d'acier que l'on doit ces avancées.

Les prises de paroles de toutes ces femmes ordinaires qui ont vécu ou vivent de l'extraordinaire, constituent un moyen privilégié pour accélérer l'évolution engagée dans le monde sportif. Elles ont été essentielles pour progresser. Elles demeurent indispensables pour que les jeunes filles et les femmes soient toujours plus nombreuses à accéder à ce moyen exceptionnel d'épanouissement et de plaisir qu'est le sport. Dans la richesse de leur différence, elles continueront ainsi de contribuer au développement du sport. Je les en remercie sincèrement.

Marie-George Buffet

Ministre de la Jeunesse et des Sports (2002)

De Monsieur . Michel Vial, président de la FFJDA :

Je tiens tout d'abord à saluer le travail de Chantal MEIGNAN pour avoir donné, à travers son ouvrage et sans distinction la parole aux femmes qui se sont exprimées chacune avec leurs différences.

La progression nécessaire pour devenir championne est abordée sans concession mais avec le souci de donner une juste valeur aux engagements pris par ces jeunes femmes, tant sur le plan familial, professionnel que sentimental, pour arriver tout en haut de l'affiche, dans la lumière. La réalité est là, nous devons en tirer toute la force de nos engagements.

Depuis plusieurs années, les dirigeants de la Fédération Française de Judo, Jujitsu, Kendo et Disciplines Associées ont la volonté de donner aux féminines la possibilité de prendre une part active au devenir de notre fédération. Aujourd'hui encore, certaines difficultés de la vie font qu'elles ne peuvent pas toujours assumer les tâches qu'elles ambitionnent. L'important c'est d'être à leur écoute car leurs idées, leurs remarques, leurs propositions sont souvent pertinentes, toutes sachant très bien ce qu'elles veulent.

Il faut que dans notre société, à compétences égales les femmes puissent trouver leur place, dans le milieu sportif comme ailleurs.

L'épanouissement de la femme dans notre discipline doit être total, la politique fédérale est conduite dans ce sens que ce soit au titre de la pratique sportive de loisirs, de l'arbitrage ou de la compétition de haut niveau.

La Fédération ne fait pas de distinction entre athlètes filles ou garçons, autant de compétitions, de stages, de primes à la performance ; il est cependant à noter que depuis trois ans, le budget consacré aux Équipes de France féminines est plus important que celui des masculins. Ce n'est pas tout mais les signes sont forts. Reste aux femmes à prendre leur part de responsabilité tant au niveau des Clubs, que des Organismes Territoriaux Décentralisés qu'à la Fédération.

Je remercie Chantal MEIGNAN pour cette compilation de témoignages, je souhaite et j'espère que beaucoup de jeunes championnes comme leurs aînées, vivront de merveilleux moments dans la pratique du JUDO.

Michel Vial, Président de la FFJDA (2002)

- 1 - Présentation : aux lectrices, lecteurs

Tout au long de ces pages, il est question de sport, de judo, de femmes . En fait, le sport et le judo ne sont que les supports, réels, concrets, vivants de ces témoignages de filles, de femmes qui ont accepté de s'interroger à voix haute à propos de leurs motivations, de leur passion, de leurs vécus quotidiens . Or ceux ci ne sont pas anodins ; ils ont des conséquences d'importance sur leurs vies personnelles de femmes. Il aurait pu être question d'un autre sport, d'un autre engagement .Il semble que les discours auraient été fort parallèles à ceux ci.

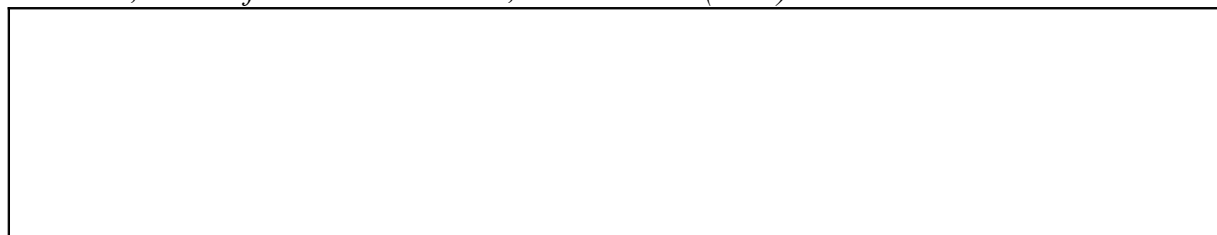
Les témoignages sont ici, recueillis auprès de toutes jeunes filles emportées par un fier enthousiasme juvénile, mais aussi auprès de leurs sœurs aînées qui affrontent les compétitions internationales . Viennent ensuite les paroles de ces femmes, la plupart médaillées olympiques, qui mènent leurs vies personnelles, familiales, sociales, professionnelles, avec cette seule différence avec les autres femmes de notre époque, c'est qu'elles ont vécu une période fabuleuse de leur existence, avec l'obligation de gérer dans une même foulée , ambitions, renoncements, efforts soutenus, bonheurs irradiants, déceptions blessantes, à la mesure de leurs engagements !

Le judo, à l'origine, sport de combat , historiquement masculin, amène les filles à s'entraîner essentiellement entre filles . Par ailleurs, voulant mener de front un sport de haut niveau, des études ou une profession, la gestion de leur temps personnel s'en trouve fort délicate .Ces conditions particulières d'une prééminence notable de relations féminines, durant des années, les amènent à des positionnements , par rapport à leurs « collègues » masculins judokas, parfois ambigus, souvent conflictuels, ou embarrassés d'idées figées, confinées dans un milieu relativement fermé sur lui même.

Faut il rappeler, pour mieux situer ces embarras, ces tâtonnements chaotiques et peut être atypiques, que notre société évolue lentement quant aux problèmes relatifs, à la parité, l'égalité, les différences sociales, culturelles ?

Ainsi, ces filles, ces femmes, se trouvent plongées dans un contexte spécifique, qui complique probablement leur devenir propre de femme ainsi que l'expression de leur féminité . Des appréciations contradictoires, touchantes, reflets de retenues disent une certaine pudeur, des incertitudes, des craintes, des espoirs....Parce que, ces championnes aspirent aussi à préserver leurs vies de femmes., pour lesquelles elles cultivent des exigences, souvent accompagnées d'impatiences et qui s'expriment avec force !.

*Vivre une passion n'est pas l'affaire de toutes les femmes
Mais les unes et les autres partagent finalement, des aspirations très proches, et rencontrent des difficultés fort semblables! Chacune, selon son milieu de vie, et sa propre histoire de vie, participe à l'émancipation, réelle, profonde, transformatrice, de « la moitié du genre humain », au bénéfice de toutes et tous, évidemment ! (2002)*



Elles ont lu... elles ont dit ...

Magali Baton : médaillée au championnat du monde (bronze)

« Je voulais saluer le travail de Chantal, que j'ai suivi pour ainsi dire au fil du temps. J'admire sa patience, sa persévérance, et surtout l'ouvrage qui sort de ces années de travail.

La richesse de ce livre original et courageux vient de l'éclairage particulier qu'a bien voulu prendre l'auteur ; c'est de l'intérieur que le lecteur va vivre l'aventure du haut niveau (ou de son accession). Chantal a fait le pari de donner la parole, pour la première fois réellement dans le judo, à celles qui « font le sport. »

Toutes les étapes de leurs vies, les sujets les plus importants sont abordés, avec leurs mots : concilier les études, la condition féminine, les doutes, les échecs, les blessures... Et réussir, pour une poignée seulement, à transformer le tout en une victoire.

La dernière étape, je le dis aujourd'hui avec recul, la plus belle et seule véritable victoire, c'est le chemin qui mène à l'épanouissement de la femme avec ou sans la médaille, avec ou sans la gloire.

Je souhaite à chacune des filles qui témoignent au fil de l'ouvrage de trouver cet équilibre. Je souhaite à chacune de celles qui seront amenées à se lancer dans l'aventure de chercher cet épanouissement, et quel que soit le niveau qu'elles atteindront, de faire fructifier cette expérience inoubliable et richissime qu'est le haut niveau. »

Christine Cicot : *Championne d'Europe, du Monde , médaillée olympique, membre élue au Comité directeur de la FFJDA :*

- *« D'avoir participé à l'élaboration de ce livre , qui a donné la parole aux femmes engagées dans ce sport de haut niveau, dit « d'homme », cela m'a été le même plaisir que ces longues années de pratique...*
- *Sans doute ces paroles authentiques permettront elles de faire évoluer les mentalités et diverses attitudes encore rencontrées trop souvent ! Je pense aussi que ces paroles comme nos résultats sportifs et nos attitudes, contribueront à l'évolution du judo , à son développement, en donnant l'envie à des jeunes d'y goûter .*
- *Donner la paroles aux femmes, est une ouverture fort appréciable ! »*
-

Cathy Arnaut : *championne d'Europe, du Monde et médaillée olympique .*

Le judo m'a permis de trouver ma place dans une famille nombreuse avec quatre frères et six sœurs ; il me fallait , moi l'avant dernière, m'affirmer par rapport aux garçons , tout en me stabilisant auprès des filles ! Je voulais trouver ma place dans la famille, pouvoir m'épanouir ,trouver mon propre chemin parmi nous treize !

Je suis entrée dans le club de mon village natal à douze ans ; les contacts étaient excellents , j'étais à la source de ma passion et devais la défendre dans un monde masculin ! Après ces premières années, tout a été plus facileAujourd'hui je suis heureuse de ma belle carrière sportive ...

Je suis invitée à des galas...J'aime voir les gens me témoigner leur plaisir, les sentir vibrer lors de témoignages

Le plus dur pour moi, cela aura été l'obtention et la reconnaissance, d'un statut professionnel. Je suis maintenant cadre technique régional en Aquitaine . J'aime faire partager mon expérience de terrain , une vraie expérience !....Seulement on écoute moins une femme qu'un homme ! Là aussi il m'a fallu faire ma place ! Maintenant j'éprouve une grande satisfaction à former des enseignants ; je cherche à leur communiquer ma passion et à travers celle ci, le côté éducatif du judo .

J'aime la bagarre....Un seul regret , ma place de troisième aux JO de Séoul !

Et puis aussi je regrette l'absence d'une vie familiale...Cela m'est très dur !

J'avais envie de construire une famille . A cause des impératifs des compétitions j'ai été amenée à reporter cet espoir qui s'est évanoui !

Mais j'ai une autre très belle satisfaction , celle d'avoir 25 neveux et nièces !

BRIGITTE DEYDIER : Championne d'Europe et du Monde
Et vice présidente de la FFJDA

« Le judo est ma passion . Une passion que j'ai envie de faire partager ; envie aussi de rendre un peu de la joie et du plaisir que la pratique de ce sport m'a apporté. En particulier j'aimerais donner du poids à ce que représentent les pratiques de terrain, celles qui se vivent dans les petits clubs ; l'envie , enfin , de soutenir l'évolution du judo féminin. Au sein de la FFJDA je défends l'égalité de traitement. Sans être féministe, j'apporte mon point de vue de judoka passionnée, lors des décisions prises par le Comité Directeur.

Pour moi , le plus difficile à vivre, c'est d'avoir à prendre autant de décisions, d'avoir tant de dossiers à étudier, tant de choix stratégiques, à examiner au quotidien...Je manque de temps pour réfléchir en tant que bénévole , car j'ai ma profession par ailleurs ! Nous n'avons pas le droit à l'erreur, ce qui représente pour moi une grande responsabilité !

Or les évolutions sont très rapides ; nos choix ont donc une importance primordiale quant aux valeurs de respect et à ce que le judo peut être pour l'éducation des personnalités . Les qualités des enseignements sont le meilleur moyen d'offrir à tous la possibilité de pratiquer ce sport.

Ensuite il s'agit de faire perdurer cette passion naissante à tous les niveaux, en veillant à ce que les valeurs de base soient toujours respectées sur le tapis. Particulièrement, cette honnêteté intellectuelle qui caractérise le judo , et que nous cherchons à partager .

Et puis il y a cette harmonie à préserver avec les champions qui représentent la force du judo !

Actuellement deux mondes s'affrontent : celui du professionnalisme - et donc de l'argent – et par ailleurs la passion du bénévole associatif qui œuvre au quotidien et qui assume de lourdes responsabilités . Il s'agit de se parler pour se comprendre , s'estimer, se respecter...C'est là un chantier d'apprentissage toujours ouvert, d'autant que le monde change très vite !

Le monde du sport offre deux facettes , celle du plaisir vécu par le pratiquant, et les rapports des sports aux médias. Dans tous les cas l'esprit global , porteur de valeurs humaines et éducatives, reste une préoccupation constante dans un monde de concurrence . Face aux réalités de nos sociétés il nous faut nous adapter tout en orientant nos décisions . L'important c'est que nous soyons présents et actifs en toute circonstance pour que les valeurs du sport perdurent...Savoir cultiver les situations favorables, savoir faire des concessions, savoir traiter avec les médias, en faveur des champions comme des petits clubs , afin que les qualités humaines, éducatives et de partage puissent se développer avec bonheur !

Des Paroles ?

*« Est ce que toute parole est condamnée au malentendu ?
Toute parole n'est qu'échange , commerce et grain à moudre
Mais toute parole est existence .
Fais que ce grain soit le meilleur possible .
Le plus plein possible ; le plus odorant , le plus doré ».
(Daniel Mermet)*

*« Des femmes , j'ai appris l'essentiel .
Certaines ne sauront jamais ce qu'elles m'ont apporté . »
(Aline Pailler)*

–Mes motivations personnelles.....

« en coup d'œil , coup de cœur » :

*Cinquante ans pour mûrir une motivation croissante : le désir de parler d'une passion féminine . Aujourd'hui il me plaît d'évoquer ces filles , **ces femmes , de passion** .
Toutes, explosives et réfléchies . D'une passion ,qui anticipe l'avenir , qui leur permet de tenir ce défi , d'avoir chaque jour à « **prouver** » , à se prouver ...*

***Faire ses preuves , contre les vents et les marées de leur condition de femmes** , à l'heure , chez nous en France , de la dite parité ? Non pas une égalité mais une parité qui est plus un vœu largement partagé ,et une obligation devenue légale, qu'une réalité , tant sociale que culturelle , dans une société , hier encore patriarcale . Les consciences et plus encore les inconscients sont pétris de cet héritage , au delà des louables déclarations d'intentions tant masculines que féminines .*

Si l'évolution est nette , dans nos pays développés , la situation concrète d'une majorité de femmes du globe , est alarmante , voire catastrophique , inhumaine , véritable honte historique . Pourtant des avancées conséquentes ,sont obtenues dans une grande diversité de conditions d'existence, malgré le dédale des difficultés à surmonter .Beaucoup d'entre elles , avec une résonance propre , concourent à cette montée en puissance , de la conquête d'une vraie et juste reconnaissance de ce qu'est , de ce que peut être ,la moitié de la population planétaire dans cet ensemble , que nous partageons ..

Et je vois lever, avec plaisir, une moisson de femmes fortes , déterminées , joueuses , rieuses , nourries par le désir de vivre leurs vies , pleinement. Il est clair que chaque trajectoire féminine , jalonnée de ses propres preuves , de ses expériences spécifiques ,participe à cette levée d'une citoyenneté pleine et entière . Je les vois émerger , d'une histoire millénaire dont les strates , les adaptations et les avatars , laissent en elles , des traces , encore, indélébiles . Mais leur passion , quel qu'en soit le support , leur permet de confronter ces conceptions du passé , à leurs aspirations de filles du 21^{ème} siècle .

Ainsi s'enrichissent elles , toutes ,de leurs avancées particulières .Elles préfigurent ce que sera la parité de demain , en gagnant un à un , chaque grain d'une reconnaissance d'une féminité qui s'invente ,au sein d'une condition humaine en mutation .Vers une émancipation , lente mais favorable à tous , hommes et femmes . Vers une humanité que je ne peux qu'espérer , plus juste , pour tout un chacun . Et dont , la grand'mère que je suis ,voit poindre les prémices , légués aux générations montantes .

Pourquoi ai je choisi d'écouter ces filles passionnées de judo, ce sport moderne , de combat à connotation masculine , et qui plus est , se trouve ici pratiqué en compétition ?
Parce que les circonstances de mon existence m'y ont invitée :

En 1951 , j'avais 21 ans et je m'étais inscrite au club de judo de la salle Pleyel à Paris .Ce fut là sans doute la première racine d'un intérêt qui m'aura suivi tout au long de ma vie . Et qui a motivé la retraitée que je suis aujourd'hui . Nous étions alors ,trois ou quatre filles , parfaitement à l'aise et bien admises par tous les gars d'alors . Nos motivations étaient simples : aller voir de plus près ce jeune sport qui nous semblait accessible .

*Nos passages de ceintures se faisaient au même tarif , les dirigeants nous considérant en judokas comme les autres . J'ai suffisamment aimé ces soirées d'entraînement pour proposer à mes enfants , par la suite ,de rallier la salle qui venait de s'ouvrir près de leur école . Et je m'y suis remise après eux . Seulement le temps me manquait , non l'envie , ni le plaisir . J'avais à assumer une famille nombreuse , un compagnon d'une santé chancelante , une profession très prenante , des études complémentaires pour progresser professionnellement., parce que , en tant que femme et de mère de famille nombreuse , il me fallait toujours prouver , **prouver et m'imposer** par des diplômes supplémentaires . Tout un programme !*

Pendant ce temps , les enfants grandissaient ...Les premières ceintures noires obtenues , ont incité certains à poursuivre vers le professorat de judo , tandis que d'autres préféraient la compétition , jusqu'à l'obtention , par une de mes filles, d'une médaille de bronze aux Jeux Olympiques .La génération suivante , celle de mes petits enfants ,se trouve partagée entre les sports de plein air , les sports collectifs et le judo .Qu'il soit pratiqué ou non ,le judo reste bien connu et apprécié de tous , comme un repère acquis , irrévocable ,parce qu'il s'est trouvé ,intégré à leurs formations .

Voilà donc presque un demi siècle que j'ai un œil sur le judo ; le voyant évoluer ,aux divers niveaux de pratique . Des liens nombreux , cultivés au cours de ces quelques décennies , m'ont donné l'envie , à l'orée de cette année 2000 et des Jeux Olympiques de Sydney, d'écouter ces filles , ces femmes , ces compétitrices et, de cueillir leurs paroles , heureuses et malheureuses , déterminées et vibrantes simplement pour le plaisir de vous en offrir un écho

Les médias , avec parcimonie , les interrogent , lors des grands évènements sportifs , jouant entre des gloires et des pronostics qui se vendent bien !

Telle n'est pas mon intention : ni de doubler , ni de compléter , ce qu'ils en disent ou ce qu'ils en montrent Pas plus que de louer aveuglément le monde de la compétition , qui souffre de nos jours de lourdes mises en concurrence ,médiatisées , mises en marché, au dépens d'une émulation sportive ,proprement humaine ...

Sans renier les vrais plaisirs que j'éprouve à assister à ces compétitions qui gagnent en qualité , en beauté , il n'en reste pas moins que , pour moi, le sport loisir , le sport éducatif , le sport de pleine nature correspondent mieux à mes goûts ...

*Si je me suis intéressée **à la vie de ces filles** ,durant cette période d'exception qui est leur carrière d'athlète , c'est que la vitalité de leurs aspirations ,le poids de leurs difficultés ainsi que leur devenir de femme , de professionnelle , de citoyenne , interrogeaient fortement celle que je suis devenue , avec mon lot d'expériences et de réflexions .*

*Comme bien des femmes, passionnées , chacune dans son domaine , certaines repéreront peut être **des similitudes avec leurs propres parcours** , parsemés d'espoirs , de luttes , de déceptions , mais aussi de bonheurs ...Au cœur d'une société en transformations, je les vois , les unes comme les autres ,affronter les obstacles , avec une fraîcheur qui permet à*

*Comme bien des femmes, passionnées , chacune dans son domaine , certaines repéreront peut être **des similitudes avec leurs propres parcours** , parsemés d'espoirs , de luttes , de déceptions , mais aussi de bonheurs ...Au cœur d'une société en transformations, je les vois , les unes comme les autres ,affronter les obstacles , avec une fraîcheur qui permet à
!!br0ken!! leurs rêves d'exceptionnels , de devenir des réalités .*

*Comme bien des femmes, passionnées , chacune dans son domaine , certaines repéreront peut être **des similitudes avec leurs propres parcours** , parsemés d'espoirs , de luttes , de
Le monde du judo est plongé dans cette société , qui a réservé de longue date ,les pratiques sportives aux hommes ; c'est dire que , être sportive de haut niveau , dans un sport « masculin » , dans une fédération dirigée principalement par des hommes , représente sans doute , un défi aux filles qui s'y engagent , au moins aussi complexe que celui de devenir championne . Double défi , donc .On ne naît pas championne ; on le devient . Ces filles sont devenues athlètes de haut niveau , et , plus rarement ,championnes .*

La diversité de leurs histoires de vie , prouve , ô combien, que rien était , pour elles , prédéterminé . D'indéfrichables rencontres , entre des circonstances , des histoires personnelles et familiales et aussi des opportunités, ont permis que se tissent les canevas favorables à l'éclosion d'une vie d'athlète sous la houlette de la FFJDA

Il leur reste alors l'essentiel à réaliser : dans chaque espace de cette matrice, support de leurs parcours, il s'agit pour elles ,de soutenir , au jour le jour , ces délicates conjugaisons

*Comme bien des femmes, passionnées , chacune dans son domaine , certaines repéreront peut être **des similitudes avec leurs propres parcours** , parsemés d'espoirs , de luttes , de*

*entre des efforts continus , des renoncements et les adaptations nécessaires , des espoirs et des échecs , et puis aussi ,ces rêves et ces déceptions , ces blessures et ces concurrences.....
Tout cela fait l'ordinaire de leur vie d'athlète, comme un défi journalier!*

En parallèle

Ces athlètes , - des skieuses de fond en particulier - , présentées ci dessous, pratiquent une autre activité sportive ,mais assurément , avec une même passion !

Je ne saurais terminer cette introduction , sans évoquer ces rencontres fortuites avec des athlètes d'autres disciplines ...Ce ne fût pas une surprise pour moi ,de constater avec plaisir, à quel point ces « minimes » en sports études , se rendant à un championnat national de hand ball(UNSS), me faisaient penser à ces toute jeune judokas foulant les allées des dojos : les mêmes rires ,une joyeuseté ébouriffante , de celles qui découvrent la vie au travers d'une passion sportive . Un engagement , sérieux , d'une légèreté propre à la prime jeunesse ,qui les amène à se surpasser , alors qu'elles n'en sont qu'à espérer leur entrée , dans la carrière sportive qui les enthousiasme ..

Et puis , imaginez un petit matin glacé et brumeux , retenant à peine les premiers rayons d'un soleil diffus , noyé dans les hautes cimes de sapins géantsDes appels , des rires , comme étouffés par la vastitude du lieu :Une clairière d'une blancheur neigeuse immaculée, quelques centaines de skieurs de fond auréolés des nuages de leurs propres haleines gelées par l'atmosphère , alignés pour des départs échelonnés .Ils feront 10 , 20 , 30 , 40 km...volant d'une bosse à l'autre , au travers de la forêt...Parmi eux , quelques dizaines de femmes, dont des championnes nationales et internationales ...Comme les hommes , elles arrivent , épanouies , exténuées , si belles , si heureuses dans ce décors de rêveEt aussitôt leur souffle régulier, retrouvé, elles expriment avec la même pudeur , et le même bonheur , que ces filles du judo ,que les hand balleuses , la saveur de leurs exploits .

Je les ai interrogées : Leurs paroles , leurs histoires ressemblent , à s'y méprendre à celles dont vous lirez les témoignages ,et auxquels je les ai mêlés , dans ce recueil.

*Car, c'est bien là l'essentiel de ce que partagent ces filles,
la passion de vouloir se surpasser , tout en s'inventant , chaque jour, une façon d'être , à la fois , athlète , femme , étudiante ou professionnelle, sans omettre de préserver ce « plein d'envies » de leur vie personnelle, et sociale .
Ce qu'elles savent faire , avec humilité , fierté , détermination et bonheur , sans fanfare !*

*Leurs paroles ont été recueillies au cours de plus de cent cinquante rencontres ,(entre février 1999 et mars 2001). Ce sont ces rencontres, qui ont nourri ces pages
.Merci à toutes, avec une grande reconnaissance .*

X

X

X

- 2 - Le judo français en 2001

- A – Quelques chiffres :

-

Le judo, en France : 560 000 licenciés à la FFJDA

Dont 130 000 filles et femmes dont 5660 ceintures noires

- *110 000 judokas pratiquants la compétition*
- *32000 ceintures noires chez les hommes*
- *8 000 enseignants*

Nombre de clubs : 5600

Nombre de ligues : 33 en régions ; 10 en inter régions, 95 comités départementaux

*Classes départementales : 36 Nombre de Pôles France ; 10 Pôles Espoirs : 15
2500 judokas inscrits dans une filière d'accès au haut niveau.*

Arbitres : 4000 ; Cadres techniques 140 ;

*Compétitions : 3600 régionales et départementales
60 compétitions internationales ; 150 000 compétiteurs*

*Comité Directeur fédéral : 31 membres dont 5 femmes
130 millions de budget*

Le nombre de judokas pratiquants , hors fédération , et donc n'ayant pas accès aux rencontres officielles et aux compétitions, est important, surtout pour les plus jeunes

- B - Palmarès féminins des Jeux Olympiques

1988 ; à Séoul :

Dominique Brun , Brigitte Dédier ; or

Cathy Arnaud : argent

1992 Jeux olympiques de Barcelone

Cécile Nowak : or

Cathy Fleury : or

Laetitia Meignan : bronze

Natalina Lupino : bronze

1996 Jeux olympiques d' Atlanta

Marie Claire Restoux : Or

Christine Cicot : bronze

An 2000 Jeux Olympiques de Sydney

Sélectionnées , titulaires et remplaçantes

En moins de 48kg : Sarah Michido Rosso..... et Frédérique Jossinet (suppléante)

En moins de 52 kg : Laëtitia Tignolaet Marie claire Restoux

En moins de 57 kg : Barbara Harelet Magali Baton

En moins de 63 kg : Séverine VandenHende..... et Lucie Decosse

En moins de 70 kg : Karine Rambault..... et Amina Abdellatif

En moins de 78 kg : Céline Lebrun..... et Sandra Bourderieux

En plus de 78 kg : Christine Cicot..... et Virginie Jaulin

Palmarès Jeux Olympiques 2000 : Séverine Vandenhende : Or

Céline Lebrun : argent

Championnats du monde

Céline Lebrun : Or et bronzee en 2000

Sarah Michido, Marie Claire Restoux, Céline Lebrun : bronze, en 1999

Marie Claire Restoux, Séverine Vandenhende, Christine Cicot : or en 1997

Magali Baton : bronze (1997)

Marie Claire Restoux : or en 1995 ; Cathy Fleury : bronze

Championnats du monde 2019 à Tokyo :

- Premières : Madeleine Malonga ; Marie Eve Gahie ; Clarisse Agbegnenou

- Troisième : Margaux Pinot ;

- Cinquièmes : Sarah Léonie Cysique ;Amandine Buchard ; Mélanie Clément

Championnat par équipe : 2° place !

C- Bref historique du judo français féminin :

Présenté par Véronique Kieffer , extrait de son mémoire de licence STAPS/ Strasbourg 1997.
Véronique a été en équipe de France, professeure détachée Unss.

« Le judo fut inventé au Japon par Jigoro Kano en 1882 .Le premier club de judo , ju-jitsu apparaît en France en 1936 sous l'impulsion de M.Kawashi Désireux d'étendre son enseignement , il créa un club franco japonais pour y accueillir des élèves ,sans distinction sociale ou religieuse....

- 1946 : création de la fédération française de judo et de ju-jitsu.
- 1951 une expérience de compétition féminine a lieu au dojo du « judo club de France » Les participantes sont toutes ceintures de couleur . La finale voit la victoire de Suzanne Agisson qui l'emporte sur Jeanine Levannier...laquelle passe avec succès l'examen pour la ceinture noire et devient ainsi la première « Mme DAN » ...
- 1956 : création de la fédération française de judo et disciplines associées (FFJDA)
- Premier championnat du monde , masculin organisé au Japon .
- 1964 :Le judo masculin est sport de démonstration aux JO de Tokio ,domination japonaise
- Le judo féminin va réellement se développer au cours des années 1970, avec des stages
- Un premier colloque d'arbitrage et de compétition se déroule à Paris , ...A la suite de ce colloque est créée une commission fédérale féminine constituée de cinq femmes .
- 1972 : est organisé le Grand Prix Technique par ceinture de couleur
- 1973 : les femmes sont de plus en plus nombreuses à pratiquer le judo (10°/°).....
- A Lyon les féminines ne participaient non pas à un championnat de France, mais à un critérium national, premier pas vers des épreuves plus sportives , que réclamaient les
- 25 000 filles licenciées à la FFJDA:
- 1974 le 26 mai se déroulèrent à Coubertin , la première compétition expérimentale féminine avec 200 participantes après des sélections départementales et régionales
- Une femme accède pour la première fois à la ceinture noire 3^{ème} DAN .
- L'UEJ organise le premier tournoi européen féminin, en Italie avec 10 pays représentés : Josiane Litaudon devient troisième dan .
- Les féminines accèdent à l'arbitrage des compétitions officielles .On compte alors
- 30 000 licenciées à la FFJDA. :
- 1975 : Premiers championnats d'Europe féminins à Munich . Onze pays y participent
- (absence des pays de l'est). En France on compte alors 42 387 licenciées à la FFJDA ...
- Cinq médailles d'or : à C.Herzog, Martine Rottier , Paulette Fouillet , Catherine Pierre
- Deux médailles d'argent :à Jocelyne Triadou , Paulette Fouillet (toutes catégories)
- Une médaille de bronze ; à Suzanne Lecoq
- 1976 ; 1^{er} championnat de France , féminin
- 1977 ; 1^{ère} ceinture noire compétitrice ; les femmes deviennent arbitres internationaux
- 1978 : près de 50 000 licenciées
- 1979 : 1^{er} championnat du monde à New York , J. Triadou devient championne du monde
- 1988 : le judo féminin est sport de démonstration aux JO de Séoul
- 1992 : le judo féminin fait officiellement son entrée aux JO de Barcelone . Deviennent championnes olympiques Cécile Novack et Cathy Fleury ,
- et (en bronze)Laetitia Meignan ;
- 1995 :championnats du monde au Japon : Marie Claire Restoux (médaille d'or)
- 1996 JO d'Atlanta aux USA : M.C. Restoux , championne olympique ; C.Cicot , bronze
- La FFJDA compte alors 500 000 licenciés , dont 75 000 judokates . »

« **Pour J. Kano** : le judo est une voie pour l'utilisation rationnelle de l'énergie .Utilisé dans un but de perfectionnement physique , il procure force et santé . Appliqué dans un but de perfectionnement psychologique et moral, il devient un entraînement mental . Appliqué aux rapports sociaux, il devient une voie de vivre un entraînement pour la vie ... »

« **Pour Jeanine Héraud** , dans « Les sports au féminin ,où, quand, comment » (1972) :
Le progrès et la prospérité de l'humanité , sont favorisés lorsque les individus se font des concessions mutuelles afin que , grâce à cette souplesse sociale chacun puisse utiliser au mieux son énergieLe judo développerait chez la femme , la grâce, la sérénité et cette assurance qui procurerait l'équilibre moral et physique ... »

De plus , ajoute V.Kieffer , le judo est une des seules disciplines dotées d'un code moral, porteur de sentiments honorables et tolérants , comme la politesse (respect d'autrui) ; le courage (c'est de faire ce qui est juste) ; la sincérité (s'exprimer sans déguiser sa pensée), l'honneur (être fidèle à la parole donnée) ; la modestie (parler de soi même sans orgueil) ; le respect (sans respect aucune confiance ne peut naître) ; le contrôle de soi (c'est savoir se taire lorsque monte la colère) ; et l'amitié (le plus pur des sentiments humains).
Difficile alors , avec un tel apanage de qualités morales , de s'opposer au fait que les femmes puissent également pratiquer le judo si elles en expriment le désir . »

Dans la conclusion de son mémoire Véronique , affirme « Si la féminisation de cet art martial s'est relativement bien déroulée en France (du fait des caractéristiques morales et éducatives du judo), les barrières existent encore pour les filles et en particulier à haut niveau , car les pratiquantes féminines ont encore du mal à faire valoir leur égalité par rapport aux garçons ... parce qu'elles sont différentes des autres femmes sportives ou non , de par leur origine sociale, leur trajectoire scolaire et surtout de par leur mode de socialisation ...
...**Elles se construisent en tant que femmes, et n'hésitent pas à le revendiquer . »**

« Coup d'œil, coup de cœur »

Tout compte fait, toutes ces femmes , sportives ou non, sont elles différentes des autres ? Ne mènent elles pas , à leur façon , le même combat que les sportives du foot, du rugby, de l'escrime ?

-D- Premiers pas du judo féminin français de compétition :

- D -1 – :Des Pionnières évoquent ces premiers pas

Paulette Fouillet , actuellement entraîneur national, chargée de mission ,
et *Jocelyne Triadou* évoquent celle qui fut leur amie , qui est leur amie , la pionnière du judo
féminin français , il y a de cela , un demi siècle , avec une grande admiration et une
sympathie émue pour ce coup d'envoi du judo féminin qui lui est dû.

Josiane Litaudon

*Très entreprenante Josiane a été la première ceinture noire féminine , et la première élue
fédérale ,avec l'ouverture d'une Commission féminine . Elle revendiquait l'égalité de
traitement du judo masculin et du judo féminin , ce qui n'a pas été alors admisElle pensa
même créer une fédération parallèle assurant cette égalité .Revendication ,qui a fait du
chemin depuis ; un chemin ouvert par Josiane , qui , à cette époque , s'est trouvée écartée ;et
depuis elle s'est totalement retirée du monde du judo, renonçant à recevoir son 6^odan. »
Elle avait pourtant la carrure d'une Présidente...Arrivée trop tôt ! »
Toutes deux ,Paulette et Jocelyne ont tenu à souligner l'importance de l'action de Josiane
,leur aînée, en faveur du judo de haut niveau , pour les filles comme pour les garçons .
Les premières structures féminines lui sont dues .*

*Paulette a commencé le judo ,à l'âge de 16 ans . En quatre ans elle passe tous les grades
jusqu'à la ceinture noire.. ... On est au début des années 70 et le judo féminin connaît ses
premiers frémissements.*

«Les structures n'existaient pas à l'époque, raconte Paulette. On allait de tournois en tournois,
en payant parfois de notre poche les déplacements. Il fallait jouer des coudes avec la
fédération pour obtenir ce qu'on voulait. Les courriers en recommandé étaient parfois
nécessaires. Il faut dire que tout était à faire. Et l'arrivée des femmes dans le monde très
masculin du judo gênait quelques personnes et bousculait sérieusement les mentalités»
Les compétitrices de ces années s'entraînaient chacune de leur côté dans leur club et leur
région. « On se retrouvait pour quelques stages par an. Nos retrouvailles se faisaient avec une
grande joie et une belle cohésion. Sur le tatami de l'Insep nous étions 9 puis 13, puis 23. Le
maximum avait été fixé à 30. Nous partagions une vie d'équipe très forte. J'ai mené de front
ma vie professionnelle et le judo.»

*Après les Championnats du monde féminin de New York, la fédération étoffe l'encadrement.
Gérard Gaisnier est nommé à la tête de l'équipe de France féminine. Et pour la première
fois, une femme en la personne de Paulette le rejoint à ce poste.
Les résultats sportifs sur la scène internationale vont se multiplier avec l'arrivée d'une
nouvelle génération de combattantes : Brigitte Deydier, Martine Rottier, Natalina Lupino,
Marie-France Colignon, Cathy Arnaud, Béatrice Rodriguez, Cécile Nowak... En 1982, aux
championnats du monde de Paris, toutes les Françaises engagées décrocheront une médaille
en raflant au passage quatre médailles d'or.*

Jocelyne, cadette de Paulette , a mené une carrière d'athlète de huit années , dans la foulée des premières équipes . Successivement elle obtient des titres au niveau national , européen jusqu'à sa consécration en championnat du monde.

Il lui est arrivé , comme à bien d'autres depuis ,de rater une marche lors de compétitions et de se trouver éliminée ...La FFJDA lui a alors redonné une chance en la faisant tirer « en toutes catégories »grâce à la présence de Josiane Litaudon ; Jocelyne remercie encore cette « haute personnalité » qui a travaillé avec tant d'opiniâtreté , dans l'ombre .

Ainsi Jocelyne devint championne d'Europe en 1977. .

« Pour moi , ajoute elle, ce fût une extraordinaire expérience , du bonheur ,avec des déceptions , des rires , des pleurs , mais nous vivions dans un esprit de grande camaraderie .

Et , faut il le dire ? je ne serais pas la même si je n'avais pas été formée à **cette école de vie , où je me suis épanouie** ; j'y ai vécu des années exceptionnelles...

Cette « culture génère encore ma vie » !,

Jocelyne et Paulette , ont été des pionnières ; elles sont aujourd'hui des actrices , vigilantes , du judo féminin et de son développement .

.-D- 2 - L'apport original du judo FSGT , durant cette période :

(Par René Moustard , ex Président de cette fédération multisports)

Dans une revue de la FSGT « Sport et plein air » de janvier 2001 , pour l'entrée dans le troisième millénaire, **Natalina Lupino** ancienne championne du monde de judo , témoigne :

« J'ai commencé le judo toute petite . C'est la FSGT qui m'a donné le goût d'aller plus loin et de me lancer très tôt dans la compétition . J'en garde le souvenir de l'amitié .

J'ai dû par la suite , éviter certaines compétitions à cause de blessures , mais je n'ai jamais oublié ce qui m'a été offert . Aujourd'hui j'ai un grand merci à dire à la FSGT pour m'avoir fait découvrir un sport moral qui vous apprend à être respectueux des choses et de son prochain , tout en gardant le sens de l'humilité . »

La pratique féminine du judo en compétition , a pris naissance à la FSGT au début des années 60. En 1964 (les 1-2-3 mai à Nice) dans le cadre des championnats fédéraux du judo travailliste , FSGT, une compétition pour « dames » a été programmée . Elle comptait 8 participantes !A l'époque ,organiser des épreuves féminines de judo n'était pas bien vu . Selon les spécialistes , ce sport n'était pas fait pour les filles .

Le judo , comme les autres activités sportives , a été pensé , à la FSGT, dans une conception omnisports, c'est à dire, une façon d'aborder le sport , non pas à partir de la technique , pour atteindre un résultat codifié et produire une élite , mais à partir de l'être humain , dans la perspective d'égalité entre les sexes et d'ouverture aux non pratiquants .

Offrir aux garçons et aux filles la possibilité de s'initier , faisait partie de l'esprit FSGT ; ne pas faire de discriminations , inscrire une fille dans une compétition par équipe était une innovation ; et pourtant il n'y avait là rien d'exceptionnel, sauf au niveau de la réflexion théorique .

L'individu construit sa personnalité en se confrontant à des objets de la réalité (ex. l'activité judo) et en se mesurant aux autres, dans une perspective de progrès humain pour tous

L'activité judo a cette particularité d'être conçue comme une confrontation entre deux individus où il faut faire preuve d'intelligence et d'adaptation pour parvenir à déséquilibrer l'autre, en trouvant ses points faibles. Dans ce jeu, le plus faible physiquement, peut faire tomber son partenaire et le dominer ? Avec le kimono, garçons et filles peuvent pratiquer de façon identique. Rien ne s'oppose à la pratique féminine du judo, sauf des préjugés sur l'inégalité des sexes. C'est ainsi que les compétitions féminines de judo ne se sont développées officiellement qu'à partir de 1974, dix ans après les premières compétitions FSGT.

Dans les années 1965-70 la FSGT a développé des innovations pédagogiques pour montrer l'importance de concevoir le sport de l'enfant de façon différente du sport de l'adulte, qui était plaqué sur l'enfant. Un memento judo pour l'enfant a été réalisé dans les stages Maurice Baquet, à l'intention des garçons comme des filles. Pour faire la relation entre le débutant et le champion, des études ont été menées en partant de la position de l'éducateur.

Une observation de la haute performance en judo a été entreprise pour rechercher les éléments utiles à la pratique pour tous

En 1974, une étude enregistrée au Tournoi de Paris, a été réalisée. Elle s'est poursuivie en 1976 par l'observation des compétitions judo aux Jeux Olympiques de Montréal.

Pour pouvoir développer des efforts dans le sens de l'adaptation de l'activité judo aux possibilités des individus, dans une logique éducative, il est nécessaire de pouvoir modifier les règles du sport des adultes ou des champions et inventer des règlements adaptés. Malheureusement, ce pouvoir de faire les règles a été attribué, à partir de 1963, (1) uniquement aux fédérations spécialisées pour qui l'État a défini une délégation de pouvoir ; en même temps, a été retirée aux fédérations multi sports la possibilité de développer de façon originale leurs activités, fondées sur l'être humain.

Cette politique a freiné et affaibli les possibilités d'innovation.

La haute performance sportive est devenue un domaine relié étroitement aux enjeux médiatiques et économiques et, de ce fait, de plus en plus éloigné du sport pour tous.

Ces changements, qui aboutissent aujourd'hui à supprimer les liens possibles entre la haute performance et les activités FSGT, ne peuvent néanmoins effacer tout l'apport original des efforts menés par la FSGT concernant la pratique féminine du judo.

(René Moustard, ex président FSGT, ce 24 mars 2001)

(1) Décret décidé par Maurice Herzog, Haut Commissaire à la Jeunesse et aux Sports

Une ancienne, évoquait par ailleurs, ces solidarités qui les liaient et elle ajoutait : « Nous étions chacune aussi indépendante que copine avec les autres. Il nous a fallu ramer dur, hors de toute soumission pour de justes reconnaissances, avec des exigences clairement formulées. Nous vivions une vraie et forte équipe ».

-D- 3- Les premières années de la compétition féminine racontées par les dirigeants de l'époque : Messieurs Jean Claude Brondani et Pierre Guichard

« Le Judo féminin a connu dans les années 80/90, les difficultés qu'avaient connues précédemment le judo masculin dans les années 60/70. Quand nous étions compétiteurs , notre contexte de vie , d'entraînement , n'avait que peu de ressemblances avec ceux des athlètes d'aujourd'hui .Nous n'étions qu'une poignée à nous entraîner régulièrement trois ou quatre fois par semaine , en dehors des stages :

Quelques uns percevaient une bourse d'entraînement de l'état, par l'intermédiaire du CNOSF.; Il y avait un entraînement de masse une fois par semaine à l'INSEP, puis au dojo national , une ancienne salle de boxe appelée«le Central ». D'autres s'entraînaient avec plus d'intensité durant leur service militaire effectué dans le bataillon de Joinville . La fédération avait peu de moyens. Le sponsoring balbutiait encore. Quand nous partions en compétition , les survêtements nous étaient prêtés au départ et récupérés au retour! La compétition terminée, chacun reprenait son activité professionnelle ou ses études ...Le financement des activités sportives , était un vrai problème

Ce contexte , d'alors , est nécessaire pour comprendre les difficultés et les impatiences des filles , qui elles aussi , souhaitaient pratiquer ce jeune sport , mais un sport de combat ...

Pour J Kano , comme pour Coubertin , la conception du sport de compétition concernait essentiellement les hommes. J. Kano avait d'ailleurs imaginé pour les filles, une forme de pratique respectant les principes du Judo, mais qui se rapprochait plus de la gymnastique d'entretien, que du sport de combat. Que les femmes entretiennent leurs corps en pratiquant de la gymnastique , personne n'y voyait une quelconque remise en cause ; mais un sport de combat , un sport « dur » , cette éventualité éveillait bien des craintes , des inquiétudes ...Des questions sans réponse : Répondre aux demandes véhémentes des filles d'alors , c'était une responsabilité difficile à assumer , faute de certitudes quant aux conséquencesNos attitudes étaient peut être frileuses , mais elles doivent être resituées dans le contexte social de cette époque .C'était une idée neuve qui sortait complètement de la tradition établie.

Ces filles , étaient très toniques , volontaires , parfois agressives ...Elles réclamaient les moyens de s'entraîner comme les garçons ... ; elles voulaient faire du judo comme elles l'entendaient. Josiane Litaudon , ex vice présidente de la FFJDA, fut la véritable pionnière **en** France d'un Judo féminin complet. Elle a souhaité qu'un éventail complet de possibilités soit accessible aux filles . Entre les années 60 et 70 , elles s'entraînaient dans leurs clubs , et participaient à des stages sous la direction de Gérard Decherchi, Jacques Leberre ou Patrick Vial , et à des rencontres officielles. La fédé , observait ce qui se passait, de façon dubitative. Les premières compétitions organisées ont posé des questions d'arbitrage, inattendues : ...le judo des filles étant plus souple , cela , nous a amené à examiner avec attention , des mouvements pratiqués différemment , conséquence de leurs morphologiesLe comité directeur était très partagé , et nos craintes , face à l'enthousiasme des filles , nous amenaient à des débats sans fin ...Mais en Europe , d'autres filles faisaient parler d'elles ...Des compétitions ont eu lieu en Allemagne , en Angleterre, en Belgique , en Autriche ...Le pionnières des compétitions , payaient le plus souvent leurs déplacements ...La fédé, dont le nombre de licenciés était d'environ la moitié d'aujourd'hui et le budget limité, inaugurerait une politique sportive ambitieuse pour les hommes et du même coup, hésitait à s'engager dans la voie du judo féminin de compétition.

C'est à cette époque que la Fédération, forte de ses premiers succès mondiaux et olympiques masculins a commencé à trouver des sponsors ...les survêtements n'étaient plus seulement prêtés mais, donnés aux athlètes. Les tournois expérimentaux se multipliaient ...L'émergence du judo féminin se faisait lentement ; les hésitations se muaient en prises de conscience , ouvertes à des décisions .

Et puis , sous la pression des femmes , le comité directeur a décidé de donner au judo féminin les moyens de se développer et de suivre la voie tracée par le judo masculin. C'était peu avant 1980

Ne plus faire de différences entre les garçons et les filles , nous amenait à des choix et donc à rechercher, plus de moyens ...Nous étions alors respectivement , responsable de la commission sportive , et DTN .

Deux entraîneurs ,Paulette Fouillet et Gérard Gaignier , ont constitué le premier binôme d'entraîneurs à temps complet responsable de l'équipe féminine . Au début, lors des compétitions ,les filles venaient , accompagnées de leurs entraîneurs de clubs ...ce qui n'était pas sans poser des problèmes relationnels difficiles...Toute une évolution

En parallèle du judo des garçons , ont été proposées diverses mesures : des aides individualisées liées essentiellement à la situation sociale , l'institution du Kimono d'or , et des primes à la performance liées elles, exclusivement aux résultats sportifs ; ce qui ne posait aucun problème chez les hommes .

Par contre , se souvient , J.C.Brondani , une fille s'est étonnée que toutes ne soient pas considérées de la même façon ; toutes lui semblaient valeureuses , toutes ayant besoin de soutiens ; elle était pour une égalité de reconnaissance ; elle ne fut pas suivie

Les résultats positifs du judo féminin , ont permis que progressent les moyens mis à leur disposition. Reconnaissances et orientations ont évolué de façon, harmonieuse, stabilisatrice et la presse commençait à parler d'elles aussi ...

Face à la force de conviction , la pugnacité , la détermination de ces filles, très attachantes , nous avons négocié et pris des décisions ; **Un travail en profondeur s'est bientôt instauré , entre elles et nous .Le judo a évolué , comme la société dans laquelle nous vivons .**

Maintenant les filles représentent 23°/° des licenciés .

Ajoutons que le Judo fut le premier sport de combat offert aux filles en France, avant la boxe, la lutte ou le karaté .

Le judo féminin aux Jeux Olympiques n'apparaîtra qu'en 1988 ,en démonstration ,ne devenant ,sport olympique qu'à Barcelone en 1992 . Depuis ,il est reconnu de façon internationale ,à égalité, avec le judo masculin , au moins dans les pratiques des compétitions Les filles – du monde- ont ainsi participé à quatre olympiades , en 1988 en Corée , à Barcelone en 1992, à Atlanta en 1996 , et à Sydney en septembre 2000....glanant bon nombre de médailleset une reconnaissance populaire qui ne cesse de se renforcer.

Coup d'œil, coup de cœur : Sans doute , le poids de nos passés ancestraux, pèse t'il autant sur les épaules masculines que féminines . S'en émanciper , engendre des hésitations , des cas de conscience , certes différents mais qui restent étroitement liés aux conjonctures sociales et culturelles . Seules , de l'honnêteté et de la lucidité mêlées au courage des prises de risque ,favorisent elles, les progrès auxquels nous concourons les unes et les autres , vers des reconnaissances mutuelles plus justes .

- E- Pratiques féminines du judo français :

Si elles sont cinq fois moins nombreuses , de nos jours, que les hommes , elles sont néanmoins présentes , actives , dans tous les clubs , pratiquantes et souvent participantes à la vie de leur club .

*La proportion des filles sélectionnées qui monte en Pôles France est tout à fait honorable ; par contre , le nombre de femmes dirigeantes et de professionnelles tend à stagner, me dit on. Le judo français pourtant , ne peut se permettre sa politique du haut niveau , que par l'existence de **ses nombreux clubs de quartier , de village** , véritable source , inépuisable , de futures ceintures noires , de futurs profs , qui ouvriront de nouvelles salles ..., réservoir de jeunes pratiquants(es) pour la relève ; source enfin de deniers importants , vu ce que représente la masse des licences !*

*Le judo français est jeune de quelques décennies ; et celui des féminines plus jeune encore : il jouit d'une santé que lui confère sa notoriété , porteuse de ces valeurs humaines , appréciées des jeunes , des familles , des sportifstel que : **le respect du partenaire , quel qu'il soit !** adversaire ou coéquipier , connu ou inconnu ; l'alliance fine entre **maîtrise de soi et prise d'initiatives** , voire prises de risques..., la volonté quasi permanente de se dépasser ...*

Ces qualités , ces valeurs imprègnent le monde du judo , en particulier les pratiques de base . Au cours des championnats , les arbitres veillent avec une attention soutenue au respect des règles , et de ces valeurs .Il semble néanmoins que des manques de ce respect fondamental ne soient pas exceptionnels .En particulier ,autoritarisme et misogynie , pourtant en recul, sont dénoncés de façon quasi unanime par les filles en haut niveau !Une autre aventure, celle de la médiatisation des champions ,(championnes) ne se met il pas dans l'engrenage d'une éventuelle professionnalisation ?....

Il n'en reste pas moins que du club de base à l'INSEP , des judokas féminines , pratiquent et réfléchissent , dans la diversité des circonstances

***Véronique** ----- enseignante en EPS , a été une athlète de courte durée , mais assez longtemps pour connaître le haut niveau ,**et se retrouver dans les gradins des compétitions**,. de façon régulière . En fait , par goût elle préférerait les sports collectifs ; indépendante très jeune , elle a voulu diversifier ses pratiques . Pourtant elle dit avoir apprécié tant d'amitiés et d'émotions partagéesavec les « aînées »du judo, de cette époque .*

« Des filles extraordinaires » dit elle .

Mariée , installée en province , elle aime sa polyvalence , ce qui ne l'a pas empêché , des années après , de reprendre le judo aux côtés de ses fils ...Rien que pour le plaisir , le jeu ..

« La méthode éducative est très intéressante, pense t'elle ; les valeurs qui y sont développées , le respect de l'adversaire , par exemple , font que le judo pourrait être une entrée appréciable dans la vie ...mais ce n'est pas toujours le tremplin qu'il pourrait être !

Néanmoins c'est une forme d'expression et d'épanouissement qui équilibre les jeunes : on se serre la main avec respect , malgré la hargne déployée ; et le judo jeu , le judo émulation est un vrai plaisir .

Maintenant le judo de compétition gagne en beauté, j'apprécie les progrès techniques ; j'aime retrouver mes amies et ce m'est un vrai plaisir de rencontrer les championnes anciennes et nouvelles .

Tout de même pense t'elle avec regret , certaines se prennent la grosse tête ! c'est dommage »

- E -I -Au niveau de petits clubs , de quartier ou de village :

- Catherine ----- De loin , et sur un temps court de sa jeunesse , elle a approché le haut niveau ; elle en a été effrayée par le côté dur et machiste ...ce qui ne correspondait pas à l'image qu'elle se faisait de ce sport « populaire » dit elle .

« La fédé , il y a bien des années , a développé le judo sportif ; le judo éducatif ...C'est ce qui me plaisait ;**je suis devenue prof de judo** , dans des quartiers ,de la banlieue parisienne, près de chez moi , et j'en vis ; au rythme des saisons ...

Une floraison de petits clubs de quartiers attirent les familles , par le caractère collectif et individualisé du judo ,par le ludisme et la créativité propres à cette pratique ; par la démarche éducative , et les valeurs ,mises en œuvre.

Bien des filles , s'y retrouvent très jeunes, du fait de leur entourage ...soit pour pallier à un excès de timidité , soit un excès de turbulence ...à drainer .

L'argument « il faut qu'elle sache se défendre » est un motif presque suffisant pour prendre la décision de mettre la petite au judoDans une société de violences ,en fait ,elle apprendra bien plus à se défendre par l'affirmation de son caractère , qui deviendra plus offensif , que par des gestes défensifs , salvateurs en cas d'attaque . Et il est vrai aussi que la fédé pousse le judo des petites filles ...qui reste pourtant minoritaire .

La présence d'un prof féminin , « ceinture noire » est une preuve vivante et rassurante , que ce genre de pratique , est non seulement possible mais en rien préjudiciable ...à la féminité de la petite !....qui n'aura pas choisi la danse ! Par opposition , ou par conviction ?

Les Mamans , surtout celles qui ne travaillent pas et qui accompagnent régulièrement les enfants au cours ,y prennent un vif intérêt ,leur permettant de s'enhardir à rendre des services au club lors d'événements , de fêtes ; puis elles acceptent des responsabilités dans la vie de l'association , dont elles découvrent le fonctionnement ; elles ont alors, en charge, de véritables tâches sociales , tant au niveau du quartier que des familles ; elles découvrent aussi le judo départemental et les clubs plus importants ...ceux qui attirent justement leurs meilleurs éléments à la recherche de partenaires plus divers et plus forts , et qui ont tendance à abandonner leur petit club d'origine .!

Ainsi les bureaux de club se féminisent ; et elles défendent bien les intérêts du club . Quant aux orientations de la fédé , ces jeunes femmes les ignorent totalement ...De la fédé , elles ne connaissent que des vedettes médiatisées , et surtout la somme « des papiers » à traiter ..

Peu importe , la vie du club est assurée ,des amitiés se tissent ,ainsi que des entraides et toute une convivialité de proximitéoù baignent leurs enfants !

Ce sont là de véritables équipes , représentant le quartier , et qui fonctionnent , grâce à un bénévolat important et à des collaborations entre prof (l'éducatif) et les élu(e)s représentants des familles , chacun selon ses goûts et compétences . » .

????: N'est ce pas là , de belles démonstrations de démocratie participative ?

- E- 2 -Au niveau de clubs plus importants :

A proximité , et en complémentarité des petits clubs , les divers clubs se connaissent lors des compétitions départementales et régionales , très suivies , par les parents , les amisqui deviennent de vrais supporters , non sans quelque rivalité de notoriété !

-Jane ----- Une ancienne judoka internationale ; elle est prof de judo à Paris « Mon travail de prof ?dit elle , c'est ma vie ; je travaille avec tous les âges , tous les niveaux

Mais je n'ai pas à justifier de performances , je n'ai pas besoin de vivre au travers de mes athlètes ; qui ont **un pied dans le club , l'autre à l'INSEP** . Moi ça m'intéresse ...

Seulement cette complémentarité , au demeurant fort nécessaire , n'est pas bien vue , là haut ...Les entraîneurs nationaux s'arrogent de grands pouvoir ; dès lors , au nom de l'efficacité ils engendrent de la pauvreté ;une micro société où l'humanisme se dissout ; d'où une réduction de l'individu , en tant que tel .

Mon travail auprès de l'athlète , consiste à travailler avec elle , de veiller à ce qu'elle ne soit pas en souffrance , physique et mentale ; de l'aider à s'épanouir , à prendre du plaisir .

Au sein d'un club , c'est possible et favorable pour tous.

Par ailleurs **je m'amuse beaucoup à jouer avec les enfants** , de tous les âges : on est ensemble , c'est sérieux et ludique en même temps ; on rit , on fait progresser le partenaire tout en progressant soi même ; je suis exigeante et attentive , encourageante et sans concessions » :

Sa voix , mesurée et joviale , résonne dans la salle :

« Allez , allez en dynamique ! reprenez votre souffle ! pas d'impatience ! contrôlez les chutes , contrôlez vous ...Non ça ne va pas du tout ,ces mouvements d'humeur , dit elle , à un jeune garçon qui tape du poing rageusement sur le tapis ,pour exprimer sa déception après un randori manqué ! »

« Les jeunes hésitent à aller en compétition , ajoute t' elle ; on leur demande de plus en plus tôt des résultats immédiats ...Eux ,ils veulent faire d'abord du judo pour le plaisir ; et surtout pas pour se faire casser la gueule .

Les jeunes filles et les jeunes femmes , viennent au club pour s'amuser , se rencontrer , apprendre à se concentrer , à soutenir des efforts , à se confronter ...Elles y viennent par étapes , à leur rythme , sans plus d'ambition ...comme une médication anti- stress Elles apprécient de travailler avec celles qui sont à l'INSEP ;mais elles détectent dans ces fortes partenaires , leurs amies , des tensions usantes ! Dans leur club, ces athlètes, sont connues , appréciées , suivies ...Elles bénéficient de simples et amicales reconnaissances , une vraie vie , au delà de regrettables ruptures ...

Lors des événements inter clubs du quartier , ce sont les rencontres qui sont privilégiées , sans clivage , ni de niveau , ni de sexisme ...d'autant que l'enseignante que je suis est respectée , appréciée , par toutes et tous . »

Coup d'œil , coup de cœur : *Sport loisir et sport détente se marient si bien au sport de compétition quand des convivialités et des sympathies sont tissées au sein des clubs ...*

-E- 3 - Au niveau régional :

Monique et Nicole----- Deux ceintures noires féminines , assument des fonctions de direction depuis des années , au niveau de leur club où elles ont été élues et réélues .

Elles sont aussi présidentes de leur Ligue :

« La pratique du judo aide à ce que les mentalités évoluent

Quand on a eu des enfants , une sensibilité particulière se développe : sans doute donne t'on plus facilement la possibilité à chacun de s'exprimer ; on écoute , on a conscience des différences , on globalise , on anticipepeut être aussi protège t'on davantage ? ou bien accordons nous plus facilement notre confiance , sans démagogie , non sans rigueur ?

Toutes et tous doivent être respectés .

Les enfants nous enrichissent ; on les façonne ; plutôt on se façonne mutuellement ; nous nous prenons au jeu , bien volontiers et ça leur fait plaisir ; on les accompagne ainsi dans une vraie progression d'initiations...

Des mères de famille se mettent au judo , parfois dans la foulée de leurs enfants et de leur mari ; tout un équilibre familial s'établit Et en cas de défaite sportive du petit (e), les mères ne sont plus larguées ; présentes , impliquées , des relations nouvelles se créent ... des échanges ,des compréhensions partageables !

Dans mon club **je suis qui je suis et respectée pour ce que je fais** ; c'est tout .On forme une équipe , avec des points de vue différents et complémentaires .Ces responsabilités , vécues au quotidien , sont essentielles ,pour en assumer d'autres , sans perdre les expériences et les richesses de base .

Au niveau de la Ligue (structure départementale)...il faut dire que **l'inconscient collectif est lourd à porter** .

Pensez ,une Ligue dirigée par une femme ! Ceci pose bien plus de problèmes au plan fédéral qu'à nous et à ceux qui nous ont élues . Pourtant notre fonctionnement- régional- est fait de simple bon sens , de transparence , de respect , d'actions plus que de discours ! Sans soumission aucunecomme une force ; une force innovante ; ce qui fait que notre ligue est considérée « rebelle »parce que nous refusons des soumissions aveugles ! Nous examinons , discutons , décidons ; puis nous informons et prenons en compte les réactions , sans démagogie , mais sans autoritarisme : entre nous ,on s'explique !

Ce que je tente de façon prioritaire dans mon travail à la Ligue, c'est de travailler en étroite collaboration avec les techniciens ; nous évaluons , nous tentons d'ouvrir les clubs à des ailleurs , des voies novatrices , de les aider à sortir d'un fonctionnement trop fermé .

Un vrai défi !

La quantité de travail , et l'implication quotidienne , ce n'est rien à côté des attaques incessantes , des railleries , des trahisons , des déceptions .

Mais finalement tout ça fait rebondir ! et personnellement j'acquière une nouvelle confiance en moi : je suis entrée libre dans cette spirale ; je ne me culpabilise plus ; je tente de comprendre , d'analyser , de contrôler ...ça coule ! Grâce à un travail en collaboration ...

Au niveau des structures ,intermédiaires , les obligations sont déterminantes ;des obligations de résultats ...ce qui fausse les idéaux initiaux du judo ; ça pose problème » ...

???? : *Cet inconscient collectif , ici évoqué , n'est il pas à repenser , à travailler , par tout un chacun ? Ne s'agit il pas d'une responsabilité commune , parmi les plus partageables ?*

E - 4 - Au niveau national :

Sont ici reconstituées des paroles dispersées ,des points de vue, émanant de professionnelles actuelles, situées à tous les niveaux de la pyramide

-« La vie associative se joue à la base , grâce à un bénévolat qui se fait dans le plaisir de la convivialité ...non sans passions ! Mais loin du système ! Car le système est là quelque peu hypocrite : la fédé est d'abord gestionnaire ; elle vit de la masse énorme des pratiquants ; il y a une ambiguïté de taille : la fédé vit sur cette masse. »

-« La fédé de l'an 2000 ? Il y a des pertes de qualités, et des décalages ,par méconnaissance de la base ; les problèmes sont insuffisamment ciblés , donc mal pris en compte ; la fédé vit trop sur ses acquis antérieurs , pourtant indéniables ».

-« Aujourd'hui il y a un besoin urgent d'évoluer ..La démocratie ne devient elle pas une façon de faire avaliser par la majorité ce qu'une minorité a décidé . . ?

Les professionnels, les responsables n'ont ils pas perdu une part de cet humanisme qui met en mouvement les clubs de base ?

Le sportif , ne devient il pas ,de nos jours, l'esclave des temps modernes ? »...

-« Les postes clé sont tenus par les directions techniques ...Les orientations sont élaborées à ce niveau . Pourtant tous les élus sont des pratiquants (et des bénévoles), ce qui devrait garantir une certaine connaissance de la base . Au comité directeur , trop d'avidité et de pouvoir étouffent les progressions souhaitables et les femmes y sont sous représentées »

-« La parité ? Beaucoup reste à faire ; d'abord dans les têtes ! pour réparer ce déficit , tout est à reprendre , à repenser , dès le berceau !

A propos de la parité , la loi est un support appréciable ; mais les femmes auront longtemps encore à faire la preuve de leurs compétences , la preuve aussi que , les responsabilités les motivent plus que les pouvoirs, ce que leurs collègues hommes , leur reconnaissent volontiers ».

-« **La vie des clubs , là ,est la vraie richesse du judo français** ; des échanges , des pratiques mêlées , sans signes distinctifs relatifs aux classes sociales ;les différences dues aux sexes se trouvent estompées ...à ce niveau ! »

-« Néanmoins un esprit de plus en plus consumériste, tend à s'y développer ; et un certain individualisme , surtout parmi les judokas hauts niveaux . »

-« Faire de la compétition ,rend riche , mais l'argent rend pauvre .

La fédération fonctionne comme une entreprise , avec des objectifs de productivité , qui ne sont pas les nôtres... »

-« Nous étions des rebellesAujourd'hui , les compétitrices ,en sont elles capables ? »

« Coup d'œil, coup de cœur »

Plus que le problème de la parité , en marche, c'est celui de la vitalité des structures démocratiques qui retient là, mon attention, ainsi que cette contradiction majeure entre le poids de l'argent et celui de la vie de ces femmes et de ces hommes aujourd'hui, pour demain .

- F- Palmarès de celles qui m'ont confié leurs paroles :

*Toutes sont, ou ont été, compétitrices nationales, internationales et médaillées au cours des trente années passées . Seules les médaillées au niveau de l'Europe, du Monde et des Jeux Olympiques sont ici indiquées , de l'or, par l'argent au bronze .(anciennes et actuelles)
Les autres ont été confrontées aux compétitions nationales et internationales , avec des résultats divers , non ici rapportées .
Parmi celles qui ne sont plus compétitrices ,beaucoup ont maintenant des responsabilités sportives , éducatives, diverses dans la formation des jeunes judokas, ou de jeunes sportifs.*

*Magali Baton : Monde
Dominique Brun Maoui ; Monde et JO
Christine Cicot : Europe, Monde et JO
Marie France Colignon :Europe
Lucie Decosse : Monde, junior
Brigitte Deydie :Europe, Monde
Martine Dupont : Europe
Cathy Fleury ; Monde ; JO
Paulette Fouillet : Europe ; Monde
Céline Géraut : Monde
Barbara Harel ; Europe
Frédérique Jossynet ; Europe
Céline Lebrun ;Europe, Monde; JO
Natalina Lupino : Europe, Monde; JO
Virginie Marie : Europe
Laetitia Meignan : Europe ; Monde ; JO
Sylvie Meylou ;Europe
Sarah Nichilo ; Europe ; Monde
Cécile Nowack : Europe ; Monde ; JO
Marie Claire Restoux : Monde ; JO
Béatrice Rodriguez : Europe ; Monde
Laetitia Tignola : Europe
Jocelyne Triadou : Europe ; Monde
Séverine VandenHende : Monde ; JO:
Karine Varlez : Monde junior*

Participantes aux championnats nationaux et internationaux ; interrogées ou citées, mais non médaillées en championnats internationaux individuels :

Amina Abdelattif ; Céline Andrieux ;Laurence Cionnot ;Christine Chauvel ;Estelle Descot ;Sandra Garafallo ;Sabine Hirt ;Armelle Iost ;Aurélie

Javault ;Véronique Kieffer ;Sabine Lebihi ;Josiane Litaudun ;;Isabelle Magnien ;Anne Morlot ;Soizic Pallancher ;Marie Pasquet ;Karine Rambault ; Christine Rey ;Fanny Riaboff ;Dominique Rivière ;Benedicte Rouby ;Véronique Rousseau ;Sylviane Sada ;Véronique Vigneron...

Participantes et participants qui ont apporté leur point de vue, en fonction des actions qu'ils mènent actuellement en faveur du judo féminin français :

*Laurent del Colombo ; Laurent Calleja ;Patrick Rosso ;Yves Delvingt ; Guy Delvingt, Cécile Nowack , tous entraîneurs actuels à l'INSEP
Elisabeth Emmerly (secrétaire de direction de la fédération, la seule qui ne fut pas judokate, mais qui connaît le monde du judo « à cœur » !
Cathy Fossard ;Monique Laborde ;Cathy Augier ; Isabelle Neau ; Jane Bridge ,
Philippe Sudre ; Patrick Roux ; enseignants ;
Nicole Andermatt ; élue au CD et arbitre
Jean Claude Brondani ; Pierre Guichard ; Jean Luc Rougé (cité), entraîneurs d'époques différentes, avec des responsabilités dans la FFJDA.
Michel Vial : Président de la FFJDA
Marie George Buffet : Ministre de la Jeunesse et des Sports*

Moisson de femmes médaillées au championnat -monde de Judo ; août 2019:

*Madeleine Malonga (1°) -78 Kg
Marie Eve Gahie (1°) -70 Kg
Margaux Pinot (3°) -70 Kg
Clarisse Agbegnenou (1°) -63 Kg
Sarah Léonie Cysique (5°) -57 Kg
Amandine Buchard (5°) -52 Kg
Mélanie Clément (5°) -48 Kg
En équipe (mixte); deuxième place*











e NOWAK - Pascal TAYOT - Laetitia MEIGNAN - David
 Bertrand DAMAISIN - Cathy FLEURY - Nathalie LU
ATION FRANÇAISE DE JUDO







3- L'avenir : Les compétitrices de demain ; des sections de sports études à l'INSEP :Rencontres avec quelques jeunes sélectionnées ; cadettes et espoirs .

A - Profils de cadettes :

0.1 (alternance de « leurs paroles » et »leurs histoires »)

A propos des cadettes, Armelle Iost , ex compétitrice ,actuellement Kinésithérapeute , s'exprime ainsi :

« La création des championnats du monde junior, des JOJE, et autres coupes d'Europe cadettes et cadettes ont rendu plus précoce l'accession aux filières de haut niveau. J'ai été amenée dans le cadre de mon travail de kiné, à suivre un certain nombre de stages et de compétitions, ouverts aux filles les plus jeunes concernées par la sélection nationale. C'est l'impression de ces rencontres que je vous livre, ainsi que les questions que je me suis moi même posée devant l'engagement très spécialisé des ados.

Elles ont envie ces jeunes athlètes, envie de faire du judo, de montrer le meilleur d'elle même avec un enthousiasme communicatif. Certaines ont déjà conscience de l'enjeu, elles veulent être des championnes, d'autres sont plus indécises sur leur parcours sportif, motivées par le seul plaisir de pratiquer.

En tant qu'encadrant on prend très vite la dimension de leur engagement, et de la responsabilité qui nous incombe de ne pas entraîner, au nom de la rentabilité, ces jeunes en devenir dans une impasse sociale et humaine.

Pourtant inutile de se voiler la face, le système est dur et élitiste, il doit fabriquer les champions de demain, c'est sa vocation.

J'ai été amenée à partager mes impressions et mes inquiétudes à ce sujet avec les entraîneurs responsables de structures drainant les cadettes : j'ai été heureuse de constater l'importance qu'ils accordaient à la dimension humaine, ils sont conscients ou plutôt soucieux, chacun à leur manière.

Même si la politique du judo français n'est pas la précocité des résultats mais plutôt la formation des futurs champions seniors, je me suis parfois effrayée de la dureté de l'entraînement, de l'acceptation fataliste du nombre des blessures, du rythme de vie effréné affligé à ces jeunes organismes, mais soyons honnête n'est ce pas le prix à payer?

L'exercice de la compétition est difficile, et j'ai du respect pour ceux qui montent sur le tapis avec la peur au ventre à la recherche d'eux-mêmes. Les jeunes aiment ce qu'ils font et ils dépassent les difficultés quotidiennes, je crois que l'erreur ne réside pas dans les difficultés de parcours mais plutôt dans l'incapacité du système, à offrir à temps des portes de sorties, des passerelles vers d'autres objectifs en particulier professionnels, avant que l'individu ne se laisse déposséder du choix de son avenir, et plus l'engagement est précoce plus le risque est grand. »

???? : *N'est ce pas là une vision lucide , d'une de celles, qui , envers et contre tout, a su ne rien négliger et qui sait aujourd'hui, apprécier le résultat de ses choix et de ses efforts, ténus à l'époque où elle était compétitrice ?*

B – 1- Avec de Jeunes « Espoirs » :

Ces toutes jeunes judokas , je les ai rencontrées , dans leurs régions d'origine , en Pôles France , mais aussi à l'INSEP de Paris lors de stages intensifs ,ou encore en stages de condition physique , loin des tatamis et en plein air .

Pour la plupart des lycéennes , en « sports études » , en internat, suivant des études normales avec d'autres jeunes sportifs impliqués dans d'autres disciplines , et avec des jeunes non sportifs .Les horaires sont plus ou moins aménagés et les programmes scolaires tout aussi chargés ; des entraînements leur sont réservés 4 à 5 fois par semaine . Quant à leurs week end , tantôt elles les passent chez elles , au village ou dans leur quartier , tantôt elles partent en compétition , ce qui est très fréquent .

Ainsi vivent elles à mi chemin entre une vie de famille et de club qui occupe , à cet âge une place essentielle dans leur vie , et ce lycée en sports études ,où elles sont généralement bien accompagnées , chacune et toutes ; avec un suivi ,certes variable ,selon la disponibilité des personnels chargés de ce travail délicat .

Dans ces lieux de proximité , elles peuvent laisser exploser leurs joies , leurs lassitudes , leurs colères aussi , parfois ! Y compris ,ces provocations qui permettent à ces adolescentes de s'affirmer ,et de façonner leurs personnalités ,face à de multiples contradictions ,vers des mutations personnelles inévitables . Des vies exigeantes , comme un défi chaque jour renouvelé ; une vie de passions par elles , façonnées !

Sur les tatamis de ces « chez elles » , l'ardeur au travail est doublée de rires, d'entraides , de franches et gaies camaraderies !Et puis elles y sont considérées , chouchoutées , vu leurs résultats . Fraîchement débarquées à l'INSEP , elles n'y seront plus que les petites dernièresAvec tout à découvrir , tout à prouver ...et souvent dans la grande solitude des concurrences

Je les ai écoutées , seule à seule ,avec une attention mutuelle , aisée , de par le fait même ,de ce besoin de parler de ce qu'elles vivent , avec autant de bonheur , de frustrations, d'efforts que de doutes ; parfois leurs paroles , je les ai cueillies - avec leur assentiment- ,lors de détente , entre elles ...

Leurs histoires : Des lycéennes en stage à l'INSEP :

En grappes chahuteuses , elles traversent le parc de l'INSEP, de bout en bout , en kimonos, propres , raides , aux écussons de leurs régions . Toutes ces filles sont déjà des gagnantes de médailles et de coupes , leurs premières réussites; celles ci qui leur permettent aujourd'hui d'être invitées à ce stage d'entraînement auprès d'ainées , admirées , enviées . Ces aînées pourront ainsi travailler avec une diversité de partenaires peu avant d'importantes échéances !

A l'approche du dojo , le groupe se resserre et se calme ; ces jeunes savent que ce sera dur pour elles « d'être de la viande » projetée sans ménagements par ces « vedettes » comme elles disent ;et dont elles liront les résultats dans la presse, après les prochains tournois !

*Mais ces jeunes savent qu'en côtoyant ainsi les meilleures ,elles apprécieront et vivront du beau judo , du judo de haut niveau , avec ses rigueurs et ses exigences...Parce que , à l'INSEP, « **on ne joue pas** » ! En même temps elles sentent les regards des entraîneurs qui balayent les tatamis d'un regard non dénué de jugements ,à leur égard .*

Heureuses et fières , éblouies de vivre ce rêve , c'est le meilleur d'elles mêmes qu'elles cherchent à prouver , sans compter !

Enfin le plus attendu par elles ,ce seront ces paroles échangées dans les vestiaires ; paroles , parsemées d'appréciations et de conseils..., et même parfois d'encouragements de la part des championnes ,qui ne voient aucune concurrente parmi ces trop jeunes stagiaires !

De retour dans leur chambrée , leur bonheur laissera place aux douleurs endurées , à des inquiétudes aussi . Leurs questions , leurs visions se mêleront là , entre filles , en confiance , en confidences . Surprises et révélations , les amènent à des réévaluations de ce qui fait leur espoir , c'est à dire leur niveau régional ,si vite projeté au plan national , voire international !

Coup d'œil , coup de cœur :

J'aime leurs rires juvéniles , explosifs et tapageurs ,quand elles sont ensemble !

J'aime leurs enthousiasmes et leurs déterminations , mêlés de doutes , lucides , raisonnables , doutes et hésitations confiés en intimité....

Pourtant leurs espoirs dominent les contradictions , encore peu distinctes .

***????**:L'euphorie de leur ascension des structures du judo, ne leur cache t'elle pas des réalités si peu entrevues par ces toute jeunes filles , avant de pouvoir y accéder ?*

Leurs paroles : Le judo est ta passion ?

- *Sortant tout juste d'une adolescence prolongée :*

elle n'aime pas se mettre en avant ,dit elle, pourtant elle sait ce qu'elle vaut !

« Mes motivations remontent à l'école primaire où j'ai découvert le judo en activités sportives et puis j'ai eu la chance d'entrer dans un club vraiment sympa ,entraîné par une femme . Je souhaite aller le plus loin possible , sans objectif précis » .

- ***Une histoire de famille :*** « On me disait trop nerveuse et j'avais besoin de me défouler .Je suis en pôle France depuis deux ans où nous sommes une quinzaine , avec une ambiance super chouette !

Mes parents me soutiennent ; mes sœurs et ma grand mère aussi :**c'est devenu une histoire de famille** . J'ai passé un BEP et je me dirige vers une 1[°]S puis vers un BTS de comptabilité Mais nos horaires ne sont pas aménagés ce qui fait que c'est très difficile d'équilibrer son temps et ses forces » .

- ***Une autre , une légère ,qui paraît fragile , dit avoir la rage de vaincre :***

« C'est une passion , c'est un jeu , une motivation forte !

Ca me fascinait à la TV tous ces titres !

On travaille pour soi ; pas pour les autres ! A l'entraînement je suis très volontaire; au lycée je suis en 1[°]S , c'est dur . Ma famille me soutient ... et j'ai l'espoir devant moi !

En pôle , l'ambiance est super : titulaires ou remplaçantes ,nous sommes sans aucune rivalité » . Ici, durant ce stage, les filles souffrent ; c'est tellement dur ! Il nous faut apprendre à gérer tant de stress , en compétition , la rage de vaincre est notre affaire personnelle ! »

- ***Elle a un pied à l'INSEP , l'autre est ancré dans sa région et elle hésite, sans oser faire le pas :***

« Ce sont les pressions continues qui me sont les plus difficiles à supporter quand je suis en stage à l'INSEP : **devoir prouver , toujours prouver.**

La question que je me pose est de savoir si l'on peut réussir sans être dans le système ?

Ici , pas le droit à l'erreur ; si l'on tombe ,il faut encaisser les reproches ...pour ne pas être virée ;sans le moindre signe d'encouragement !On est mené sans information ; la confiance est donc une obligation..

Leurs histoires : Du judo et des études

*- Eliane tout juste seize ans explique , que petite ,sa tonicité faisait qu' on la disait turbulente ; « dès mes premiers pas en judo j'ai eu la passion de la compétition ; mes résultats m'ont permis d'entrer en sports études ; il m'a fallu quitter ma famille ; mon père croyait perdre sa fille ! **J'avais confiance en moi et j'avais envie d'un autre monde !** »*

Aînée d'une famille nombreuse , vivant dans un petit village breton, il a été convenu entre elle et ses parents que les études restaient prioritaires et ils ont exigé d'elle, un 14/20 de moyenne et elle l'a eu ! Après une année de double emploi du temps ,elle a quand même redoublé !

Eliane se sent bien en internat , avec les copines et tant d'amitiés !

Seulement les horaires ne sont pas aménagés, et la fatigue fait qu'il est souvent pénible de se concentrer comme il serait souhaitable .

Enfin elle estime que les liens se trouvent renforcés avec les siens ;et les relations familiales n'en sont que meilleures ! « On a toutes , besoin de s'ouvrir , d'être autonomes , de s'émanciper Mais aussi quel bonheur de se retrouver ! Quand je rentre au village , je me sens un peu coupée ,des uns et des autres mais je suis bien acceptée , y compris dans ma passion » !Seulement les retours au village sont rares ; même les week end sont occupés par des compétitionsC'est pourquoi sa copine de chambre ,Annie, qui prépare comme elle, son bac de français , oscille entre ses études , son judo et sa vie à elle : « Mon objectif premier est de devenir institutrice, puis de faire du judo, tout en menant ma vie privée comme je l'entends » ;Elle apprécie que ses parents lui fassent pleinement confiance ;elle se sent respectée !

*Annie fait du judo depuis l'âge de huit ans .! Actuellement la dynamique des entraînements judo a tendance à prendre le pas sur ses études et la fatigue engendre des échecs .Alors elle réfléchit : « Ce qui m'ennuie , c'est de me sentir menée par un emploi du temps qui trop souvent nous submerge !Aussi ,de pouvoir **parler ,de pouvoir en parler , cela fait du bien ; c'est tellement nécessaire** » !*

Eliane et Annie apprécient , malgré ces surcharges de pouvoir vivre une telle aventure, qu'elles partagent depuis deux ansDéjà des souvenirs de joie et de difficultés , émaillent une amitié solide et pétrie de connivences

Les envies d'Eliane pour son futur ? Voyagerc'est loin ...très loin pour elle, même si ça ne l'est pas !Elle souhaite découvrir des civilisations , connaître les autres et avoir un foyer .

Coup d'œil , coup de coeur :

Pour sortir de cette aventure , grandes et solides, des repères stables et consistants, leur sont indispensables ; parmi ceux ci , les liens avec leurs familles , avec leurs amis, avec des enseignants, en dehors du monde du judo . Sur cette base essentielle, leur devenir de judoka , peut se développer sans trop de dégâts, à condition que leurs motivations soient claires et fortes, pour réguler leurs hésitations .

???:

Eliane s'interroge : « Est ce raisonnable de penser entrer à l'INSEP ? »

Car en y entrant , se pose le problème des études proposées : des BE de judo , des BTS de commerce, d'informatique, des études de sports, de kiné, ... Certes Paulette, conseille les filles et propose une façon de vivreElle cherche à limiter les errements ... Tout de même, ça fait hésiter ! »

Le judo est ta passion : (suite)

Leurs Paroles

- *Elle est en quête de preuves d'elle même* : « Mes frères faisaient du judo ; ça m'a paru assez ludique pour moi ; et comme j'étais en rivalité avec eux , **je voulais prouver , me prouver** ! Dès lors tout c'est passé très vite ; j'ai grandi dans le judo , grâce au judo .Mon père porte pour moi de grands espoirs , ma mère m'encourage de façon plus discrète . Je me posais la question « d'être en concurrence » ? J'ai appris que ces concurrences peuvent ne pas gêner les amitiés , sauf hélas quand il y a des mesquineries !

Il nous faut quand même être dures » !

« Les compétitions en équipes , c'est pour toutes, super ,parce **qu'il s'agit de réussir ensemble** , et tout le groupe est soudé ; chacune veut vraiment la réussite de l'autre » .
On est des privilégiées et les sacrifices ne nous pèsent pas »

Le judo est une école de la vie ! »

- *Une jeune stagiaire aux prises avec ses hésitations* :

« Le stage ici , je l'apprécie ; ça change ; c'est une expérience pénible mais sympa
Je suis en Pôle France ...Peut être serai je à l'INSEP l'an prochain ; mais **j'hésite encore** ; je demande à mes parents leurs avis : la famille c'est très important ; mes parents me laissent choisir , décider ; mon copain ,qui est un sportif de bon niveau m'encourage ... Ne suis je pas trop jeune pour tenir le coup à l'INSEP ?

Et puis , entrer en formation à ce niveau sportif , ça veut dire, avoir le sentiment de régresser d'abord ; c'est normal parce que c'est vraiment dur ; normal aussi ,que pour les anciennes , nous ne soyons que de la viande ?Si je suis là bas quelles études engager ,? Je sais que les choix compatibles avec le judo de haut niveau sont très limités .J'hésite encore » !

- *Elle respire le judo* : « Le judo est au centre de ma vie , une passion , une priorité ; je veux gagner ; **vivre cette sensation quand on monte sur le podium** : c'est une grande satisfaction personnelle » !

Leurs histoires

« Ne rien sacrifier »

Pour Catherine « Ce stage à l'INSEP ,où l'on côtoie les meilleures, c'est du rêve et ça remet nos pendules à l'heure ; le niveau y est tout autre que celui de nos régions ! » Lycéenne en sports études parmi de jeunes sportifs , pratiquant d'autres sports ,elle apprécie de pouvoir cultiver des amitiés , mais aussi une identité , une différence , tout en étant une , parmi les autres . « Peut être sommes nous des privilégiées de vivre une telle passion ? »

Déterminée , elle dit vouloir ne rien sacrifier

*Elle voudrait devenir prof de gym et de judo , ou bien kiné ou journaliste sportive ; et puis en tant que femme ,elle voudrait être mère ; « j'envisage ma vie avec des enfants : **je ne veux rien gâcher** !Mais pour le moment il n'y a plus de place dans ma vie pour un gars »...*

Hésitante ,elle avoue que l'on dit d'elle, que son profil serait trop carré ,qu'elle ne serait pas assez féminine ; « Je m'en fous ! Pourtant je sens qu'il nous faut nous affirmer différemment ;ce n'est pas facile pour nous »

Chaque événement , réussite ou échec ,en classe ou en judo, l'atteint « en vraies émotions , avec des bonheurs et des regrets ; je me sens ,toujours concernée , touchée ... ! ».

En stage , elle estime gagner en niveau technique ;mais elle sait prendre des risques , ce qui la libère ,ainsi elle comprend mieux ;« Après je suis contente de pouvoir me fixer des objectifs ; ça élève nos propres exigences en compétences . »

Des trucs fous et des choix nécessaires

C'est l'étonnement ravi qui éclaire ce visage de rouquine aux yeux verts , rieurs ,vifs ,laissant échapper une puérilité qui lui permet de rire de ses « trucs fous », pour mieux en dissimuler le sérieux des questionnements qui la taraudent . Ses déterminations apparentes , sont sa façon de les questionner .

Sa mère ne voulait pas voir traîner la petite ; alors elle l'a mise dans un club omnisports puis à la danse ce qui ne lui allait pas du tout . Ainsi est elle entrée dans le club de judo où elle s'entraîne depuis 14 ans , et ça lui plaît toujours autant !

Rapidement elle s'est retrouvée en stages de haut niveau .Celui de Boulouris ,elle le juge trop dur pour des jeunes ! « ça épuise , ça casse ! alors je me dis que j'aime vraiment mieux l'ambiance de mon petit club où l'on est entre soi .

L'INSEP ? Pour moi ,c'est un truc fou ! inespéré ? »

Pourtant son bac S en poche elle se dirige vers math sup ...Encore un truc fou ! Mais est ce possible de tenir tout à la fois ?Alors elle se pose pour choisir . De la part de ses parents , elle rencontre beaucoup de compréhension, de soutien !

*« **Maintenant je crois avoir trouvé ma voie!** Tous mes amis pensent que kiné ça me va si bien ! **Ma décision est prise** ; peut être me suis je appropriée les envies des autres ?mais je sais , moi, que ça m'appartient : je me suis donnée la permission de faire ma vie ; le judo me fait plus équilibrée ; le sport est ma passion ; avec des études à côté je m'épanouis , je me sens bien » .*

« Ce qui est hyper important c'est de réussir dans plusieurs voies ..

*Je suis super contente : **ma vie a un sens et je sais où je vais** » !*

Coup d'œil , coup de cœur :

Ce qui me paraît prometteur de la part de ces filles , si jeunes, c'est leur volonté de ne rien gâcher de leurs vies, de vouloir tout tenir ! Ce qui décuple leurs énergies et aussi , leur évite les pièges des contradictions qui ne manqueront pas d'émerger

De si belles déterminations ne peuvent que forger de fortes personnalités !

Mais sans maîtrise , la chute éventuelle, ne peut être que plus douloureuse .

???:Un niveau préparatoire à l'entrée à l'INSEP, avec un accompagnement éclairé, ne permettrait il pas d'éviter bien d'inutiles tâtonnements douloureux . ?

Leurs Paroles

- Elle n'aime pas se forcer ...et pourtant ! : « Les stages représentent trop d'obligations ,dont les conséquences ne sont pas mesurées....Ici je dois me forcer ; C'est dur . Ce stage m'amène à analyser , à mieux me situer ; j'y gagne en assurance » !
« Un jour je serai à l'INSEP ,sans doute ,et il me faudra me défoncer : il faut prouver qu'on est là : je veux compter , parmi les autres .
Pourtant je n'aime pas me mettre en avant ; par manque de détermination ? je ne pense pas »

- Une toute jeune joue à qui perd gagne , avec une copine :
« Je veux aller le plus loin possible et je fais ce que je pense .
Avec ma copine , on est réversible : une fois elle gagne , une fois c'est moi ! On n'en parle jamais entre nous ,de nos combats ; après nous partageons tout .C'est quand même bien fatigant . »

- On manque d'air !
« Les horaires non aménagés font qu'on n'a pas de vie à soi ; on ne respire pas :de plus il nous faut rester « dans le droit chemin » !
L'an prochain , je serai majeure ,et en 1^oS ; je ne serai plus interne ; je n'aurai plus ce sentiment d'être enfermée ...mais le rythme imposé , on ne peut y échapper ! »

- La fierté d'être soi ...malgré les doutes ...c'est si important ! me glisse t'elle en cherchant ses mots ,masquant ainsi une hésitation à se dévoiler :
« Le judo m'apporte un équilibre , de santé , tant physique que psychique . Le haut niveau m'est un besoin , qui me permet de m'affirmer , de m'exprimer .
Ce stage renforce mes déterminations de fond ; il m'amène à réfléchir , à parler , à comprendre , à envisager mon avenir , avant les échéances .
L'INSEP , c'est une bulle où l'on est isolé des autres , même si on y est ensemble ,ça me fait peur ; **il ne faudrait pas y aller trop tôt** . Est ce mon cas ?
Je préfère la vie de mon club ,on y vit plus en cohérenceEt la vraie vie est alors à portée de main : une fois le kimono raccroché , je suis loin ; j'ai besoin de sorties , de culture , de délires , de films et de copainsIls ne se rendent pas compte des pressions que l'on vit, ni des vraies décompressions , nécessaires
Au delà de la bulle , on souffle ! »

Leurs histoires

« De la souffrance »

-De la souffrance acceptée , grâce à un riche contexte de vie :

Pour faire comme son frère , dès 6 ans Adèle a voulu faire du judo , mais aussi par besoin de canaliser ses énergies , disaient les parents !.Jusqu'à 17 ans elle est restée dans son club de quartier; puis elle est passée en sports études , avant d'être admise à l'INSEP . Ainsi a t'elle vécu trois situations fort différentes .

« En club on est chez soi ! En sports études on est , ses filles ,à l'entraîneur !

Quel fossé avec l'INSEP ! Une vraie coupure , avec des problèmes de repères et de blessures . L'intégration est difficile » . Etre dans le système pour nous les jeunes ,c'est comme une nécessité ,en même temps une volonté . Plus tard , quand on est plus âgée , c'est autre chose , elles peuvent s'exprimer davantage !» .

*Maintenant la **passion d'Adèle est assez forte pour supporter de souffrir tous les jours , au point d'en être elle même étonnée !***

Les études lui sont un impératif incontournable: étudiante en première année de STAPS , elle vise le CAPEPS .« Les diplômes sont nécessaires , le judo , ce n'est qu'un temps , après il faut vivre !

Ma priorité actuelle ,c'est le judo :mais le rythme est très éprouvant ; un équilibre constant est à repenserHeureusement ma famille et mon copain , me sont un apport inestimable ; lui même pratique un sport de haut niveau ; mutuellement on se soutient . Mais tout ça reste difficile , souvent il faut se forcer...non sans douleurs ! »

Comme un grand fleuve qui charrie des éléments hétéroclites , elle tente de gérer tous ces événements qui s'enclenchent en un rythme à la limite du soutenable !....

*Question santé ,elle dit être très vigilante : « **se savoir à priori sans limites** , mais aussi savoir 'enquiller' les échecs et pour cela protéger nos réserves personnelles » .*

Leurs finances actuelles ? Les parents d'Eliane l'aident; son club aussi .

Situation plus complexe pour Annie : durant les vacances d'été ,entre les stages de judo , elle travaille auprès de jeunes ...sans le BAFA ,qu'elle n'arrive pas à passer , faute de temps et d'argent ! .Sa famille connaît de grandes difficultés , avec des revenus très faibles . « Quand je pars en stage il me faut faire les avances et les remboursements tardent ! »

Coup d'œil , coup de cœur :

J'admire ces équilibres fragiles , entre des doutes légitimes et la fierté de les assurer ; entre les souffrances encaissées et des sacrifices mesurés ; entre des contraintes inévitables et leurs aspirations personnelles au bonheur ;elles sont si jeunes et si enthousiastes !.... ...

Equilibres de funambule ?

????

Ne devrait on pas accorder une priorité incontournable à des relations suivies et actives entre les athlètes et leurs (petits) clubs d'origine , tant pour l'équilibre de l'athlète , que celui des pratiquants de base ? Si cela se faisait réellement , les fossés entre les divers niveaux seraient comblés .

B – 2 - En stage de « condition physique »

En cette mi mai, les crêtes sont encore blanches de neige alors que la vallée explose de ses verts printaniers : deux poignées de filles en débardeurs pédalent fort vers le col , à peine devancées par le « BE cyclo » qui est chargé du programme ;les filles s'égrènent ensuite tout au long des virages qui n'en finissent pas de se multiplier , les uns cachant les autres . Long effort d'endurance qui n'est pas sans poser des problèmes inattendus , avec en plus ce soleil de plomb , ces vents qui poussent ou retiennent , et les effets inattendus de l'altitude !

Situation insolite ; mais elles ont la pêche , ces filles , et ne la lâche pas , malgré la sueur qui pique les yeux derrière les lunettes ! A devoir se forcer , de telles conditions qui n'ont rien à voir avec celles des tatamis , les rebiffent et les amusent à la fois : ça rouspète , rigole , se défonce et s'épuise , sans maîtrise !

Ici il ne s'agit pas de gagner ; mais, pourquoi pas se prouver que l'on peut être la meilleure ?

Non sélectionnées pour participer à ce stage , elles se savent néanmoins ,« choisies », donc observées !Elles ne sont pas en concurrence : leurs écarts ne les traumatisent pasMais il est impensable de ne pas se soumettre à ces épreuves , pénibles et souvent inattendues pour certaines d'entre elles !

Le groupe ici constitué , se trouve délesté des favorites ,qui sont en préparation de tournois ; du coup , ces jeunes , s'amuse de leurs différences ; des amitiés se disent , se tissent en une ambiance juvénile , ludique , détendue et gaie ! Pourtant le programme exige une rigueur d'hygiène de vie , à laquelle elles sont habituéesCinq jours encore et les vélos de course seront remisés ,tout comme les skis de fond des stages hivernaux .

Situation exceptionnelle où les entraîneurs de judo s'époumonent autant qu'elles ,se dépassant sans sourciller , riant , suant , peinantà la même échelle ! Ces efforts d'endurance sont terriblement éprouvants , pour toutes , comme pour eux aussi !

Le soir , longs moments de soins , de massages , et de sacrées rigolades dans les couloirs , avant un copieux dîner qui s'éternise pour permettre une meilleure assimilation et surtout une agréable détente .

Une table longue de filles , en bras de chemises , musclées , les cheveux nattés ou coupés courts ; la queue de cheval , en mi longueur permet de garder une certaine « féminité » , celle ci qui n'est pas s'en poser problème tôt ou tard aux plus jeunes ...Elles racontent des histoires de stages et rient beaucoup ; les nouvelles , intimidées ,sont provoquées et on ne se gêne pas pour leur faire subir un bizutage qui n'a rien de méchant mais qui marque pour le moins une certaine hiérarchie d'ancienneté !

*Par rapport à cette distanciation de leurs lieux de vie habituels , leurs repères se trouvent en réévaluation ...Loin de leurs familles , de leurs petits clubs , loin du lycée et des entraînements, c'est **leur devenir proche** qui prend une acuité inattendue ...Devenir proche et lointain ,cousus d'espoirs qui les talonnent ,de craintes qui les font chavirer ,à cette époque de mutation juvénile, face aux réalités des examens scolaires et aux sélections sportives qui se profilent :la plupart de ces filles vont être amenées à faire des choix , parfois irréversibles dangereux , espérés , redoutés ...dans tous les cas ,déterminants pour ce qui pourrait être « leur carrière d'athlète » !*

Parfois les choix sont déjà faits et il faut s'y tenirpresque ,pourrait on dire , quoiqu'il arrive ; du moins se le disent elles, pour s'en convaincre !

Une légère ombre des bouleaux aux feuilles à peine écloses sera favorable à des paroles chercheuses de repères envisageables :

Leurs histoires

« De la gloire »

Fraîchement entrée à l'INSEP ,le judo lui est devenu sa priorité absolue .

:Ce qu'elle ambitionne : c'est de la gloire ; des podiums , des sélections

Elle prépare quand même un BTS commercial , sur proposition de l'INSEP....parce que ce diplôme serait , lui a t' on assuré, compatible avec les horaires du judo

...Et elle traîne ça sans intérêt réel , ni réussite probante ...

Par contre , pour elle « le but du judo , sport de combat, c'est de gagner , d'aller à la victoire , à la gloire . J'ai envie de me battre et de faire des médailles : Se montrer forte , ne pas baisser les bras » !

Acquérir de la technique et façonner son œuvre propre ,. ce sont là , ses objectifs ...

Souffre t' on tous les jours ?Il y a comme un contrat entre les entraîneurs et elle !

Elle évoque les combats où elle rencontre une amie qui lui est chère :

« Quand deux copines se rencontrent en combat , elles font abstraction de leur amitié , elles ne luttent pas contre une amie , elles font du judo , en faisant la différence ...Chacune veut gagner, chacune se doit de gagner , c'est normal . On se défonceNon sans respect » !

Coup d'œil , coup de cœur :

Ces rencontres , en dehors des lieux spécifiques au judo , je les ai particulièrement appréciées : les regards se font plus clairs , les intonations plus modulées ; des proximités (féminines ? ?) facilitent des expressions plus libres ...Une certaine intimité n'y est plus refoulée ...A peine voilés, des non dits coulent et s'évaporent , avec discrétion

???

Diversifier les pratiques sportives, et les lieux de ces pratiques , ce sont des bouffées d'oxygène qui vivifient des liens spécifiques entre les filles et entre elles et les entraîneurs ; n'est ce pas une occasion idéale pour façonner un esprit d'équipe ?N'est ce pas l'occasion de sortir de la bulle , du système , pour découvrir d'autres pratiques sportives ?

- C - Parmi celles qui ont renoncé

*De fait elles sont évidemment **les plus nombreuses et de très loin** , mais « invisibles », et sans paroles ..., ni dites , ni à entendre , ou si peu !*

Elles ont abandonné, par souhaits personnels , ou par suite de blessures, parfois avec le désir de privilégier leurs études ou leurs vies à elles ; mais un grand nombre de filles ont lâché prise ,par manque de soutien , lors d'un moment délicat de leur parcours de judoka .

Un certain gâchis humain est ainsi dénoncé ...

Pourtant en majorité , elles mènent , toutes , leurs vies , non sans vigueur ni détermination ; Parfois avec de légitimes frustrations ? Elles réussissent des re- constructions d'elles mêmes certes ,avec des traces tant négatives que positives , de leurs vies menées à l'ombre des championnes de demain .

Leurs Paroles :

- Elle se dit une exclue ; un déchet du judo !

« Mes motivations , mes déterminations sont maintenant différentes ; j'étais très accro ;des circonstances particulières m'ont fait lâcher prise ...

J'ai un appart , un travail : j'enseigne le judo tout en étant comptable

Maintenant je reviens voir copains et copines» .

- Sa santé a été ruinée par le judo ...néanmoins ...dit elle comme en s'excusant :

« Blessures sur blessures , dix ans après , j'en souffre encore . A mon époque nous n'avions pas de suivi médical spécifique et les excès de régimes , pour pouvoir rester dans sa catégorie de poids, n'étaient pas gérés !.

Je me retrouve dans les gradins , heureuse , au moins une fois par an : mon intérêt pour le judo n'est pas altéré .Heureuse de retrouver les copines avec les quelles j'ai partagé tant d'espoirs et d'amitiés !

Dans la vie , je suis institutrice , et ça me plaît ».

Le judo , pratiqué en compétition de haut niveau est traumatique , et usant de façon précoce ! « J'avais sans cesse mal au dos ...Des hernies discales ont mis fin à ma carrière .

Mon genou , mon épaule , avec de la patience et de la volonté , il est possible de les récupérer.....Beaucoup de judokas emportent avec elles , des séquelles , en souvenir ! »

Leurs histoires « Ne pas être une gagnante , mais être une battante »

- :Elle vit en province , partageant son temps entre sa profession –elle est ingénieur- ,sa vie familiale et amicale , son club de judo et son plaisir de vivre .

« Après avoir passé quelques années en sports études il m’a fallu choisir :

La priorité est allée aux études , par prudence ; et parce que j’aime assez le judo pour en faire un loisir , sans renoncer pour autant aux compétitionsmais seulement quand je le peux ; non plus pour gagner , inconditionnellement !

Le club de base , d’origine ou d’adoption ,c’est la communauté . Je ne voulais délaissier ni le judo loisir , ni le judo compétition ; les profs me poussaient ; aujourd’hui , après un passage « en excellence » , où l’on se doit de gagner ,et non pas seulement se mesurer . Je ne regrette pas les conséquences de mes choixet mon point de vue s’est modifié .

Sans doute , trop de parents qui poussent leurs enfants , ne sont pas bien conscientsde cette tension extrême et constante vers les résultats .

Devoir gagner devient une dope mentale .

Je ne suis pas une gagnante , mais sans doute , une battante !

Au judo, je dois mon caractère déterminé ...La passion je l’ai vécue ; y compris en haut niveau ; avec autant de gamelles que de réussites .Arrêter la compet ce n’est pas évident ; même convaincue , ce n’est pas facile à gérer .

Je suis maintenant , ingénieur , prof de lycée et prof de judo . Avec des contacts sociaux divers . Ca me plaît d’être prof en club après avoir été en haut niveau , ce qui change bien des choses ».....

Pour l’anecdote ajoutons que cette jeune femme s’est trouvée en compétition ,il y a peu de temps , avec l’une des sélectionnées de Sydney. Lors de cette rencontre elle l’avait alors battue ... Mais leurs choix ,différents, ont été déterminants pour elles deux . Pour d’autres , c’est le couperet des sélections qui décide , sans qu’elles aient part à un choix quelconque !

Coup d’œil , coup de cœur :

Ce qui me pose problème , ce ne sont pas celles qui font le choix délibéré , d’entrer ou de sortir du haut niveau , ce sont les trop vite oubliées, les abandonnées ...pour des raisons pas toujours bien claires Pourtant ces filles ont acquis un niveau appréciable ; il serait intéressant, pour tous ,de privilégier leurs capacités . Nombreuses sont celles qui disparaissent sans laisser de traces , et sans accompagnements ...de sortie !

A l’initiative d’ex athlètes , un poste de réinsertion a fait une apparition– très appréciée- sur les tatamis de l’Insep . Néanmoins dans la plupart des cas, que le départ soit choisi ou obligé ,si le petit club d’origine ne s’en préoccupe pas , c’est l’abandon et une perte sèche pour le judo ! ...Et de l’amertume pour l’ex athlète !

???

Pour atténuer les opacités entre les différents niveaux des structures du judo, les informations écrites sont elles suffisantes ?Des conseillers(ères) d’orientation spécifiques au judo , ne devraient ils (elles) pas aider à ce que ces passages, de ces jeunes athlètes, se déroulent dans la clarté , pour des choix mieux assumés ?

4 - La compétition objectif au quotidien des séniors à l'Insep

Des « excellences » d'aujourd'hui parlent d'elles

Un couloir sombre , large, mène aux deux dojos , celui des gars , celui des filles; c'était hier . Aujourd'hui, le grand dojo clair et spacieux est réservé aux entraînements , alternativement pour les garçons et pour les filles ; le petit dojo est réservé aux ex blessés qui réapprennent à utiliser leur potentiel , mis en repos forcé .

*Bruits mats et lourds de corps qui frappent le sol ; odeur pesante , imprégnée des sueurs chaudes et anciennes ; quelques ordres assourdis , des souffles courts , des respirations violentes et tronquées ...De loin on devine s'il s'agit de présence féminine ou masculine ...
....Si l'on y perçoit des rires , certes discrets , des paroles chuchotées ce sont , les filles !
Si l'on entend un silence ,tronqué d'ordres brefs et de chutes lourdes ,ce sont les gars !*

*Quoique sévère , de part et d'autre , l'ambiance est tranchée ; dans l'un on y met toute sa puissance , dans l'autre , un sérieux modulé de sourires , de regards interrogatifs , de questions en suspens , d'attentions portées à l'autre ...Amie et concurrente .
Quand le beau dojo est libre de ses hommes , les filles quand elles sont nombreuses ,en stages avec des étrangères ou avec leurs cadettes – elles l'envahissent :...On y gagne en dynamisme , en souplesse , en choix , aéré , de ses partenaires ...
D'un côté comme de l'autre , les entraîneurs étaient des hommes ...Chez les filles depuis peu les entraîneuses (au féminin)...ont pris position aux côtés de leurs homologues au masculin ; néanmoins il ne reste pas concevable qu'une entraîneuse féminine le soit chez les gars
A peu de choses près , si les attitudes s'adaptent aux publics masculins et féminins , les paroles glanées se ressemblent à s'y méprendre !*

Vestiaires séparés ; mais ce sont les mêmes kinés qui soignent les unes et les autres , dont une femme parmi eux....

*Rendez vous pris aux abords du tapis , entre deux suées , entre deux combats , entre corde lisse et assouplissements en fin de cours . Les filles « entraînent » volontiers , pour compléter leurs conditions physiques , mais aussi pour se retrouver à discuter en petits groupes qui aiment rire ...
Comme toutes les filles du monde !*

Douchées , parfois elles passent au sauna puis à l'air pur et frais du parc où des athlètes s'entraînent dans leurs disciplines , en plein air . On ne s'attarde pas ; quelque soit le piquant ou la douceur de l'atmosphère ; leurs chemins vont à la chambre pour se détendre , ou au restaurant , vite fait ; quelques rendez vous nécessaires en musculation ou chez le médecin

Le plus souvent , ces temps de détente sont âprement disputés par les rigueurs des études en cours ...Car , elles sont studieuses , la plupart , voulant ainsi s'assurer un avenir professionnel , jugé indispensable .

Nous nous retrouvons à la cafet , tout au bout du parc ; collations , restauration , tablées de discussion, non sans fumées inévitables ...A droite , un salon de coiffure et de beauté , à gauche salle des associations ; en haut , une bibliothèque et une rotonde pour des conférences ...

Dans le brouhaha ambiant , des coins de paroles et d'intimité sont possibles . Elles viennent volontiers , parler ; intimidées , sereines ou déterminées , peu importe . Elles viennent , toujours fidèles au rendez vous donné , avec de beaux sourires et des regards interrogateurs ; en confiance , en amitié ; avec « des choses à dire » , qu'elles disent si peu d'habitude, des choses importantes ,mais qui importunent , ou sont mal venues , parfois ...

Le judo , leur passion , elles aimeraient le voir évoluer , elles aimeraient le vivre mieux , et mieux le partager ...

Et puis , disent elles « il y a les jeunes qui montent ;et si ces paroles , à dire , pouvaient les aider, tant soit peu ; et faire que ça bouge ...Que ça bouge , oui, que ça s'améliore !» : un vœu partagé par toutes . !...

Je me suis engagée au plus strict anonymat , pour que les filles – celles qui sont engagées dans le cycle des compétitions, donc des sélections - ne cherchent pas à censurer leurs expressions , entre ce qui peut ou ne peut pas être dit , sans conséquences pour leur devenir sportif .Leurs réflexions sont parfois sévères , souvent contradictoires, parfois euphoriques .Elles ont à gérer des équilibres délicats :

De devoir se surpasser au quotidien , c'est à dire dépasser ses propres limites ,est il étonnant qu'elles émettent des jugements abruptes , sans nuances , reflets mêmes de leur immersion dans un engagement qui peut paraître excessif ?

Elles assument ce pari ,toutes , sans le recul souhaitable, non sans violence ;et non sans bonheur non plus ! Du reste , en l'absence de plaisir , résisteraient elles longtemps ?

Au cours de ce travail de choix et de classement de leurs paroles , j'ai tenté de tenir compte des formes autant que des contenus de leurs expressions ; je n'ai pas hésité à faire apparaître les contradictions ,autant que ce qui peut être considéré comme des redites , prouvant ainsi les concordances et les différences d'appréciations .

Etre respectueuse de ce que j'ai entendu , a été mon souci premier .

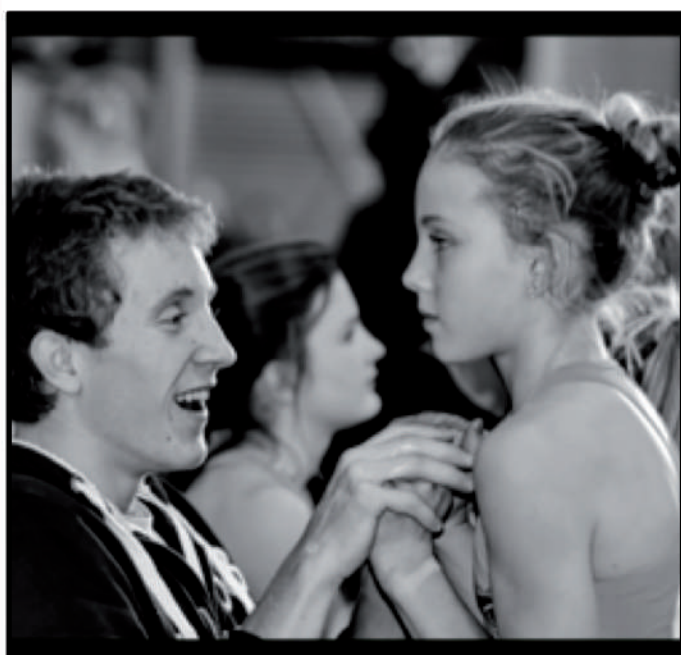
Je remercie donc le lecteur de ne pas chercher à identifier ces paroles , volontairement mêlées , évitant ainsi le risque supplémentaire de regrettables confusions

Paroles classées ; en onze thèmes :

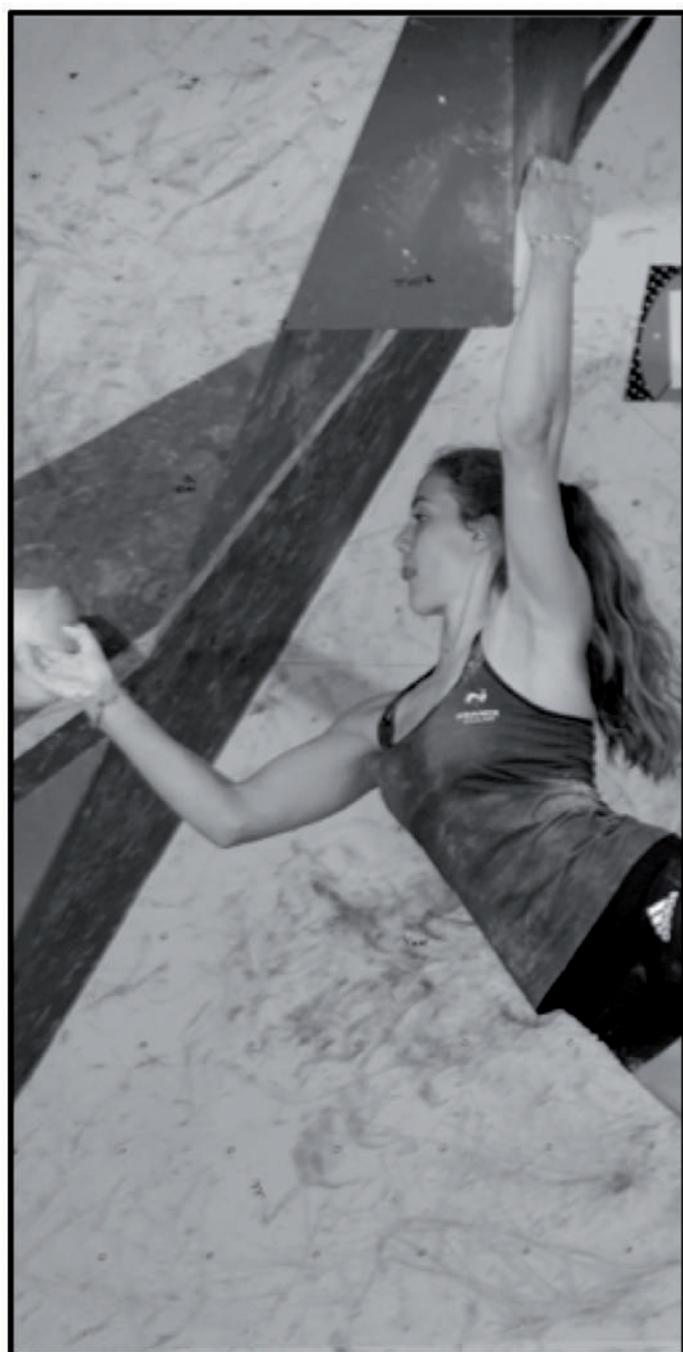
- A - Les compétitions : objectif déterminant
- B - La vie à l'INSEP , en internat ou en externat
- C - Les entraînements ,les relations avec les entraîneurs
- D - Les sélections au sein de la FJDA
- E - Les blessures ; les soins ; les suivis et les soutiens
- F - La famille , les copines ,et les copains ;vie de couples
- G - Les études vers des professions
- H – Ressources financières de ces athlètes
- I - La culture judo ;- réalités et contradictions-
- J - Le judo masculin et le judo féminin ; féminité et virilité?
- K - Pour une qualité de vie ; et des envies à la pelle... ; plaisir et passion ..

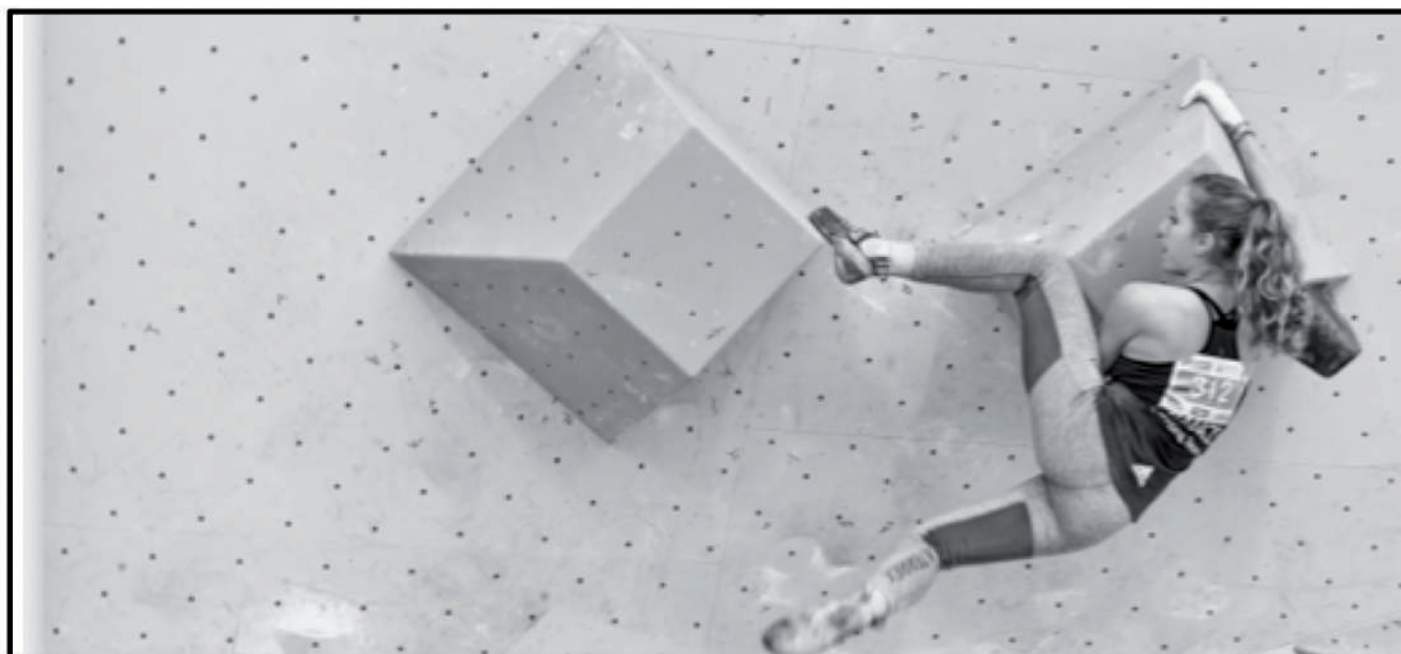






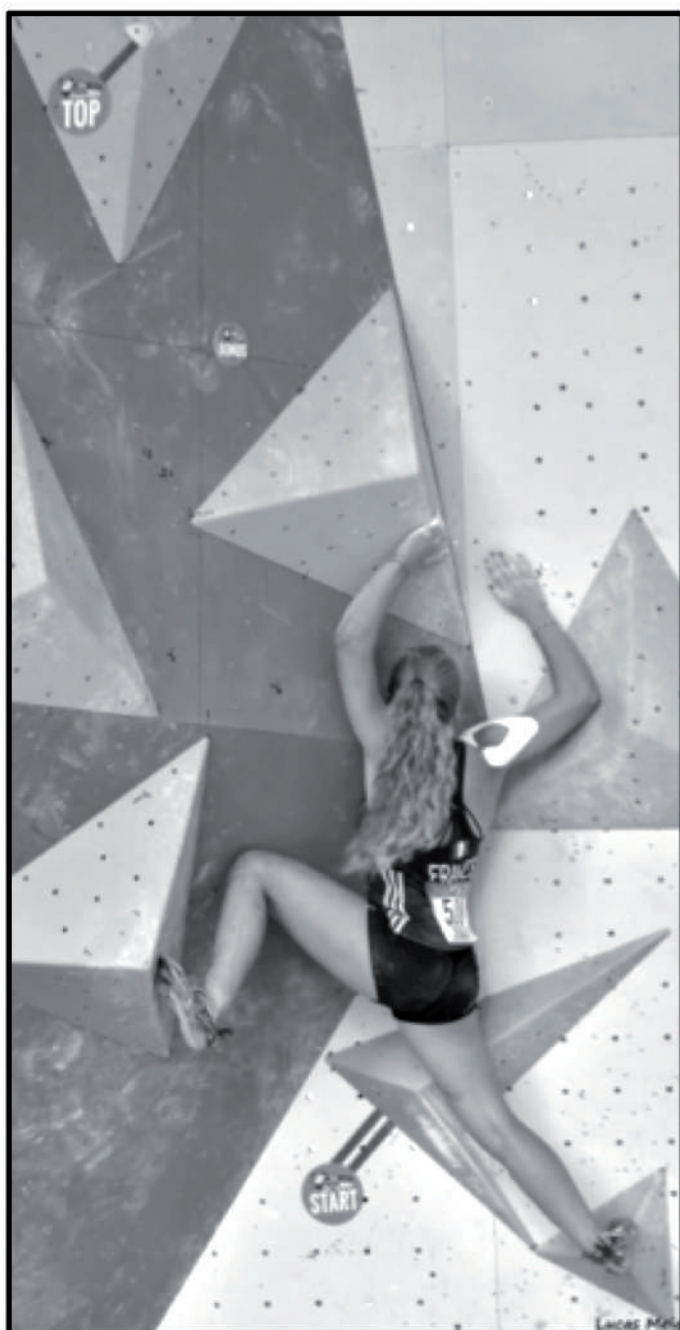














-A – La compétition ,objectif dominant, déterminant

*Championnats , tournois ,rencontres , jusqu'aux Jeux Olympiques , pour les affronter... chacune sait qu'il lui faudra aller bien au delà de ses possibilités physiques , psychiques , habituelles . L'assurance de ces énergies concentrées , elles la puisent **dans un désir « fou »** disent elles , un désir très profond , très puissant ... , - une force en elles - ! Pour toutes ,se dépasser , est une condition incontournable **pour Réussir !***

Leurs paroles :

« Pour devenir championne , il faut le vouloir » :dit une jeune , fraîchement promue : **« Le haut niveau c'est sérieux** ; une passion , une envie terrible de réussir ; je veux le podium ; je fonce »

Souriante , presque timide :

« J'ai l'esprit de compétition ; et puis ça crée des amitiés , par des affrontements ; il ne s'agit pas de devenir méchant , mais de **laisser parler son judo** , au présent . Il faut vouloir dominer ,accepter de se mettre en avant , avoir une grande confiance en soi , au moins à cet instant ; ...pourtant on n'est pas toujours la meilleure »

-« Pour gagner , rien ne sert d'être une peste » *affirme une autre* ; mais **la hargne il faut l'avoir !** Tout est problème de considération , même quand on est championne olympique »

- **Parfois , un dépassement en entraîne un autre**, dit cette jeune femme volontaire , sous l'apparence d'une grande sensibilité:

« J'étais sélectionnée avant le décès de ma mère : quand le malheur vous atteint il y a **une revanche à prendre**je n'ai rien dit , à personne , et j'ai gagné . Chacun vit ses deuils à sa façon » !

*En évoquant leurs réussites , les filles se souviennent de **ces sensations extraordinaires** , faites de bonheur , de force , qui les inondent et les transcendent :*

- « On se sent super légère quand on a gagnédes vagues d'adrénaline !
- Les belles sensations sont rares et très courtes »
- « Je me donne à fond , le maximum de moi ,en **une tension extrême** »

De la solitude des sommets « En championnat du monde , après dix ans de sacrifice , , que l'on soit sur l'une des quatre places du podium , nous fait planer ; l'émotion est tellement forte ! Les félicitations pleuvent ; et pourtant on y est toute seule !
Seule , avec soi , et ses limites dépassées » ...

« Je ne souhaite pas être considérée comme un exemple (elle a atteint le plus haut niveau) ; Tout juste j'espère éveiller des envies ...Des envies chez les filles , d'aller plus loin .. Si ça peut en aider quelques unes , j'en serai heureuse**Non je ne suis pas un exemple**S'ils sont souhaités je puis apporter des conseils ...Mon bonheur peut être communicatif ! »

Leurs histoires

Elise est une habituée des podiums ; y compris au niveau international ; et c'est avec un sourire quelque peu voilé qu'elle avoue :

« Ce que j'ai fait , c'est génial , mais c'est déjà du passé » ...le bonheur et l'enthousiasme se lisent dans ses yeux « Ces journées fabuleuses sont si courtes ! on a à peine le temps de les savourer un petit peu ...Après : ?surtout il ne faut pas s'endormir » !

*La spirale des championnats qui se succèdent , oblige les filles à s'entraîner sans relâche, tenues par les échéancesCertaines parlent , en ce sens , **de dope mentale** !*

...« Je veux me dépasser , aller au delà de moi » **Tendre vers le podium est éprouvant , émouvant** » et comme pour elle même « ces défilés sur les cours ! Alors on ressent le plaisir de notre travail comme un aboutissement . Mais quand on entend la Marseillaise , on sent tout un peuple , une nation et l'on voudrait dédier ces instants à tous .

Sur la deuxième marche , on pleure de rage ; sur la troisième on se dit qu'on a fait quelque chose !....Les médias alors , fondent sur nous . Ils font leur travail , sans curiosité , sans véritable intérêt ; nos ressentis ce n'est pas leur affaire ; ils parlent de futilité ou bien de ce qui ne les regarde pas . On aurait envie de dévoiler , de parler , d'expliquer...mais non, ce n'est pas le lieu ! En cas d'échec ils cherchent des raisons dans nos vies intimes , pour prouver ce qu'ils n'expliquent pas .Nous ,on n'a pas envie de cela : nos vies personnelles ,nous appartiennent ; finalement on se retient de parler, avec le sourire ...

Heureusement entre amis , face aux joies , comme aux coups durs , il y a de l'entraide , tout un équilibre à reconstituer ,grâce aux sollicitudes des filles » ...

-« L'erreur est que l'efficacité à court terme est la seule qui soit prise en compte . Moi je vais où je trouve les bonnes réponses à mes besoins . Souvent nous pensons que **la championne , c'est celle qui sort du troupeau** ;celle qui sait vivre et développer sa façon d'être libre et responsable .

Le système , en pressions quotidiennes est destructeur ; pour le dire ,il faut avoir de la bouteille ; les jeunes n'ont pas le choix , ni la parole . Le système est sensé être une aide , il ne devrait pas être subi ;il devrait faire grandir !

Pour pouvoir aiguïser les motivations , **il faut pouvoir aussi jouer ,et se faire plaisir** »

Coup d'œil , coup de cœur :

L'entraîneur qui accompagne , soutient et conseille la combattante , tient un rôle important ;mais la présence d'une équipe ,est irremplaçable : les ondes amicales , confiantes, créent une nébuleuse de soutiens complices ! Essentielles .

Certaines délégations étrangères , avec leurs différences dues à leurs traditions , à leurs cultures , sont dignes d'attentions et de sympathies , au niveau des qualités de leur vie d'équipe !

???? :Ces filles , qui à l'orée d'un combat sont mises en concurrence absolue , ces filles qui, à l'issue de ce combat, se serrent la main ou s'étreignent, ne sont elles pas de **superbes gagnantes** , l'une et l'autre ? Elles ont su dépasser la seule opposition sportive;elles ont su transformer leurs tensions extrêmes , en admiration et amitié réciproques !

Vers des compétitions (suite)

-

Leurs paroles :

*Pour beaucoup d'entre elles , **doutes et humilité** , sont pourtant leurs compagnes , habituelles , qu'elles soient en haute compétition ou en entraînement , sans que ces sentiments nuisent à leur détermination .*

Toutes sont en quête de reconnaissance ! et elles l'expriment , en toute simplicité, chacune à sa façon , sans bravade aucune :

- « Si j'ai une médaille , **je serais respectée , j'aurais un statut** » « Gagner , c'est s'épanouir !...Mais surtout les résultats nous sont nécessaires ...pour continuer !
- « J'ai maintenant l'expérience de ces montées en puissance , je gère mieux mes tensions , pour une concentration optimale : En compétition il nous **faut être forte toute seule** ; et mettre son orgueil dans sa poche , la décision tient à si peu : A soi , en premier lieu ! La confiance en moi, me rend efficace , parfois je me dis : qui peut me battre ? si je doute , je fais des erreurs , je n'assume plus »...et le disant , elle évoque ses échecs personnels!...
- « **J'ai toujours une trouille terrible** .En championnat du monde , je me disais , « vivement que cela finisse » ; et quand on gagne , c'est terminé et la victoire est une victoire commune ! Je me dis « **ai je été la plus forte** ? Non ! j'ai juste su profiter d'une erreur adverse ...sans être vraiment la plus forte » !dit avec une simplicité déconcertante cette médaillée olympique !

L'aléatoire des situations , peut surprendre :

- « On ne gagne pas toujours , alors qu'on aurait pu gagner .

Il vaut mieux reconnaître l'erreur , fatale , ou la faiblesse ; expliquer , l'aléatoire , la surprise , les risques ...Dire cela par honnêteté » !

*Quant à leurs réussites , elles ne les imaginent qu'en partage , avec leur entourage , direct ou plus lointain.... « **Sans partage , il n'y a pas de bonheur** »*

Et quand une certaine célébrité accompagne leurs succès , il leur faut apprendre à la gérer , avec autant de lucidité que d'humilitéSans oublier qu'un parcours « exemplaire » peut faire rêver !

Coup d'œil , coup de cœur :

Ces tensions extrêmes , ces concentrations qui n'admettent aucun relâchement , cette volonté de se surpasser , de réussircette texture de forces mises en jeu, nous sommes beaucoup à les avoir éprouvées, lors d'un accouchement maîtrisé, en particulier sans intervention médicamenteuse , quand la femme a souhaité mettre son enfant au monde , par elle même ! L'une est championne de judo , l'autre championne de vie !

???? *Les journalistes, pourraient ils faire la preuve d'une exigence professionnelle minimale , en considérant , les championnes , comme des citoyennes ordinaires ,qui , en l'occurrence , ont réussi quelque chose de grand ?Peut être ne perçoivent ils pas bien la différence entre le vedettariat cultivé et la joie simple de la fille qui exulte d'avoir , pour elle et ceux qu'elle aime , réussi un exploit qui a galvanisé tout son potentiel , toutes ses énergies ?*

Leurs histoires : *Elles sont des dizaines , voire une bonne centaine de judokas ,à pouvoir légitimement rêver de podium internationaux ; mais les médailles , sur sept catégories de poids , ne peuvent dépasser 28 (or , argent , bronze) ; donc ,au mieux peut on en espérer de cinq à dixalors que la France compte cent à cent cinquante mille pratiquantes.*

Généralement , seule la sélectionnée est du voyage ; sa remplaçante ne le sera qu'en cas d'impossibilité majeure , ou , au mieux elle échauffera la sélectionnée .

*Annie , très bonne judoka , ne franchit pas la barre des sélections , sans doute par manque d'assurance en elle !« Etre remplaçante , ça use ! on n'est pas actrice ; c'est une frustration , voire une humiliation ; on a le même entraînement , on est partenaire d'échauffement , et c'est tout ! **Un moral d'acier nous est nécessaire :***

Vivre notre judo dans l'ombre, et rester forte et opérante ... ! Parfois un simple merci ,une reconnaissance partagée, ce serait si agréable .» ! ...C'est que , parfois celle qui se prépare à monter sur le tatami , se concentre , au point de paraître quelque peu absente Pourtant une connivence amicale les relie .

Tandis que la halle explose de cris d'encouragement, la combattante vient se situer face à son adversaire .Sur les cours de droite et de gauche , des combats de judoka hommes se déroulent sous les regards aigus des trois arbitres , au rythme des chronos, et des résultats déjà obtenus .Les tensions sont sommitales .Les deux filles s'affrontent !, quatre minutes durant , sans répit Enchaînements de prises , debout ou au sol , prises tentées ou réussies, erreurs , surprises , hargne ou léger découragement , se lisent à livre ouvert pour les habitués de ces grandes rencontres , même s'ils ne sont , ni pratiquants , ni fins connaisseurs !

...Fin de combat : l'une gagne , de justesse , l'autre perd , de si peu .L'une sourit ou saute de joie , l'autre laisse échapper une larme....Elles se saluent , se serrent la main , parfois même elles s'étreignent et la salle , admirative , applaudit !:

« Les championnats créent des relations fortes et différentes ;on arrive à se connaître au plan international , à vraiment s'apprécier , amicalement , même si l'on craint les combats auxquels on sera confronté »

*« Gagner ? réussir ? , dira la sélectionnée , après sa victoire :c'est une énorme satisfaction ; on ne s'est pas battu dix ans pour rien. ! La médaille , c'est **le bonheur de la victoire , qui est à partager** ...avec un peu de fierté nationale ; et l'on fait plaisir à beaucoup de gens. Quand on me demande des signatures , je réponds « plus tard , pour le moment je suis à mon travail , je combats ! ; c'est du simple bon sens . »*

Mais , dans le même temps elle ajoute , en se souvenant de ce championnat du monde ,dont elle fut l'héroïne: « quand on est sur la première marche , on a plein d'amis : il faut faire la part des choses ; l'essentiel ce sont les relations durables avec les gens .

Avoir poussé ses propres limites et réussir , c'est une image porteuse néanmoins !« Cette image où je suis dans les bras de mes parents , preuve de tant de solidarités , c'est un beau message !Après viennent le poids des médias et l'euphorie des reconnaissances , occasion de faire connaître le judo féminin ! »

*.Euphorie ou regrets, voire rage ou désespoir , ce ne sera que de courte durée : échéances et sélections nouvelles vont s'enchaîner , avec si peu de répit . Il y aura les compétitions internationales : les tournois décisifs quant aux sélections ,et ceux plus déterminants encore , celui de Fukuoka au Japon , celui de Paris (TIVP), puis les championnats d'Europe , du Monde ,les Jeux Olympiques . Il y aura les stages nationaux et internationauxun peu partout dans le monde ...De ce monde , dont les filles ne connaîtront guère plus que les dojos quelques judokas , les hôtels , et ces lieux de rencontres amicales .Vraiment pas du tourisme ! Ces stages excentrés , leur permettent , néanmoins , **de renforcer des Amitiés inoubliables !***

-B - La vie à l'INSEP , en internat ou en externat :

Si les toutes jeunes souhaitent et appréhendent, en même temps, leur entrée à l'INSEP , c'est qu'elles ont côtoyé de près celles qui y sont déjà depuis quelques années ! elles savent que leur vie y sera criblée de contraintes , et aussi que leurs choix possibles seront fort réduits ! Elles savent qu'il leur faudra faire preuve , non seulement de détermination mais aussi d'une autonomie personnelle , pour relever ces défis , ceux d'une vie au quotidien , vécue non sans décalages avec leurs espoirs et leurs aspirations !

Leurs paroles :

- « Pour le moment je vis tout à l'INSEP ; ainsi en ai je décidé ...au point de sacrifier mes études ! Parfois le petit monde du judo me pèse , **c'est une vie en réduction** , avec des contraintes très lourdes mais qu'il nous faut bien accepter » .
- « Ici je vis ma grande passion ; c'est ma vie ; **je vis le judo et le bonheur** ; c'est extraordinaire ; même si des sacrifices sont nécessaires ...Ce n'est pas une vie tout à fait normale ...Mais **une chance** ! Notre choix fait rêver les autres » ...
- « L'INSEP m'est un **cocon étouffant** ;alors j'ai pris un appart avec une copine ; les blessures m'apprennent à ne pas me prendre la tête et à mobiliser , de façon farouche mes volontés , où que je me trouve ; mais l'appart est un lieu à soi , de réconfort »
- « J'ai horreur de l'internat, mais **j'aime m'entraîner , à l'INSEP** , y travailler dur . Le judo est très individuel ; pour le pratiquer vraiment , une grande détermination est nécessaire ; je le pratique sans stress , avec plaisir ,aussi bien à l'INSEP qu'en stage . En compétition : là il faut réussir ; gagner de toute façon »
- « **On y vit dans une bulle à air conditionné** ; assistées , dans un cocon protecteur , étouffant ; il faut apprendre ici , à profiter du présent , et relativiser , avant de s'autoriser d'autres intérêts » !
- « Ma blessure a été ma bonne étoile : **un besoin absolu de quitter l'INSEP** ! je ne voulais plus subir ! *Mais six mois plus tard , après sa guérison ::* Maintenant j'ai pris ma décision :je reprends le kimono , à l'INSEP évidemment !» ...
- « L'INSEP est « Une bulle » avec **un manque chronique d'indépendance** ...c'est si pesant » ; « Etre libérée de l'INSEP ! de toutes ces contraintes enfermantes ! En sortir , pour voir autre chose que le monde du judo » !
- « Je pense que **je suis entrée trop tôt à l'INSEP** ; je ne pouvais compter que sur moi ;on y est si nombreux ! Physiquement et moralement , ce n'est pas facile à supporter ; et puis le suivi n'est pas suffisant ,tant qu'on n'est pas vraiment l'élite »
- « Les médias , après la réussite , c'est pas mon truc ! C'est le palmarès qui compte ; je n'aime pas me mettre en avant , ni me vendre ; **je veux rester qui je suis** hors du système ; je le refuse . Payée ou non je ne me dis disponible que si je le suis vraiment , parce que nous ne sommes pas corvéables à merci »

Leurs histoires :

*La vie dans ce grand parc où se croisent des athlètes de diverses pratiques sportives de haut niveau , quoique situé au cœur des Bois de Vincennes et à proximité de Paris , est ressentie, selon les trajectoires personnelles comme **une chance ou un carcan** .*

Les unes y vivent complètement ; elles disent manquer d'espace , d'air , d'ouverture . D'autres y viennent pour les entraînements seulement ,et protègent ainsi une vie plus personnelle .

Toutes y ont tissé des amitiés fabuleuses mais aussi des tensions , parfois insupportables ! Ainsi ,après quelques paires d'années d'entraînement , non sans séquelles ,Sandrine estime que

- « On ne peut pas vivre longtemps à l'INSEP ; **une distance est nécessaire** ...; les périodes de préparation sont intensives , pesantes ; aussi du fait que l'on vive entassées , les unes sur les autres , en une intimité forcée On a des limites !*Elle estime aussi que :*
- Certains stages , à l'extérieur , sont de vraies balades , avec de la diversité ; les contraintes font alors place au plaisir ... ;on apprécie vraiment !» .*ajoute t'elle avec un sourire qui en dit long sur ces joies vécues et partagées , lors de ces séjours exceptionnels ;!*
-

Pourtant Luce, se souvient de ses premiers pas à l'INSEP , comme d'un enchantement :

- « Arrivées à l'INSEP vers 18 – 20 ans on croit réaliser un rêve ...

Mais vite on est face à un travail trop lourd, à trop de contraintes , à trop de pressions ...

Un vertige qui détruit .

C'est ensuite un tourbillon de déplacements , une spirale infernale , sans plus de repères avec la vie normale : et ça devient dangereux . Ajouter à cela les frustrations , les régimes , on en arrive à vivre des extrêmes et on déconnecte » .

Mais , vivant au cœur de l'Insep , elle y a aussi découvert d'autres sports et

*« **tellement d'amis** , ajoute t' elle. Ainsi, la dureté de la vie quotidienne , s'estompe , et les qualités propres à cette situation d'exception ,tendent finalement à dominer les souvenirs , non sans émotion ! »*

Sa copine , voisine de chambre partage ce vertige , ces surpassements perpétuels , ces preuves à apporter , presque quotidiennement, mais elle avoue quant à elle , avoir pu engager des études qu'elle ne se serait jamais autorisée , sans bourse ,dans l'obligation incontournable où elle devait ,de façon prioritaire, gagner sa vie ...Pour elle , ce surcroît d'obligations ,est lourd, mais une aubaine , double , puisqu'elle pratique du judo de haut niveau et poursuit des études , parallèlement,au lieu d'être contrainte à travailler !

Coup d'œil , coup de cœur :

Certaines peuvent choisir leur lieu de vie ; d'autres doivent s'adapter à des conditions qu'elles supportent plus ou moins bien , selon leur histoire personnelle ;mais aucune ne veut « sacrifier » quoique ce soit de sa vie , en devenir .

***???** Pour construire son autonomie nécessaire et protéger son intimité souhaitée, trop de contraintes et pas assez de diversité , d'ouvertures , ne deviennent elles pas un frein , préjudiciable aux objectifs souhaités ?*

-C - Les entraînements à l'INSEP , et les relations avec les entraîneurs

En deux temps , deux mesures :

***En l'an 2000** , l'équipe d'entraîneurs vivait des conflits internes dont les répercussions sont encore lisibles parmi les athlètes ;*

***En l'an 2001** une nouvelle équipe , mixte , développe des complémentarités et des coopérations qui commencent à porter leurs fruits ... ;*

***- 1 -« Les paroles des filles »** recueillies en 99- 2000, avant les transformations de l'équipe d'entraîneurs ; des paroles , douces amères*

- « Les entraîneurs , on les respecte parce qu'ils sont nos entraîneurs ; entre filles , c'est d'abord la concurrence !

Les entraîneurs ? ils nous entraînent ! Après ils disent : démerdez vous !

Cela m'a été une surprise ...désagréable ! pour le moins !

Heureusement qu'avec la famille , les études et les copains on se récupère ! L'ambiance sur le tapis dépend des périodes et des enjeux , mais aussi des entraîneurs ; je les respecte parce que c'est grâce à eux que je suis là ...On leur doit beaucoup de confiance ...et pas de critique »

- « Nous , on doit faire confiance aux entraîneurs , les plus âgées s'auto- gèrent ; nous on manque d'expériences ,on ne peut avoir l'esprit critique ...Moi , j'essaie de ne pas en avoir trop ...Pour avancer il faut faire confiance !

Pourtant , me sachant fatiguée , j'ai continué ... « soigner le mal par le mal » me disait on ; et je me suis blessée gravement »

Ce qui est usant pour nous ,ce sont les désaccords des entraîneurs entre eux . Pour nous , il est clair que **l'on doit écouter les entraîneurs** à tous les points de vue »

- « Avec les entraîneurs , ça communique bien ...

- Que des hommes ? c'est pas un mal , à cause de nos sales caractères ...

- Certes ils sont machos , mais nous fragiles ? moi un garçon manqué ?

A voir !Je ne sais pas trop bien » !

Une entraîneur au féminin ? Il y en a eu ; ce fût un épanouissement de relations plus amicales ;on pouvait parler , tout dire ...(Mais être entraîneur féminine , à la fédé , c'est si aléatoire !)

*Certaines ne voient , du rôle d'entraîneur, que l'obligation des résultats :« Ils ne nous prennent pas pour des individus ...Les dirigeants , sont tous dans la bulle : ce qui compte pour eux tous, ce sont les résultats ...Pourtant s'ils s'y prenaient autrement avec nous , ils en auraient davantage ...de bons résultats » !**Nos réussites sont d'abord nécessaires aux entraîneurs** , et pour eux : parce qu'ils sont tenus aux résultats »*

« A une époque , hélas dépassée, la réussite de chacune , était le bonheur des autres ;

l'équipe était soudéeon a laissé perdre ces liens hyper importants ...

En compétition on y était , ensemble ; et c'était payant »

- « Des entraîneurs usent encore de menaces ; ils ne peuvent plus alors , être les appuis dont on a besoin ; menaces qui se répercutent dans la sphère des décisions ?

Le système est mu par la loi de la jungle ; on le sait ; il nous faut en accepter les risques et tenter de réussir , malgré tout !....

Pour moi , s'il y a échec , c'est sans regrets ! s'il y a réussite , c'est magnifique

Leurs histoires :

Qu'elles vivent ou non à l'INSEP , toutes se retrouvent sur les tatamis .

Chacune vient d'abord s'entraîner pour elle ;pour assurer sa progression ; mais aussi pour le plaisir des rencontres amicales ,avant le temps des compétitions !

L'objectif est bien sûr d'être retenue pour tel ou tel tournoi ,aux côtés ou aux dépens , de ces autres filles de la même catégorie de poids . Et les relations se font et se défont , conviviales ou ambiguës , entre elles , selon qu'elles sont ou ne sont pas en concurrence directe .

Au cœur de la vie sur les tatamis , ce sont les entraîneurs qui, avec de lourdes responsabilités, assurent les séances quotidiennes .Ce sont eux qui arbitreront les sélections .Lors des compétitions ils seront appelés à coacher ,à soutenir les filles .Puis ils devront assumer le compte des médailles obtenues auprès de la fédération et des médias ! Ces rôles à facettes multiples compliquent évidemment les relations , entre eux ,mais aussi entre eux et les athlètes ; ils ont de fait , la charge du suivi sportif , de chacune . C'est pourquoi, ils sont écoutés , respectés ,inconditionnellement par les plus jeunes , souvent plus dociles et moins autonomes , donc plus soumises ; celles ci s'interdisent toute évaluation critique . Parmi les anciennes , les remises en cause sont plus fréquentes , plus virulentes , parfois les relations deviennent conflictuelles ...

Trop souvent encore ,les attitudes des filles , passent ainsi de la docilité , à la soumission , de la séduction à la critique , du bonheur à la colère ,de la camaraderie au respect du maître , de la complicité à la haine , de l'espoir confiant à la suspicion..., de la joie à la lassitude , de la dépendance à une fière autonomie revendiquée

Certains entraîneurs jouent encore la carte de l'autoritarisme , de la rigueur , alors qu'un autre sera plus à l'écoute et plus jovial ,un autre encore se fera plus énigmatique , laissant la porte entrouverte à quelque séduction possible . Chaque entraîneur , en fonction de sa propre histoire d'ancien compétiteur , de ses formations et de ses expériences , tentera d'assumer ses responsabilités et de participer à un travail collectif , indispensable, ponctué , plus par les échéances ,que par le souci des équilibres personnels et collectifs , pourtant si nécessaires !

*Athlètes et entraîneurs , sont en confrontation quotidienne : les uns détiennent des responsabilités et des pouvoirs très importants ; les autres , les vraies actrices , celles qui forgent les résultats mesurables , tout en tentant de ne pas étouffer leur vie personnelle, vivent des passions et des contradictions , toutes aussi fortes :D'où **des adaptations ,des réévaluations constantes** , des choix de mode de vie susceptible d'être conciliée avec les réalités des entraînements du haut niveau à l'INSEP....*

Coup d'œil , coup de cœur :*Les charges des entraîneurs sont lourdes ; celles des entraînées ne le sont pas moins . Les objectifs sont sévères et enthousiasmants ,pour toutes , pour tous ! Un peu plus de clarté quant aux décisions , un peu plus de rencontres , de débats , quant aux moyens à mettre en œuvre au quotidien, en vue des échéances , allégeraient sensiblement le poids des responsabilités, davantage partagées, et celui des contradictions , vécues au jour le jour !*

Leurs paroles : (suite) 1999-2000

- « **La performance ne peut tout justifier** . Les entraîneurs se désintéressent de tout ce qui n'est pas performance ; des filles vivent ainsi une certaine pauvreté et cherchent ...à se raccrocherQue de déceptions d'amitiés ! que de manque de considération !

A l'entraînement on encaisse ; je regrette la mauvaise entente entre les entraîneurs ; je ne comprends pas , je ne les connais pas ; à cause du respect qui leur est dû , on maintient une distance ! Les entraîneurs pourraient apporter davantage en s'y prenant autrement !

.Par exemple ,nous souffrons de rétention d'informations , qui pourtant nous regardent directement ... On discute entre nous , des différentes méthodes ;mais pas avec eux ; ici on a l'impression de subir , c'est étouffant et ça nuit considérablement au contrôle de soi ; nous subissons trop de frustrations . »

. - Avoir ou ne pas **avoir l'esprit critique** ? ou bien suis je assez autonome pour m'exprimer ? ou bien existe t'il un espace libre pour la parole ?

- « **Si je suis critique , je n'avance plus** ; suis je jugée autrement que je ne suis ?

Avoir l'esprit critique à 26 ans ,c 'est bien ; avant , on ne récolte que des problèmes , et des blocages dans les performances ...Celles qui ont 30 ans ce n'est pas pareil ...elles sont plus fortes !.

*A propos de ce besoin de **reconnaissance personnalisée** , au cœur de situations , et , du besoin de prise en compte des différences :*

« J'ai le sentiment qu'on touche à ma liberté ...laquelle est déjà si difficile à conquérir ! Ca ne vaut rien pour notre équilibre et pour nos résultats» !

« Au Tournoi international de Paris , ce qui m'a choquée , c'est que nos entraîneurs coach étaient impatients que ça se termine et ne s'occupaient de nous qu'en dernière minute.

- « Les relations , entre nous et les entraîneurs sont professionnelles ; il est difficile de trouver un équilibre : si je perds , ils me tournent le dos ...
- L'un est la rigueur même , un autre , c'est la hargne , un autre , une tranche de bonheur ... qui cherche autant à être écouté qu'à écouter ; sans doute est ce là les prémices d'une **progression , plus humaine** ?

J'ai eu beaucoup d'estime pour ces anciennes entraîneurs féminines ; elles ont été massacrées . Entre eux ils se jouent les chefs .Une ou deux féminines sont tout à fait nécessaires ...Le regard et les intentions diffèrent ,comment dire ? Pour moi ,à l'entraînement on est soi mais toujours **on avance grâce aux autres , en réciprocité** , en estime réciproque. Pour tout donner , il nous faut compter avec les autres ...

C'est mal compris ; peut être cela est il plus évident pour une femme entraîneur » ?

« L'entraînement , sans femmes , ce n'est pas normal ; les filles ne peuvent pas parler librement. »

Coup d'œil, coup de cœur :

Grâce à un vivier d'athlètes fort important , les entraîneurs cherchent à optimiser les résultats et à assurer une tradition d'excellence ...Les stratégies déployées étaient , naguère, de tradition « guerrière » ... : rivalités stimulées , y compris en provoquant des conflits, démonstration de favoritisme ou bien d'indifférencecomme moyens d'affirmation ...Ce scénario serait en fort déclin....

??? Si l'athlète est bien **la seule actrice de sa performance** ,n'est ce pas à l'entraîneur ressources de s'adapter à ses évolutions , à ses difficultés ?

???? : Une certaine « carte blanche » laissée aux entraîneurs ,à ce qu'ils disent, n'est elle pas le fait d'un déficit actuel d'études solides et variées ; lesquelles seraient des points d'appui pour développer des attitudes novatrices, au sein des pratiques quotidiennes ? La FFJDA puise t'elle au sein de la vie des clubs toutes les avancées et les richesses humaines qu'ils nourrissent ?

- 2 -Année 2001 ; leurs paroles :

Aujourd'hui , la nouvelle équipe d'entraîneurs tente des transformations , dont les premiers fruits apparaissent !

« Hier l'on subissait, aujourd'hui la confiance exprimée par des entraîneurs, nous permet de nous entraîner avec du plaisir ; demain ,peut être , négocierons nous nos séances d'entraînement » .

« J'ai toujours protégé ma vie personnelle, en habitant en province et m'entraînant autant dans mon club qu'à l'INSEP ,qu'en stage .Ainsi je vis de façon équilibrée cette tranche actuelle de ma vie » .

- « En rupture avec le système , je suis sans doute trop en retrait pour évaluer les progrès réalisés par la nouvelle équipe d'entraîneurs . C'est une bande de potes , avec un certain pluralisme et des complémentarités ; et surtout la présence **d'entraîneures féminines** me paraît déterminante ; elles y favorisent du plaisir, et offrent une attention sensible et expérimentée »
-
- « L'amélioration engagée , par l'équipe ,fait que l'ambiance , entre les entraîneurs et entre les filles et eux, s'apaise peu à peu,. Les contacts deviennent plus sains ...plus ouverts ! En particulier l'entraînement par petits groupes , avec des suivis individualisés , permet des rééquilibrages de niveaux . Ainsi chacune a la possibilité de progresser et de ne pas sombrer lors d'un accident ou d'une faille momentanée. »

« Entre les filles et les gars , des rencontres , lors d'entraînements mixtes, amènent les uns et les autres à mieux se connaître , à s'apprécier ! »

Leurs histoires , d'un passé récent , en voie de dépassement ? (2000-2001)

*« Cette année , estime Claire ,je vis mieux , parce que le système je le gère à ma façon , à mon niveau .**Une pointe d'humanisation fait son apparition** . On n'est pas que des pions ; on a chacune notre histoire . Actuellement on devient un peu plus une personne » !
Claire et Caroline ,ont dépassé le stade de la soumission par auto protection d'elles mêmes ; elles sont ainsi animées d'un esprit , certes fort critique , mais aussi propositionnel et constructif ...c'est que l'avenir du judo , du judo féminin , en particulier , leur tient à cœur ... et à raison .*

*Expérimentées , elles développent **des réflexions** bâties sur expériences et observations:*

- « Un entraîneur ne peut l'être à vie ; il y a perte de motivations ,perte d'énergies , et les techniques changent : elles deviennent plus rapides , avec plus d'enchaînements , plus de concurrence ; le judo devient plus tactique , plus futé , plus physique , plus sportif

Si les entraîneurs ne se renouvellent pas , cela crée des manques dans l'entraînement L'idéal ce serait **d'être une vraie équipe , avec des différences , des complémentarités** : Soigner la vie de groupe , est une condition centrale . C'est ce qui est tenté présentement .
Sur quatre entraîneurs , deux devraient être des femmes , deux des hommes :

« **On a beaucoup perdu , par manque de solidarités** ; comme dans la société où fleurit l'individualisme , l'égoïsme ! Les gens cherchent à se regrouper pour agir sur des objectifs précisCe n'est pas encore le cas du judo de haut niveau mais tout y est en sélections , en concurrences , en résultats quantifiables . C'est l'usurenon sans dommages ,ni dangers , ni amertume !»

« Pour nous , l'INSEP c'était l'inertie et la tristesse ;pourquoi ? il y avait une évidente contradiction entre le fait de dire aux filles de **prendre des responsabilités** d'être autonome, Moitié INSEP et moitié club , ça me permet de m'entraîner , de vivre , de moins subir »
Moitié INSEP et moitié club , ça me permet de m'entraîner , de vivre , de moins subir » et de ne pas leur en laisser les moyens et même d'éviter qu'elles en prennent ..

Les actes d'autorité , les remontrances , étaient monnaie courante ; et avec les bourses à la clé , ils peuvent faire ce qu'ils veulent....Quant aux conventions possibles , la priorité va aux mecs .Faire avancer les choses dans ce contexte est un vrai défi .Conserver ses propres énergies , devient essentiel .Hier encore je voulais éviter cette ambiance lourde qui fait que tout le monde est tenu de penser pareil ; qu'il n'y a pas de place pour la différence On est en concurrence ;alors que **nous pourrions être en émulation** .

- « Le temps était variable, entre eux et nous :

Si l'une est pleine d'humilité ...Ils lui montent le choux !

Si une autre se joue la petite chef , arrogante et candide ... ça passe !

Si une fille se dit que la vie est aussi au delà ... ça gêne

La plus âgée d'entre nous, est dite , **rebelle .Pourtant , avec un calme impressionnant** : elle rassure ; souriante , tranquille , reconnue , quoique à la marge ...

Une autre se montre réservée mais déterminée; **elle inspire le respect** parce qu'elle ne subit pas , et même ses avis sont pris en compte ...C'était l'exception !

Pour moi , moitié du temps à l'INSEP et moitié dans mon club , m'a permis de résister , de tenir ,de ne pas subir , de me préserver ...Et maintenant ?

Une ambiance plus détendue , plus confiante , des relations plus sereines , des apports plus construits , profilent des progrès , tant espérés »

Coup d'œil , coup de cœur :

*Passer d'un mode d'entraînement où l'opposition (et le machisme) est une règle de base , à un fonctionnement qui cherche à valoriser les personnalités et à **développer les potentialités propres à chacune**, cette démarche est l'amorce d'une transformation essentielle . La quelle devrait à terme, être prometteuse de progrès , tant qualitatifs que quantitatifs . **Pari engagé ?***

????

Echanges de compétences , d'observations , d'expériences , enrichissent et assurent la nouvelle équipe ...Serait ce un levain féminin (deux entraîneures et deux kinés féminines) qui ferait monter la pâte ?

Le lecteur curieux de ces évolutions esquissées , peut se reporter , en ch.5 aux Paroles des Entraîneurs actuels de l'équipe féminine .

Intentions et volontés de mises en œuvre s'y trouvent conjuguées .

D- Les Sélections et le Système :

Leurs Paroles :

Avant tout, ce sont les sélections , officielles ,qui seront déterminantes pour leur avenir :

« Les sélections me paraissent justes , en général ;un peu plus de transparence serait justifiée , mais **les critères de sélections nous échappent souvent** . Sélectionnée ou non , mes relations avec les élues restent bonnes .

Je souhaite participer aux Jeux Olympiques : mais nous sommes plusieurs dans la même catégorie à pouvoir le vouloir ! Serai je l'élue » ?

-« Les sélections sont un dur problème ...Chacun fait son travail de fourmi ; mais nous on n'a pas le droit à la parole ; **les contradictions sont dans le système**Faut il se taire tout en en ayant conscience ? et accepter ?

Etre ou ne pas être sélectionnée , en général tout est aussi juste ,qu'injuste ...

Il faudrait pouvoir dialoguer , et comprendre » !

-« A l'INSEP ce qui me soutient , c'est **la fierté , le défi** , la volonté de LEUR prouver ce que je vaudrais ; je me bats , pour être la préférée ? celle en qui ils mettront le plus d'espoir ?ça me fait agir , réagir ...Est ce aussi un calcul , comme une séduction ?

Les entraîneurs n'ont qu'un objectif ; tirer les premières .

Entre eux , il y a trop de mésententes ; l'intérêt général du groupe de filles est sous estimé ; non sans dommages » !

-« Sans la perspective des JO ...je ne serais qu'une coquille vide » !

Et pourtant celle ci ne sera pas sélectionnée pour les JO !Mais ...elle continuera !

-« Le « système » ? La fédé est à plat ventre quand on gagne, alors qu'avant ,on était victime ; mon avenir tient pourtant au judo » !

- « Les sélections gagneraient à être **plus transparentes**, ce qui n'est pas le cas , dans les faits ; s'il y avait des grilles claires ; il y aurait moins de non dit préjudiciables , il y aurait des références , donc de la confiance ...

Il est vrai que j'ai fait des choix et qu'il me faut les assumer »..

.

- « Les sélections posent de délicats problèmes , que l'on soit écartée ou retenue ; il faudrait aussi donner leur chance aux autres , sans tout miser sur la concurrence . Quand une fille se trouve écartée , j'en éprouve un vrai regret . Parce que dans l'équipe il y a **des filles extraordinaires** ...qui méritent aussi » !

- « Les sélections me paraissent justes .

J'ai beaucoup travaillé ...mais si l'on est supplanté , il est vrai que tout s'écroule

Des encadrants, il ne faut pas trop attendre : ce sont des ombres !

Heureusement il y a les amies , même quand on se trouve en balance .

Pourtant l'objectif , le mien , le leur , ce sont les Jeux Olympiques ...

Une gloire ! Un rêve ! Je ne regrette rien ; je tente de tout faire ...pour me dépasser , pour dépasser mes limites ... ; et être sélectionnée »

Leurs paroles (suite)

- « La peur est peut être nécessaire ; faut il encore la traverser pour aller à la performance ; rien ni personne ne pourra le faire à ta place !

Mais aussi il faut se dire que **ta vie n'est pas en jeu à chaque sélection !** »

- *La perspective des sélections a des incidences sur les réalités concrètes des judokas . Surcharges et pressions font parfois basculer dramatiquement les équilibres et les apparentes maîtrises :*

-« Dans ce monde de mecs , que l'on soit fille ou gars , la règle est l'obligation de **se surpasser sur commande** . Alors il y a les blessures ; bien plus graves , les accidents , l'irréversible ; car plus on doit se montrer fort , plus les décompensations sont fortes ...et incontrôlées ! Nous vivons alors un tel besoin de se relâcher , que les prises de risques inconsidérés n'en sont pas exclues »...

La logique du système domine : c'est l'efficacité à court terme !

Se pose là le problème des critères de sélection, qui ne peuvent , à ce niveau se baser uniquement sur les résultats .

Or les filles sont amenées à monter de plus en plus jeunes ...trop jeunes , avec des pauvretés en techniques de baseQue d'illusions façonne t'on !

Un manque de compétences affirmées entraîne une certaine pauvreté de progressions et trop peu de diversité dans les entraînements .L'ennui et une certaine défiance s'installent .

De cela ,il résulte ,et surtout parmi les très jeunes , de grands espoirs , beaucoup de déceptions , mais aussi des attentes quelque peu fatalistes , des irresponsabilités , incompatibles avec les objectifs retenus .»

D'où :« Des problèmes de mentalités : des filles de l'INSEP ont tendance –dit on- à attendre qu'on leur apporte ce qui leur serait dû... ; **elles sont assistées , sans autonomie** .

Les plus âgées ont eu à construire ; les plus jeunes ont une autre sensibilité ; peut être sont elles plus saines ? plus fraîches ?...ou plus vulnérables ?» Trop de contradictions ne facilitent pas la disponibilité nécessaire à une progression , efficace et heureuse » !

?????

Etre sélectionnée ?

- *Preuve de qualités affirmées , reconnues , d'une supériorité relative et de confiance .*

Ne pas être sélectionnée ?

- *Preuve d'insuffisances relatives , de doutes , de manque de confiance ...ou de préférences !*

Et les doutes s'installent ...des explications sont échafaudées ...Les concurrences sont hypertrophiées , non sans encombres nuisibles à l'esprit d'équipe !

*Ne pourrait on imaginer **une Commission de sélections**, composée de responsables fédéraux , d'entraîneurs , mais aussi de représentantes des compétitrices et des élues de la commission féminine ? Une certaine transparence assainirait les relations , entre compétitrices et aussi entre elles et les entraîneurs .C'est l'intérêt de tous et de toutes .Et de l'équipe !*

Leurs histoires : Des filles et un système

Au delà du judo loisir et du judo plaisir ,les sélections , quel qu'en soit le niveau , sont omniprésentes dans les préoccupations des judokas ; elles font partie intégrante du système d'organisation de la pyramide de la FFJDA . Basé sur un vivier très conséquent et sur des structures fortes , considérées , à l'étranger comme exemplaires .

Toutes les athlètes montées de la base , jusqu'à l'INSEP , sont passées par les sélections départementales et régionales .Toutes se sont confrontées à de multiples compétitions ; toutes sont allées cueillir quelques médailles .

Mais pour être admises à l'INSEP ce sont les échelons nationaux et internationaux qui font la preuve et conditionnent les décisions , redoutées

, Pour les Jeux Olympiques ,une seule fille par catégorie sera retenue . Et là , il est compréhensible que la concurrence , le temps des sélections , devienne féroce , criblée de tensions extrêmes .

*Sous le vocable – **de système** - utilisé par beaucoup de judokas, des significations différentes sont assignées, selon le niveau de réflexion , le poids des émotions , et le besoin d'une parole revendicative qui cherche à émerger . Ou bien encore ,en parlant de système , il s'agit d'éviter de dire clairement ce que l'on pense ou que l'on ressent mais que l'on ne peut pas dire sans conséquence sur sa carrière , ou encore que l'on ne sait pas dire , à force de trop de retenues , de non dits!*

Pour la plupart ,ce mot représente d'abord une force obscure , un obstacle quasi infranchissable . Non pas qu'il soit considéré comme une fatalité ; au contraire ; le mot système ,recouvre autant l'autorité présente que la fragilité à termeElles le ressentent , porteur d'une vulnérabilité , comme une faille ,à travailler , pour libérer un espace de progrès , où elles souhaiteraient apporter leur grain de sel ! Car , au delà des réactions personnelles , différentes selon les périodes vécues ,se développent ,parmi les compétitrices des réflexions concourantes , non dénuées de sens ni d'espoirs de progrès ... ; en particulier , des progrès de transparence pour ce qui relève des sélections ; d'égalité , de justice et de reconnaissance ,pour ce qui relève de l'hermétisme du système .!

???? *Questions trop souvent entendues ,non sans amertume :*

« Est on, chacune , un pion sur un échiquier ? Ne sommes nous pas des personnes ? »

Coup d'œil , coup de cœur :

Amitiés , connivences , complicités sont malmenées par ces sélections qui hiérarchisent les préférences ; dont elles sont, ou ne sont pas . Des incompréhensions , des rancœurs aiguisent les oppositions .

Oppositions que , pourtant, les compétitions par équipe effacent , avec de grands plaisirs , enthousiastes !Et des connivences , sans plus de frontières

Oppositions qui seront totalement dissoutes , pour ces ex championnes ,en retrouvailles heureuses !Heureuses d'un passé fabuleux ..., qu'elles ont partagé !...un passé ineffaçable , de tensions , d'aspirations , d'énergies , si vivantes dans leurs trajectoires personnelles ...

E - Des blessures physiques et mentales ; des soins et des soutiens ; (Ici le lecteur est prié d'attacher sa ceinture)

Leurs paroles :

-« Jusque là , je les ai évitées les blessures ... Toujours une crainte qui nous taraude , jusqu'à la veille des échéances »

-« Le judo , l'esprit de compétition :une passion ! mais **ce sont nos corps qui sont en jeu** ; ils méritent mieux ; sûrement plus d'attention et de raison ...

-« **Les blessures ne sont pas faciles à gérer** : d'abord parce qu'on pense que cela ne peut arriver qu'à d'autres ...et puis voilà , ça nous arrive ...Le plus important est de savoir se garder de l'optimisme , ne pas rester sur l'échec , ni le ressasser ...Avancer , ne pas rester sur place , devenir curieux d'autre chose ...multiplier les intérêts de recherche , comme des fenêtres ouvertespour garder du sens à nos aspirations ..., un moment éloignées » .

-« Je me souviens de ma blessure : durant neuf mois , de rééducation , **j'étais à l'écart ... J'étais en manque** , vraiment !Ce qui me fatigue le plus , c'est de ne rien faire ; alors je suis en lassitude ; dès lors, remonter la pente de la blessure impose un nouvel effort sur soi » ...

-« Mon accident ?.... .Ce n'était rien en regard de l'accident qui a coûté la vie à un judoka de haut niveau qui fêtait sa victoireLui et ses copains pensaient maîtriser , même en prenant des risques « **ils se sont mis minables** » et n'ont pas maîtrisé !

On est tellement bridé , que la relâche est du même style exagérément débridée. C'est la conséquence de trop de frustrations accumulées !

-« La blessure ,est évidemment inattendue !

Deux solutions : ou bien c'est la fatalité et on encaisse ; ou bien on s'accroche à la remontée par un travail lent ! J'ai fait de gros efforts ; j'en ai profité pour battre mon instabilité , et **j'ai surtout appris à relativiser** » ...

-« Question de simple bon sens ; **pourquoi tirer jusqu'à la blessure** ? J'ai entendu : « ce n'est pas parce que tu es blessée que tu vas t'arrêter » !

Et aujourd'hui ,elle se demande : pourquoi ne pas s'arrêter avant ?

Les blessures nous obligent à relativiser les événements ; et aussi à un retour sur soi ; sur sa vie »!

..« Je ne dis pas qu'il n'y ait pas des fois des brutalités , ça oui ! et les stops se font trop attendre , sans être sanctionnés comme ce devrait ! »

Certaines paient cher leurs premiers bons résultats . Je me souviens d'un cas : d'abord tout a été misé sur elle ; puis sans les résultats escomptés ;elle est passée de la lumière à l'ombre , avant de tomber à la trappe . Elle ne sait plus où elle en est ; pourtant elle travaille , mais elle vacille ...Il faudrait que chaque fille soit accompagnée par son club de façon complémentaire ...ce qui n'est pas entré dans les habitudes des entraîneurs nationaux »!

Leurs histoires :

A propos de vulnérabilités

Les fatigues , les rythmes , les manques , les excès , les tensions , les usures , ne les surprennent pas , elles les redoutent , elles les dénoncent Au delà des blessures physiques , il est d'autres blessures , non moins handicapantes , les blessures psychiques , elles , moins encore admises.

- « Le « système » auréole ou abat ; et quand on chute , on n'est pas soutenue .

Un accord entre notre club et l'INSEP serait très souhaitable ; en cas d'échec , sans la famille et sans le club les risques de noyade , sont là présents ! Le **gâchis est immense et injuste** ...

-« Il aurait fallu que je m'y attende ; avec la fatigue que j'éprouvais ...Mais non , en compétition , on tient sans même trop sans rendre compte ; on tient parce qu'on se surpasse ...et que l'on a vite fait de dépasser ses limites ; à l'entraînement , on se blesse , quoique l'on se sache vulnérable , incertaine , anxieuse , justement à cause de ces fatigues et des conséquences ..sur notre « carrière d'athlète » avec. **la peur d'être exclue ... :**

On chute et on rechute ...jusqu'à l'opération inévitable et qui immobilise des mois !

Quand on reprend , toutes les preuves sont à reprendre à zéro .Si les motivations ne sont pas très solides , les échecs vont pleuvoir ; si les déterminations sont claires , elles feront vite la preuve des possiblesRassurée , une nouvelle confiance s'ordonne ; avec des énergies renouvelées , des batteries rechargées ...

La reprise se fait pour devenir championne , un point c'est tout . Avec un objectif précis et une conscience toute fraîche de ses volontés et de ses possibilités .

La décision première tient à soi et on le sait ; les soutiens ce sont les Amies et les retrouvailles sur le tapis ...

Avec mes entraîneurs ça n'a pas été toujours la joie : ils m'ont poussée à tenir , ils ne m'ont pas prise au sérieux , disant que j'en faisais exprès ...que le mal se soigne par le mal ...sans voir que j'étais totalement saturée . Quand j'ai annoncé mon opération , pas une question me fut posée : le vide ! Et maintenant que je gagne de nouveau , ils me parlent à nouveau....C'est dingue , ça ! « Heureusement pour nous il y a depuis peu Christine qui est là (chargée de la réinsertion des blessées par des entraînements adaptés)....**Ce qu'elle fait pour nous est capital** ; pour chacune , elle invente des exercices spécifiques de rééducation ; elle remet du baume au cœur et du dynamisme parmi la dizaine de filles en voie de réinsertion .

Surtout ,**elle nous considère** ; et pas seulement pour notre potentiel ; ainsi le groupe vit une ambiance sympa , vers une nouvelle confiance en soi

A part ces interventions réparatrices sur le tapis même , l'approche psychologique de nos états mentaux est quasiment nulle ; tout se trouve filtré par le système , autoritaire, pyramidal , sélectif , excluant .

En fait , plein de filles sont fortes , très fortes , même des filles bien meilleures et qui se trouvent excluespour si peu , parfois !

Puisqu'elles ont fait un choix , dit on , elles doivent avoir la force mentale de lutter , y compris contre un système avaleur .

Que de gâchis ! Que de carrières brisées ! Que de filles formidables , si vite tombées dans l'oubli: Que de sacrifices personnels ! Sont ils vains ?...Sont elles en mesure de rebondir ailleurs ? autrement ? De réapprendre à vivre , hors succès et non sans regrets :....

Si leurs études n'ont pas été menées à bien , durant ces périodes de sacrifice , ce sera lourd pour elles »

« Pour tenir il faut se battre ; c'est dur ; la fatigue ; et puis le rythme au quotidien ...les stages , les cours à rattraper , les maladies ...**On est épuisé !**

*C'est la porte grande ouverte aux blessures ...**On est vulnérable** » ...*

Leurs histoires :Au delà de surmenages , une gestion personnelle délicate :

Se dépasser , réussir , pousser toujours plus loin ses propres limites , engage l'athlète dans une spirale d'obligations consenties ; ce domaine est lourd de hauts risques .

Pour ces judokas , de haut niveau , ce sont les usures précoces et multiples , les accidents survenus quoique évitables , les blessures mutilantes à force de répétitions qui viennent entacher leurs carrières sportives ; mais ce sont aussi des conséquences sur leur vie sociale , personnelle , mentale , familiale et professionnelle ...

*Il arrive que de grandes fragilités , côtoient de très près les exploits , les dépassements extrêmes ; et cette vulnérabilité s'exprime , là où on ne la soupçonne pas forcément , bien au delà des temps forts sportifs ; parfois par des comportements durables de fragilité et-ou de dureté , mêlées ; d'autres fois , ce sont des phases d'égoïsme surprenantes pour leur entourage , ou encore des crises d'humeurs , trahissant des irritabilités , des instabilités , au cœur de leur vie quotidienne . Ces méfaits , en tant que femmes , **elles en ont une conscience claire** Et c'est avec vigilance qu'elles tentent d'en minimiser les effets .*

La logique de l'obtention des résultats et de performances inédites , (donc propices à être médiatisées et récompensées) est porteuse de dangers , de véritables maltraitements de leurs corps , de leurs personnalités , par elles mêmes , et par le système , celui ci qui impose un rythme souvent en inadéquation avec les ressources des athlètes ! Comme c'est le cas dans la plupart des sports reconnus et médiatisés . Et si l'ampleur de tels méfaits commence à être repérée , leur dénonciation , n'est sans doute , pas assez forte , pour être vraiment prise en compte , et pour en éviter des conséquences au delà de leurs carrières sportives

***Le domaine des préventions** , pourtant aussi légitime qu'il soit , n'en est qu'à ses premiers pas au vu de ce que l'on pourrait espérer , et des avancées scientifiques actuelles .*

Si , au plan physique les problèmes se posent ouvertement , les difficultés d'ordre psychique , nombreuses , vu les situations si peu courantes vécues par les athlètes- ne sont guère prises en compte : c'est mal admis qu'une sportive , réputée pour sa force (et sa « virilité » quand il s'agit d'un homme !) puisse laisser apparaître des fragilités ...

Car , tout simplement elle risque la marginalisation et l'exclusion !

*Enfin au delà de considérations éthiques , **la médiatisation des exploits** (et ce qui les accompagne , leur marchandisation) , n'est pas sans incidence sur les lauréates . Le judo est , relativement , épargné par les grands ravages du sport spectacle lié aux sphères financières ; la culture particulière de cette pratique sportive y joue un rôle important , mais non déterminant . Dans un contexte qui permet à des « vedettes » de se vendre facilement certaines n'hésiteraient plus à en jouer !*

D'autres cherchent à prouver que l'image de leur féminité ne souffre pas de leur sport , tandis que d'autres sont heureuses et fières de savourer leurs réussites avec leurs proches . La plupart se soumettent aux séances obligées de signatures , avec une patience souriante .

Coup d'œil , coup de cœur :

A côtoyer de loin en loin , ces jeunes , aux prises avec une passion et de vraies difficultés , il me semble , qu'en contre partie d'un affaiblissement de l'esprit d'équipe , il est depuis peu des attentions particulières qui leur sont portées par des personnes aux compétences affirmées . Des réflexions tendent à se faire entendre

Ceci inaugure sans doute une évolution quant à l'accompagnement des athlètes.

Qu'en est il à l'étranger, à propos des blessures ?

« En France , il semble que l'on ait perdu ainsi, bien des athlètes ...Actuellement on manque de leaders dans certaines catégories :il y a eu trop de départs de filles potentiellement prometteuses ...

Au Japon , les filles se blessent moins , semble t'il . Leur judo est plus technique , moins physique et mené plus en souplesse ; elles sont peu opérées ...mais aussi facilement remplaçables , vu le nombre impressionnant de judokas formées ...

A Cuba , sans doute se blesse t'on , comme chez nous ; mais leur système médical pointu , supplée aux accidents . En Hollande les filles réussissent très jeunes , avec de farouches motivations , malgré le peu de structures dont elles disposent . En Allemagne , les usures précoces sont limitées par des emplois du temps et des sélections très souples ; celles qui vont en championnat d'Europe , ne sont pas celles qui iront aux championnats du monde ! ... Certes nos résultats français , face au judo international , laissent à penser qu'ils pourraient , qu'ils devraient être meilleurs »

????

Chacune affronte ces épreuves, avec ses propres forces , avec ses doutes aussi...

Chacune , dans sa vie personnelle , porte ses joies et ses difficultés . Et il n'est pas aisé de faire la part des choses au bon momentAu delà des amitiés essentielles ,des soutiens psychologiques ne pourraient ils pas être « en disponibilité » auprès des combattantes , sans qu'une image de faiblesse , impardonnable leur soit aussitôt affectée ?

Coup d'œil, coup de cœur :*Une question, émergeante , qui peut surprendre :*

*Les filles résistent elles mieux que leurs collègues hommes ,aux conséquences de la pratique , en longue durée , du Haut niveau ? ? . L'athlète masculin reconnu ,pour sa force , honorée en soi ,ne risque t'il pas davantage « d'aller au mur » sans préavis... ? . Alors que les filles porteuses de cette idée ancestrale et si prégnante, de leur « fragilité » au point d'en être persuadées malgré leur raisonnement , ces femmes savent qu'elles doivent « **assurer** » **par elles mêmes , prouver sans cesse, être toujours vigilantes** , ce qui leur permet , peut être , de mieux anticiper , de contourner l'obstacle, d'être plus nuancées et sans doute d'« éviter d'aller droit au mur » !*

Elles vont se battre avec elles mêmes pour tenter d'être réellement plus fortes que ce qu'on leur concède encore ! Double tâche , doubles efforts à soutenir !

*Mais lors de la blessure ,de l'accident ou de la déprime ,dans l'ensemble sont elles, de ce fait , moins démunies ; le judo leur est une passion , mais **ce n'est pas le seul objectif de leurs existences** ,les « mille envies » souvent exprimées par ces filles, leur sont aussi des ressources non négligeables , quant il leur faut de se réinventer ...une santé.*

Leurs histoires :(douloureuses) et ce qu'elles en pensent

Ou, ce qui ne devrait plus êtreMais que l'on ne peut pas omettre d'évoquer ,par honnêteté pour ces paroles confiées :

- A l'occasion de succès , des gars boivent plus qu'il ne faudrait .Une fille estime qu'il s'agit « d' un problème d'irresponsabilité quand « ils se mettent minables » .

Le vertige des coups de tête ...puis le drame et les larmes ...

Les entraîneurs ont là une tâche tellement délicate , dans un système dans lequel ils se fondent par nécessité ;....ils insistent néanmoins sur la prudence »

- Etonnement pour le profane observateur , même si le jargon guerrier , traditionnel d'autrefois , semble perdre du terrainQuoique , des paroles surprenantes , émaillent encore les tatamis : « Allez les filles , soyez dures , allez massacre la ; dépouillez vous , pas de cadeaux ; faut souffrir, faut en chier !!! »

C'est ce qui sera vécu par cette jeune (majeure moins deux mois), en stage , et ayant dépassé de peu l'heure assignée du retour ,sera condamnée à faire plusieurs tours de piste , en talons hauts . Et elle s'exécutera !

Brimades surprenantes , d'une autre époque !Brimades très contestées par les filles qui doutent de l'efficacité de telles méthodesexceptionnelles , sans doute ; pas moins inadmissiblesSans doute en voie d'extinction ... ?.

« Faut il que la notion d'autorité , telle qu'elle fut pratiquée, soit devenue , désuète , fragile ! »ajoute la narratrice.

Mais un certain « machisme » n'était il pas d'usage parmi les filles mêmes et entre elles ?

*- Il fut une époque où les féminines du judo ont cru devoir se modéliser sur les attitudes « viriles » des garçons ,basées sur le développement de la force physique , non parfois sans violences« De bons résultats m'ont projeté , toute jeune, presque encore une enfant , dans un même temps ,en classe de seconde et à l'Insep ...où je me trouvais. parmi mes idoles ! J'étais contente ...j'en bavais ...je me disais que c'était normal . Alors je fonçais ...pour tenter d'être à la hauteur . Je semblais trop sûre de moi , alors que je me mettais des défis pour juguler mes craintes ...Aux filles je paraissais prétentieuse ; elles me l'ont dit ; et le lendemain j'ai été obligée de combattre , en ligne, avec toutes les plus fortes , d'affilée . J'étais tuée ...**Correction ? Punition collective ?***

D'autres filles se sont vues infliger , par un entraîneur, des combats au sol, avec enchaînement d'étranglements , à la limite de l'évanouissement ...

Pour illustrer , sans doute, le proverbe archaïque « Qui aime bien , châtie bien » ?

« Coup d'œil, coup de cœur » :

La conception ascétique du sport , assortie de contraintes, de punitions, de vexations, de brimades , ne semble pas -hélas- l'apanage des sports de combat . Je sais des sports exclusivement féminins qui ne sont pas plus débarrassés de telles pratiques , en contradiction totale avec les idéaux sportifs et olympiques !

- A l'époque des bizutages dans les grandes écoles , le judo féminin n'a pas non plus échappé à cette tradition initiatique....Pratiques humiliantesD'un autre âge !

« C'est au cours d'un footing que cinq ou six filles fortes m'ont saisie , déshabillée et obligée à rentrer couverte d'un sac poubelle . **Cette humiliation bien plus que la violence** en elle même, m'a été un choc terrible ...une honte mêlée de peur qui m'a amenée , longtemps à raser les murs .Quelque chose s'est trouvé cassé en moi , irrémédiablement . »

« Une autre , moins jeune mais plus fragile , suite à une histoire personnelle complexe, s'est trouvée , déshabillée, immobilisée , pieds et poings liés , strappés , au beau milieu du tapis .. ;

- Si tu oses la défendre , on te fait la même chose ...

Et elle ? La strappée ne s'en est pas remise ... »

« Certaines , aujourd'hui s'étonnent d'avoir alors cautionné par leur silence de telles pratiques ; d'autres les ont dénoncées » .A cette époque on estimait que « pour bouger, pour se dépasser, on a besoin de connaître la souffrance .Et le respect était imposé par la force » , ajoute cette judoka qui a su dépasser sans oublier ...et poursuivre sa carrière d'athlète . .

« Par de telles mesures , s'agissait il d'endurcir , de casser , d'humilier , d'éprouver ces compétitrices en devenir ? »

En quoi ces mesures sont elles l'expression d'une pédagogie du respect ?

Récemment , une tentative de bizutage a échoué , suite à l'intervention déterminée des entraîneurs de la nouvelle équipe .

Au reste l'ambiance plus détendue, plus confiante qui règne sur les tatamis maintenant , devrait favoriser plus de respect mutuel ; et donc plus d'humanité et une meilleure qualité de vie collective

Au travers des méandres de ces pratiques , en démêlés avec le code moral du judo, on assiste sans doute à un virage que le judo féminin amorcerait ,pour échapper à un modèle figé et archaïque .Toutes l'affirment clairement :

« il ne s'agit pas , pour nous, de pratiquer un judo différent mais bien plutôt de s'inventer des façons de le pratiquer qui soient plus en adéquation avec nous mêmes , avec nos aspirations ,en fonction de nos spécificités ; et de nos plaisirs ...»

Coup d'œil , coup de cœur : *Un virilisme désuet qui a envahi le judo féminin de compétition et qui l'a détourné , un temps de ses propres potentialités, se trouve , heureusement , en voie de dépassement. . Une évolution nouvelle , n'est elle pas en gestation ?*

- F - -Et la vie de famille , la vie à soi , les copains , les copines :

*Ou le désir de préserver son intimité , de vivre des partages et de ne rien sacrifier
Par des voies multiples ...Evidemment !*

Leurs paroles

-« C'est sûr ; on est amené à **sacrifier un peu de sa vie de famille** au quotidien ; ce n'est pas un sacrifice , plutôt un choix , avec des conséquences . Je ne regrette pas »

-« **Ma famille et le judo ne font qu'un !** C'est le bonheur ! Plus tard j'aurai des enfants . Avec mes parents nous avons un grand besoin de nous voir , souvent ; la fatigue alors ne compte plus ; seulement le plaisir » !

-« **Mon copain est fier de moi** , de mon judo aussi ; de mon judo en tant que femme : ces sentiments m'impressionnent » !

-« Je suis d'une famille de six enfants ; on a poussé dans un quartier chaud avant d'aller dans un village où le seul sport pratiqué était le judo : je n'aimais pas les compétitions . Maintenant le judo c'est ma vie , ma passion .

Mes parents ? je les remercie toujours plus ; ils se sont battus pour ça ; je leur suis profondément reconnaissante ; et eux ? et bien ils sont fiers de moi » ,

. – « Mon père est trop anxieux , trop dur , dévalorisant ; ma mère , plus proche , plus confiante . **Je me suis mise en réaction pour donner le meilleur de moi** , face au système et à mon père . Maintenant je n'ai plus rien à prouver !. Je suis moi même »

-« C'est ma sœur qui m'a donné le goût du sport ; je me sentais polyvalente ; j'aime la rigueur du judo . Mes parents ce sont des humanistes ; ils sont pour le partage , pour l'égalité , avec modestie ; pour eux **chaque personne est unique** et mérite l'attention des autres ; Aimer , c'est vital ; par rapport à une relation masculine je suis méfiante : je ne veux absolument pas être une marionnette ; à l'heure actuelle je ne me vois pas assez de disponibilité » .

-« J'habite un appart à deux ; avec de **si grandes différences entre nous** ; des vies et des idées tout autres ... Du coup jaillissent des entraides , des conseils , qui parfois surprennent ; on échange nos opinions et les confirmations mutuelles nous sont bien éclairantes » ... Mais je suis égoïste ! je fais passer mon judo avant tout ; certes nous avons chacun notre vie , nos carrières ; lui est chercheur ; moi je m'éclate dans tout , avec la passion de découvrir , de progresser . Je pense que mon ami a la vie dure avec moi ; je suis trop exigeante ; j'essaie de me contrôler ; il est fort et sait relativiser .

Grâce aux autres , j'évite le pire ; en même temps je réussis pour eux et pour lui . Je voudrais les remercier ! Tous , sont si importants , et j'ai un grand besoin de les entendre . Pour les amis , on s'investit , on donne tout ; en estime réciproque , et les prises de conscience , quand elles se font , c'est aussi grâce à eux » !

Leurs histoires :

*Dans la vie des judokas féminines de haut niveau , les parents , la famille , le compagnon ou la compagne , occupent **une place essentielle** ; un rôle aussi déterminant que leur besoin d'autonomieChacune , sans exception , s'est faite l'écho de sa vie fondatrice , avec un réel bonheur , parfois avec une grande fierté ; à cause des solidarités qui leur manquent parfois cruellement dans ce monde de lutte et de concurrence ; mais un monde d'amitiés fabuleuses aussi ,où les relations sont plus passagères , moins existentielles ; et où , sauvegarder sa vie personnelle , son intimité ,tient une place déterminante ,dans des équilibres si difficiles à gérer !*

Ces filles , tendues comme des arcs , cherchent à ce que leur passion ne soit pas exclusive , ni sans partage : elles savent qu'elles ne sont « pas toujours faciles à vivre », ni au sein de leur couple , ni pour leurs parents .

La plupart leur vouent une gratitude , une reconnaissance émue ... ; même celles qui ont enduré des situations difficiles , pénibles : « J'ai offert ma médaille à mon père , puisque nous n'arrivons pas à échanger par la parole »

Beaucoup souhaitent fonder leur propre famille ; non pas tant ,pour avoir une vie comme tout le monde ,mais bien plus ,avec ce désir particulier d'offrir un peu de tout ce qui leur a permis de s'exprimer , un temps donné , par le judo ,leur passionleur bonheur

***La pensée du partage est là est bien présente** , comme sur les marches du podium . Autant que dans cette volonté d'aider les jeunes qui montent :*

*-« Mes vrais soutiens ?ce sont toutes ces Ami(e)s. Par elles , en particulier, mes capacités sont reconnues ; aux Aînées du judo , je dois les conseils les plus performants que j'ai reçus ; parce que **ces aînées ,elles les offrent , en amies , en confiance** , avec plus d'intimité »*

*-« Au judo j'ai rencontré **des filles vraiment atypiques** : toutes m'ont apporté un jalon à un moment où c'était nécessaire ; voire à un moment déterminant :*

« Ne crois pas que tu as le temps ! » ; « A ton âge , tu dois être en équipe , parmi les meilleures , tu le peux « Tu sais pourquoi tu es là ... Vas tu comprendre que tu es super forte ? »

*Une autre m'a ouvert les yeux sur **le respect des différences** ; savoir cultiver ses différences , pour éviter les étroitesse du moule ...*

Chacun de ces jalons est un rebondissement ,toujours une ressource pour les motivations !

L'équipe est là essentiellemême si elle n'est pas reconnue en tant que telle !

Quand tu es trop fatiguée ...elles continuent , elles pensent à toi , ...tandis que tu récupères ...

*-« Gamberger toute seule , c'est pénible . **On a tant besoin de partager** ! tout en gardant sa propre liberté » !*

Coup d'œil , coup de cœur :

En ces filles , qui vivent des concurrences avec pénibilité , je vois de belles qualités de générosité , derrière leurs carapaces , dures et rieuses ,exigeantes et fières ,mais aussi transparentes !

***????**Dans ce tumulte de pressions , gaies ou cassantes, solidaires ou excluantes , que devient « la vie à soi » , tellement revendiquée par ces filles ?*

:

Leurs paroles (suite)

-« **Mes parents m'ont toujours été un soutien essentiel** ; mon problème , est que , le temps de la vie de famille est tellement réduit , quand on vient de province , et qu'on fait des études en même temps que le judo à l'INSEP , sans parler des temps de transportsQue nous reste t'il » ?

-« Ma famille m'a toujours laissée libre , de vivre comme je l'entendais . Mes parents sont **fiers de moi, mais avec discrétion** ; quel regard ont ils sur leur fille ? J'apprécie d'aller en fin de semaine chez eux , les voir ...J'ai un appart; que j'ai partagé avec un copain ; il me stabilisait ; mais je n'étais pas assez disponible ; il fait sa vie , moi la mienne et c'est mieux comme cela ; gérer le judo , la vie de couple et la vie à soi , ce n'est guère possible ; **notre activité est dévorante**Je partage maintenant mon appart avec une copine du judo »...

« Trop jeune , et confrontée à un monde qui m'impressionnait, j'ai été amenée à des expériences diverses , plus par « bravade » que par intérêt, ou encore pour faire comme d'autres , y compris comme les mecs !

Le manque de maturité est là fort préjudiciable !

-« Ma famille m'a toujours soutenue , avec discrétion , sans me mettre en avant ; ni gloire ni pouvoir ...Une présence importante .. **Ma vie personnelle , je la tiens secrète** , presque avec une attitude de défense . J'ai ma maison , et ma façon de vivre ...Cela m'est essentiel . **Je ne veux rien sacrifier** , rien ! mon judo et ma vie personnelle : ce sont mes deux ressources vitales » .

« De nos jours , l'homosexualité ouverte et reconnue de certains couples stables , n'exclue pas pour autant le fait que des filles envisagent , pour plus tard , un compagnon et des enfants D'autres se sont installées dans une indépendance , bien à elles , non irréversible ...

-« Après quatre années d'internat je vis avec mon copain en appart ; j'aime passer mes week end chez mes parents ; ils me soutiennent , ma sœur aussi ; en toute indépendance et nos relations n'en sont que meilleures . Mon copain est très patient , **il me respecte ; il m'estime** ! Au quotidien ce n'est pas simple : je pars douze heures par jour , sans parler des stages . Pour la vie de couple , **une disponibilité et une indépendance** sont une double nécessité ; du temps à nous , pour nous parler est une condition incontournable ... Nous y arrivons ; parce que sa vie aussi est très riche »

- « Mon club , je l'ai choisi , pour son ambiance qui lors de championnats par équipe , m'enthousiasmait ...On a besoin des autres , toujours . Mais là , c'est formidable , on est toutes au coude à coude ; les plus frileuses souvent révèlent leurs talents ...Joie partagée , Celle ci transforme l'équipe **Je tiens à mon club où j'ai pu me forger un équilibre** , personnel , sensible , affectif sans lequel je ne serai pas aujourd'hui la championne que je suis devenue ...L'esprit de groupe , pour progresser , c'est fondamental ! »

Coup d'œil , coup de cœur :

Le microcosme du monde du judo d'une part et le machisme de certains gars d'autre part, qui traitent encore si facilement les filles de « sales gouines » – terme péjoratif employé par des filles elles mêmes- sont sans doute des conditions qui favorisent des recherches de

relations différentes , pour une intimité plus satisfaisante. D'autant plus que « la honte » de l'homosexualité , est maintenant prescrite , ou peu s'en faut .

Leurs paroles (suite)

-« La famille ,c'est ce qui compte le plus .. ; quoiqu'il arrive ; ce sont là mes racines ; **des racines de vie** , de tradition , d'affection , de reconnaissance : ;c'est toute une façon de penser sa vie , à soi , dans la famille ... , avec des soutiens , des solidarités .Tout ce qui s'y passe compte énormément et influe sur moi . Je n'aime pas l'affrontement à cause de la peur de blesser Et pourtant en compétition j'arrive à surmonter momentanément ce souci...
J'ai maintenant un appart , nos liens ne s'en trouvent pas affaiblis ! Mon ami est lointain , discret : nous avons une grande estime réciproque ; et une indépendance sans faille «

-« La confiance de mes deux parents ,quoique séparés ,m'a été un soutien tellement appréciable ! Je vis avec mon copain depuis des années et nous vivons bien ; il a son métier et quoique plus âgé , il accepte bien mon judo ; mais celui ci n'est pas toute ma vie ; je fais des concessions, et je mets des limites ; je tiens à mes choix . Envers moi il manifeste de grandes sollicitudes . Ma vie privée m'est essentielle ; ce qui m'amène à mieux maîtriser mon judo . Je tente de tout faire ... ; sans regrets ...un rêve ! De fait je suis soutenue , non seulement par mon compagnon , mais aussi par mon père ,et par mon entraîneur (féminine) de club...
Ainsi : **Je me sens en sécurité , pour donner le meilleur de moi même .**

-« Les parents ? On leur doit la vie ; pourtant il nous est arrivé de vivre des situations terribles ; incompréhensiblesParfois une certaine dose d'insouciance nous est nécessaire pour se construire ...

Le judo m'y aide , assurément » .

Coup d'œil , coup de cœur :

Ce qui paraît le plus pernicieux dans ce qui est convenu d'appeler « le système » ,ce n'est pas tant le poids de la hiérarchie et de l'autorité en tant que telles, mais les incidences , jusque dans le creuset des vies intimes ...comme un viol des personnalités . Ceci expliquerait l'importance décisive des soutiens familiaux et amicaux (ou amoureux),et l'importance de ces reconnaissances extérieures au monde du judo, comme des havres de paix et d'affection ; d'une affection toute simple ; des repères , des assurances et des ouvertures sur la vie , sur le monde ...

????

De meilleures relations entre judokas féminines et masculins ,favoriseraient ,une reconnaissance, et un respect mutuels et donc des choix plus libres de mode de vie et d'intimité . Ce rééquilibrage , moins conventionnel , plus personnel,hors circuits obligés , n'est il pas un signe de sortie d'une pensée unique , souvent dénoncée par les filles ?

G- Les études ; les professions , leurs avenirs :

Leurs Paroles :

-« J'ai fait un BTS commercial...pas vraiment un choix ; parce que faire STAPS en plus du judo c'est trop difficile , trop fatigant ; ce qui me plaît., en commercial , c'est de faire tout autre chose , **de parler d'autre chose** , que de judo » !

-« Au début de ma carrière sportive **j'ai tout sacrifié au judo** ; sacrifié mes études ...par incompatibilité me semblait il ; mes motivations n'étaient peut être pas suffisantes
A seize ans j'étais une rebelle , ayant besoin d'indépendance : L'INSEP m'est apparu comme une bonne solution ...Était ce trop tôt ?...Sans doute ! - J'espérais ,au sortir de cette période des championnats ,entrer en kiné ...puisque , me disait on, des places nous sont attribuées ,hors concours » ... Le judo était mon activité quasi exclusive ...J'ai vite ressenti un manque dans ma vie ,et j'ai repris mes études qui me sont devenu un élément hyper important pour mon équilibre : c'est structurant , ça aide à trouver de l'assurance , y compris au présent ,y compris sur mon mental .Et je me suis décidée , à faire STAPS ., malgré tout !
Sinon le judo nous enferme dans un microcosme, étouffant » !

-« **Pour moi , tout est dans le judo** : Après le BE1 , je préparerai le BE2 ...je serai prof de judo ; la fédé me soutient, ce qui libère l'esprit !

-« D'abord je suis allée en sports études pour passer le bac sans lâcher le judo ; puis j'ai opté pour les BE et le professorat de sport ...mais je n'ai pas encore réussi . Je pense néanmoins à mon avenir ...Pour les filles c'est plus galère de trouver quelque chose .
Des prises de conscience sont nécessaires ; Paulette y veille ;on a des raisons de lui faire confiance .Néanmoins, à ce jour ,je n'ai rien derrière moi » !

-« Mon parcours :Sports études , Pôle France , puis l' INSEP :
Je fais STAPS parce que c'est un choix compatible ; avec du sport et de la péda qui m'est une seconde passion .Paulette nous aide ; sans elle on serait des rigolotes
Après les JO je pense être prof de sport pour être en contact avec les enfants ; ne pas faire que du judo ; avoir une vie familiale , faire autre chose , avec plein de contacts divers .. ;pour évoluer . J'aimerais faire aussi du théâtre ; **je veux m'enrichir , m'épanouir ,et**
« exploiter tous les bons côtés de la vie » ... !..

Coup d'œil , coup de cœur :

Rares , sont celles qui ne s'efforcent pas de tenir ,en un même élan, le judo et leur avenir professionnel !

Nombreuses , néanmoins sont celles qui ont fait , à un moment donné, un choix , vécu avec de profonds regrets , entre judo, profession et vie personnelle, parfois à la suite d'écartèlements devenus insupportables, ou bien d'échecs , ou encore de risques trop élevés.Les rééquilibrages en sont d'autant plus difficiles . Mais chacune , à ma connaissance , a été capable par la suite, de se reconstruire un équilibre heureux , honorable au plan personnel et professionnel , après avoir privilégié un autre choix que le judo .

Leurs paroles (suite)

« C'est mon club qui m'a poussée à ne pas baisser les bras au niveau de mes études délaissées .Maintenant je prépare un BTS d'actions commerciales , ce qui n'était pas mon choix , mais une opportunité , pour tenir , insep et avenir professionnel . Et ça me plaît : c'est intéressant et cela me permet de m'évader à fond du cadre insep-judo , fermé , buté ...J'y découvre tout autre chose : **la vie de tous les jours de tout le monde** ...En stage en entreprise , je suis comme tout un chacun , parmi des filles qui travaillent tous les jours dès 7 heures du matin ... J'y apprends beaucoupConcilier judo de haut niveau et études , c'est très dur ...Nous sommes des privilégiées de pouvoir faire ce qu'on aime ...A des moments il faut se consacrer totalement au judo ...après il faut rattraper le retard pris au niveau des cours ...C'est un peu acrobatiqueUne semaine après avoir passer mon BTS , je serai en championnat d'Europe ! -« J'ai pris ma liberté en entrant en sports études ...mais je n'ai pas dépassé la classe de troisième ; j'ai préparé un BEP secrétariat , puis un BE judo ; maintenant j'ai une convention , et je suis en voie de titularisation dans un service des sports dans le Val de Marne : C'est ainsi reconnu ; je suis d'abord pratiquante de mon judo , puis , dans la mesure de mon temps disponible , je vais dans les divers secteurs du service pour découvrir et apprendre ce que j'aurais à faire après , et aussi pour mieux déterminer ce que j'aimerais choisir . Ainsi ai je une paye et une bourse , donc des conditions de vie très appréciables ... **Maintenant je suis heureuse d'aller à l'entraînement quotidien , qui avant me pesait ; heureuse aussi de pouvoir m'affronter au monde du travail** ...J'y vais autant que possible ...Cet arrangement me donne une grande disponibilité ...Le travail et le bénévolat lors de manifestations sportives , tout m'intéresse et ça me plaît ! »

-« Après bien des déboires je suis enseignante EPS en collège et ça me plaît , d'abord j'ai essuyé plein de désillusions ...parce que passer de la théorie à la pratique , par le travail effectif , ce n'est pas simple ! Chaque séance demande tout un travail de préparation au plan éducatif ...j'ai traversé des périodes de découragement ; puis j'ai analysé mes erreurs ...C'est vrai , il me reste trop peu de temps pour le judo .Et pourtant je veux tout tenir !.... Serai je détachée l'an prochain à l'approche des JO ? **Mon emploi du temps est infernal** , avec des transports qui m'usent ...Tous mes lieux de vie sont éloignés les uns des autres » (*de fait elle sera détachée l'année des Jeux Olympiques*)

-« Les études ? une évidence ; un intérêt puissant ; je travaille à ma thèse ... **...Je m'éclate dans tout** ; avec la passion de découvrir et de progresser » !

-« J'ai le CAPES , en poche : **ainsi suis je autonome** ! J'ai un poste allégé...avec une journée de formation par semaine .Un équilibre entre le judo et l'enseignement .

-« J'ai besoin de faire autre chose que du judo ; j'ai une vie professionnelle compatible avec mon judo qui occupe deux jours pleins par semaine .J'y tiens absolument ; le judo m'a appris à tout mettre en œuvre , tout ce qu'il faut pour arriver et réaliser ses objectifs : **Etre battante à l'entreprise comme sur le tapis** . Préparer , engager son avenir , est une condition de réussite ailleurs ...Mais il est vrai aussi que je n'ai jamais de vacances : c'est lourd mais c'est un choix » .

Leurs paroles (suite)

-« J'ai une convention et je connais une disponibilité très appréciable ; je l'ai obtenue , après un BEP ; mais j'estime avoir de grandes lacunes dans mes connaissances ; après ma carrière sportive , il me faudra compléter ma formation : **je veux devenir réellement compétente** , parce que j'ai à rendre un peu de tout ce que j'ai eu la chance de recevoir » .

-« **Pour les études , à l'INSEP , ça coince** . J'ai fait un bac en sciences économiques .Un équilibre avec des études sérieuses est très difficile à négocier ; ma mère m'aide en récupérant les cours ; parce qu'elle a de l'ambition pour sa fille et que mes études et les entraînements sont éloignés ...La profession c'est important ! Arriver à tout tenir ? Cela m'est un défi , mon objectif : alors ça ne me dérange pas de souffrir ! »

-« J'ai eu la chance d'aller en sports études ; mais le judo prenait toute la place ; j'ai tenté différentes solutions : des cours par correspondance , **j'ai échoué ... : le judo est dévorant !** Je tente encore un BE , un BESAPS ...c'est galère ...Je dois néanmoins y arriver ; je souhaite avoir un poste en sports avec des enfants , avec des personnes âgées , avec des handicapés ; mais je sais qu'il me faudra reprendre des études pour aller plus loin . Etudier après les entraînements du judo, c'est accepter un rythme de vie infernal . Or , essentiellement ,je tiens à ma vie de couple »

-« J'ai mon CAPEPS .Je tente tout pour réussir ; être prof de sport me convient tout à fait ; je souhaite faire bouger des choses essentielles ; faire **bouger la pyramide !** En tant que femme , non pas en tant que mec : Faire bouger en multipliant les contacts , les suivis ; connaître bien les filles et établir , avec elles , des plans d'entraînement ; **associer les filles** ...le plus possible ; toujours » !

Coup d'œil , coup de cœur :

Elle était arrivée quelques minutes avant l'entraînement ...en sortant d'un cours où ses copies corrigées, lui avaient été remises ...Assise sur le bord du tatamis , en kimono, elle les feuilletait avec une attention si soutenue que les salutations de ses amies ne l'effleuraient pasjusqu'au début de la séance ...laissant alors , ses devoirs , pour faire jaillir toutes ses énergies avec ses partenaires

???? :

—« Pour ces filles, les études, ça compte énormément, même si des priorités ,en fonction des situations, les obligent à des renoncements passagers ; les échecs ne les découragent pas : Chacune se trouve une orientation, plus ou moins palliative . Le sport de haut niveau leur a appris à se battre, y compris au plan professionnel ; et une fois les galères dépassées, elles s'en sortent , toutes honorablement...Elles ne baissent pas les bras, leur passion est communicative à l'ensemble de leurs existences. Dans le cadre de la société actuelle, n'est ce pas une performance exceptionnelle et prometteuse que réalise ces filles ? »(Paroles recueillies auprès d'anciennes)

Leurs histoires :

Le judo de haut niveau , activité de passion , est donc dévorante en temps et en énergies ; au point que le présent pourrait hypothéquer l'avenir !

Mais ces filles sont prévoyantes et ne veulent « rien sacrifier » !

Quant à la FFJDA ,elle s'est trouvée confrontée , après quelques années de succès du judo féminin, y compris au plan international ,au délicat problème du recyclage professionnel des filles qui avaient donné le meilleur d'elles mêmes ,ayant souvent sacrifié toute autre ambition d'importance C'est pourquoi, suite à quelques situations périlleuses , vécues par des ex championnes , la fédé a confié à une CTN ,femme avertie, le suivi et l'accompagnement des études des filles , de leur accès à une profession ,ou à une convention , les aidant à aménager leurs emplois du temps , tant bien que mal- entre les études et les entraînements , entre les profs et les entraîneurs . Au plan des revenus financiers ,durant leur carrière d'athlète de haut niveau, les filles entrées en équipe de France , perçoivent une bourse de la fédération ; la différence entre elles , se joue sur les soutiens familiaux possibles ou non , et sur ceux des clubs qui les aident de façon très inégale , et toujours beaucoup moins que leurs homologues masculins ; là les choix sont souvent encore draconiens ,inégalitaires , injustifiables .

Toutes ces sportives sont convaincues que leur judo n'aura qu'un temps .

Pas une , pense pouvoir se dispenser d'une formation professionnelle.

Chacune sait qu'elle devra toujours faire ses preuves et qu'il faudra d'abord compter sur elle même .Avoir une profession intéressante , est un vœu unanime .Se donner les moyens d'assurer la carrière judo envisagée et son avenir personnel et familial , est une préoccupation majeure pour toutes , sans exception ;l'expérience vécue prouve vite qu'il s'agit bien là d'un défi double .

En fonction des histoires personnelles , des opportunités , des soutiens , des avancées déjà réalisées ,chacune tracera son propre chemin de vie ... Certaines sont amenées à se satisfaire de la solution offerte par l'Insep ,en attendant le moment propice pour entreprendre les études qui leur tiennent plus à cœur .

D'autres , plus assurées par des études antérieures , poursuivent , non sans peine , mais non sans intérêt ,la formation qui leur permettra d'exercer la profession de leur choix. Peut on affirmer que leur passion du judo ne souffre pas de ce double engagement ? Cette situation n'est tenable que si elle correspond à un choix personnel ,délibéré ; sinon , les sacrifices ne sont pas supportables .Enfin , parmi les plus âgées , quelques unes sont déjà des professionnelles confirmées , avec , en général , des aménagements contractuels.

????:Qui s'étonnera des similitudes entre une judoka et une skieuse de fond ?

Aurélié :vient de se classer très honorablement lors d'une course de 42 KM . Grande , solide hâlée , elle respire une joie sereine Elle applaudit son ami arrivé en tête de sa catégorie .Entrée en sports études , non loin de sa famille , elle a poursuivi des études tout en s'entraînant avec ses amies , sous la houlette de son entraîneur .A raison de 10 à 20 heures par semaine , hiver comme été (en course à pied). Maintenant , à 20 ans , elle est en IUT préparant un diplôme de commerce ...plus par commodité que par goût ... » car dit elle , « mon avenir ne peut pas être risqué ; suite à des blessures et à un arrêt obligé , toujours possibleMême si ma vie est assurée grâce à la convention que j'ai avec les Douanes !.... J'ai beaucoup de chance ...J'en profite ... **!Ma passion ?** C'est de pouvoir me libérer , me surpasser , c'est me sentir capable de m'arracher, d'aller au plus loin des efforts que je peux soutenir ..dit elle avec enthousiasme . Et puis il y a l'ambiance , les amies , ma sœur cadette , mon ami , mon entraîneur ...Et le cadre splendide dans lequel nous évoluons ! »

H - Quelles sont les ressources financières de ces filles, durant leur carrière d'athlète de haut niveau ?

Elles sont discrètes le plus souvent sur ce sujet. Mais , quand les conditions se font trop difficiles ou aussi trop injustes, elles réagissent et cherchent des solutions ,il est vrai, plus personnelles que communautaires .

Il est à noter qu'elles n'ont que trop entendu cette appréciation : « Ces françaises sont enviables quant à leurs conditions d'entraînement » . Par rapport à d'autres pays , la France serait dans une moyenne honorable .

De quoi vivent , de nos jours, les judokates françaises de haut niveau ?

- *Toutes reçoivent une bourse fédérale (allouée par le ministère JSL) sans différence entre filles et garçons .*
- *La plupart bénéficient d'une aide financière de leur club d'affiliation, dont le montant est non seulement variable, mais toujours inférieur à celui des hommes, à niveau égal !*
- *Beaucoup sont donc aidées et soutenues par leurs familles*
- *Lors des tournois (dont les frais sont pris en charge ,de nos jours, par la fédé) elles perçoivent de modiques primes ,attribuées aux gagnantes .*
- *Certaines ont pu signer une Convention , avec une entreprise, ou une administration publique, qui leur assurent un revenu et surtout une expérience professionnelle , tout en leur laissant le temps nécessaire pour suivre leurs entraînements et préparer les championnats .*
- *En fin de carrière sportive, ces filles sont ainsi assurées d'un emploi, dans lequel elles sont déjà investies , et reconnues . Ces quelques conventions signées entre la FFJDA et des entreprises assurent un avenir et des ressources aux athlètes qui donc sont plus disponibles pour leur carrière sportive . En nombre, ces contrats restent insuffisants , si l'on veut véritablement éviter à ce sport ,les risques d'une professionnalisation , qui deviendrait incontournable !*
- *D'autres ,déjà diplômées, sont des professionnelles ; par exemple , dans l'enseignement, avec des horaires aménagés*
- *Quelques unes, parmi les plus jeunes, complètent leurs bourses, par des petits boulots au cours des vacances ...qui pourtant sont fort courtes !*

Se pose enfin un problème d'importance aux compétitrices , qui ne bénéficient pas de convention, qui sont encore étudiantes et qui ont plus de 26 ans : elles n'ont aucune couverture sociale !...Ainsi certaines athlètes devront ,après leur carrière de sportive, être salariées jusqu'à 70 ou 75 ans pour recevoir une retraite complète...

- ***L'absence de statut social*** est dénoncé par les filles , comme une injustice qui pénalise leur avenir , alors qu'elles offrent des années de leur jeunesse , tendues vers l'obtention de succès dont la nation s'enorgueillit ...
- ***A quand une véritable reconnaissance sociale de l'athlète de haut niveau ? ? ?***
- ***Le ou la championne , étudiante ,n'est elle pas une citoyenne, à part entière ?***
-
-

A propos d'un GRAND PRIX, (rémunéré), des avis très controversés :

-
Alors que deux Grands Prix se sont déroulés en cet automne 2001, ne s'agit il pas des débuts d'une professionnalisation du judo ?(aussi bien masculin que féminin)

Les objectifs annoncés de ce Grand Prix seraient,

- *d'intéresser un public, plus large; de faire des stars pour valoriser la discipline*
- *de permettre aux gagnants, parmi les plus prestigieux de gagner de l'argent*
- ***Les primes** : Chaque Grand Prix est doté de 100 000 dollars ; soit 6000 dollars aux vainqueurs de chaque catégorie ; 4000 aux finalistes ; 2000 aux places de troisième ...*
- *Des avis divergeants se trouvent confrontés dans Judo Magazine n°19:*

Marc Alexandre entraîneur national : Je suis inquiet du risque d'un circuit parallèle qui donnerait naissance à d'autres débats, comme les entraîneurs personnels dont les intérêts pourraient être en contradiction avec ceux des entraîneurs nationaux » (même source)

Marius Vizer, président de l'union européenne du judo : « Pour ce qui est de l'enjeu sportif du Grand Prix, je ne suis pas inquiet. Nous voulons en faire une compétition de référence, et elle va s'imposer comme telle. Nous prévoyons déjà d'organiser 4 à 5 Grands Prix en 2002, plus un Master en fin d'année qui sera doté de 500 000 dollars. Nous devons être ambitieux... »(même source)

Ghislain Jemaire, compétiteur : »...Je ne dis pas que je refuserais un chèque de 2000 dollars mais j'affirme que ma motivation première c'est d'abord d'être donné vainqueur par l'arbitre. C'est pour cela que je fais du judo... »(même source)

Vitali Makarov, compétiteur : » Je ne me trompe pas d'objectif : les championnats d'Europe, du Monde, les Jeux Olympiques, c'est là qu'il faut être présent . Je crois que personne n'est dupe : ici (1° Grand Prix, à Moscou) , c'est le show, la promotion du judo pour les médias et le public. (même source)

Vanessa Milchior ;(responsable des droits TV pour Sport) Pour l'heure nous avons vendu l'événement dans 118 pays, à travers les chaînes Eurosport international qui représentent 550 millions de téléspectateurs potentiels »(même source)

Stéphane Traîneau (responsable de l'équipe masculine) : ».....Notre discipline est particulière, et nous avons autre chose à montrer que le foot ou le tennis . Attention à ne pas vendre notre âme au diable ! »(même source)

Les primes octroyées aux vainqueurs des Grands Prix, sont réservées à une toute petite minorité, certes méritoire ... Comment s'étonner, que ces filles - réserve indispensable pour qu'une élite perce- puissent aspirer à une professionnalisation de leur carrière d'athlète ? Comment résister aux sirènes du Grand marché, quand de dignes conditions de vie ne sont pas toujours assurées ? Pour être vraiment disponible lors des entraînements et des compétitions l'assurance d'un statut social et d'une profession ultérieure, sont une simple et inévitable nécessité .La plupart des judokates internationales partagent l'opinion exprimée par Sarah Nichido : (Championne) : « Il ne faut pas se tromper d'objectif ! L'argent ne doit pas devenir une motivation pour faire de la compétition. Et là on peut être inquiet. J'ai peur que les athlètes se soucient rapidement plus de gagner ces tournois que les gros championnats. Il faut savoir garder nos valeurs et ne pas se faire pourrir par le fric! "

I- La culture judo , vue et vécue par les judokas féminines ou la persistance de qualités , au cœur des pratiques :

-« Le judo , ma vie , ma passion : on y apprend sans cesse , avec du respect au travers de toutes les relations ; j'ai l'impression d'avoir des amies partout dans le monde !
Quand on est fatiguée , **on se ressaisit grâce aux autres ; mais aussi pour les autres** .
Passe t'on à côté de quelque chose d'important ? On a fait un choix ; alors on se donne complètement ; il y a du plaisir à savoir que l'on est aussi aidée et reconnue
Le monde du judo de haut niveau est un monde à part : on sait ses règles inculquées , on s'en sert partout dans la vie , par un curieux transfert ! Mais ce code , ces valeurs sont elles propres au judo ? Peut être que cela vient aussi de l'éducation reçueil y a rencontre ...Pour moi je le vis bien » .

-« **Le judo a un rôle éducatif** certain ; sans le judo j'aurais été une violente : la culture judo c'est le respect , la discipline , la maîtrise de soiQuand on a eu une éducation familiale , la pratique du judo permet de la conserver » .

-« La culture judo ? **Avant c'était pour se défendre** ...Dans les quartiers chauds ,le judo , en tant que maîtrise de soi peut être très positif ! »
« Une rigueur est nécessaire ; apprendre à se conformer est incontournable ; les coopérations tacites sont à cultiver , pour réussir ; les obstacles sont à dépasser ...Etre diplomate sans trop poser de questions ...pour **se préserver ; pour évoluer** » !

-« Le judo est un sport individuel , un sport « masculin » ,basé sur le respect de l'autre ; les décisions sont acceptées, même si elles semblent injustes ...Mais des filles confondent la hargne nécessaire et l'esprit peste , y compris avec des violences ; elles mêlent le respect et le modèle machiste dominant .Les valeurs se perdent et la connotation philosophique du code moral disparaît .Les repères ce sont , les règles , l'autorité , le respect de l'adversaire .Et ça se perd :il n'est pas rare de recevoir de sacrés coups de pattes . Et si je ne les rends pas ? Tout cela fait que les solidarités s'effacent et que l'ambiance se détériore .
Les entraîneurs ont de grands pouvoir ! En l'absence apparente d'orientations fédérales claires...ce sont leurs pouvoir individuels qui montent ! Je perçois comme un vide d'orientations**Manquerait on de chefs ou bien de réflexions** » ?

-« *Entre elles ,les filles du haut niveau se respectent de moins en moins ; ça me choque ... Je ressens **une contradiction entre certaines attitudes et le code moral du judo** ! Comme si ce code moral était réservé aux clubsPlus on monte , plus tout se passe comme dans la société ; :c'est le chacun pour soi à l'INSEP et à la fédération c'est le marketing qui domine Certaines filles insultent les entraîneurs, j'en suis outrée .Au judo on est en concurrence continue, alors qu'on parle de culture du respect . J'ai ma fierté mais aussi de la tolérance ; je m'adapte difficilementMoi qui croyais que le judo était un sport populaire , et bien j'ai découvert une caste élitiste et snobinarde Au mieux ici se construisent quelques relations d'amitié ; mais pas de communauté**Ce sont surtout des amitiés obligées** » -« Apprendre à relativiser : Gagner ? Perdre ? **L'important est de devenir soi ; même quand le regard des autres devient pesant** » ! -« Sans doute, les filles , sont elles plus réfléchies : nous faisons le maximum , mais dans nos limites ... -« Il faut que ça bouge ! pour devenir , nous , actrices de nos progrès » ...*

.....J'apprécie les **qualités propres du judo** ;il s'agit d'un sport cultivé ; d'un art !
Mais entre nous ,nos attitudes changent quand il nous faut nous surpasser !»

Leurs histoires

Les affrontements d'antan, entre « traditionalistes » et « modernistes » font partie de l'histoire du passé . Le judo français a su affirmer sa propre démarche d'enseignement , il y a déjà quelques décennies . Pour le profane , parler de culture du judo , en soi , semble dépassé , comme un archaïsme . Grâce aux travaux de chercheurs pédagogues et de praticiens des clubs , la culture propre du judo a continué sa progression ..

L'histoire du judo , les traditions d'origine , le code moral , la philosophie des arts martiaux , sont des inconnus pour une grande majorité des familles de judokas, pour lesquelles , ce qui compte ce sont « **les qualités spécifiques des pratiques** » : le respect , l'autorité , la convivialité , l'effort , l'affrontement et le pacifisme

Des familles , choisissent , expressément cette pratique sportive pour leurs enfants parce qu'elle représente pour eux une éducation .Leurs motivations premières ?... « pour que le petit (ou la petite) ...sache **se défendre** , soit moins turbulent , apprenne le respect et la discipline » Pour d'autres ce serait l'occasion pour leur fille **d'apprendre à s'affirmer** , à oser être elle même Les parents y perçoivent une pédagogie de la personnalité et une socialisation , basée sur des confrontations et des coopérations ,dans un contexte ludique et valorisant .Les filles disent chercher « **à se défouler et à se prouver** » et ce, en compagnie de leurs copines ,comme une assurance –protection , face à cette « aventure »!

Le judo de quartier ou de village vécu à l'origine par toutes les athlètes , souvent développe une vie communautaire , riche , variée , souple , où chaque pratiquant , quelque soit son âge , son niveau et ses performances **trouve sa place**Une vie associative accompagne , soutient et renforce la vie du club , ponctuée par des fêtes et des événements qui attirent des familles –supporter .

Dans la plupart des dojos **le code moral ou les valeurs du judo sont affichées**

Et chaque enseignant tente de les faire vivre aux pratiquants .

Pour de nombreux responsables de club, les directives ou les orientations provenant de la fédération semblent si lointaines qu'elles paraissent inexistantes , au delà des « papiers » à remplir et des licences à reverser ! Parmi les encadrants ,fort peu sont en capacité d'explicitier des orientations .Ils se disent facilement « livrés à eux mêmes » avec comme boussole le cadran des résultats !

Entre les clubs et la fédération , divers échelons débattent sans doute des décisions à prendre à leurs niveaux respectifsCe qui semble retenu, c'est surtout , l'organisation des événements inter clubs , inter départements , inter régions

Les contradictions vécues par le judokas féminines du haut niveau , sont complexes , entre leurs réalités actuelles et ce qu'elles ont vécu précédemment .: Elles évoquent les qualités , les valeurs du code moral et celles de l'enseignement français du judo qu'elles ont toutes appréciées naguère , pour les avoir vécues et parce que ces valeurs ont participé à la **formation de leurs personnalités et à leur devenir d'athlètes** .

Coup d'œil , coup de cœur :

Les règlements des compétitions évoluent , avec le judo lui même .Ils deviennent plus complexes à appliquer lors des rencontres internationales...Jusque là , le respect dû aux arbitres a permis de faire prévaloir leurs décisionsnon sans rébellion apparente , non sans esprit partisan, en particulier dans les tribunes ! ...

.Les valeurs du judo , pour être reconnues par tous ,devraient trouver des traductions empreintes de rigueur et de lisibilité , à tous les niveaux de pratique .

J- Du judo féminin et du judo masculin : des intolérances et des reconnaissances

:

-« Trop d'hommes dirigent le judo et la valeur des médailles féminines n'est pas reconnue ; pourtant il faut autant d'efforts aux gars que pour nous les filles pour les obtenir ! **C'est pas facile de s'affirmer dans un monde d'hommes** , qui plus est ,un monde d'abord machiste ... Les entraîneurs devraient être des partenaires , en confiance réciproque ,en connivence ; en bonheurs ou en malheurs partagés ! C'est si rarement le cas ! »

-« Mon copain **estime mon judo ; du vrai judo** , dit il ; les autres judokas pensent que le judo féminin est un judo inférieur ! Lui il estime vraiment mon judo , donc le judo féminin . Et cela , n'est pas sans lui poser des problèmes d'intégration à son propre niveau, parmi les gars , ses copains !En général ils ont du dédain pour le judo féminin . Les réactions des filles ? Leur prouver leur erreur ; nous pratiquons le même sport ...Disons que le judo des gars est plus instinctif ... ? Qu'il y ait des différences , c'est certain , mais trop d'idées toutes faites interfèrent et influencent leurs perceptions . Ce qui diffère , ce ne sont que des nuances »

-« Si j'ai de bonnes relations avec les gars avec lesquels parfois on se retrouve sur le tapis , je pense que le judo des garçons est plus technique , plus explosif , plus beau..., sans doute ! ? Les filles , elles , tardent ; elles tardent !...Mon judo est il beau ? Je fais mon judo ; il y a des différences , et on est dans un environnement masculin ...

L'important , c'est d'arriver à faire SON judo ; son judo , sans modèle »

-« Les niveaux se resserrent dans le judo international tant féminin que masculin.... D'autres pays pratiquent d'autres méthodes , tout en retenant **les mêmes valeurs du judo** , et des techniques semblables :.Ce qui me paraît clair , c'est que notre vaste potentiel de pratiquantes , est sans doute inemployé ; et trop d'élites sont mises en concurrence constante ; qu'en est il du respect inscrit dans le code moral ?Une élite plus soignée et des réserves plus larges , sans trop d'illusions , éviterait ces gâchis »Le judo féminin reste mal connu , mal reconnu et plus mal payé que celui des garçons , tant en France qu'ailleurs »....

-« Les relations avec les filles juniors me posent problème : elles sont en recherche d'assurance ; je voudrais pouvoir les aider , à partir de mes expériences . Le judo est dit masculin ;les pratiques sont elles différentes ?Ou bien a t'on une manière différente de manier les deux groupes ?Il y a plein de contradictions ...Aller m'entraîner chez les gars ? Je n'y tiens pas ...Doit on se battre à tous les niveaux ? Plutôt faut il, **s'affirmer à tous les niveaux » !**

-« Suis je deux filles en une ? Les compétences féminines sont un fait , mais les relations avec le judo masculin restent incertaines ; voir conflictuelles ; faute de reconnaissance »
A la fédération on traîne de lourds problèmes de machisme et de chauvinisme »

-« Filles et gars , **nous pratiquons le même judo** et en même temps un judo différent ; on est des filles avec moins de puissance mais plus de souplesse ; les gars agissent en réaction , nous sommes peut être plus rapides ...Mais tout ça ,ce n'est que faux problèmes ; les femmes font du beau judo , les gars aussi . !Les résultats des filles sont sous estimées ,encore ; c'est leur valeur qui est sous estimée . En nombre , et en qualité les médailles des filles sont à leur honneur ...Les solidarités sont en fuite ..! C'est soi qui compte , que l'on soit fille ou gars !»
« Le judo féminin a bien évolué avec les JO .

Nous , nous sommes les locomotives du judo féminin ; on en facilite l'accès .

Leurs histoires :

Le judo féminin et la féminité des athlètes , en question :

Si certaines ont joué , un temps , les garçons manqués , la plupart , au cœur de leurs pratiques sportives , se disent **être et vouloir être femmes** .Mais pas forcément selon les connotations habituelles , attribuées à une féminité enferrée dans des carcans passésistes . Comme la plupart des femmes de notre époque, elles subissent et participent à des changements historiques :Parce qu'elles sont amenées , à partir de leurs vécus , à défier les préjugés , qui inondent le monde sportif . Elles ont à prouver , à transformer , à affirmer leurs personnalités féminines ,en s'appuyant sur leurs expériences propres, sur leurs aspirations légitimes ,et sur des tensions qui les obligent , pour ne pas les subir , à inventer des stratégies qui sont les leurs , si semblables à celles de toutes les femmes, dans le creuset de leurs vies .

Car les corps féminins , leurs corps , n'ont pas fini d'être vus , comme instruments de consommation , de séduction , de marchandisation , de reproduction..... Plus grave elles sont encore parfois ,de façon plus surnoise ,objets de sarcasmes désobligeants ! Que n'a t'on pas entendu dans les travées des compétitionsQue n'a t'on pas lu dans la presse et dans certains livres où fleurit encore une misogynie ouverte autant que rétrograde !

Une lente conquête personnelle et sociale d'une féminité réinventée par celles qui en sont porteuses , se déploie lentement et sûrement ; avec une fermeté et une souplesse qu'elles transcrivent dans leurs mouvements comme dans leurs attitudes .Les filles du judo de haut niveau ont aussi cette bataille à mener en tant que championnes et de citoyennes qu'elles sont comme toutes les autres femmes ...

Le judo féminin serait en retard sur le judo masculin ? dit on .

En nombre d'années d'expériences , certainement .Et si le judo féminin entendait calquer ses pratiques et ses méthodes sur celles des garçons , le retard semblerait une réalité durable. Retards , dit on, ce qui induit l'idée répandue, de résultats dévalorisés. Cette situation est encore courante .Mais ce que l'on constate, sans remises en cause perceptibles , ce sont les retards d'une juste reconnaissance , d'aides spécifiques et d'égales rémunérations . Il en est ainsi des compétitrices comme des femmes , impliquées dans une activité sociale ou professionnelle . Où se trouvent les retardataires , fauteurs de tant de « retards »imputés ,par opportunité , aux femmes ?

Sans doute , **la grande mutation féminine de cette fin de siècle** , finira t'elle , grâce aux pratiques et aux réflexions , des générations montantes , par effacer les à priori considérés comme immuables , comme des évidences incontournables .Bien que ,bâties sur des fondements d'argile, les conceptions misogynes sont encore légitimées par des passésistes .

De nos jours .**des initiatives libérées impulsent des pratiques différentes** ; non plus décalquées , mais revues , réinventées , enrichies d'expériences, souvent novatrices !

Des compétences émergent ,« grosses » de fruits de progrès humainsquand connaissances et expériences sont alliées.

Des moissons, de réflexions , d'analyses , peu à peu , balaient les feuilles mortes ringardes **des machismes , des chauvinismes ,des intolérances , des sexismes .**

Tandis que chacune apprend à conjuguer ses aspirations avec ses réalités du quotidien , non sans peine, on ne peut omettre que ,certaines femmes ,porteuses d'une différence d'origine ou de culture ,ont à gérer, en plus cette situation . Car le respect des différences est encore sur l'enclume !

En cela le judo féminin participe , à sa façon ,aux grandes mutations de notre époque ; tout en s'affirmant , avec fierté et vigueur , aux côtés du judo masculin et au cœur du judo français. Toutes et tous y seront gagnants :Utopie ou anticipation hâtive ? Un pari qui , à terme sera gagné!

La conjugaison de la parité et du judo , en travail !

*On parle d'égalité et de parité : personne n'est dupe ; il s'agit bien plus d'une intention , d'une orientation , encore loin des réalités , sociales , culturelles , économiques Mais le fait d'en parler , prouve déjà **le poids des aspirations légitimes** , qui ne peuvent plus être tues . Un long chemin reste à parcourir pour que l'on puisse parler de parité réelle , dans le fonctionnement quotidien du judo féminin , comme ailleurs . Combien sont celles d'hier et d'aujourd'hui , qui le savent à leurs dépens ! J'entends encore les colères , de ces générations féminines , si vite oubliées , abandonnées à elles mêmes après avoir été la fierté nationale . Leurs amertumes et leurs déterminations , ne sont pas différentes de celles , de toutes ces femmes qui façonnent leurs espaces de vie vers de plus amples reconnaissances , vers plus de liberté et plus de responsabilité.....:*

Au niveau des plus jeunes de l' équipe de France , l'obligation de résultats et la tradition d'excellence , font que se trouvent cumulés ces poids du « respect inconditionnel du maître » , avec ce déploiement de force , de virilité , de courage , d'abnégation qui entraîne le dédain de toute faiblesse ; d'où ces surprenantes attitudes de soumission , y compris face aux humiliations , aux violences , parfois même avec une indifférence affichée ... !

Des contestations émanant des plus averties , des revendications , individuelles et collectives , de plus en plus explicites , ne peuvent plus être éludées ; elles se lisent en plein jour . Ce qui favorise l'émergence de stratégies de renouvellement , qui finissent par influencer de façon durable les pratiques sur les tatamis

Le monde du judo est immergé dans notre société et dans des traditions séculaires ,

La fédération n'y échappe que partiellement , malgré des volontés évolutives , clairement affichées : Ainsi les championnats , les tournois , voient se succéder filles et garçons sur les tatamis où les combats sont concomitants ; le comité directeur comprend cinq femmes , toutes ex championnes . Ainsi le judo féminin gagne en reconnaissance et en promesse de parité ! Quant aux bourses accordées aux élites , elles sont équivalentes , de la part de la FFJDA pour les filles et pour les garçons ; ce qui n'est pas du tout le cas des grands clubs ! Des progrès réels semblent actuellement , se tisser : des complémentarités entre entraîneurs , des coopérations entre eux et les athlètes , permettent de percevoir les signes d'un fonctionnement plus personnalisé , plus respectueux et sans doute , à terme , plus qualitatif .

Sur cette lancée , il est probable que les résultats tant recherchés , gagneront en quantité comme en qualité .

??? Le creuset de la parité n'est il pas à travailler , autant par les unes (les féminines) , que par les autres (les masculins) ?

Coup d'œil , coup de cœur : , Je revois cette belle image aperçue du bord des tatamis , prouvant que le regard des hommes change : Une ex compétitrice , de petite taille enceinte de 6 ou 7 mois , ayant en charge la réinsertion des blessés , souriante , déterminée , attentive , vaquait des uns aux autres , leur apportant des éléments utiles à leur réinsertion . C'est avec joie et reconnaissance que j'ai suivi le regard admiratif et affectueux d'un grand gaillard , en repos sur le bord du tatamis , qui la voyait travailler , en kimono sa ceinture noire sous son ventre , rebondi d'une vie en promesse ! Un regard chargé d'affectueuse admiration!

Une autre image , réjouissante : Sur le même tatami , lors d'un entraînement mixte ; une fille et un gars sont en randori , D'un gabarit équivalent , ils travaillent , sans complaisance , mais avec une attention soutenue ; l'un ne dissimulant pas son avantage musculaire , tandis que sa partenaire enchaîne , avec rapidité et souplesse des balayages et autres prises , qui passent ! Du beau judo , tout en jeu et en plaisir !

**J - Pour des qualités de vie ;
Pour ne rien sacrifier ,
Pour des envies à la pelle !**

Leurs Paroles :

-« Vivre au présent ou demain ? Les deux !

Après ... (ce sera quand j'aurai battu qui j'en ai l'intention) j'aurais une famille , un couple , des enfants auprès desquels je resterai ... Être là à chaque moment Est ce égoïste » ?

-« Je voudrais ... faire ce que j'ai tellement envie de faire ! **Vivre sans pressions usantes** , sans rivalités inévitables ... Ne plus vivre en révolte étouffée contre trop d'embrigadements , qui engendrent un manque de confiance en moi , de reconnaissance de la part des autres ; qui font que donner le meilleur de soi devient si difficile , si pénible ! Ce que je souhaite ? : un épanouissement , une qualité de vie ...

Tout réussir ... ma profession , ma famille ... des enfants » !

-« **Je voudrais du temps à moi** ; oui , pour me reposer et me resituer , pour me ressourcer ... pour mieux redémarrer ; j'ai besoin de me confirmer , d'y être aidée ; et être considérée » !

-« Je vis une passion à deux ! avec des indépendances ; et des avancées progressives ; je ne me pose pas de questions . Plus tard , **nous aurons des enfants** , ce sera le bonheur » !

-« J'étais débordante d'énergies ... J'aime le dessin , l'art , j'ai envie d'aller dans des musées ; ça viendra ; ce que je souhaite ? **partager des plaisirs** » ...

-« **Vivre autre chose** , tout autre chose : du théâtre d'abord , avoir une famille , des enfants » .

-« Après tous ces vécus intenses , fabuleux , je souhaite **me retrouver dans le travail** ... je n'ai pas de regrets , mes émotions se sont émoussées ; j'ai davantage de doutes , plus de remises en question . Le bonheur ? il faut le chercher » !

-« J'apprécie ma chance . Les autres , hors de ce monde , ne s'ennuient ils pas ? L'essentiel : c'est d'avoir des projets ; **je suis une privilégiée** » .

-« J'aime avoir une vie variée et **vivre dans une ambiance chaleureuse** ; sans carcan ; Mon avenir ? il me semble à portée de main à tous les niveaux de ma vie , de notre vie »

...

-« Je faisais du tennis , du piano , j'ai accepté bien des renoncements ... maintenant j'ai acquis une maturité ; je suis blindée ... Je voudrais **diversifier mes centres d'intérêts** et , pourquoi pas penser à l'agrégation , avec une copine ! »

-« Je veux réussir ma vie en « trois D » : sport , profession , et vie personnelle ; je suis mariée ; j'aurai des enfants . **Je veux tout réussir** » !

Coup d'œil , coup de cœur :

Comme toutes les filles du monde , elles explorent tous les possibles que leurs conditions leur permettent d'espérer , de vouloir ; y- compris de rêver l'inaccessible ...Et pourquoi pas ? Avec cette force et cette confiance propres à la passion et à la jeunesse .

Dans le même temps , questions , doutes , impasses les talonnent ; et pour se saisir des espaces de liberté souhaités , elles n'hésitent pas à faire des tours et des détours .

Leurs trajectoires individuelles s'inscrivent , prennent des virages , et des colorations , particulières , différentes , qui s'affirment , se modèlent , mais jamais ne s'effaceront .

Avec l'âge , sans doute , s'adoucissent elles quelque peu , en sortant d'un égocentrisme , disons nécessaire dans leur cas de compétitrices ; un égocentrisme dénué généralement d'égoïsme

.Elles se pensent « elles d'abord » mais non pas sans les autres ! Au contraire !

Un intermède , « en proximité »....Une championne dans la neige

***Annie** : blonde , bouclée , rieuse et sérieuse tout en même tempsQuelques minutes après avoir à peine récupéré son souffle , en arrivant d'une course de 21Km.,en ski de fond.....*

Elle est enchantée par sa vie « Quand je sors de la forêt , en soirée , lors d'une séance d'entraînement , je ne peux retenir mon bonheur de voir les rochers du Margériaz inondés de soleil couchant , d'une douceur magnifiquement colorée d'ocre chaud ; et ce calme émouvant , reconstituant après l'effort , solitaire ou partagé ...Tandis que la vallée est noyée d'une brume légère , j'aperçois quelques volutes bleutées au dessus des toits lointains !

C'est merveilleux ! »

A la clé de ses 22 ans , elle estime avoir réussi à équilibrer sa vie ...

De niveau national en ski de fond , elle a en main une maîtrise STAPS , un BE et passera le professorat de sport au printemps .L'hiver elle file entre les arbres à ski de fond , l'été , avec son compagnon elle grimpe rochers et montagnes . Entraînements estimés à 5 demies journées par semaine , hors compétitions ...A cela s'ajoute des heures de cours donnés dans le cadre de l'école de ski .

Comme d'autres , soutenue par ses parents ,elle a voulu assurer son avenir professionnel , tout en s'adonnant à ses passions : le ski de fond et la grimpe ...Il lui a fallu tout mesurer , anticiper , se défoncerElle vit du bonheur , qu'elle apprécie .

Avec plein d'idées et d'envies pour son avenirET au présent, insiste t'elle !

????

Ces championnes , ne sont elles pas des sœurs jumelles ?

L'une blonde et hâlée dans sa combinaison colorée , l'autre , dans son kimono blanc ou bleu , les cheveux ébouriffés ; regards vifs , pommettes rosies par l'effort !

D'autres lieux d'entraînement , des conditions d'existence qui diffèrent si peu et...des volontés , des espérances qui sont partagées par toutes ces femmes passionnées

Mêmes sourires radieux , mêmes déterminations à.....

vouloir vivre pleinement sa vie , dès aujourd'hui !

Leurs Paroles (suite)

« **Je fais du judo par plaisir** , sinon j'arrêtera...l'idée d'incomplétude me pousse encore.. Mes autres activités me sont indispensables : études , pourquoi pas l'agrégation, quand j'aurai terminé ma thèse ; et puis de la peinture, de la lecture, et aussi de la solitude qui m'est si nécessaire ;comme une évasion ,dans « mon jardin secret »

J'ai un peu peur de « l'après et de l'ailleurs » du monde du judo où nous évoluons , des années durant !

-« Je fais du judo avec une grande ténacité , nécessaire ...Avec modestie aussi ; non sans des doutes . **J'ai besoin de paix** ! J'aime être seule ...avec de belles amitiés ...Néanmoins la vie m'est un combat » !

-« J'ai une grande admiration pour celles qui réussissent , parce que je sais quels efforts elles ont vécus ...il y a des gens admirables ! On a besoin de s'échapper , de **se libérer un peu** ... J'ai un ami ; il est gentil , il n'attend rien ; tout est en gratuité entre nous ; un vrai Ami ; sans dépendance , en réciprocité ...ça se construit ...sans contraintes » !

-« **Ma vie privée compte énormément** ; j'apprécie la maturité de celles qui ont une vraie vie à elles ...Je ne regretterais riensi, j'atteins les JO !
Ma vie est tracée , prometteuse » !

-« Vivre le présent ? ...avec des contraintes , des satisfactions , des renoncements . Aller le plus haut possible ; et surtout ne pas oublier les contacts avec mon club . Ensuite ? avoir une famille , une profession ...et se préserver ...

Vivre avec un mec tolérant , ouvert , qui ne me bride pas » ...

-« Mon père me voulait parfaite ! il avait donc des exigences énormes à mon égard . Il concentrait tout sur moi ! Naturellement il y a eu des ruptures très dures ...

Mes objectifs ? **ne pas être frustrée** ...ça me concerne ..

Je tente tout pour réussir , être épanouie , heureuse , équilibrée , ne rien craindre , vivre en confiance .

J'aimerais avoir un foyer avec un compagnon qui m'aime libre ...Avec des partages , du respect , ...peut être en vivant chacun chez soi ; je veux me montrer solide .

La vie est elle un combat ? **non, et non** ; c'est trop pessimiste ,trop passif ; il y a là trop de fatalité , de négatifNon ; les obstacles sont à surmonter , à contourner parfois , et c'est un enrichissement ! Après on analyse , avec modestie ...

Ne pas subir ; je veux du bonheur » !

???? *Ne pas accepter de subir ; diversifier ses centres d'intérêts ; vouloir du bonheur et partager les plaisirs ; vivre sans pression et aspirer à la paix ...N'est ce pas là , les ingrédients d'une citoyenneté qui lèverait , un peu partout dans le monde , en ce début de , au delà de sombres pronostics ?*

Leurs histoires :

Le judo est leur passion ; pas une fille ne s'est dispensée de me le dire et de me le redire ; c'est évidemment la réalité première de toutes ces compétitrices .

Qui dit passion , ne dit pas exclusivité mais généralement une certaine priorité ; donc s'en suivent des renoncements , des déficits , des sacrifices ...consentis souvent , plus qu'estimés à leur juste valeur . Au sein de tels engagements , les filles cherchent à s'assurer un équilibre qui leur permette de tenir leur pari . Et ce n'est pas simple du tout ; outre les pressions sociales , familiales , et autres , sous couvert des meilleures intentions ,

Elles sont finalement seules pour gérer leur présent sans accepter d'occulter leur avenir .

Or il se trouve que les flux importants d'énergies qu'elles doivent libérer , les entraînent tôt ou tard , à vivre des boulimies d'activités désirées , de rencontres , de sensations , de désirs de découvertes ... Ce sont des filles « émoustillées » par ces flots d'énergies, mises en jeu ... De vraies gourmandes de la vie , pas prêtes du tout à renoncer à leurs « mille envies » !... Sans toujours éviter les implosions qu'elles redoutent , les ayant perçues chez des aînées .

Dans leur quotidien ces athlètes sont surchargées par des emplois du temps à la limite du supportable ; et les événements s'enchaînent , les obligeant à réguler leurs émotions et leurs aspirations . Ainsi elles ont le sentiment d'être malmenées sans avoir aucune possibilité de le laisser apparaître : les contradictions sont dès lors leurs compagnes au quotidien ...

.D'où, ces désirs si fortement exprimés de « qualité de vie », ces espoirs d'une vie épanouie ... Pas une , ne se prive d'exprimer ses vœux , enracinés et vivifiés par leurs vécus , de judoka et de femme , d'aujourd'hui .

Ces athlètes compétitrices ont des existences riches d'activités et d'ambitions , de rencontres (y compris internationales) , de reconnaissances (y compris médiatiques, souvent affublées de frustrations) , de projets (toujours remis en question par les sélections et les risques de blessures) . Dans le même temps elles ont à gérer des contraintes énormes ; qui ont pourtant été consenties , de part leurs engagements ... Ce qui leur donne le sentiment de manquer d'air , de liberté , d'indépendance ! A ce niveau , se dessine la charnière entre les jeunes athlètes dont tous les efforts consistent à s'adapter , et celles , plus expérimentées et plus reconnues , qui savent s'inventer des solutions personnelles de survie, de leur vie à elles . Leurs solutions n'étaient pas bien acceptées par les encadrants qui croyaient « perdre le contrôle » (et donc du pouvoir) Pourtant quand les filles semblent « nécessaires » momentanément à la représentation du judo féminin français , leurs prises de distance sont mieux tolérées .!

Une vie à soi ...une qualité de vie ...une vie bâtie sur de la confianceune vie riche de bonheurs au quotidien : ce sont les vœux unanimes de ces filles qui disent vivre ou avoir vécu une vie d'exception , de privilégiée au cours de leur carrière d'athlète de haut niveau .

Les sacrifices ne doivent avoir qu'un temps ; le passage de la vie d'athlète reconnue, à celle de femme , de femme citoyenne , comme toutes les autres , est très difficile à gérer ; elles le savent , s'y préparent , le souhaitent et l'appréhendent , avec plus ou moins d'aisance .. Elles savent aussi que , se faire une place au soleil dans le monde du travail qui leur est trop souvent lointain , ce ne sera pas de tout repos Chaque domaine de leur vie devra être revisité ... et des adaptations devront être imaginées si elles veulent gagner une nouvelle et bien réelle « qualité de vie » !

Toute la force de leurs caractères bien trempés , devra assurément être mise en œuvre !

« Le sport noble, celui...qui épanouit les corps et enseigne les vertus physiques et morales, s'oppose à l'ignoble, celui de l'argent, qui cultive les vices et diffuse le fascisme .

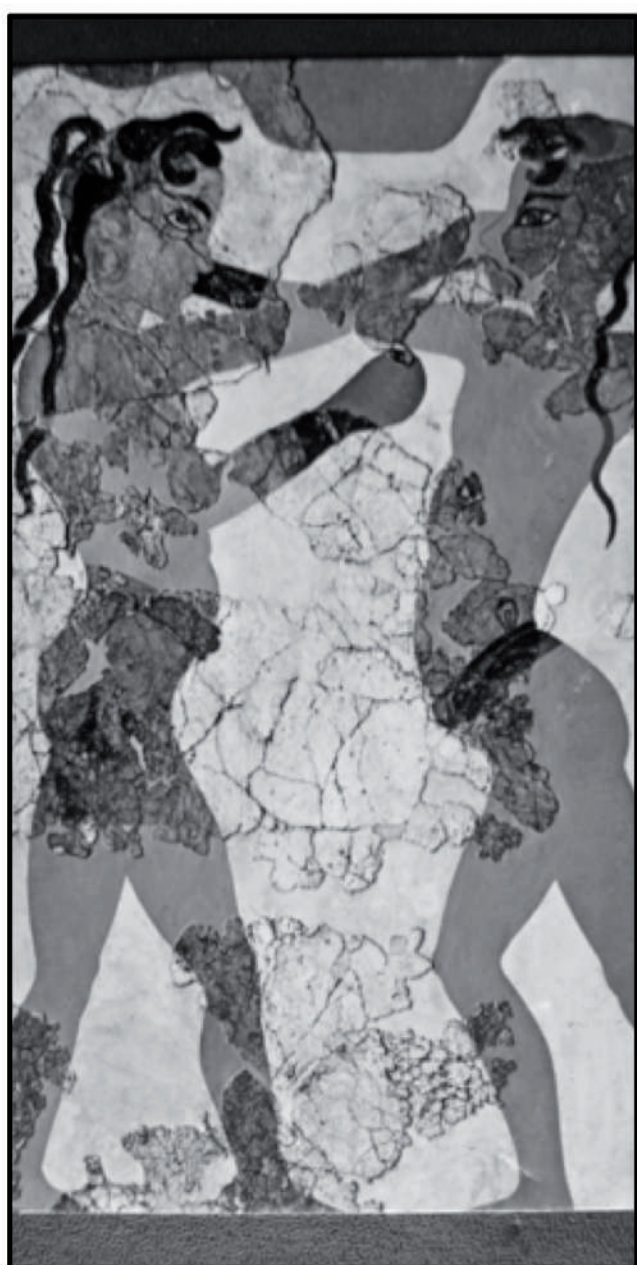
Excellente est la compétition, si elle perfectionne les personnes, mais atroce si elle obéit à un certain darwinisme social, dont l'idéal du plus fort, purement animal, inverse le processus d'hominisation qui, dès l'origine, progresse, au contraire en protégeant les faibles .

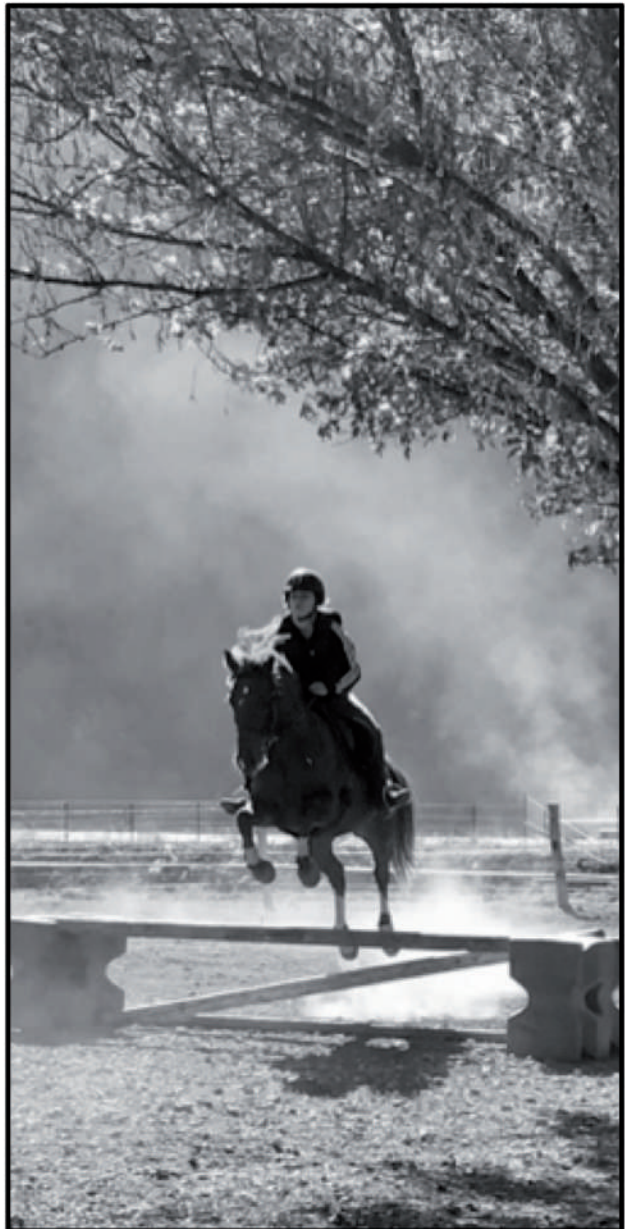
Pour la plupart, les clubs, en effet, ne gagnent jamais de championnat ; les athlètes les plus nombreux n'accrochent pas de médaille à leur maillot....Dans leur immense majorité, les sportifs perdent : voilà ce qu'enseigne leur ascèse ; perdre certes, face aux autres, mais gagner, dans les choses mêmes et pour soi.....

Que peuvent nos corps ? Presque tout . »

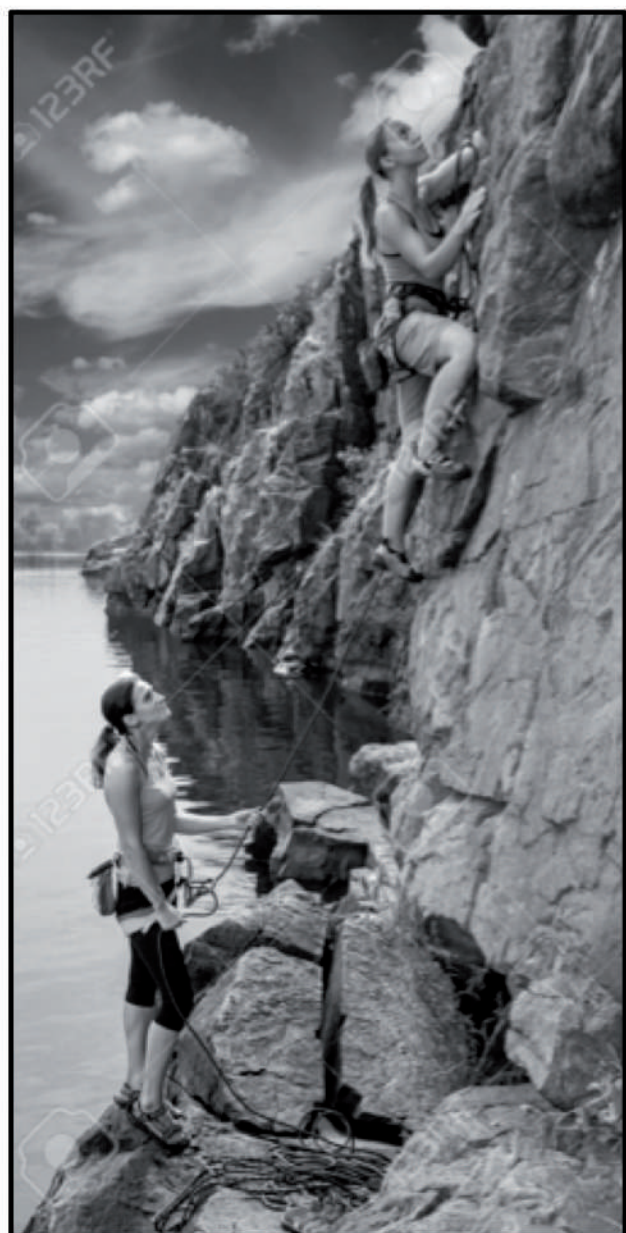
Michel Serres : Variations sur le corps

Edition : Le Pommier

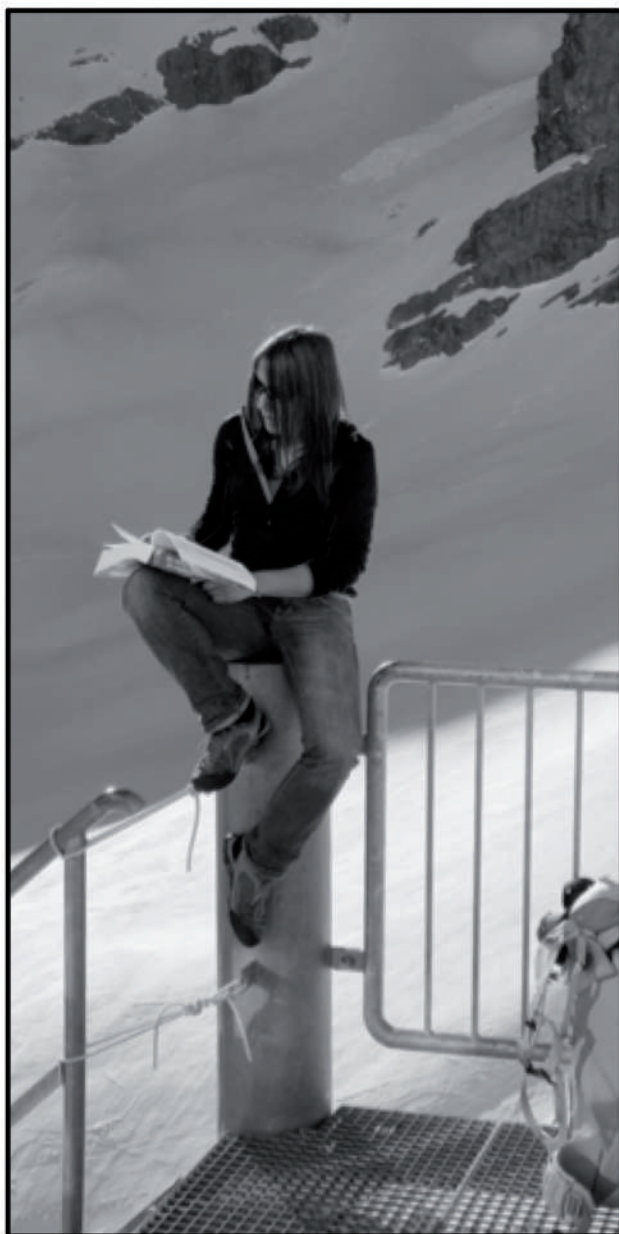
















5 – Des aînées , d'une ou deux générations :

Déjà deux ou trois générations se sont distinguées , depuis l'ouverture de la première salle en 1951 , et l'accession du judo féminin aux Jeux Olympiques , en tant que discipline reconnue , en 1992 à Barcelone !

Que l'on se réfère aux Palmarès –ci joints – pour s'en convaincre .

Qu'ont elles gardé, ces femmes – en elles – de ces années d'exception et souvent de sacrifices ?

Non pas seulement ,des souvenirs heureux et malheureux , des rages et des joies immenses , des blessures physiques et mentales , non pas seulement ces flashes , violents , émouvants des sommets atteints ou manqués ; non pas seulement « des mémoires » à conter !

Dix ans de leur vie , vécus en tension (parfois douze ou quinze ans) ;dix ans de vie , en tensions , en amitié , et en contradictions, mal pétrées : ces « passés » révolus , mais si vivants – en elles - , si vibrants , ne peuvent s'effacer ; elles en sont façonnées .

*Avec le recul , elles analysent davantage et elles aimeraient transmettre quelque chose de tous ces acquis , si chèrement obtenus . Oui , **transmettre , partager , mettre à disposition leurs expériences , leurs connaissances ..** .*

En même temps elles veulent , assurément , vivre aujourd'hui et demain leurs vies de femmes , de compagnes ,de professionnelles , de mères ; leurs vies à elles aux mille envies , dont elles ne veulent rien gâcher !.... Elles veulent et cherchent ...Avec une détermination aussi farouche qu'empreinte de grâce, et d'une certaine dureté ,voilée d'un brin de désinvolture !...

Ces Aînées se côtoient de loin en loin et apprécient la diversité de leurs engagements , et si peu , les cloisons structurelles qu'elles redoutent .

Elles ont été, athlètes à l'INSEP ; elles ne le sont plus .Un peu d'elles mêmes , est resté accroché à ce lieu de vie , d'espoirs , de souffrances ;, de révoltes , de colères et d'enchantement ! Certaines ne se disent pas tout à fait guéries de cette passion vécue avec une telle intensité ; leurs émotions sont restées vivaces !

Des jeunes leur ont succédé et les temps ont quelque peu changé les conditions de pratique et d'évolution ...

Ces femmes , « aujourd'hui , toutes ordinaires, ont vécu de l'extraordinaire » ; elles revendiquent , avec conviction , ces deux aspects de leurs vies .

C'est dans les gradins des compétitions que je les ai rencontrées ; ou bien chez elles , ou encore sur leurs lieux de travail , dans leurs vies « ordinaires » !Une dizaine de rencontres , tout en « coup d'œil et vrais coups de cœur ! »

Christine ----- *Aujourd'hui , elle est Présidente d'un important club , de huit cent pratiquants ; élue aussi dans sa Ligue :*

« Je suis devenue prof d'EPS en collège et prof de judo en club ;

Aussi ai je été amenée à cultiver une image de femme forte ,pour me faire reconnaître ;

quand on est une femme , il faut toujours prouver !

Maintenant je travaille plus sérieusement dans mon club , en collaboration large par petits groupes et les responsabilités sont réparties de façon collégiale ; avec, l'enrichissement de personnes compétentes .Certes il y a eu des accrocs , des conflits : une carapace est parfois nécessaire pour tenir !

Je fais environ 100 heures de bénévolat par mois , en plus de ma profession .

Au bureau , nous sommes huit bénévoles ,avec tous , d'importantes implications .

Il m'arrive d'être aussi retenue par ma fonction d'arbitre au plan national : là encore , il faut être hyper vigilante ; la moindre erreur commise par une femme est un drame ; elle est jetée , non sans violence ; mais si tout va bien , personne ne lui dit rien . Faire sans cesse ses preuves , pour être tant soit peu respectée !...Et cela , à tous les postes de responsabilité ; faire ses preuves , certes par devoir moral mais aussi parce que nous en avons l'obligation ... , tant notre présence est insolite !

Au niveau du club , je prends un réel plaisir , parce que les choses évoluent : nous sommes passés de 500 à 800 pratiquants ; bientôt une quatrième salle sera ouverte , dans un quartier difficile ; le rôle éducatif du judo est reconnu ; on a créé une véritable dynamique populaire , active , participative , où les parents jouent un rôle important ; des fêtes , ponctuent la vie du club où se trouvent mêlés les petits , les filles , les gars ,les adultes et les hauts niveaux ! Une vraie vie de club dont l'ambiance est appréciée ; un club qui obtient aussi d'honorables résultats .

Il est vrai qu'il y a huit ans le club a dû faire un choix , parce que , à l'époque il ne pouvait aider financièrement deux équipes ; et ainsi les filles ont été larguées ! Aujourd'hui des jeunes montent ; des promesses se profilent .

Chez les garçons , il y a eu une inflation des salaires ;un épineux problème ,cet « appel du gain » !Les filles poussent : elles veulent être prises en compte !

Certains s'entraînent à l'INSEP : il y manque quelque chose

Trop de clans , d'animosités ? Ce qui provoquent des usures d'énergies ...et une dissolution de l'esprit d'équipe .

Ce sont les entraîneurs qui profilent l'ambiance ; leurs compétences ne sont pas suffisamment mises à jour ; des conceptions dépassées , font qu'il y a plus de stagnation que de progrès .

Maintenant je vis bien mes diverses fonctions .

Le code moral du judo ,est « affiché » ;le vivre davantage permettrait de pallier à ces manques de respect de la personne qui persistent , et parfois même s'aggravent ; en particulier à propos des femmes , responsables !

De mon parcours judo , je n'ai aucun regret ! au contraire , il m'a ouvert des portes ; il a forgé mon caractère ; j'y puise mes forces d'aujourd'hui , avec en plus , de la maturité ! »

????:*A quand la reconnaissance sociale , civique , du bénévolat , comme force vive d'une démocratie participative , déterminante pour l'avenir des activités qui nous tiennent à cœur , et pour l'avenir de nos sociétés ?*

Martine---- est devenue professeur de sports , - préparant des candidats aux BE – ;à L'INSEP ; elle est aussi professeur de judo dans son club :

« Je ne suis ni arriviste ni rêveuse ; je ne veux pas donner ma vie pour une cause
Mes objectifs ? prendre le temps , pas d'impatience , avec des envies ,de faire avancer ,
parfois de révéler . Envie de découvrir le monde ; les mondes , avec mes enfants .
Au quotidien ce n'est pas simple de travailler : l'enseignement , le mari , les enfants ...mais
ça roule ; nous vivons un équilibre avec des ouvertures appréciables ...

Mon club de judo, où j'ai bien trouvé ma place , est un peu en concurrence au niveau du
temps à y consacrer ,avec mon boulot de formatrice de BE ...j'en ai parfois des regrets .
Regrets aussi de ne pouvoir poursuivre une formation continue , dont je ressens le besoin : le
diplôme de l'INSEP , que j'ai entamé .

J'ai pris du recul par rapport à ma passion sans en être aigrie : je voulais faire le mieux
possible , avec de beaux gestes , certes pour gagner , mais sans valorisation exagérée ; pour le
plaisir , le jeu , pour le groupe d'amies ...ce qui semble manquer maintenant !

Le haut niveau vit dans le stress complet , à cause des enjeux et de trop lourds
investissements ; une spirale infernale , acceptée !

On aurait besoin d'analyses , pour éviter d'immenses gâchis tandis que les résultats
dépendent aussi d'un niveau ascendant au plan mondial !

L'urgence serait de resserrer l'équipe et de multiplier les stages à l'extérieur .

Le sport fait il rêver ? des mises en garde sont souhaitables :

En Pôles , de vraies possibilités , avec des suivis scolaires , médicaux ; souvent plus
qu'ailleurs dans d'autres pays ;mais nous manquons d'objectifs précis , d'où des illusions et
des déceptions .

Les cubaines – par exemple- s'entraînent à mi temps chez elles , et à mi temps en stages à
l'étranger ; de plus elles vivent une cohésion de leur équipe ,ce qui représente un atout
considérable ;Les Belges travaillent autant dans leur club , qu'en regroupements ; Au Japon ,
tout se passe chez elles ,mais avec des suivis très rigoureux , en même temps qu'une vie
d'équipe . Quant à l'Afrique ... : un véritable réservoir ; mais les filles sont obligées , en
l'absence de moyens , de s'expatrier !

Les techniques changent , on est vite dépassées ; pour avancer , des méthodes et des
démarches novatrices éviteraient de si regrettables régressions , dans la construction des
programmations ...

La fédé craint les idées différentes ; des critiques peuvent pourtant jouer un rôle positif , à
condition que le système n'engendre plus une pensée unique ; un système où tout le monde
doit penser pareil...Etre indépendante de la fédé me convient parfaitement .

Dans mon club , je suis entraîneur aussi bien chez les filles que chez les gars ; **il est
indispensable que les entraîneurs féminines , soient compétentes , y compris avec des
diplômes** , pour éviter toute remise en cause ; elles apportent une sensibilité autre , une prise
en charge spécifique .Très vite , la mixité des équipes est ressentie comme un avantage pour
tous et toutes .

Je veux être performante dans ce que je fais ; la pratique du haut niveau m'a beaucoup
enrichie ; on en sort deux fois plus forte ; on a appris à se gérer .

Qu'advient il de celles qui ont échoué ? Je crois qu'elles se trouvent des solutions parce
qu'elles ont emmagasiné des forces ...

Ce qui se passe à l'INSEP , se passe , en fait dans la société : pas de prise de risques ; tout se
joue dans des structures contrôlées ; et les médailles ont un poids économique déterminant. »

???? : Des équipes mixtes d'entraîneurs , du haut niveau, **tant chez les filles que les gars** ,
faut il les imaginer à l'horizon de 2030 , comme cela me fut suggéré ?

Cathy----- Elle est devenue ,CTR dans sa région , après des démêlés de plusieurs années, qui lui ont laissé un goût d'amertume :

« Dans la société sportive , la femme ,n'est pas l'avenir de l'homme ; au moins à ce jour ! Je voulais être juge pour enfants ...mais j'ai dû pratiquer l'informatique qui était une possibilité proposée par l'INSEP; j'y ai renoncé ; j'ai donné priorité au judo . Les études , sérieuses , je ne les ai reprises qu'en fin de carrière judo .Et ça a été dur !!!

Le judo permet de s'exprimer avec tout son corps sans intermédiaire : ça me convenait .De mon parcours , j'ai gardé une fierté , et la conscience que j'ai eu une jeunesse extraordinaire . Néanmoins il faut bien dire qu'à l'INSEP on est en dehors de la vie ... , dans une bulle où l'on vit à plein ,pendant dix ans ! Pas évident de garder les pieds sur terre !

Maintenant je reprends goût à plein de choses ; je me sens en éveil , avide de découvrir ,plus apte à comprendre , à être moins égoïste aussi !

La place des femmes à la fédé reste à faire ...On leur offre des chaises à deux pieds ; toutes celles qui sont en poste sont en position fragile ;...si facilement poussées à démissionner ou à être des plantes décoratives ! Sans cesse elles doivent PROUVER...Moi comme les autres !

On a à se battre , pour être prise en compte , et toute demande légitime paraît exorbitante . Parfois je me sens impuissante face à ce système qui décide de tout et les décideurs ce ne sont pas les élus , mais les exécutifs ; or le judo féminin est mieux considéré par les élus que par les exécutifs ; les femmes à tempérament , elles sont comme un danger ... ; même quand elles sont médaillées au plus haut niveau et diplômées !...Que d'amertume !

La culture judo est bien ancrée dans les clubs ;on y trouve de vrais repères ; la connotation éducative est appréciée des parents ; mais il y a dilution de cette culture ,en grim pant les échelons de la pyramide judo ; à ce niveau les filles sont poussées à bloc pour être LA meilleure : or , il y a si peu d'écart entre la meilleure et la moins bonne !

Actuellement on envoie en championnat des filles trop jeunes ; le risque d'appauvrissement devient un réalité doublée de découragements ; pourtant elles sont terriblement accrocheuses . Qu'advient-il d'elles ?

La pensée unique , le modèle figé ,la rigueur ...deviennent des entraves . Ni rigolade , ni plaisir , en particulier sur le tatami :Il faut en chier , être dure ! Se taire , écouter , ne pas réfléchir ; être docile ...c'est plus facile !

Mais c'est archaïque , un vrai drame ... !!!

Une entraîneur femme manque ...chez les filles ; chez les garçons ,cette idée paraîtrait ridicule ,au moins à l'INSEP ; parce que, dans les clubs il y en a de plus en plus de femmes entraîneurs !

La formation des entraîneurs est encore très pragmatique ; et le judo féminin , dont le modèle est masculin , mériterait des analyses , des études , pour prendre en compte ses particularités : plus tactique ? plus esthétique ? plus en souplesse ?

Mes amies qui combattent aujourd'hui au plus haut niveau ,méritent mieux que ce qu'elles prouvent ... : Trop de lacunes , pas assez d'explorations ! Trop d'autorité , pas assez d'ouvertures ! quel dommage !

????: Et si l'on pariait que des progrès quantitatifs (le nombre de médailles obtenues) seraient le résultat de progrès qualitatifs , certes plus longs à élaborer ?

Jocelyne---- - Elle est CTR . en région parisienne « J'étais une bête de travail ; je voulais réussir ; j'ai mené de front mon travail professionnel et le judo ; les stages étaient rares ; à l'époque , on était carrément pauvre ; nous n'avions même pas de survêtement , et les voyages étaient à notre charge ! mais nous étions si heureuses de nous retrouver ... **c'était fabuleux cette vie de l'équipe** ! et il n'était pas question de nous imposer quoique ce soit ! Nous revendiquions , y compris par lettres recommandées ...

Que de différences entre le judo de 1980 et celui de l'an 2000 : la préparation physique est meilleure et les filles sont prises en charge ,elles sont même assistées , mais elles ne connaissent plus les joies de la vie d'équipe . Elles fonctionnent en circuit fermé , au sein du système avec le risque d'y être broyée !

Sont elles privilégiées , elles pour qui l'autonomie est un rêve si difficile à réaliser ? Les expressions personnelles y sont étouffées .Le système est bâti sur la masse , prodigieux réservoir , et la concurrence est , toujours plus âpre .

A la fédé on divise pour mieux régner ; les valeurs du judo sont bafouées ; il se passe dans le judo ce qui se passe ailleurs ; on parle de parité mais la confiance et les reconnaissances manquent notablement . Les femmes de notre société vivent ce que les filles du judo vivent à leur façon ...

En perte de vitesse : l'autonomie , le respect , la tolérance ...Mais le machisme perdure ! L'absence de réflexion , d'analyses , est très préjudiciable à l'évolution pourtant nécessaire du judo français ; trop de problèmes financiers et d'intérêts personnels deviennent des vecteurs de pouvoir .., et de manipulations .

Pour les filles ,les reconversions restent délicates ...Combien d'entre elles sont sorties du judo , sans rien ! et celles qui avaient obtenu un bagage , l'ont si chèrement payé ; maintenant ma collègue , Paulette accomplit un grand travail à ce niveau .Les différences de traitement entre filles et garçons persistent ; non plus au plan fédéral ,pour ce qui est des bourses , mais les gros clubs aident bien plus les gars ; malgré les palmarès éloquents des filles .. A ce niveau , la régression est inadmissible .

Pour tout mener de front, est ce plus facile pour une fille ?ou bien le petit monde du judo masculin est il celui des dieux ? Certains ne se gênent pas pour en être les représentants médiatisés , donc incontestés ? »

Dominique—, Médaillée olympique

" Ma carrière judo , qui a été un choix , s'est faite au dépens de mes études ; ce que je ne regrettais pas alors , c'était un choix délibéré : je voulais donner priorité à ma carrière de judo .

Maintenant j'apprécie de pouvoir me former , quoique si tardivement ; si péniblement au début , mais avec un intérêt toujours plus soutenu ; peut être , grâce à la maturité ?

Aujourd'hui les études m'épanouissent ; elles me permettent de mieux analyser et de chercher et trouver des réponses aux questions que je me posais .J'ai eu une fonction de responsable et donc j'ai derrière moi toute une expérience et plein de questions !

Les études, théoriques , basées sur l'expérience et l'analyse , portant sur le judo manquent notablement ; rien sur le judo féminin ; quant aux préparations physiques du haut niveau , la référence , c'est le travail de Michel Pradey ,la seule, sérieuse , alors qu'il n'a pas été judoka....Quelques essais sont en cours ; nous avons là , un grand retard !

Je termine le professorat de sport ; je souhaite m'occuper de jeunes ; avec l'envie d'aider au développement de motivations , dans le concret de la vie ; et puis , avec ma famille , nous

voulons partager une qualité de vie à laquelle nous aspirons tous , mes enfants et mon compagnon . »

Coup d'œil, coup de cœur : *Ces rebelles , ces résistantes , ces battantes d'hier , ont imposé la reconnaissance du judo féminin . Il est certain , que la vitalité et les qualités de leur discipline, sont entre les mains de celles qui , aujourd'hui , s'accrochent , avec intelligence ... au kumikata de leurs adversaires internationales . Le judo évolue et oblige les féminines à utiliser des potentialités encore méconnues . Tout un champ de pratiques et de réflexions à explorer*

Monique .n'a pas été en équipe de France . A la trentaine passée , parmi toutes les mamans du club de judo où ses enfants étaient inscrits , elle est invitée à venir fêter le 20^e anniversaire de l'association , en apportant des gâteaux .

C'est avec une copine , qu'elles sont venues en kimono , tout neufs , ceintures blanches et licence en main. Aujourd'hui Monique est ceinture noire, présidente de son club et de Ligue de sa région .Par ailleurs , infirmière en entreprise , déléguée du personnel , elle a refusé d'être conseillère municipale , avant d'être à la retraite, faute de disponibilité ..

Ce qu'elle souhaite ?« Participer à l'évolution des mentalités par des pratiques de judo : Apprendre à donner le meilleur de soi et l'exprimer .

L'enthousiasme et les exigences de cette femme sont légendaires et si communicatifs :ici , on est chez nous et on assume nos 150 clubs représentant 15.000 licenciés ,dans la bonne humeur Les femmes sont de plus en plus nombreuses , à pratiquer et à prendre des responsabilités ;et quand des jeunes , après blessure ne peuvent plus envisager une carrière de haut niveau ,elles s'engagent tout naturellement dans une autre forme de pratique , dans une progression d'arbitres

Les femmes ? elles sont une force innovante »...

Coup d'œil, coup de cœur : *En quoi seraient elles des forces innovantes , ces femmes ? En ceci , sans doute, qu'elles sont moins des conquérantes que des battantes , lesquelles ont à découvrir des chemins de traverse , pour tenir le cap qu'elles se sont fixés . Certes ce sont là des chemins déjà travaillés, par des générations de femmes mais sans avoir été ni topographiés , ni reconnus .Elles les retracent , à leur façon , à partir de leurs trajectoires , dans la société telle qu'elle se présente , à elles , à toutesD'où la force innovante de leurs explorations ...*

Laurence , a fait dix ans de compétitions , menant de front études et judo ., avec des rêves fabuleux , des passions ; « mais je ne voulais pas vivre enfermée sur le judo ; je voulais garder mes AMIES et tous les contacts qui font la vie .

Être à l'INSEP était une sacrée chance pour moi, de pouvoir poursuivre mes études

J'étais motivée ; ma famille me soutenait ; pour eux , ouvriers , avoir un travail un salaire était primordial ...bien plus que les études .

Mon bac passé ,j'ai préparé un BE et un BTS , tout en travaillant ,avec des horaires allégés grâce à la convention que Paulette avait négociée avec la SNCF . Je voulais tout gérer ,mais les fatigues accumulées , ne m'ont pas permis ,après quelques belles réussites , somme toutes prometteuses ,de tenir mieux que les troisièmes places ; c'était décevant . Les professionnels collègues me demandaient si les vacances avaient été bonnes ; en fait du repos , des vacances , je n'en prenais jamais !Je voulais tout teniret surtout rester les pieds dans le monde du travail, certes avec des aménagements successifs.

A trente ans j'ai pris ma décision personnelle ; celle d'arrêter le judo de compétition qui était ma passion ; poussée aussi par des dysfonctionnements ,et du favoritisme qui m'ont progressivement démotivée , faute d'issue possible ...

A la fédé ,je dois mes études et mon statut d'athlète ;mais celle ci a apprécié mon départ volontaire parce que ma façon de vivre indépendante , dérangeait .. J'ai regretté d'avoir raté les championnats d'Europe , alors que j'étais championne de France ...

Maintenant j'ai passé des concours professionnels , j'ai repris des études qui m'ont permis une promotion dont je suis tout à fait satisfaite .Mais que d'énergies m'a t'il fallu trouver ! J'ai passé dix années fabuleuses , exceptionnelles , avec des rencontres très fortes, grâce au judo en équipe de France , grâce à des amies que j'ai tant de plaisir à retrouver dans les gradins des compétitions . Certaines sont devenues cadres sportives ; mais la fédé les fait craquer , les fait démissionner la plupartNi reproche , ni droit ; avec un machisme énorme . Quant aux médailles féminines elles continuent d'être déconsidérées par rapport à celles des gars ! C'est d'un autre âge !Pourtant les filles font du beau judo ; elles se battent bien . Elles sont l'honneur du judo français ! »

Dominique , se dit une championne ratée . « J'ai pourtant eu un vrai parcours judo , mais trop souvent à la place de seconde ... , pas assez à la première place !

J'étais soutien de famille , l'aînée de six enfants ; ma mère divorcée , travaillait à la chaîne... Les sélections pour aller en championnats se faisaient en stage où j'allais irrégulièrement , jamais je ne pouvais aller en tournoi où je me devais de participer .

L'INSEP , la fédé n'ont pas pris en compte ma situation personnelle .L'été , de juillet à novembre , je faisais des petits boulots ; le reste de l'année j'étudiais ; et j'ai obtenu des maîtrises en bio chimie et en informatique .Pour des raisons personnelles j'ai voulu tenir le cap ; au delà du raisonnable ; jusqu'aux blessures ; là ça n'allait plus !

Maintenant ma famille d'origine se débrouille , ils sont grands ...J'ai vécu tant de galères ! Je suis mariée mais nous hésitons à avoir des enfants ...

Je travaille en hautes technologies et je suis déléguée syndicale : je représente mes collègues , des ingénieurs corvéables à merci ! Un vrai travail de citoyenne ,et dans mon village je suis aussi conseillère municipale .

Au plan du judo je n'ai pas tout abandonné ; élue départementale , je suis les athlètes qui montent , je les aide , je les soutiens , les conseilleJe ne puis faire davantage .

Ma passion n'est pas éteinte ...et les grandes échéances du judo me sont des occasions de m'offrir le plaisir des rencontres ,et des retrouvailles dont je ne me lasse pas

Ces années de passion sont ineffaçables . »

Coup d'œil , coup de cœur : Leurs engagements socio professionnels sont à la hauteur de leurs déterminations des championnes qu'elles furent

Ces femmes sont elles « surchargées » ? A y regarder de près il semble bien que rares sont celles qui, pourtant, acceptent des sacrifices. Dès avant d'avoir des enfants, elles se sont entendues, s'il était besoin, avec leur compagnon sur un partage réel des tâches en réponse aux nécessités de la vie quotidienne Puis elles font des choix, mesurés, réfléchis, quant à leurs désirs d'être femme, mère, amante, tout en menant une activité professionnelle ,et sans renoncer à leurs envies personnelles, sans lesquelles ; ces femmes se sentiraient comme minorées dans leurs fonctionsComme elles ont appris à gérer leur stress en compétition, elles gèrent aujourd'hui leur temps, avec une réelle intelligence des situations et sans stress ! Et même avec des sourires de connivence qui prouvent qu'elles savent relever le défi !

Isabelle : Elle enseigne maintenant à l'université ; elle a abandonné les compétitions mais elle pratique des sports de plein air avec son compagnon , dont elle a deux petits garçons . Ses vœux ? nourrir de qualités de vie son jeune bonheur !

L'entraînement : S'entraîner , c'est facile . Bien s'entraîner est déjà plus difficile , mais la difficulté n'est pas là . La difficulté c'est de gagner , d'être la première , toujours la première ou chercher à l'être . Certes , on pourrait considérer que chercher à être la première demande de s'entraîner , et c'est globalement vrai si l'entraînement est adapté . Mais cela devient une catastrophe physique et morale quand ce n'est pas le cas . L'entraînement ne conduit donc pas à gagner . Gagner , c'est aussi un état d'esprit . C'est un état d'esprit qui s'apprend ; ce n'est pas une fatalité, c'est une conséquence obligée .

La difficulté, on ne la rencontre que lorsqu'on entreprend quelque chose . Dans un premier temps , elle conduit à ne pas réussir .On se trouve face à un choix :fuir l'échec ou affronter la difficulté . Dans le sport de haut niveau , une chose est sûre , c'est qu'on échappe pas longtemps à la réalité . Réussite et échec se côtoient quotidiennement , et pour mieux le vivre ensemble, il est préférable de relativiser .Cela m'a aidé à durer . Dans les deux cas , l'échec ou la réussite ont une fin en judo . L'échec vous conduit à l'arrêt de la pratique de haut niveau , et le succès aussi, même si ce n'est pas pour les mêmes raisons , ni dans les mêmes conditions .

J'ai appris à ce que les deux me soient profitables puisqu'ils vont si bien ensemble : l'échec me permettait de construire mes victoires, et mes victoires d'oublier mes déboires .On me l'a dit , très maladroitement et trop tard, mais perdre ou réussir , c'est un état d'esprit, une éducation en quelque sorte .Mes difficultés à gagner étaient ancrées au plus profond de moi même, dues à une certaine éducation , à ce que j'étais à ce moment là . L'entraînement, mais surtout la compétition m'ont permis d'admettre douloureusement que ces limites n'étaient pas le seul fait de ceux qui m'entouraient ; elles étaient en moi ; comme un trait de caractère façonné par le temps qui les renforçait . Il restait à trouver quelles chimères empêchaient mon esprit de prendre le meilleur de cette vie , sans me perdre dans ses méandres . C'est la quête de soi, sans limite dans le temps et la douleur .

L'entraînement pour gagner , c'est percevoir, analyser et faire tomber ce qui nous limite . Repousser ses limites ,ne se travaille pas que sur un tatami .

Rares sont ceux et celles qui n'ont pas besoin de repousser ses limites pour atteindre leurs objectifs .Pour la plupart d'entre nous , le chemin à faire , est plus ou moins long mais toujours douloureux . Accepter de se lancer sur cette voie , nécessite du courage, celui de surmonter la peur et de supporter la douleur de découvrir qui on est vraiment . Alors , face à ce parcours du combattant , l'entraînement sur le tatami, à l'INSEP ou ailleurs, n'est rien : c'est facile, et c'est comme cela que je l'ai vécu .Il n'y a pas d'exercices que je ne pouvais surmonter . A l'entraînement , on n'est pas soumise à des obligations de résultats, mais seulement à celles des moyens . La difficulté tenait plus à cette caractéristique du judo, celle d'être un sport individuel à entraînement collectif . J'ai du apprendre à gérer cette notion , assez tardivement d'ailleurs, car mon éducation dans ce domaine a été plus oppressante que libératrice .Et si j'ai persisté si longtemps dans cette voie , c'est parce que j'avais le désir de me libérer de **cette chape de « docilité- normalité »** que mon éducation m'avait collé sur le dos Nul par , on vous apprend à être indépendant et autonome, et partout, on souhaite des citoyens responsables, performants, innovateurs , créatifs...des individus hors pairs, des champions !

J'avoue que rien ne m'obligeait à subir ma vie ...à la fois en tant qu'individu socialisé et en tant qu'athlète , si ce n'est cette éducation dont les valeurs relèvent plus de la profession de foi que celles de la championne que je voulais être .Alors , j'ai du apprendre à devenir quelqu'un d'autre pour tenter d'être au moins à l'image de ce que je voulais devenir : une gagnante .Cet état d'esprit , je n'osais pas le montrer .

L'avantage de l'apprentissage, c'est qu'il opère des transformations conscientes, volontaires , durables . Le chemin a été long, difficile et douloureux ;et même si cet apprentissage n'est pas terminé, cette période aura été fortement chargée d'émotions !

Quel fatigant parcours qui commence un jour, pour ne finir jamais ! »

???? :

Cette « chape de docilité , normalité » évoquée précédemment , n'est elle pas ce couvercle pesant qui fige puis enfouit tant de désirs , de rebellions potentielles , qui ne verront du jour que des filets de lumière ? En formes d'espoirs impossibles , ou trop lourds à porter ?

Céline , a été en équipe de France, de 18 à 24 ans ; tout en suivant des études de journalisme . Deux passions fortes pour une seule fille !

« Je voulais tout ; tout tenir ; résultat : je me suis faite virer de l'école et je me trouvais en deuxième position au judo ,alors que d'autres montaient ! J'avais tenu six années , un équilibre difficile mais avec un enthousiasme égal . Partagée entre le doute et le défi j'ai fini par abandonner le judo de compétition ;la fédé m'a laissé partir , volontiers, malgré mes titres et mon jeune âge . Pourtant j'aurais tant aimé faire les Jeux Olympiques !

Aussitôt j'ai commencé à travailler pour de bon dans le journalisme .Et j'ai été enceinte

Voir le judo me chatouille ; mais je ne voulais pas faire que ça ...

En ce temps là , je pouvais nourrir haine , sympathie et affection avec les filles ; des filles admirables ! Entre nous , un vrai respectMaintenant c'est plus difficile ,entre elles , vu les enjeux financiers .

Depuis j'ai vécu bien des galères ! J'ai repris mes études , obtenu des diplômes , et , peu à peu , je suis entrée dans les circuits du journalisme; je me suis passionnée ; et c'est à FR3 que je travaille présentement . Dans mon service , je suis la seule femmeAvec aucun droit à l'erreur ; il me faut être sympa , évoluer en douceur ... ; sans perdre la foi !

Le judo m'a appris à tempérer mon stress , à dépasser les périodes de déprime , à mieux supporter les claques . Face aux mecs , tenir un équilibre visible quoiqu'il arrive ; ne jamais , paraître en quoique ce soit tire au flanc ;toujours débordante d'énergies , jamais fatiguée , jamais en arrêt maladie . **Je sais maintenant jouer ce rôle , avec fierté et énergie** ; avant d'avoir été athlète , je refoulais ;...sans le judo ,je n'en aurais pas été capable ...

Pour moi , tenir dans ce service des sports est un vrai défi ; j'assure des reportages ; **j'ai envie d'avancer , j'ai envie de tout ; si je me pose tant soit peu , s'en est fini de moi** .Toujours des défis , à la limiteLe plus étonnant , c'est que ça marche ! mais je dois être très vigilante , parce que , un jour je peux m'entendre dire « tu ne fais plus l'affaire » ! Alors je m'ouvre d'autres portes, vers une bi qualificationque je vais commencer sous peu

J'ai obtenu de couvrir à Sydney , en septembre , les Jeux Olympiques – dont j'ai tant rêver – Reporter du judo féminin et masculin. ! C'est pour moi , un défi , un rêve , un bonheur , une revanche , une fierté !

Cette perspective représente un énorme travail de préparation ... il me faut suivre de près , de très près le judo français et international, y compris dans les détails . Il s'agira que non seulement les judokas soient intéressés , mais tout le monde , n'importe quel téléspectateur .. Or le judo n'est pas lisible du premier coup à tout le monde . Il faut être capable d'« accrocher » les intérêts . Je me prépare des fiches , des rubriques ...

Je serai accompagnée par quelques grands du judo ... *Céline aura eu là , l'occasion rêvée d'assumer une nouvelle , belle performance, que chacun a pu apprécier !*

Ma vie a changé ; elle est chargée , dit elle , en évoquant sa vie personnelle et familiale : D'autant que je ne suis pas seule ! Mon Homme , nos deux filles ; nous sommes quatre , à présent ! Mon compagnon est comme moi très indépendant , et nous vivons bien ; nos ententes sont de qualité .

Nous avons vécu de lourdes remises en question avec de graves problèmes de santé , à propos de nos filles . Et puis la mort accidentelle de mon frère ... Il est vrai que nos familles se sont toujours montrées très disponibles

Parfois c'est de la haute voltige : les filles vont bien maintenant , je les emmène partout ; elles sont tout à fait habituées et elles sont capables de s'endormir là où elles se trouvent , tranquillement : Un équilibre satisfaisant ... Tout va bien !

Dans l'équipe féminine de judo , c'est plutôt la tourmente ... un manque de cohésion ; des « exilées » et toute une armada anti fédé ; elles se plaignent de tristesse à l'INSEP ; elles sont quand même des bosseuses inconditionnelles ... parfois dociles , parfois rebelles . Ce manque d'unité , ces décalages importants à la veille des JO , représente un lourd préjudice . Avant , ce genre de handicap n'existait pas . Nous formions une équipe , soudée ...

L'équipe des entraîneurs ? elle a pris du retard ; un travail plus personnalisé serait nécessaire , avec moins de rigidité , moins de dureté ; mais aussi grâce à des progrès élaborés plus scientifiquement . La recherche de compétences diverses , plus affirmées , aiderait à ce que nous ne perdions pas progressivement du terrain ...

Actuellement , chaque fille travaille pour elle même ; c'est dommageable !

D'autres nations ont sans doute là une avance sur nous : avec des équipes plus soudées et des progrès scientifiques , en confrontation avec leurs expériences . Au Japon , à Cuba , en particulier ... Rigueur , exigences , mais aussi présences , suivis ... voire affection ... hors séduction . Tout un programme et des attitudes à développer ...

Le judo féminin doit s'inventer : c'est ce que font certaines filles du haut niveau , qui pour progresser encore , s'adaptent des mouvements selon leur morphologie , mais aussi en observant finement les gestes des adversaires ; il se fait là , de façon pragmatique , mais très poussée , des avancées , parfois décisives sur les résultats , qu'un rien sépare ... De l'art !

La barre est haute , exigeante , les filles doivent être en alerte , en éveil pointu ...

Parfois , des résultats dépassent l'entendement logique ... En cela , le judo est créatif , donc émancipateur !

Les femmes sont étonnantes d'endurance , de longévité ; elles sont battantes , avec un regard énigmatique , « en sympathie » !

????:

Peut on rester de marbre devant un tel déploiement de vitalité, de conviction , d'espérances ?

5- Le judo féminin de haut niveau, en devenir :

1 - De bas en haut de l'échelle : Au travers des différentes structures fédérales , les sélections commencent de plus en plus tôt : dès l'âge de 15 ans . Enthousiastes ,elles entrent « dans la spirale infernale » ,avec de farouches volontés , de grandes fragilités ... et connaîtront parfois des désillusions ; difficiles à assumer ,sans aides particulières.

Les jeunes , au sortir d'un Pôle France , hésitent et désirent en même temps faire leur entrée à L'INSEP , suite logique de leur progression . Car leurs aînées les ont prévenues ; elles savent déjà que ce sera dur de vivre « dans la bulle » de l'INSEP , dans le « système » des entraînements , où ,des années durant , elles seront « de la viande » et devront , aussi« prouver » qui elles sont ; pour ne pas être éjectées !Preuve de résultats à l'appui . Mais la passion , déjà éveillée , les incite à gravir les échelons de la pyramide .

2 - A mi parcours elles ont déjà gagné quelques tournois d'importance , et quelques médailles ;dès lors elles s'accrochent , presque inconditionnellement .Passage obligé , avec des sacrifices , dédiés à leur passion et à la fascination des affrontements des championnats internationaux . Elles savent aussi se taire , être dociles , non sans souffrances endurées . Ensuite les résultats ,la maturité et le fait qu'elles soient des têtes de sélections , font que certaines peuvent négocier ,avec plus d'assurance, leur emploi du temps et leur mode de vie ; avec des espaces de liberté .Dix années de travail acharné méritent ces consécration de haut niveau qui leur sont à portée de main : Pour leur obtention, des appréciations personnelles ou conjoncturelles sont là essentielles, déterminantes !.....

Même si les carrières judo s'étalent sur 10 - 12 ou 15 ans , les générations se succèdent bien plus vite . Les conditions de sélection et d'entraînement ,aux divers niveaux , ont amené la fédé à chercher des solutions d'appui , de réparation , indispensables .

Ces soutiens , divers,n'existaient guère ,il y a quelques années ;leurs mises en place progressive commencent à être probantes , surtout au niveau des plus jeunes .

3 - En fin de carrière sportive, échecs ou réussites à la clé ,comme les aînées, chacune raccrochera le kimono ; et ce sera une autre aventure , moins prestigieuse ,sans doute, et qui fait peur à celles , trop nombreuses , qui n'ont pas pu , ou bien pas su ,assurer leur avenir professionnel .La plupart , néanmoins sortent avec un bagage professionnel conséquent . Des exceptions à ne pas omettre , ce sont celles qui ,arrivées tardivement en « haut niveau » avaient déjà bien engagé leurs études ,et leur avenir professionnel ; celles ci, sortent de leur carrière sportive avec des expériences du monde du travail .

D'autres qui ont occupé des emplois ,avant de percevoir des bourses ou d'obtenir des détachements, s'étonnent de pouvoir s'entraîner sans soucis ; d'être soignées de surcroît ;et les obligations leur semblent faire partie « du jeu » Elles se savent indépendantes : leur choix de compétitrice est bien le leur ! Ces jeunes femmes , aguerries , sont exemplaires !

*4 - Les professionnelles, présentées ci après , ont toutes été des athlètes , des judokas internationales . Ayant acquis des compétences diverses et des expériences de terrain , elles ont désiré les mettre à la disposition des jeunes qui montent et dont elles connaissent si bien , les espoirs , et les désespoirs , les douleurs et les bonheurs , passagers ; et les drames intimes , de surcroît . **Elles sont là , de véritables accompagnatrices** :Elles les soignent , les conseillent , les soutiennent , chacune en fonction de sa spécialité , et de ses compétences ; toujours appréciées .*

A -Des accompagnatrices , compétentes , auprès des athlètes de l'INSEP

Paulette, est connue de toutes les générations du judo féminin . Entraîneur national, elle est chargée du suivi social et professionnel des judokas de l'INSEP.

« A mon époque, il est vrai que l'on se retrouvait avec une joie qui faisait notre force et notre cohésion. Aujourd'hui, le confort d'entraînement est tout autre. Et ce sont toujours les plus indépendantes qui obtiennent de meilleurs résultats. Pour avoir appris à se surpasser, elles font toutes preuve de caractère, de détermination et de volonté. Ma mission est d'assurer le suivi social des athlètes, filles et garçons. En coordination avec l'Insep et la fédération, je recherche des conventions possibles, je conseille des études compatibles avec le niveau requis et nous aménageons au mieux des horaires réalisables. Je me place comme une interface entre les athlètes et les entraîneurs. Ainsi il m'arrive d'arranger mais aussi de déranger. Tout doit être mis en œuvre pour réussir et ne pas avoir de regrets. Rien ne se fait dans la facilité. Seul un travail régulier est porteur de résultats. Le judo de haut niveau est une dure et excellente école de la vie.

L'important reste l'épanouissement des athlètes car leurs résultats sportifs en supportent les conséquences. Mais le sport de haut niveau leur a appris à se battre, y compris sur le plan professionnel. Leur passion est communicative aux autres secteurs de leur vie. Les athlètes ont toutes de fortes personnalités. Ce sont des combattantes, mais surtout des battantes. »

Christine : a eu un parcours de judo de haut niveau , stoppé par une blessure grave , alors qu'elle se trouvait bien à l'INSEP . Des bagages universitaires à la clé , lui ont permis de rebondir en les complétant , à loisir, selon ses intérêts divers .

« Auprès des filles du judo ,à l'INSEP, j'ai des missions , complémentaires : j'ai à entraîner un groupe d'athlètes en préparation physique, à accompagner des blessées à leur retour , j'ai à les aider à se réinsérer , progressivement en évitant des rechutes .Pour cela , nous avons mis en place, avec les entraîneurs et le staff médical 'la gestion du retour', structure destinée aux judokas blessées . Je propose un suivi physique et psychologique , en préparant progressivement et graduellement le retour à 100% sur le tatami .

Je fais aussi de la formation à l'informatique . .

Bien que sur le tapis aux heures d'entraînement , je ne suis pas entraîneur , je suis chargée d'une mission particulière qui m'amène à travailler avec les médecins et les kinés , et avec des intervenants spécifiquesdes gens de compétences ; et nous collaborons ..

Profondément convaincue d'avoir à faire à des êtres pensants , je ne veux ,ni les pousser , ni les retenir . **J'explique avec précision et rigueur aux filles de quoi il s'agit** . Je cherche à ce qu'elles progressent au mieux , sans être assistées , ni dirigées .

Chacune a ses sensations propres ; chacune est capable de se prendre en charge si elle comprend et sent de quoi il s'agit ;il lui faut la liberté de réfléchir , de sentir , de pouvoir dialoguer , de donner son ressenti ,y compris de façon contradictoire , pour pouvoir décider, et ainsi avancer sûrement et ensemble vers le rêve .

. La performance n'est pas le fruit d'un seul arbre mais celui d'une multitude de greffes effectuées sur cet arbre : considérons l'athlète dans sa globalité .

Je tente aussi de mettre en place une démarche de prévention , en séances spécifiques ; j'impulse ,je coordonne , avec des moyens adéquats , des émulations , cultivant les motivations ...Ce qui me paraît important , c'est **la diversité , la polyvalence**.

On me fait confiance ; et je fais confiance aux athlètes .La confiance ne se mérite pas ; elle se donne sans condition . »

*Armelle , est kiné vacataire , à l'INSEP , et auprès des cadettes en stage .
Au cours d'une interview en février 2000, elle apportait ce témoignage:*

« J'étais une petite fille timide ! mes parents me poussaient à me défendre , à revendiquer ;ils se sont montrés très compréhensifs , permissifs , encourageants , avec de la rigueur .**Pour eux les réussites ou les échecs , ne sont pas si importants !**
Maintenant je ne suis plus une athlète , mais je pratique différents sports pour le plaisir ; entre des périodes de travail assidu , ardu , mais qui me plaisent ! »

« Je pratique mon métier avec un grand plaisir ; et de pouvoir aider ces jeunes judokas , me fait aussi du bien !

Mon souci principal : ne pas être prise pour un modèle , ne pas reproduire le système , tenter d'apporter une touche personnelle .Aider , soulager , OK . Je ne veux pasêtre ce qu'ils voudraient que je sois ; je ne peux travailler aux ordres ou sur modèle ; j'ai ma conscience , mes expériences , ma réflexion .

Je n'ai pas besoin , ni le désir « de me réaliser à travers eux » (elles)

Je suis la seule kiné femme ;ce qui me faisait craindre de la misogynie de la part des gars ;en fait je ne rencontre aucun problème ; c'est super agréable ; du bonheur ... !

Je fais mon travail , franc jeu en toutes circonstances .En même temps j'évite de privilégier les titulaires , sauf cas d'urgence ; je cherche à accorder autant d'attention à chacun , à chacune : j'y tiens essentiellement . !

Longtemps il n'y a pas eu d'entraîneur féminine ;et les deux qui l'ont été , furent amenées ... à démissionner. Les cadres femmes sont non moins rares ; ce n'est pas une affaire de compétences mais de préférence de choix masculins . Tant que des études ne seront pas menées à propos de ce que ces femmes , entraîneurs , pourraient apporter de spécifique , leur montée ne se fera que pour pallier à des nécessités momentanées ou bien pour répondre aux exigences nouvelles de la parité , sans réflexions construites ; sans doute des impasses sont elles à éviter »...

*Un an après , en avril 2001 ,Armelle apportera un point de vue modifié ,et complémentaire , ce qui prouve à quel point , **rien n'est figé , tout est en mouvement , tout peut évoluer**, les opinions , les personnes comme les pratiques et les structures*

« Amusant de constater ,réfléchit à haute voix Armelle, que le premier jet de commentaires concernant mon périple dans le haut niveau a été plus aigre que doux, comme si le ressenti profitait de l'occasion offerte pour s'exprimer. Pêle-mêle surgissaient les amertumes, les rêves inaboutis, les critiques d'un système élitiste, les efforts consentis et puis le plaisir, les joies. **Je ne suis décidément pas guérie, la passion est intacte, à fleur de peau.**

Le judo de haut niveau a été pour moi une question de circonstances, mes parents se sont montrés encourageants, compréhensifs, mais leur engagement n'a jamais été excessif. Ils jouaient plus volontiers le rôle de contre-poids, me rappelant l'importance de ne pas négliger mes perspectives sociales et culturelles.

Je me souviens d'une réflexion de mon père "**les athlètes de haut niveau se sont des extra-terrestres entraînés par des extra-terrestres.**"

Je suis fière d'avoir mené de front études et carrière de haut niveau, de plus grâce à mon métier de kiné, j'ai le plaisir de rester dans le bain.

Dans ma démarche professionnelle j'ai la volonté de ne pas reproduire le système, je veux collaborer en restant vigilante à être disponible pour chacun et chacune, vedette ou pas.

Au regard de mon vécu, je souhaite surtout **travailler à développer les moyens de prévention de la blessure ainsi que ceux de la récupération.**

Le judo ne représente que 20% de mon activité professionnelle, c'est important cette mixité, les huis clos me sont pénibles. Je pense d'ailleurs que l'inertie du système vient du fait que les cadres n'ont rien connus d'autre dans leur grande majorité.

Pour certains, le haut niveau est un aboutissement, pour d'autres, un apprentissage, pour moi, il m'a appris une chose; c'est que je ne laisserai personne me dire ce que je suis capable de faire et de m'enfermer dans un rôle (que j'ai accepté d'ailleurs !).

Je suis la seule kiné femme et **je craignais une certaine misogynie de la part des gars, le fait est que le blocage était dans ma tête.**

Je n'ai rencontré aucun problème, c'est super agréable, du bonheur! »

***Véronique**, est diététicienne dans le cadre de l'INSEP ; à ce titre elle est en charge de suivre 22 fédérations sportives.*

Ayant été elle même judoka de haut niveau , elle suit avec un intérêt particulier , les filles du judo , qui , pour être dans leur catégorie , ont souvent des problèmes de poids à réguler et des stocks d'énergies à gérer.

« **J'ai tenu une double carrière , comme un défi , une victoire sur moi** !dit l'ex compétitrice . Le judo a été pour moi , une forme d'expression et une source de culture , de voyages , d'éveils , de curiosités . Les études menées , en motivaient d'autres, diverses : universitaires , théoriques et sportives . Ainsi ai je obtenu des médailles et des diplômes . Mes parents , ont été de vrais accompagnateurs ; ils ont toujours fait le maximum pour me soutenir, sans dirigisme, en confiance, en vraies solidarités familiales.

Maintenant mon travail donne un caractère social à ma vie , un rayonnement »

Beaucoup de jeunes judokas se soumettent souvent à des périodes de privations en phase pré compétitrice, suivies de périodes d'abondance possible , voire de sur consommation.

Je travaille en coopération avec des collègues de compétences complémentaires, et avec des chercheurs : car il faut pouvoir se donner toute une stratégie , et adopter une démarche cohérente pour convaincre , pour motiver, afin de modifier les comportements alimentaires de ces jeunes athlètes . A propos de nourriture , rien n'est figé ; il y a notamment le plaisir et le déplaisir qui ne manquent pas d'avoir une influence sur les décisions prises , sur les échéances , inévitables .

L'équilibre alimentaire doit répondre indéniablement, aux besoins biologiques de nature énergétique ,mais aussi aux besoins psychologiques et sociaux .Ce qui complexifie la prise alimentaire.

Les entraîneurs n'intègrent pas encore de façon rigoureuse cet élément de la performance . Pourtant l'entraîneur est le médiateur le plus puissant , qui pourrait jouer un rôle essentiel dans le respect de ces règles d'hygiène alimentaire , en intégrant régulièrement les démarches diététiques dans la préparation de l'athlète . »

Coup d'œil , coup de cœur :

Les déterminations de ces accompagnatrices , pétries de sérénité et de gaieté , vivifient leurs compétences ...dont les apports spécifiques, sont maintenant reconnus et deviennent , incontournables, essentiels .

***Sylvie** : ancienne athlète – de fraîche date- est masseur kinésithérapeute, on la retrouve sur les tatamis, sans être entraîneur, précise-t-elle, mais comme « kiné en kimono » : c'est une première. Le poste qu'elle occupe, elle l'a souhaité, expérimenté et après discussions avec le staff médical fédéral l'a obtenu.*

Au vu de ses compétences et de ses expériences, les athlètes de retour de blessures lui sont confiés en rééducation spécifique appliquée à la discipline. Cette phase de réadaptation s'effectue en kimono sur le tapis, et non sur la table de kiné...

« Je dépends du secteur médical et non pas du staff d'entraîneurs, cela est primordial auprès des judokas dont je m'occupe. Ils ont ainsi entièrement confiance en moi, car en aucun cas je ne peux intervenir lors des comités de sélections, et mon jugement concernant la reprise de l'entraînement et des compétitions, se base uniquement sur les résultats obtenus dans mon groupe sur le tatami.

Les athlètes blessés ont besoin d'une phase de réadaptation au judo parallèlement à la rééducation. Beaucoup de judokas qui reprennent l'entraînement sans vivre cette phase, traversent une période difficile chargée d'appréhensions, de doutes et de risques de nouvelles blessures. Encore saturé d'une très longue période de rééducation fonctionnelle, le judoka veut reprendre trop vite et trop fort sur un membre cliniquement rétabli mais pas encore conditionné aux sollicitations du judo. Le judoka ne retrouve pas ses sensations, son judo d'avant la blessure, et il rentre dans le cercle vicieux de la défaite. Il perd du temps.

Mon rôle est de redonner confiance, supprimer les diverses appréhensions, d'éviter la récurrence de la blessure. L'athlète doit retrouver tout son potentiel tant physique, psychologique, que technique, en un minimum de temps tout en respectant les délais de cicatrisation !

Ayant été moi-même plusieurs fois blessée et opérée, sans aide particulière, j'ai dû faire ma réadaptation seule... J'ai appris à revenir vite, en conjuguant volonté, expériences et connaissances acquises, ce qui me permet aujourd'hui de sentir et d'analyser les besoins, tant physiques, que psychologiques des athlètes... On évite ainsi les sensations de culpabilité qu'ont les judokas blessés vis à vis des entraîneurs. Ils n'ont plus cette impression « qu'on les prend pour des fainéants », durant leur convalescence... Ce qui souvent était préjudiciable à leur moral !!!

Un athlète en pleine carrière qui se blesse, c'est le monde entier qui s'écroule.....

Psychologiquement il est tellement vulnérable, à ce moment là, qu'il a besoin d'une attention particulière, parfois de courte durée, mais nécessaire pour retrouver la spirale de la victoire.

Les peurs s'éclipsent, les douleurs s'éloignent, et lorsque je dis que tel athlète peut reprendre l'entraînement, j'ai la confiance du judoka, comme des équipes médicales et des entraîneurs.

Et ces retours, preuves à l'appui, font que les appréhensions, les à priori à propos des arrêts sont mieux vécus à tous les niveaux... Un nouvel équilibre s'établit entre tous.

Ce maillon, mis en place dernièrement, manquait auparavant ; il permet un meilleur encadrement de l'athlète blessé. Il évite très certainement de perdre définitivement des judokas à fort potentiel... Tout cela en gérant au mieux le retour de la blessure.

La mise en place de ce poste est un acquis certain pour les athlètes. Gageons sur l'avenir pour aller encore plus loin, la gestion de la blessure aujourd'hui est prise en charge, le calendrier des compétitions est de plus en plus chargé !!! Aussi faudrait-il penser à préserver nos champions en travaillant en amont de la blessure à savoir la prévention et la récupération !

***Coup d'œil, coup de cœur :** La complémentarité de ces femmes qui tissent au quotidien , cette toile de leurs compétences conjuguées , permettent aux filles d'y évoquer , d'y inscrire leurs faiblesses passagères , leurs inquiétudes , leurs douleurs , et leurs espoirs de championnes en devenir ... ;sans crainte d'une exclusion précoce ...*

B – Des entraîneurs nationaux sur les tatamis de l'INSEP :

Toutes et tous , ont été compétiteurs (trices), ..

- An 2000 : Des discordances d'appréciations expliquent le choix de l'anonymat, alors que l'équipe vivait des difficultés internes intenses. Se trouvent ici mêlées les voix de deux collègues entraîneurs chez les garçons à celles d'entraîneurs (tous masculins à cette époque) chez les filles . (en première partie)

- An 2001, Les premiers effets de la transformation de l'équipe , qui entre autre, s'est féminisée ,se font sentir ...et les déclarations nominatives se font aisément , puisque, sans divergences fondamentales entre elles .(en deuxième partie)

Patchwork de réflexions , glanées , au cours des années 99 et 2000 :

L'intérêt de ces réflexions réside , sans doute , dans le fait qu'elles trouveront leurs premières concrétisations dans le travail engagé , la saison suivante , pour la prochaine olympiade .

a- « On a la responsabilité de former une équipe. »:

-
- Une équipe qui vit la monotonie , il n'y a rien de pire ; cela engendre l'ennui , les clans , les animosités
- Il nous faut tenter d'être une équipe d'entraîneurs , pour vitaliser une équipe de France , avec quelque cohérence.....
- Ce qui induit que nous devons être omni présents sans se substituer aux filles; ne pas penser à leur place ; ne pas faire de transfert ; les faire grandir , en les laissant juges ... ; C'est un souhait !
- Allier dureté et sensibilité ? Ecoute et rigueur ?Le peut on ?
- Nous sommes amenés à évaluer les capacités des filles , leurs motivations ,pour les aider à trouver leur place dans le groupe ;puis établir des programmes adaptés
- Ne pas imposer ; c'est surtout un problème de démarche
-

b –« L'entraîneur , pour bâtir le programme , doit avoir des connaissances , mais aussi des convictions , des sensations , et bien connaître les athlètes

-
- La gestion des ressources humaines manque énormément ;
- Quand comprendra t'on qu'un ex compétiteur ne peut pas faire un bon entraîneur du seul fait de son passé ?
- Il n'y a pas de formation, spécifique pour devenir entraîneur ; aucune formation continue ; et les formations initiales sont très aléatoires ; (pour mémoire , le Brevet d'état prépare au professorat, non aux fonctions spécifiques d'entraîneurs nationaux)
- On a besoin de connaissances techniques , d'expériences , mais aussi de compétences très largesmécaniques , diététiques , psychologiques , ...etc

On manque de tout ; on va à ce qui nous semble l'essentiel ; on pallie sans cesse

Pourtant le haut niveau est un public qui a de grands besoins : un public si facilement « en souffrance » ; très fragile , sensible ,vulnérable...

Les résultats , c'est important , mais l'accomplissement humain qu'en fait on ? ;

- Les temps de sélections sont féroces .Ce qui existe encore du groupe , se trouve complètement éclaté ! et l'individualisme s'en trouve exacerbé
- On manque d'orientations .Chacun entraîne comme il le sent .Il n'y a pas de lieu de réflexion , de débat
- On manque d'experts pour développer plus d'individualité ,pour prendre chacune en compte ;
- Nos demandes , nos critiques devraient déboucher sur des analyses , positives , sur des réflexions , et des directives éclairées
- Alors ...quand ça ne va pas ...l'entraîneur(e) est remis en cause ; il ou elle se trouve écarté(e) sans plus d'explications , de questions , de recherches constructives C'est tout ! »

-

- ***c – « Les éléments les meilleurs , les plus sûrs , sont noyés dans la masse »***

- Les autres filles sont délaissées ; elles ne peuvent donc évoluer , de façon satisfaisante , ni pour elles , ni pour la fédération .

- Si nous arrivions à mieux individualiser notre travail , la cohésion du groupe y gagnerait , Comment suivre chacune et toutes , quand elles sont cinquante et plus ,sur le tapis ?

Alors ça fait de la viande à gogo ; on perd en dynamisme

Et les dix ou les vingt meilleures n'ont pas le suivi qu'elles mériteraient , dont elles auraient besoin .

- *Une question fondamentale* :Se retrouve t'on sur le tapis avec plaisir ?

- Nous les femmes , on est comme une palette , on aime les contacts , le travail de groupe : sans cela c'est l'individualisme qui prend le dessus ; et les filles ne viennent plus par plaisir ;

- On a vu des filles qui engueulent les entraîneurs ... , comme ça , sur le tapis !

- Ni respect, ni dialogue !

- ***d - Il faudrait être capable de transformer la filière du haut niveau :***

- Faire évoluer le système : l'INSEP-judo qui est devenu un vrai goulet d'étranglement

Réduire le nombre des élites ; effectuer des détections qui soient meilleures , plus sûres

Diversifier les niveaux par des structures intermédiaires , accréditées d'objectifs très précis

Harmoniser ces différents niveaux par un fil conducteur, lisible , clair , accessible

Assurer des encadrements en relation directe avec les objectifs retenus

Faire en sorte que les cadres bougent ; que les divers niveaux se rencontrent , s'évaluent ,

- Travailler de façon plus collégiale , y compris avec des intervenants

Veiller à ce que l'équipe d'entraîneurs soit mixte , cohérente , compétente , structurée avec des complémentarités repérées

- Des re /considérations , des reconstructions , des réorganisations sont nécessaires :

Actuellement on pallie , on règle les problèmes au coup par coup ;

???? :

Ces réflexions , nourries de nombreux débats , et stimulées par les besoins exprimés , comme des nécessités , par la base des athlètes , ne sont elles pas , ces ingrédients ,retravaillés ,que l'on retrouve , comme du levain ,dans les pratiques de la nouvelle équipe d'entraîneurs nationaux ?

e – Les entraîneurs de l'équipe de France prennent le virage :
– An 2001 ,ils s'expriment :

Laurent :*Il a été plusieurs années durant , entraîneur de l'équipe masculine ; récemment nommé chez les filles :« Pour moi, c'est un très beau cadeau qui m'est fait !*

Je n'en suis qu'au commencement , mais déjà je puis dire que j'apprécie cette nouvelle expérience , comme un enrichissement. Les filles ont un contact différent , une sensibilité plus ouverte ; elles ne se sentent pas de se montrer dures . Parmi elles , je me sens en phase , je me sens plus humain .

L'évolution du judo , fait que le niveau des performances , est plus élevé ; ce qui induit que l'encadrement se doit d'évoluer . Nous sommes dans une phase de transition : nos entraînements sont plus construits et pensés en prenant en compte ce qui nous paraît être des spécificités féminines .

Le judo a été d'abord très technique ; puis s'est fait ressentir le besoin de préparation physique.

Quand le judo féminin est apparu , il s'est d'abord calqué sur celui des hommes , tant au niveau de la conception , qu'en fonction des entraîneurs qui n'avaient d'expériences que celles de champions ...au masculin . Actuellement , un virage est amorcé .

L'équipe a changé , à l'initiative de son responsable . Elle est devenue mixte ,avec des ajustements établis en confiance , en dialogue , en échanges d'expériences et de réflexions . De façon collégiale , les vécus sont analysés, avec rigueur . Les approches , les menées de séances sont certes différentes que chez les garçons ; le judo reste le même .

Laurent :*le plus jeune des entraîneurs ;*

Je suis devenu entraîneur par opportunité (à 29 ans)Après dix ans en équipe de France , j'ai du abandonner la compétition , suite à des blessures . J'ai passé le BE1 et j'ai été chargé de mission ; maintenant je suis entraîneur national chez les filles depuis le 1^o janvier 2001.

C'est donc mon travail à plein temps et ceci jusqu'en 2004 pour les Jeux d'Athènes .

Dans l'équipe d'entraîneurs , on travaille la main dans la main , en complémentarité, avec des rôles différentset selon le problème posé , on ose proposer d'aller voir tel autre ...

Faire s'entraîner des filles , c'est difficile ; elles ont besoin d'assurance ...elles sont plus pragmatiques , et elles accordent une grande place à des expériences particulièresalors qu'un garçon passeou s'exprime avec plus de violenceLes filles elles nous posent 10 000 questions !! Elles sont plus réfléchies ...Il nous faut leur parler de façon différente ...

L'équipe pense , au delà des préparations physiques , à des préparations mentales ...

Des rencontres intéressantes devraient permettre d'aborder le problème au niveau fédéral...

Le nombre de licenciés et de médaillés n'est pas leur seul souci

*Entre nous , dans l'équipe , **le maître mot c'est : le respect** .*

Christine :*Devenue cadre technique , chargée de mission , ses fonctions ont évolué ;*

Après l'accompagnement des blessées de retour ,ce sont des filles quelque peu démotivées mais dont le potentiel est reconnu, qui lui ont été confiées . « Des filles qui stagnent ou qui seraient en régression pour des raisons de mental ...Afin qu'elles ne soient pas sur le chemin du renoncement Carte blanche m'a été donnée ; seul objectif : les échéances

L'équipe accorde une grande importance à l'expérience , plus qu'aux livres !

Devenir cadre technique ou élue à la fédé , pose des problèmes organisationnels pour les femmes . Par exemple , participer à une réunion ou à un week end , si l'on n'est pas avertie d'avance , toute une planification ...Tous les couples n'y sont pas prêts . »

- Cécile, est devenue CTN et entraîneur e chez les féminines , après avoir été championne olympique et CTR en Pôle France .

« J'ai reçu une vraie éducation ; je veux d'abord ,rendre hommage à mes parents qui m'ont appris le respect et la solidarité ;. Mes parents sont des ouvriers ,ma mère travaillait à la maison et mon père dans les travaux publics : toute une filiation , transmise ; ils étaient très présents ; j'étais leur fierté ; je leur ai offert mes réussites sportives , professionnelles , privées .Médaille , diplômée , mariée , mère ...

Avec mon mari ,on analyse , on comprend mieux les choses de la vie et nous partageons nos efforts ; nous sommes des enseignants sportifs » .

Depuis un an j'occupe un poste d'entraîneur national à l'Insep , au près de l'équipe féminine ,responsabilité que j'ai prise sans appréhension , grâce à l'expérience acquise au Pôle France de Brétigny .Non seulement une riche expérience mais aussi tout un savoir de communication avec les dirigeants : nous échangeons , avec des accords et des désaccords , mais en grand respect et non sans complicité . Toujours en confiance .

Il y a un an l'absence d'entraîneur e (au féminin) , dans l' équipe l'insep ,totalemt masculine était devenue une situation ingérable , des propositions m'ont été faites ...

Etait ce un premier pas vers la parité qui devenait incontournable ? Avec mon palmarès et mon expérience au club de Brétigny , je pouvais tenter l'aventureDans les mois suivants ,l'équipe a été remodelée : moitié au féminin , moitié au masculin . les ententes fécondes ont remplacé les tensions ...

Le réseau de femmes que nous sommes , a à cœur de prouver , avec enthousiasme et conviction , dans un milieu fort macho, nos compétences ...Nous voulons faire Bien , Mieux ...faire nos preuves , et même impressionner , et cela hors pression de toutes sortes Nos exigences se font plus fortes , au rythme de nos progressions ...Car , parfois l'on entend encore , quand l'une laisse traîner une oreille :

Ils ont du mal à s'y mettre , comme des filles ! ! ! ! »

J'ai le sentiment qu'une grande écoute se développe entre entraîneurs masculins et féminins ;une certaine curiosité et une confiance réciproque émergente , qui évite à certains de s'approprier telle ou telle athlète .

L'équipe a été montée par le responsable , qui détient auprès des filles une véritable autorité , qui sait se faire craindreC'est un chefavec des sous lieutenants !

Moi , on me respecte , pour ce que je représente et par ce que j'amène ...Je ne crée pas de crainte ...je prends le temps de comprendre les filles , j'observe , leur façon de travailler ; je cherche mes marques auprès d'elles ,avec sérénité et confiancehors stéréotypes, je souhaite que toutes aient l'impression de s'éclater ..., avec bonheur ; l'esprit de groupe se met en place ...Vu les tensions passées et les concurrences exacerbées , on ne peut avancer qu'à petits pas

L'objectif ? Mettre de la vie dans le judoVivre (bien) le judo ...C'est la porte d'une réussite possible .Je vis mon boulot avec grand intérêt ; et je puise dans les expériences des premières entraîneur es qui n'ont pas pu oser , ce que nous pouvons tenter maintenant .

La dureté légendaire du monde du judo est bousculée par les jeunes qui montent ...Elle n'est pas oubliée par celles qui l'ont trop vécueC'était une autre époque ...Heureusement .

Je pense occuper ce poste jusqu'aux prochaines olympiades ...Il faut que je réussisse ...

On attend plus d'une femme , que d'un homme ...mais je ne suis pas complexée d'être femme , je ne l'ai jamais été .

Reste à conjuguer ma famille (un mari et deux garçons) avec mes obligations professionnelles ...Car nous avons des week end de compétition à assurer ... ;

La négociation entre nous tous (et toutes) fait apparaître un désir parmi les hommes de l'équipe ,de ne plus tout sacrifier à leur passion ...Certains hommes commencent , à regretter de ne pas avoir vu grandir leurs gamins , d'autres revendiquent du temps à vivre en famille ... Ainsi nos propres revendications(féminines) ne paraissent plus une malheureuse exception, comme un handicap....Des contrats implicites et respectueux se mettent en place entre nous ...Et chacun , chacune y trouve son compte ...sans culpabilité ! Dans ma vie familiale , j'ai appris à aller à l'essentiel , pour être disponible aux miens , pour être vraiment présente quand nous sommes ensemble .Tout un équilibre Ainsi quand je reviens au boulot je peux donner encore plus et mieux ! »

Coup d'œil , coup de cœur :

Les femmes sont pressées, remarque t'on ! Elles sont pressées , par le désir qu'elles ne veulent pas occulter , au delà de leurs responsabilités professionnelles , de partager de bons moments avec leurs enfants et leurs compagnons, qui font partie de leur bonheur ! Jusqu'alors les hommes , délaissant les soins des enfants à leurs compagnes , n'étaient pas , eux , pressés de rentrer , du moins n'osaient ils se l'avouer . Grâce aux actuelles revendications féminines , ils expriment de plus en plus ouvertement , le désir de voir grandir leurs gamins , et d'être plus présents auprès d'eux ! Volonté de prendre aussi le temps de vivre ! Parions que dans quelques années , les femmes seront moins pressées ! Et que les hommes le seront davantage parce que les comportements minoritaires se généraliseront et que la société tolérera mieux que les hommes aient une véritable disponibilité à offrir à leurs enfants !.....

Guy Responsable technique (depuis 15 ans) dans le haut niveau féminin , actuellement responsable des cadettes et des juniors .avec J.P. Decouster .

Il a ainsi en mémoire , les aléas et progressions du judo féminin de haut niveau .

D'emblée Guy expose sa vision du travail imparti à l'entraîneur qui devrait être disponible à 100°/° et toujours sur le terrain , animé d'une vraie passion .Passionné à 300°/° !!!

A ma réaction interrogative , il s'explique :

« Oui , évidemment **une équipe soudée , cohérente , aux compétences diverses , ne doit plus être une utopie .Ce doit être un objectif.**

Avant il suffisait d'avoir été compétiteur , d'avoir ,soit un BE1 en poche ,(premier degré du brevet d'état) ou mieux le professorat de sport (ce qui n'est pas le cas de façon majoritaire) pour être CTNet le métier s'apprenait sur le terrain ...Fallait se démerder comme on pouvait ...avec un tas d'erreurs et de retards accumulés , sans recul souhaitable ! On grappillait les informations et les réflexionssouvent ,chacun à son niveau !

La nouveauté maintenant , après une longue crise vécue douloureusement , c'est une volonté délibérée de travailler ensemble , entre des personnes de compétences et d'expériences différentes , donc ouvertes , questionneuses , vers des complémentarités .Car pour donner , il faut recevoir ...Et la diversité de l'équipe encourage l'écoute mutuelle , et permet à chacun de prendre , en fonction de sa propre évolution .Le responsable de l'équipe l'est totalement Passionné , il lui faut néanmoins du recul pour pouvoir changer les modes d'organisation et d'encadrement . C'est là que des « satellites » actifs et aguerris à l'entraînement , sont une condition déterminante .

Autres nécessités : des formations initiales suffisantes , des recyclages , une formation spécifique au métier d'entraîneur et en particulier du judo et du judo au féminin .C'est un métier passionnant , mais usant . Qui ne devrait durer qu'un temps ; sinon on fatigue et l'envie de couper , faiblit la passion et les tensions nécessaires .

Actuellement , nos résultats , bons dans l'ensemble , restent très en de ça de ce qu'ils pourraient devenir . Nous devrions , nous pourrions faire beaucoup mieux , y compris égaler les japonaises , avec des méthodes , différentes des leurs .Car nous possédons des infrastructures enviées .Pour tendre vers cet objectif , réaliste , les motivations doivent être nourries et reconnues ...Nous serions plus efficaces avec une formation appropriée , ce qui implique davantage d'entraîneurs par équipes , pour libérer certains « en formation ».

C'est au responsable des féminines , de rendre compte auprès de la FFJDA de nos réflexions et de nos expériences . La fédération est une organisation très hiérarchiquel'influence japonaise est encore présente , malgré les assouplissements considérables qui se développent de nos jours ...Ainsi voit on le Président venir en survêtement parmi les compétitrices... .Des avancées se font jour ,vers des dialogues possibles , ouverts !

Toute entreprise moderne se doit de développer une communication ce qui amoindrirait les lourdeurs , les lenteurs , par trop préjudiciables Par exemple, un secteur comme l'audio visuel devrait être travaillé avec beaucoup plus de continuité et de pertinence ...Il en est question depuis longtemps , sans réalisation à la hauteur de nos ambitions légitimes (et nécessaires comme outil d'information et d'enseignement) ...Les lenteurs accumulent des retards ... Pourtant il semble qu'en haut lieu une volonté d'être plus proches des athlètes se dessine , positivement.. Une personne , comme Christine qui a quitté tout juste la compétition , et qui vient d'être élue au Comité directeur, sera une interlocutrice efficace » ...

Yves : (responsable de l'équipe féminine de France)

« Oui , c'est exact , un climat de confiance , peu à peu , fait son apparition sur le tapis de l'INSEP . Le climat s'améliore et lentement les expressions se font plus libres...

A quoi cela tient il ? Assurément à cette nouvelle équipe où chaque entraîneur devient complémentaire des autres : nous sommes tous très différents de par notre histoire personnelle , de nos expériences , de nos formations . Ce qui compte le plus à mes yeux ce sont les motivations de chacun .

Notre cohésion naissante , se bâtit sur deux notions essentielles : **le respect de l'autre** , et naturellement le respect entre entraîneurs , entre les filles et entre elles et nous ; et puis sur ce fait que chaque réussite individuelle, est dû à tout **ce travail de groupe** et à la dynamique qui en découle . Ces deux notions sont nos règles de comportement fondamentales

Après cela ,le travail technique s'élabore en souplesse, chacun apportant ce qu'il possède de spécifique ...Le climat s'améliore , s'enrichit ...au profit de tous .

Et puis il y a des aspects de notre travail qui nous importent :

la valorisation des résultats , de justes reconnaissances des efforts et des qualités déployées , le besoin que nous avons de pouvoir nous reporter à des études , la nécessité de trouver des moyens nouveaux pour soutenir les filles dans leurs études qui trop souvent souffrent de leurs entraînements intensifs

Par exemple , l'une de nos championnes planchera trois jours durant pour passer ses examens , à la veille des championnats d'Europe où , pourtant , elle est donnée favorite ...

Concrètement elle quittera la salle d'examen , pour sauter dans l'avion et après quelques heures de repos volé , elle devra être à 6 heures du matin à la pesée

La composition de la nouvelle équipe est la raison même de notre progression au sein de laquelle les femmes(deux sur sept) se montrent actives et inventives ; et autour de l'équipe , des accompagnatrices , toutes ex athlètes , avec des compétences mises au service de l'équipe et des filles .

La présence de Cécile , de par ses vécus d'athlète , de championne olympique , est une référence elle est une vraie "«entraîneur e » , une passerelle entre nous et les filles , grâce sans doute à sa perception féminine des situations .

Le rôle de Christine , chargée d'apporter une aide spécifique à celles qui sont en difficultés , quel qu'en soit la raison , fait que les laissées pour compte potentielles , naguère abandonnées , savent que leur carrière sportive n'est plus en jeu lors de passages difficiles .

Enfin Sylvie , est là pour assumer une réadaptation , sur le tapis , après blessure .

Ces dispositions , ces présences , disponibles ,permettent aux filles de se savoir soutenues quand c'est indispensable.

Après une longue période où la préparation physique paraissait déterminante , nous nous rendons compte que le mental des filles ne l'est pas moins ; nous y réfléchissons ; sans doute cette aide particulière ne devrait elle pas être dissociée , sauf cas particulier , du travail en dojo qui est un domaine en exploration .

Enfin , nous nous penchons avec une attention particulière ,sur « les sensations » des juniors , telles qu'elles les vivent , lors de leurs pratiques du judo...Plus spontanées , elles révèlent sans doute des spécificités féminines , non prises en compte jusque là ...parce que méconnues ...Un champ à explorer....

Enfin , ce qui unit l'équipe d'entraîneur(e)s , c'est la force de nos motivations ,de nos différences ,de nos envies partagées de transmettre ce que nous savons faire ,et de participer à des progrès ...sans prise de tête , en tout humilité ... »

Coup d'œil, coup de cœur : Imaginons

- [illegible]

C – Des femmes passionnées, de judo et d'humanité :

Je me suis amusée à glaner des termes élogieux , ceux ci qui jonchent les discours , avec force et conviction et tant d'humilité et d'amitié , dans le même temps ! J'avoue que j'ai aimé jardiner dans ce dédale de termes si porteurs d'avenir , au travers de mille rêves et d'autant de contradictions .Si bien qu'il devient légitime de se poser une question d'importance : Incarnent elles , à leur façon , des avancées substantielles, qui participent aux évolutions actuelles, sociales et culturelles ?La question est ainsi posée à chacun , qui apportera son point de vue et des nuances personnelles . Voici donc la récolte que j'ai glanée :

- **Elles sont dites** accrocheuses , persévérantes , exigeantes , tenaces , déterminées , dures et endurantes, capables de soutenir de longs efforts; dans le même temps, elles sont dites dociles et rebelles , selon les périodes de leur carrière sportive ; de vouloir être fières, responsables , manifestant des caractères forts ;elles sont dites dynamiques , joueuses et rieuses si volontiers ;et parfois sacrement râleuses !
- **Elles ont besoin** de confiance , de contacts , de considération , de rigueur , de justice sans faux fuyant ; besoin de se sentir assurée ; besoin de parler et de se parler pour dépasser une certaine dureté acquise , quand les difficultés s'accumulent .. ;
- **Elles apprécient** leur autonomie , de pouvoir échanger ;elles apprécient toute situation dite de proximité , de réciprocité , de gratuité dans leurs relations ,mais aussi un peu de solitude et d'humilité ; elles apprécient , les confrontations , les défis , les objectifs clairs
- **Elles redoutent**, d'être manipulées ; tout pouvoir hiérarchique imposé leur paraît être une chape étouffante , elles redoutent le miel de la docilité ,même quand elles s'y soumettent ; elles redoutent les humiliations blessantes , le poids des tensions inutilement infligées ;le tapage et les indiscretions des médias ; elles redoutent d'être des potiches ou des faire valoir ; en aucun cas elles se sentent à vendre ...
- **Elles souhaitent** être respectées , réussir ,découvrir ,s'éveiller et développer mille envies , en polyvalence ; elles souhaitent aimer et être aimées , être indépendantes aussi ; beaucoup souhaitent avoir des enfants ; transmettre ce qu'elles ont acquis ; et les valeurs qu'elles ont vécues ou qu'elles ont recherchées ; elles souhaitent avoir une profession intéressante qui ait un sens pour elles , au plan social , et humain ; elles veulent y être compétentes , et vivre une qualité de vie qu'elles revendiquent en toutes circonstances ...
- **Elles sont capables** de se surpasser , de s'excentrer d'elles mêmes alors que les compétitions les obligent à des concentrations très pointues ;capables d'être gaies et spontanées ou selon les circonstances , fermées ,dures , avec elles mêmes comme avec les autres ...Plus par opportunité et nécessité ,que par choix ; elles sont capables de grandes reconnaissances , prêtes à partager le bonheur de leurs réussites ... ; elles sont capables de vibrer , de partager les émotions de leurs amies , capables de serrer la main et d'embrasser leurs rivales , elles sont capables de joies délirantes ...vécues avec plénitude et sérénité ..
- **Et toutes savent , qu'il leur faudra toujours ...PROUVER !**

Coup d'œil, coup de cœur :

Mon appréciation personnelle, c'est que ce sont toutes des battantes , qui usent leurs énergies (et trop souvent leur intégrité physique), avec force, bonheur et conviction, sans toujours mesurer les limites du raisonnable . Ce n'est que plus tard, que se révéleront à elles, de nouveaux défis, plus complexes souvent, à la croisée de leurs chemins

Leur Passion ? Leurs paroles :

- « C'est aller jusqu'au bout du chemin ; c'est un plaisir , une souffrance , une exigence ; se construire soi même vers un épanouissement .Avec un peu de perfectionnisme ...qui aiguise le corps et le cerveau ...Une envie de s'exprimer ...Une envie de profiter de tout !
-
- C'est vivre au quotidien ce que l'on aime ...sans limite . Du plaisir , rien que du plaisir , ne pas plier , selon sa façon de vivre les choses !
-
- C'est un feu ; une brûlure nécessaire...La vie est un grand feu ; le judo serait mon carburantpour une confrontation continuelle »
- C'est un besoin d'existence »....

Leurs histoires :

Si elles cherchent à être fortes et généreuses ...c'est avec un immense désir d'embrasser la vie ! Avec leur passé propre , leur histoire à elles , elles construisent leurs trajectoires nouvelles quand le kimono est rangé . Elles s'interrogent :

« Ne suis je pas insupportable pour mon compagnon ? Ne suis je pas devenue et restée trop dure ? Ma personnalité n'est elle pas envahissante ?N'ai je pas trop d'attentes , d'initiatives et d'exigences , envers mon entourage direct ? »

Elles s'interrogent , sans culpabilisation , mais avec une détermination et une volonté de mieux comprendrePour éviter l'évitable , disent elles et pour améliorer , ce qui peut l'être .Chacune sur son registre

Ainsi , s'expriment des jeunes femmes , toutes championnes et engagées professionnellement , par ailleurs

Christine évoque sa dernière étape à Sydney !. Elle , l'ancienne , - avec ses trente six ans accomplis- n'était pas dans les gradins mais bien sur les tatamis ; pour un ultime défi à son long parcours de judoka ; respectée , reconnue , appréciée , admirée , aimée par toutes ses amies , de générations successives , grâce à sa maturité , sa sérénité , son indépendance , sa fierté –et son humilité , mêlées

« Après une opération des cervicales , je fais une place de cinquième au monde ...Et cette performance m'offre une nouvelle perspective . C'est génial ; un challenge formidable ! J'ai obtenu un détachement de mon travail , jusqu'aux JO . Je viens à l'INSEP pour ma préparation physique ; je suis endurante et je connais mes limites ; je me prends du plaisir , et mon organisation très libre , convient bien à ma façon de vivre ; tous les week end je les passe chez moi .(à 600 Km.).J'ai choisi cette forme de vie ,qui me permet de me préserver ; je veux m'y tenir .Le haut niveau féminin se trouve à la croisée de chemins : il est en mutations nécessaires .Il reste barré par le judo des mecs .Le pouvoir , les reconnaissances , c'est à eux que ça revient ; encore ! Il faudra probablement des générations de judokas pour résoudre cet état des choses , tant les idées sont ancrées .

Pour moi , le judo , est une passion et une sacrée expérience ...mais aussi tant de plaisir ! Demain ? je reprendrai des études , pour gagner en performance professionnelle ».

Marie Claire ,l'ex championne olympique , après un regrettable échec dit simplement :

« Par honnêteté je me sens de dire mes faiblesses , mes limites , mes fragilités ;
par simple respect dû au spectateur ...qui , sans doute , attendait mieux de moi !
Je regrette ; je tenterai de faire mieux ! »

Cécile alors qu'elle était entraîneur en Pôle France , après avoir été championne olympique
« L'INSEP ? la jungle pour les filles ! On doit y être la plus forte ; à ce niveau , plus de copines !

J'en ai connu de très fortes ; je pense à Sabine qui en fait , était la plus forte ...c'était elle qui aurait dû passer ; elle aurait dû être championne du mondeQuel talent perdu !

On s'entendait bien ; on se ressemblait ; on se parlait peu ; le pouvait on ?

Nous devons nous suffire à nous même . J'ai gardé une grande estime pour elle .

Doit on toujours se construire des carapaces de dureté ? Doit on cultiver une telle froideur pour protéger nos apparences ? »

Anne avec des médailles et des diplômes , est en équipe de France et enseignante ... Un jour après « avoir fait un podium », elle écrit une lettre dont voici quelques extraits :

«Il me faut admettre qu'en ne finissant « vice championne » , mes sentiments sont plutôt positifs malgré l'amertume qui m'habite .

C'est avec étonnement que je me suis sentie relativement sereine , non sans une certaine excitation ; mais une excitation dénuée de précipitations , ou d'excès ; c'était plutôt de l'impatience , une sorte de jubilation dans l'attente d'un moment magique ...J'avais tout fait , tout mis en œuvre pour être prête et être au top au jour J .

J'avais une estimation très précise de mes capacités ; restait à les concrétiser en une performance qui soit significative !

Il ne suffit pas d'être forte pour gagner ; il y a toujours une part d'imprévisible. C'est peut être le côté attrayant d'une compétition : chacune peut gagner , chacune peut être battue :à la championne de trouver la meilleure combinaison . Cette fois ci, j'ai pris , combat après combat et je savais qu'en restant très lucide , en étant bien précise dans mes attaques (être à 150%) je parviendrais à remporter tous mes combats . A chaque rencontre , je prenais les choses en main, avec une volonté et une maîtrise , comme quelque chose de logique . Je ne laisserai rien m'échapper ...même quelques centimètres de mon Kimono à l'adversaire ... Après la demie finale , j'avais du temps devant moi ;et j'ai un peu trop réfléchi...Je me suis engourdie .

Je me suis dit : « Si jamais tu gagnes ...tu es la championne » Mais voilà : le Si ; était de trop ; cela signifiait que j'étais moins assurée .

Pourquoi ? le plus paradoxal ,c'est justement , que jusque là, cela m'avait paru facile ...et donc je me méfiais maintenant de la suite , ...j'avais la crainte de mal faire ...

et je n'ai pas fait MON judo ...j'étais plus spectatrice qu'athlète, entrain de combattre .

A présent je m'en veux ! quelle frustration !Une chose est sûre : j'ai à cœur de réparer mon erreur .Disons que je suis contente mais déjà je veux plus et mieux .

Parce que , dit elle , j'ai l'expérience de ces montées en puissance , il me faut concrétiser tout ce potentiel ..

J'ai décidé d'offrir ma médaille à mon père ...puisque nous avons du mal à communiquer avec des mots !

Le judo m'a appris et il me permet ,chaque jour

**D'avoir des envies le matin et des rêves le soir ;
Ainsi on ne vieillit pas , on s'épanouit ! »**

Coup d'œil , coup de cœur :

Fierté et humilité mêlées , colorent si bellement de dignité , ces histoires de vie .

J'y vois une humanité qui se modèleEt me réjouit !

D –Des élues fédérales , leurs motivations , leurs intentions :

Deux des quatre femmes judokas , élues au Comité directeur de la fin du siècle ,évoquent le sens de leurs engagements , au cœur de leurs vies :(1999-2000)

***Bénédicte** a été compétitrice et championne; aujourd'hui elle a une famille , deux petits garçons , et elle enseigne dans une UFR – STAPS ; elle est aussi une dirigeante fédérale .*

« Pour tout tenir , dit elle , de la rigueur permet de faire des choix pertinents ; parfois je fatigue , mon mari est très présent ; les week end , nous les vivons , en famille et au plein air

Devenir une dirigeante fédérale , est une façon pour moi , de garder le contact avec le judo féminin de haut niveau , et donc avec les filles ; pour cela j'ai posé ma candidature au poste réservé à une représentante de ces filles . Nous sommes quatre femmes sur 30 élus au Comité directeur . Ma participation à une commission qui travaille les problèmes du haut niveau , me permet de l'aborder tout à fait différemment ; cela m'amène à des ouvertures , à connaître d'autres situations et à avoir accès à des dossiers , à des études , ce qui enrichit mon travail d'enseignante ..

Le judo évolue énormément : d'où des remises en question inévitables .

Il faudrait faire l'analyse d'expériences ; développer des compétences , pratiques et théoriques ; les transmettre pour s'améliorer ;

Des formations continues sont une nécessité évidente :le haut niveau est une spécialité particulière qui exige une formation spécifique ...à acquérir ,

C'est un sujet d'importance .

Évidemment une entraîneur féminine est nécessaire pour une équipe féminine , et pourquoi pas non plus pour une équipe masculine !

Faute d'orientation , faute de formation ,faute d'outils c'est le pragmatisme qui règne , alors il est donné « carte blanche » au postulant (e). Ensuite , en fonction de ses capacités propres chacun agrémente la démarche entreprise , avec plus ou moins de pertinence .

Etre une femme dirigeante à la fédé , c'est difficile ; à cause du manque d'ouvertures et d'un machisme bien réel!

Les hommes , les femmes sont capables les uns comme les autres ; à condition **d'acquérir des compétences ,et des expériences . C'est une affaire culturelle , et non sexuelle .**

Pourtant la parité fait encore sourire ...Nous sommes constamment en devoir de faire nos preuves , comme un défi à relever . Le moindre manquement est pointé du doigt, voire sanctionné ! Or ces fonctions demandent du temps , de l'investissement ...

Pour moi , il y a inter action entre ma profession et ma fonction d'élue ; ça me va bien et ça m'intéresse ! »

Nicole :est une judoka pratiquante , depuis quelques décennies , sans avoir été compétitrice, n'ayant débuté en judo qu'à 23 ans ...

Maintenant elle est cinquième dan ; arbitre internationale(elles sont quatre) Présidente de Ligue (elles sont deux ou trois) , dirigeante fédérale(elles sont cinq)

Par ailleurs mère et prof de math en collège .

Dans le judo , j'ai rencontré des filles fabuleuses :

J'ai vécu l'éclosion du judo féminin, assisté aux premiers championnats ..

En général , les filles ne se proposent pas ,ou pas assez ,aux poste de responsabilité à prendre ;ce n'est pas facile et il faut bien dire que j'ai rencontré tant et tant de misogynie !

Je me sentais capable , je voulais avancer ...Mais les rapports de domination étaient toujours au rendez vous pour calmer mes volontés ; « **Tu prendras des responsabilités ...quand tu seras vieilleA ton âge , ça ne ferait pas sérieux !** »

En montant , peu à peu , dans la hiérarchie de la fédé , je me trouvais toujours sur la ...

Commission féminine ! ou bien sur des postes qui ne me convenaient qu'à moitié ; comme des passages obligés !Néanmoins je voyais , je partageais , j'apprenais

Maintenant , bien soutenue par deux jeunes et dynamiques CTR dans ma région , j'ai envie de donner une priorité à mon investissement de Ligue pour être plus proche des terrains ; là où l'on peut faire bouger des choses , les voir s'ouvrir , évoluer ;et favoriser des progressions tant espérées . Nous n'avons pas de grands clubs supports de filles de haut niveau ...Néanmoins deux filles font vraiment parler d'elles ! c'est un bonheur , une fierté partagée , avec les familles ,et les judokas de notre région !..

Seulement les choses ne sont pas aussi simples qu'elles paraissent ! Derrière la compétition , les enjeux financiers peuvent détourner facilement, le judo de sa fonction sportive , éducative , humaine ...

Certes les intérêts de l'athlète sont en jeu ; mais aussi ceux du club , du département , de la région qui y gagnent ou non , en subventions

Le marché , c'est la guerre !

Le sport spectacle est devenu une nécessité , médiatique , informationnelle , une source de reconnaissanceEt de finances !

Les images véhiculées deviennent des MODELES , des repères ; absolus !

De nos jours , des jeunes montent très vite , comme dopés par des réussites souvent précaires Avec peu de connaissances , mais de la puissance ; elles arrivent à des résultats spectaculairesqui marchent le temps de quelques réussites ; mais ceci entraîne une notable perte de technicité , de qualités . C'est surtout vrai au niveau des garçons ; les filles sont plus endurantes , moins assurées de leur progression , avec plus de maturitéElles naissent à elles mêmes plus tôt et se méprennent moins quant à leurs réussites ...

Elles se dépassent , avec des risques limités . »

**Cinq femmes judokas de haut niveau , nouvellement,
élues au Comité Directeur de la FFJDA- Mars 2001 :**

Elles expriment leurs motivations et leurs intentions

Christine , toute nouvelle , sortant juste de sa carrière sportive .

« Ce poste m'a été proposé ; j'ai accepté aussitôt ; quoique ce passage soit un peu rapide de la compétition à cet « autre côté de la barrière, le décisionnel », très lointain pour moi . J'ai donc été élue ; cette fonction nouvelle m'offre , une occasion superbe d'écouter puis de parler au nom des filles.

D'autant que j'ai été placée dans la commission Élite , qui travaille sur le haut niveau , féminin et masculin .. A priori cela me plaît bien !. Ensuite des secteurs me sont confiés : celui d'être du jury du fair play , ce qui me convient aussi , et de suivre « le soutien des athlètes de haut niveau » au plan social....Je vais y aider....Ce qui me surprend c'est que je n'ai pas eu à choisir j'ai été placée là . Évidemment je vais faire tout mon possible pour être à la hauteur de ces tâches

Je suis dans une phase d'exploration . mais j'ai des ambitions qui dépassent ce qui m'est imparti.. C'est que ,tout simplement ,les filles attendent beaucoup plus de moi .

Il semble qu'une commission féminine ne soit ni envisagée , parce que , les femmes dans le monde du judo cela ne représenterait pas un problème spécifique

Pour ma part , j'ai l'intention d'aller interroger les filles , d'abord individuellement , puis en groupe , pour recueillir , l'ensemble de leurs demandes , et non pas seulement leurs besoins au plan social .A quelques unes nous monterons un dossier , précis ;argumenté J'aimerais ainsi participer au développement d'un climat où chaque fille se sente à l'aise, afin d'être en mesure de donner le meilleur d'elle même ..Voilà ce que sont mes intentions .

Ce matin j'ai assisté à ma deuxième réunion du comité directeur ; j'ai été quelque peu surprise par des réflexions machistes , franchement désobligeantes qui sont l'occasion pour de nombreux participants de s'esclaffer ...L'un d'eux disait que malgré les règles de la parité il n'allait pas s'embarrasser de gonzesses....Nous étions pourtant là , NOUS , sans que cela paraisse leur poser de problème quant à cette valeur de respect qui est la base même du judo. »

Nicole , réélue , fidèle et rebelle ...

« Je ne suis pas une championne , une simple ceinture noire...avec quelques dan (échelons des ceintures noires)...

Je me sens très concernée par la vie de la Fédération ; c'est pourquoi , j'ai souhaité renouveler mon mandat précédent .

Ce que je souhaite , c'est aider au développement du judo féminin , tant en club , qu'en haut niveau ; il a besoin de s'affirmer ...

Le judo m'a énormément appris ; j'aimerais transmettre un peu de cette richesse !

Un stage d'enseignants , au Japon , répondra , je pense à mon besoin d'apprendre ,illimité.

Nos pratiques françaises sont étroitement liées à celles du monde ; nous y gagnons en qualité et en connaissances : et en particulier , nous avons à rationaliser nos connaissances .

Etant libérée de mes responsabilités de Présidente de Ligue , j'entends m'investir davantage au niveau fédéral . Et je me plais aussi à travailler à l'ouverture d'une classe judo dans le collège où j'enseigne .

L'institut du judo qui va ouvrir ses portes , devra se doter d'outils de connaissances afin que celles ci soient mises en valeur . C'est dans ce cadre qu'il m'a été demandé de travailler avec la Commission chargée du CDI , et de la préparation d'un Musée des Arts Martiaux . Je me sens capable d'y œuvrer ; l'enseignement, la gestion d'une équipe ne sont pas de nature à m'effrayer . Tout ce qui améliore les formations , théoriques et pratiques , est un secteur qui me passionne . Il y va de l'intérêt national et international....Je veux être à la pointe des démarches qui peuvent faire évoluer les pratiques du judo .Etre là , ne rien laisser de côté , participer à la diffusion de connaissances , avec exactitude , ouvrir des curiosités , améliorer , par le biais d'informations , les contacts entre les clubs

Et puis , en tant qu'élue féminine , je voudrais vivifier la mise en valeur des filles . Le judo est un jeu d'échec : les filles y jouent avec bonheur ; elles y cueillent les valeurs culturelles qui ouvrent les intelligences .Et ce goût pour cet alliage « fermeté-souplesse »qui leur est propre , devient un apport spécifique à notre art. ».

Bénédicte :

Son deuxième mandat , semble l'intéresser, plus encore que le premier ;ses motivations s'enchaînent , en toute logique et non sans passion .

« Mes motivations ? Elles se trouvent à deux niveaux :

Je suis élue dans mon département d'origine , la Dordogne , celui qui m'a formé , accompagné , celui auquel je dois mes réussites sportives , mon histoire !Le soutien que j'ai reçu , a été inestimable ,en toute circonstance .Je souhaite d'abord mettre mes compétences acquises au service de ce département , aider à ouvrir des barrières , nourrir ces liens qui nous unissent ...N'ai je pas à leur rendre un petit peu de ce que j'ai reçu d'eux ?Il plaît aussi à la mère de famille que je suis , de participer à l'amélioration de l'enseignement . Ces liens qui n'ont rien perdu de leur force , devraient réduire les écarts entre la base et le sommet , permettre d'aller de l'avant . Je participe aux réunions ,situées enfin de semaine , et aux stages ...

J'ai souhaité renouveler mon mandat au niveau du Comité Directeur de la Fédération . Mes responsabilités y sont modifiées ; je suis chargée de suivre la commission scolaire et universitaire ; mes fonctions professionnelles y sont en liens directs. Au delà de toute une mise en œuvre harmonieuse des calendriers et des rencontres , ce sont les objectifs éducatifs , et le respect des règlements qui restent en première ligne de nos préoccupations

Je participe aussi à la commission recherche scientifique . La France , par rapport à d'autres pays accuse un retard certain .Dans un premier temps ,nous pourrions faire traduire , puis faire connaître les travaux japonais et canadiens , entre autres ; Ensuite , élaborer un état des lieux

de l'ensemble des études disponibles . Communiquer , diffuser , vulgariser , rendre accessible ces matériaux de connaissanceÉviter les interprétations , ou des reprises déformées ; se tenir à une approche rigoureuse , centrée sur l'entraînement

Un besoin de comprendre et d'être aidé par une approche des sciences humaines , se manifeste , sans que des outils soient à la portée de tout un chacun .Le temps est compté pour ces enseignants , ces dirigeants aux tâches multiples : leur apporter quelques éléments utiles à une distanciation réfléchie , devra être un de nos objectifs .

-

Certes ,rien ne saurait remplacer les motivations et les expériences , mais pouvoir se poser pour porter un regard différent sur le travail en cours , ne peut que l'enrichir , l'améliorer .Cela pourrait éviter des erreurs involontaires et des éliminations , en haut niveau , pas toujours , justifiéesÉviter les laissés pour compte ...

Les démarches proposées ne seront pas révolutionnaires ; elles ne visent qu'à améliorer le fonctionnement actuel , et à mieux rendre assimilable des apports dispersés ...

Au sein de « l'école du judo » de la fédé , les difficultés des enseignants sont à étudier soigneusement , pour élaborer des réponses éducatives , performantes ...

Et en temps qu'élue féminine , je souhaite promouvoir l'action des femmes dirigeantes (;nous sommes minoritaires ;)

-

Pour moi , cette action est si enrichissante que j'aimerais en être une témoin : Donner l'envie aux femmes de s'investir à ce niveau , ou à un autre ...Prouver que c'est possible ...Que la notion de temps disponible , si réelle soit elle , se trouve en pleine évolution ...Que les relations hommes /femmes , et celles des couples parentaux sont en mutation . Il me paraît souhaitable que des femmes le disent , le prouvent ...C'est l'intérêt de toutes , de tous ;.De plus en plus d'hommes sont convaincus de la validité de cette évolution Certains sont prêts à mettre , en sourdine , momentanément , leurs propres carrières pour que celles de leurs compagnes puissent s'épanouir ...

-

Voilà ; j'ai envie simplement , d'optimiser les chances qui me sont données ; sans complexe ; avec un souci constant de qualité

Sans renoncer à ce « plein d'envies » et à « ce respect des différences » que j'ai aimés partager avec des Amies du judoCes qualités , vécues dans le plaisir et les rires , ne m'ont pas quitté ...Elles me sont vitales Avec des envies de partager , et d'enjoliver nos dynamismes.... »

Sylviane :

Infirmière libérale ,elle pratique le judo depuis 1968 . Elue présidente de Ligue ; devenue compétitrice , elle s'est engagée ensuite dans l'arbitrage régional .En 1983 , Sylviane est responsable féminine , au niveau du département ; puis de la Ligue , enfin au niveau fédéral et au Collège des ceintures Noires . En 1992 elle est responsable de l'organisation du Tournoi de Marseille , et devient Présidente de la Ligue de Provence . Cooptée au sein du Comité Directeur fédéral en 94 puis en 96...

« Il me paraît indispensable de vivre avec les clubs , départements et ligues, pour œuvrer au développement de notre discipline , tant au niveau sportif, qu'administratif ,et cela dans les deux sens de la pyramideJe suis une femme de terrain , passionnée par cette discipline , très riche , dont j'aime partager les pratiques et les progrès .

,Au plan fédéral , c'est la commission Contrat Club , justement axée sur les relations Club – Fédération qui retient mon attention ,parce que , pour s'apprécier , il faut se connaître ! Il s'agit de favoriser les échanges entre les professeurs , les dirigeants, et les pratiquants . Je souhaite aussi m'investir dans la commission Judo et Personnes Handicapées , où le travail est aussi conséquent qu'intéressant . Nous nous adressons à des non voyants , des malentendants, des handicapés moteurs et mentaux , ce qui réclame de la part de l'encadrement , un investissement sans limites .Notre objectif est que ces personnes puissent vivre les joies de la pratique de ce sport , comme tout le monde . Et puis je souhaite témoigner , à la suite d'expériences vécues , que ces jeunes vivent ces séances , encore plus profondément que tout un chacun .Tout le monde doit se sentir concerné par ce domaine de nos activités ; un long effort reste à accomplir .

Coup d'œil , coup de cœur :

Il semble bien que le pouvoir ne les intéresse pas en tant que tel . Ces fonctions , elles les prennent, pour apprendre(nécessité soulignée par elles) et pour apporter quelque chose d'appréciable . Elles considèrent leurs mandats, comme une responsabilité. Elles s'engagent dans un domaine où elles se sentent des compétences ,et souhaitent travailler en profondeur et efficacité . Elles ne sont pas là pour faire de la représentationIl s'agit d'un choix motivé ,d'une responsabilité qu'elles veulent assumer !

Sans doute, ces notions de pouvoir et de narcissisme affectent elles tous les humains . Dans le creuset de notre époque , ces femmes s'affirment probablement ,de façon plus altruiste que personnelle .Il est probable que leur héritage social et culturel, les amène à se sentir ETRE , d'abord, en fonction des autres ; mais aussi , cet héritage fait que, facilement elles doutent d'elles mêmes !

Néanmoins elles sont toutes, déterminées ; parfois avec timidité , toujours avec dignité ! Une certitude commune ; à leurs yeux : il n'est pas besoin d'avoir du pouvoir pour ETRE Leurs responsabilités elles les assurent comme elles cherchent à s'assurer, elles mêmes !

Ainsi participent elles , à leur façon, à ce virage pris au cœur d'une société patriarcale, vers de nouveaux équilibres, plus humains, plus féconds, plus dignes !Un sillage à creuser ?

Élisabeth : n'est pas une judoka et ne l'a jamais été ; par contre elle les connaît fort bien les filles du judo féminin ; car , de par ses fonctions de chef du cabinet du Président ,elle les reçoit parfois dans son bureau , quand elles viennent déposer une requête, ou poser des questions quant à leur devenir . Alors elles parlent , ensemble .

Et puis Élisabeth, accompagne les élus lors de grandes compétitionsAinsi , les filles , elle les connaît ,aussi , dans ces circonstances d'exception ; avec la plupart elle a tissé des liens de sympathie

« Ce sont , dit elle , des filles courageuses, qui ont du mordant et qui allient études ou carrières professionnelles pour certaines , carrière sportive , et vie privée .L'absence de femmes dans les structures du judo ou leur faible représentation ? ...C'est peut être un manque , je ne suis pas capable et ne m'autoriserai pas d'en juger .

Pourquoi viennent elles à moi ? Elles viennent chercher un avis , un conseil, un appui ;elles attendent de moi probablement une autre analyse, une amie qui soit à l'écoute, je ne suis pas judoka aussi nous parlons d'autre chose, comme la peinture, le théâtre, la mode, nos hobbies ...Ainsi se tissent des liens d'amitié et de confiance .

Le judo féminin par rapport au judo masculin ? c'est vrai, j'ai entendu d'anciens champions dans les coursives essayer de convaincre des journalistes, qui voulaient bien les écouter, qu'il s'agissait d'un sport différent et dénigrer certaines championnes du monde .Je n'ai cependant **jamais** entendu les élus d'aujourd'hui tenir de tels propos et ils sont tout aussi fiers des titres des féminines .Il y a un réel souci d'équité dans la politique sportive fédérale que ce soit au niveau des stages, au niveau des aides (subventions) etc ...Dans chaque sport il y a une différence entre hommes et femmes : Carl Lewis court le 100m plus vite que Marie José Pérec . La performance de ces deux athlètes est appréciée séparément chacun dans sa catégorie et personne n'aurait l'idée de comparer leurs performances respectives .

Quant au personnel fédéral, je peux vous assurer qu'il n'y a aucune comparaison , bien sûr chacune (le personnel est à dominante féminine !) a son idole femme ou homme pour des raisons diverses, le sourire de l'une , la gentillesse de l'autre, l'humour de celui -ci... Il faut dire aussi que le judo féminin a débuté beaucoup plus tard que le judo masculin, mais aujourd'hui le nombre de licenciées est en augmentation même si le chemin est encore long pour obtenir la parité , en nombre de pratiquants . Même au niveau international la tendance aujourd'hui est d'impliquer davantage de femmes au niveau de l'arbitrage par exemple . Les mentalités changent ,on ne peut le nier . Peu d'élues dans les structures, certes, mais savent elles , qu'elles ont un rôle à jouer ?....Car il s'agit bien d'un sacerdoceUn de plus pour elles !!!

Le souci de la fédération est d'aider les filles , à mieux vivre pendant leur carrière judo : Il devrait y avoir complémentarité entre les études et le judo . Une femme entraîneur national bataille pour tenter de les pousser le plus loin possible et le plus vite possible dans les études ; des aménagements sont faits, même si c'est loin d'être parfait, car les sélections priment sur tout le reste . Un travail de concertation entre entraîneurs est assuré par Paulette Fouillet . C'est difficile car chacun a les exigences de ses responsabilités avec un objectif de réussite . Des conventions de partenariat sont mises en place avec certaines administrations comme les douanes, la police, la mairie de Paris, les Conseils régionaux, et des emplois du temps sont aménagés pour leur permettre d'assumer leur passion et d'assurer leur avenir .

Aujourd'hui la médiatisation existe et certaines , trop peu nombreuses, savent gérer leur épargne « gloire » ! Par contre , personne ne leur apprend à cultiver leur notoriété ; je ne sais pas du reste qui devrait le faire . Un fin de carrière peut être douloureuse, les victoires et la gloire passées, le public, les partenaires d'entraînement vous oublient très vite . L'objectif, c'est de gagner, il faut se dépouiller pour y arriver, après il faut en avoir sous le pied pour refaire surface et rebondir pour un autre combat : la vie professionnelle .Peu y sont vraiment préparées, beaucoup souffrent du syndrome de l'athlète de haut niveau. Elles ou ils ne savent pas qu'après s'être fait un nom, ils devront faire preuve d'humilité, apprendre un nouveau métier .La notoriété acquise aide parfois dans les métiers de la communication mais elle n'est pas suffisante , il faudra , là aussi, apprendre l'efficacité et la performance dans d'autres domaines . Toutes ne pourront hélas faire carrière dans les métiers du sport...Trop de demandes et peu d'élues !

La sélection c'est la récompense suprême, résultat d'un travail acharné, l'accès à la consécration ; la non sélection c'est pour certains la descente aux enfers, la non reconnaissance, la porte vers l'oubli (du moins temporairement) . Ce n'est pas tout à fait vrai ,mais personne n'est là pour expliquer ces sélections faute de temps . C'est comme ça ! Il faut s'occuper de l'équipe , la préparer, c'est normal. Cependant l'athlète non sélectionné se sent en situation d'abandon et a besoin de quelqu'un pour lui expliquer avec diplomatie la logique des choses , si aujourd'hui elle n'a pas gagné sa sélection, faute de résultats, il lui faut garder sa lucidité et voir déjà demain car rien n'est jamais acquis et définitif. C'est très difficile car on leur apprend à gagner mais pas à perdre, la chute n'en est que plus douloureuse . . L'athlète ne pense qu'à lui (à elle), pas à celui qui peut gagner à sa place ; bien sûr pour lui des facteurs .autres que sportifs entrent en jeu .

Au sein de la fédé, il y a un réel esprit de tolérance ; pour ma part, cette tolérance m'apparaît un peu élastique selon les circonstances .

Il est difficile de parler en quelques lignes des filles du judo qui, indépendamment de leurs réussites, de leurs échecs, de leurs difficultés résolues tôt ou tard forcent l'admiration des plus jeunes comme des moins jeunes ; une admiration amicale , bienveillante car elles sont des exemples , une assurance pour l'avenir .

Le judo m'a appris à écouter, à voir, à réfléchir, à me taire, et à faire passer plus de choses en douceur à mon niveau. J'ai dû convaincre que le pouvoir ne m'intéressait pas ; la politique non plus mais que l'institution composée d'hommes et de femmes méritait plus d'attention , c'est cela mon éthique et mon engagement personnels »..

Coup d'œil , coup de cœur :

Son éthique, son engagement personnel, et j'ajouterais sa disponibilité amicale et sa sympathie toujours attentive, lui valent des Amis (es), dans le monde entier

- E -Le judo féminin de demain ? Regards de Brondani et Guichard

*Des anciens posent leurs regards sur les transformations du judo d'aujourd'hui :
Jean Claude Brondani et Pierre Guichard*

Il semble que le judo , de nos jours , puisse être considéré à deux niveaux ; celui des clubs , qui représente la majorité des pratiquants , et celui des élites sportives .

Pour les premiers , le judo est un moyen d'éducation physique et mental, une activité physique d'entretien, incontesté .C'est le judo plaisir que les compétiteurs retrouveront , s'ils le souhaitent , après leur carrière sportive .

Le judo de haut niveau , qui se vit dans les pôles- France , en stages et à l'Insep , implique un engagement physique et mental , hors de l'ordinaire, qui ne peut pas être transposé à la pratique de club .

Ces deux voies , séparées, sont amenées à se développer côte à côte
Notre sport n'est pas à l'abri d'une société qui marque les consciences et détermine des besoins et des moyens .. Ainsi les approches de ces deux façons de pratiquer , ont elles des incidences importantes , tant au plan fédéral qu'à celui des judokas .

Le judo international progresse tellement qu'il devient difficile d'envisager de tenir en un même temps , l'entraînement et des études ...Le risque du professionnalisme est là , avec des exigences , telles qu'on les perçoit dans des sports plus médiatisés . La loi du marché , de l'offre et de la demande entraîne les champions dans une spirale d'honneurs médiatiques , de tentations de gains , de notoriété , de célébrité , pas faciles à gérer ...Si bien que lorsqu'elles sortent de la spirale de la haute compétition , éviter les conséquences de cet arrêt , même sciemment décidé , présente des difficultés majeures pour certaines d'entre elles
Le judo de haut niveau , n'en reste pas moins une belle aventure

Qui n'échappe pas au « plus vite , plus haut , plus fort » Là , se pose la question de nos limites , corporelles et mentales; de la valeur de nos émotions , et celle de ce bonheur indéfinissable éprouvé par tout judoka qui le pratique en toute sérénité ...

La haute performance implique de l'égoïsme , de la dureté , de grandes exigences vis à vis de soi , pour supporter ces contraintes bien réelles .Ce n'est qu'avec du recul et de la maturité que l'on peut retrouver cette saveur délicate du judo plaisir » ...

F – Comment devenir une judoka féminine de haut niveau :

Ou bien : De la cité , aux Jeux Olympiques...d'après Philippe Sudre

« L'histoire aurait pu s'écrire autrement, n'avoir jamais existé . Le hasard serait il à l'origine de cette extraordinaire aventure sportive ? Non , rien de ce qui nous arrive, relève d'une quelconque part de chance. La cité, lieu de vie et de métissage offre à tous ceux qui veulent bien y regarder de près des tranches de vie exceptionnelles.

Notre club, cette micro société, fondé dans les années cinquante par Roger Ginet, connaîtra des développements successifs non sans rebondissements, du premier tatami dans une arrière salle de bistrot (à peine 20 m²) à trois dojos d'aujourd'hui ,avec plus de 520 judokas présents chaque semaine.

A Champigny s/Marne, la pratique du Judo par les féminines, n'est pas un phénomène de mode et encore moins ,une stratégie de prise de licence. Depuis plus de quarante ans les féminines ont trouvé dans ce club, accueil convivial et considération. Les années 70, verront la création d'un cours de judo spécifiquement féminin. : pour l'époque il s'agissait d'une première et le regard de nos amis des autres clubs laissait apparaître un sourire « amusé » à propos de ce qui se passait à Champigny.

Lors des premiers championnats d'Europe féminins, une campinoise était présente en la personne de Christine Delamaire. Quelques temps après Marie-Thérèse Bosse et elle, deviendront professeurs de Judo.

L'histoire de notre réussite sportive au féminin, n'est donc pas récente. Elle ne commence pas avec la médaille d'or de Séverine Vandenhende aux Jeux Olympiques de Sydney 2000. Cette aventure est bien antérieure à cette fabuleuse réussite sportive et trouve ses origines **dans la volonté des dirigeants et professeurs de considérer les athlètes femmes ou hommes de la même façon** ; de leur donner les moyens de réussir , sans discrimination de sexe, de religion ou d'origines socioprofessionnelles ; tout en facilitant l'épanouissement nécessaire à la réalisation de leurs personnalités.

Il y a dix ans, lors des championnats de France minimes FSGT, une jeune fille discrète, laissant croire à une grande timidité, enchaînait les combats avec facilité et décontraction.

Son comportement sur le tatami était alors complètement différent de celui dont elle faisait preuve habituellement . « Virg », comme la surnomment ses amis du Judo, allait sans préjuger de l'avenir , être la véritable catalyseur de notre épopée Olympique.

Virginie, repérable à sa longue natte blonde, issue de la Cité (le Bois l'Abbé un quartier de Champigny) arrive un beau jour dans le Dojo des « grands » et y redécouvre d'autres pratiques et une autre vie de club. Ceinture verte, première année de minime, au milieu des ceintures noires, Virginie ne tarde pas à trouver encouragement, chaleur et soutien : les grands du club sont aux petits soins pour la prometteuse nouvelle . Wassila, issue d'un autre quartier, celui des « Boullereaux » devenue judoka de niveau national sera la confidente, l'amie, la partenaire avec qui il est bon de pratiquer. Les progrès de « Virg » impressionnants sont liés à son opiniâtreté lors des entraînements de club, et à son envie de réussir. Cette motivation, témoigne sans nul doute d'une La petite blonde a coupé sa natte, elle est devenue Championne de France « Espoir » après avoir successivement franchi les différentes marches du podium. Son entrée à l'INSEP, l'internat, les nouvelles relations et l'entraînement quotidien, bousculent cet équilibre de vie chèrement acquis au sein du club. Ses nouveaux entraîneurs, ceux de la « Grande Maison », vont donner un nouvel élan à sa progression. L'entraînement du club n'en demeure pas moins, incontournable. Comment pourrait-il en être autrement ? Les amis du club, le professeur les entraîneurs restent essentiels pour elle .. Sélectionnée aux Championnats du Monde « espoirs », Virginie se classe 7^{ème}, et pour la première fois, c'est la déception ; écartée des championnats d'Europe, le doute s'installe rapidement . Mais si « la Grande Maison » ne fait pas de cadeau, le club et la famille sont là : le dialogue, la recherche de solutions après analyse de la situation , permettent de recréer les conditions psychologiques favorables pour repartir au combat. Parallèlement une convention est signée avec le Conseil Général du Val de Marne permettant ainsi à cette jeune « athlète » de poursuivre ses entraînements avec l'assurance d'une formation et d'une future intégration au sein de la collectivité départementale.

Septembre 1996 fera date dans l'histoire de notre club. Au lendemain des Jeux Olympiques d'Atlanta, des observations et des analyses vont contribuer à la mise en place d'un groupe féminin de haut niveau : d'une part les résultats prometteurs de Virginie et la sollicitation de Dominique Brun – Maoui , encouragent cette innovation , d'autre part la volonté de notre club et de la Municipalité permettent de donner à la pratique féminine de haut niveau une place honorable , une place légitime . En effet, les Jeux Olympiques d'Atlanta ont tristement montré à la face du Monde combien la discrimination hommes / femmes était présente : plusieurs dizaines de nations ne comptaient pas de femmes dans leur délégation. Comment :à l'aube du 3^{ème} millénaire pourrait on accepter cela ?

Le Projet Sydney 2000 est né de ces réflexions . Depuis 1996, le groupe s'est étoffé et les résultats ont suivi. : participations aux championnats d'Europe et du Monde Juniors, Médaille d'Or au Mondial de 1997 à Paris et aux JO de Sydney 2000 pour Séverine Vandenhende. En 2001 le titre de Championne de France pour Gaëlle Potel , une habituée des podiums qui malgré de nombreuses blessures trouvera toute l'énergie et le courage pour revenir se hisser sur la plus haute marche du podium. Quant à Virginie , entraînée dans la spirale du succès de son « équipe » elle décroche ce titre tant convoité, celui de Championne de France 1^{ère} division. Si, pour beaucoup de sportifs il s'agit d'un « titre modeste » décerné tous les ans, pour cette jeune femme c'est un résultat qui donne du sens à ses efforts menés depuis des années, et qui marque le début d'un nouvel élan sportif dont l'issue pourrait être la rencontre en 2004 avec le pays d'Homère. Un espoir de marcher sur les traces de sa coéquipière de club déjà victorieuse à Sydney et peut être de se trouver à ses côtés dans la même épreuve. D'autres jeunes femmes, comme Sandra, déjà remplaçante à Sydney feront tout leur possible pour être à Athènes en 2004, et Marianne pourrait bien brouiller les « cartes » en se réinstallant au plus haut niveau. Ainsi toutes les jeunes du groupe profitent de cette embellie

Le projet Sydney 2000, aujourd'hui rebaptisé « **Défi 2004 pour Elles** » n'a rien d'exceptionnel en soi. Les groupes élites sont nombreux et cette idée d'en constituer un nouveau ,existait déjà par ailleurs, et ce depuis longtemps. L'originalité réside dans la confiance accordée par les partenaires publics et privés bien avant notre réussite sportive et d'avoir ainsi permis le tâtonnement et la recherche d'un équilibre du groupe ,qui tienne compte des personnalités fortes de celui-ci.

Parallèlement à l'entraînement quotidien, l'athlète doit pouvoir « vivre », exister autrement que par ses résultats sportifs, pas toujours conformes aux attentes. Les blessures, les problèmes personnels génèrent des périodes de doute et effritent les motivations. L'existence d'une relation « sociale », amicale auprès de l'athlète devient l'une des conditions de la réussite. Sans l'assister de façon omniprésente au risque de contrarier son autonomie, mais en assurant un réel soutien et une écoute « fine », l'entraîneur peut redonner espoir et motivations quand celles-ci déclinent.

Pendant les années noires qui ont suivi la consécration mondiale de Séverine Vandenhende, on aurait pu croire à une fin de carrière prématurée de l'une des plus talentueuses judoka de sa génération.. La nécessaire proximité de l'entraîneur de club, relais indispensable du « staff technique national » auprès de la judoka prend là toute sa dimension.. L'athlète est à l'écoute et s'abreuve de la positivité des mots, qui, hier lancés dans la discussion, ne résonnent plus alors avec la même tonalité. Séverine, « Wad » surnommée ainsi par ses amies du club et de l'équipe de France, a ainsi reconstitué les forces nécessaires et retrouvé le goût de la compétition pour gagner sa place pour les Jeux Olympiques 2000. Les doutes d'antan, les blessures, les échecs aussi, laissaient place à la reconstruction de la compétitrice.

De l'athlète en convention, à l'emploi jeune, de l'étudiante en STAPS au « maître auxiliaire », l'excellence sportive de ces athlètes nécessite de plus en plus un environnement fiable. C'est donc en termes de responsabilité, de droit et de devoir que l'idée d'un groupe d'élite peut être conçue. La femme sportive de haut niveau, compte tenu de l'organisation de notre société, doit se « battre » pour obtenir ce que l'homme obtient plus aisément. La disproportion des aides accordées montre bien la discrimination de sexe qui perdure. La voie de l'égalité sera longue et apparaît comme la ligne d'horizon, distante et intouchable. Notre modeste expérience, nous a appris à rester humble face à la réussite, tant la précarité de celle-ci nous paraît évidente. Certaines dispositions exceptionnelles sont prises dès lors qu'une athlète ressent une difficulté particulière : aménagement de l'entraînement, dialogues, stage spécifique, aides matérielles accrues, tout est fait pour la réussite de l'athlète.

Nos partenaires, à la suite du Conseil Général du Val de Marne qui n'ont pas non plus attendu des podiums Mondiaux ou Olympiques pour soutenir Virginie. Ainsi, aujourd'hui peut-on parler **d'une véritable structure d'accueil pour la pratique féminine de haut niveau** : la ville de Champigny s/m et son soutien matériel et financier, le club et la création d'emploi., nos partenaires privés et leurs soutiens accrus.

Enfin ce qui paraît déterminant au sein de ce club ,c'est « une passion pour l'autre » un « fighting spirit »qui animent tous les dirigeants, les entraîneurs, les adhérents et les partenaires qui ont conjugué leurs énergies pour que le projet haut niveau aboutisse.

Ainsi les nouvelles championnes ont rapidement mesuré non sans étonnement, combien elles étaient devenues proches de tout un chacun ; car si la relation avec les « autres » peut paraître difficile ou délicate dans un premier temps pour certaines , elle est aussi appréciée aujourd'hui, que recherchée.

Conscients que les judokas n'attendent pas de la pratique en club les mêmes effets, nous n'avons jamais laissé échapper l'idée d'une relation harmonieuse et cohérente entre tous, depuis le jeune adhérent jusqu'à la championne Olympique.

L'âme d'un club, la richesse sociale de la structure associative restent liées une volonté **de reconnaissance mutuelle entre tous, quelque soit le statut de chacun** , au sein du club .

L'association , soutenue par la ville, peut ainsi prouver son dynamisme au cœur même des cités , tout en se permettant de briguer et d'obtenir des résultats élogieux , au niveau national et international . »

Samedi 9 juin 2001, lors de la fête du club de CHAMPIGNY :

Elles sont une douzaine , - l'élite- chahuteuses , joyeuses , hors de toute pression .

Parmi les quelques centaines de judokas , de 6 à 75 ans , elles jouent , participent , acceptent de signer de nombreux kimonos sur le dos de ces petits , si fiers....

Entre salutations et embrassades , ensemble elles expriment leur satisfaction d'être membre du club de Champigny , où les unes ont évolué depuis leurs premiers pas , où d'autres sont venues , lorsqu'il leur a fallu quitter leur club d'origine - en province – en arrivant à l'INSEP.

- « De pratiquer du judo rien que pour le plaisir , avec des judokas eux aussi passionnés mais sans engagement , cela nous permet de vivre le judo sous un autre angle , avec des partenaires/amis . On apprécie énormément ce relationnel différent , tranquille et efficace , qui nous ressource , qui nous permet de voir le jour !
- C'est aussi l'occasion de nous retrouver entre nous , l'équipe ...Une vraie équipe !
- Parce que , au quotidien , à l'INSEP, chacune mène sa vie ; ici on se retrouve ...
- Et puis le club nous aide matériellement , ce qui nous permet de vivre à Paris ...

- Les débuts ne sont pas toujours aisés ... On a choisi le club de Champigny , mais notre intégration ne peut se faire que par nos implications sur le tatami «

:

Interrogées à propos des Grands Prix,(récente organisation internationale, dont elles savent peu de chose,)elles s'interrogent ... Voici le patchwork des paroles recueillies :

« L'organisation d'un Grand Prix , ce peut être l'occasion de sortir la discipline d'un certain anonymat , d'être davantage connu , apprécié

Ces grands prix seront l'affaire que de quelques judokas en fin de carrière

Cela servira l'élite de l'élite ; toujours les mêmes ...

Ce pourrait être la cause de tricheries , de dopage, de surmenage , de limites dépassées ...

Il ne s'agira plus de l'envie de gagner mais d'être rémunéré

Spectacle et argent ...à quel prix vital pour les athlètes

Quelle reconnaissance sera accordée aux championnats ?

Sélections ou libre choix ?

Le fait de recevoir , nommément une somme d'argent en récompense lors des divers

championnats , cela nous aide , évidemment, mais c'est la porte déjà ouverte à la

professionnalisation du judo , qui s'éloigne ainsi du judo amateurChacune reçoit une

bourse de la FFJDA ; mais sans le soutien des clubs , on y arriverait pas ! »

G - Le judo ; une activité éducative (par Patrick Roux)

Note : (Cet article concerne le judo en général, féminin comme masculin, à divers niveaux de pratique, et surtout il souligne les aspects éducatifs et culturels qui lui sont propres.)

Si l'on considérait les pratiques du judo , sous une forme imagée d'une mise en scène théâtrale , on pourrait présenter ainsi les apports spécifiques du judo , en quelques scènes :

Acte 1 : Découvrir le judo

la relation d'entraide « partenaire – adversaire », le dojo et la chute.

1 Scène 1 : Découvrir, redécouvrir

Certains sont tentés de comparer le cours, la séance, l'entraînement de judo à une scène de théâtre.

Il est vrai que dans un dojo l'espace est structuré, les rôles respectifs des maîtres, des anciens, des plus gradés, des nouveaux venus prennent leurs sens dans la dynamique de la pratique. Comme le théâtre, la musique, la peinture, une telle pratique dès lors qu'on s'y prête avec quelques régularités, procure de curieuses expériences qui peuvent faire échos en nous profondément.

Ce cheminement, cet apprentissage passe par la redécouverte du corps.

Les sensations qui naissent de ces expériences motrices, corporelles, nous les ressentons puis nous les analysons... Les mots ne viendront que beaucoup plus tard, alors que déjà nous savons qu'il sera nécessaire de poursuivre, d'approfondir. Car il s'agit d'une construction. Dès les premières secondes nous en avons l'intuition. Certains en étaient même très conscient car c'est ce qu'ils recherchaient.

Chacun ressent différemment ses premiers temps de la pratique. Un peu comme devant un tableau chacun réagit avec ses tripes, ça le renvoie profondément à ce qu'il est! Ouverture à soi, chemin d'accès vers cet inconnu...

Scène 2 : Apprendre à chuter,

Car ces situations qui plus tard deviendront trop habituelles ne sont pas banales pour l'homme social, moderne et sédentarisé. Imaginez qu'il lui faudra passer par l'apprentissage de la chute du corps. Imaginez donc le choc pour le citoyen à qui l'on expliquerait d'emblée que c'est presque en se laissant aller, en cédant, en s'inclinant jusqu'à l'abandon de sa verticalité qu'il va pouvoir déséquilibrer son partenaire et éviter d'être projeté à tout moment. Et pourtant dès la première leçon nous comprenons déjà que c'est bien en confiant notre corps, notre sécurité (notre intégrité physique) à notre partenaire, en effaçant progressivement notre volonté de résister que l'apprentissage de la chute, cet élément premier, s'accomplit sans douleur et même avec un certain plaisir d'entrevoir de nouvelles possibilités.

Scène 3 : Faire confiance à un partenaire

Il est vrai aussi que c'est en partie la structure du dojo et les relations d'entraide avec les plus gradés qui vont permettre à l'initiation de se dérouler correctement. Mais si les premières chutes seront sans doute assurées par un judoka plus expérimenté, il faudra très vite franchir un autre cap, plus délicat. Comment en effet accorder sa confiance à l'autre lorsque ce dernier n'a pas plus de maîtrise que vous même dans cette discipline?

Chuter, ne serait ce que de sa hauteur, ça n'est pas exactement comme se faire des passes avec un ballon.

Le sentiment de partager une grande responsabilité est immédiat. Le professeur insiste d'ailleurs lourdement sur cette **co responsabilité** car il sait bien que la pratique du judo n'est pas possible sans cette initiation. En théâtralisant quelque peu la situation les débutants prennent vite conscience de leur **interdépendance**.

Si je ne veux pas m'ouvrir parce que j'ai peur de l'autre, si je ne dépasse pas mon appréhension alors je ne me lance pas, je ne chute pas (ou pas vraiment) et je ne progresserai pas.

Scène 4 : S'entraider; Respecter et s'améliorer

A l'inverse, lorsque je commence à dominer quelque peu mes émotions je réalise que les exercices proposés sont très progressifs, ne présentant pas de réelle difficulté et encore moins de danger. J'accepte les premières expériences et la sensation de les réaliser me suggère de poursuivre et de m'améliorer.

Travail sur soi, ouverture à soi, ouverture à l'autre, ça y est le processus dynamique de construction à travers la pratique du judo est commencé.

La chute incontournable, nous initie au respect du partenaire.

Elle nous indique également que nous devons tenter d'apprivoiser la gravité. Car pour jouer avec notre propre équilibre et notre propre déséquilibre il va falloir composer.

La relation va s'établir peu à peu. Cet échange prend une forme relativement intime car à travers la tension du judogi nous ressentons chacune des réactions de l'autre. Sa peur, ses hésitations, ses faiblesses passagères comme ses regains de volonté, ses moments d'abandon; La puissance et la force, l'intelligence dans la nuance des choix, le sens du mouvement.

Ces échanges, ces exercices qui font la pratique requièrent une forme de générosité inconditionnelle vis à vis du partenaire. Autant le professeur que chaque judoka dans le dojo peuvent contribuer aux progrès, à l'amélioration de chacun à travers la pratique. Il suffira d'apporter une attention sincère, une juste considération vis à vis de l'engagement que l'autre exprime dans ses efforts de bien réaliser les techniques.

Dans cette relation en miroir chacun aura toujours la sensation d'être l'acteur, le moteur, le responsable de sa propre progression.

Nous agissons, nous ressentons, nous nous construisons !

Le professeur ne sanctionnera jamais l'être, il indiquera la faute, l'erreur, sans oublier de préciser "le comment mieux faire"...

Scène 5 : APPRENDRE, COMPRENDRE :

La gravité , source d'équilibre

Au delà de la relation « partenaire – adversaire » que nous apprend fondamentalement cette expérience?

Tout d'abord que nous sommes des ETRES faibles.

Professeurs, entraîneurs, débutants ou champions, dès que notre image de nous même est atteinte, dès que notre verticalité est contrebalancée, nous nous retrouvons dans la situation du néophyte qui vient dans le dojo chuter de sa hauteur pour la première fois.

Sans la bienveillance des autres, du professeur et des partenaires nous sombrons dans ce que l'échec peut amener de plus négatif. La peur, l'image négative de soi même, la névrose, la dépression, l'abandon.

Grâce à la générosité des partenaires, des professeurs, nous acceptons la remise en question et nous franchissons une première étape, ce qui renforce notre confiance et nous permet d'entrevoir le principe du progrès.

Face à la pesanteur, à la gravité, à la chute, nous sommes faibles et toujours exposés, quel que soit l'expérience et le niveau déjà atteint! En prendre conscience s'accompagne souvent d'un changement d'attitude, d'une forme d'écoute et d'indulgence envers les autres qui se traduit par une posture moins rigide et un peu plus de souplesse dans le propos.

Après l'ouverture et le travail sur soi, grâce à l'ouverture à l'autre et à l'entraide, nous prenons enfin conscience de ce que la gravité est pour l'homme: l'un des principaux déterminants culturels.

C'est en l'acceptant, en essayant d'apprendre à faire avec et non à faire contre, que l'homme retrouve sa place et son équilibre. C'est de cette nouvelle attitude que peuvent aussi naître des relations plus paisibles avec les autres et procurer une vie sociale heureuse. (qui est un peu d'harmonie).

Le judo nous enseigne qu'il vaut mieux être co responsable car nous sommes interdépendants.

Acte 2 : Vers la maîtrise

Scène 1 : Se confronter; S'émanciper

La compétition sportive ne représente parfois qu'un intervalle d'une dizaine d'années au plus dans la vie d'un judoka, mais les témoignages des championnes, des compétiteurs, montrent le plus souvent la richesse d'une telle aventure.

La confrontation est sans nul doute une expérience fondamentale dans la formation du judoka. Elle est révélatrice du caractère, des potentialités de l'individu et participe de la quête visant à mieux se connaître et à éprouver ses propres limites.

Les championnes interviewées (dans ce livre) font souvent le lien entre le sentiment de s'être émancipées d'une éducation « patriarcale » en se construisant une autonomie à travers leur pratique. Certaines avancent que c'est ce qui leur permet aujourd'hui de réaliser des projets personnels.

Essayons de comprendre, d'analyser comment nos pratiques fonctionnent et peuvent contribuer à un tel travail sur soi même.

Scène 2 : Devenir compétent , acquérir une maîtrise

Lorsque nous observons les champions de haut niveau, nous constatons qu'à la manière des artisans (ou de certains artistes) ils font preuve d'un savoir faire étonnant.

Cette compétence qu'ils ont construite, élaborée au fil des années de pratique et d'entraînement leur permet une forme d'expression motrice tout à fait singulière.

Sur la base d'une formation solide et d'une pratique assidue ces gens là cheminent vers la création...

Leurs mouvement de base son très automatisés et ainsi même lorsque l'opposition est maximale ils restent capables de porter le geste juste au bon moment. Alors que dans les grandes compétitions la charge émotionnelle liée à la confrontation est écrasante eux ont appris à se dominer et quand ils réussissent à marquer un IPPON, cette projection parfaite, réalisée dans l'instant en utilisant la réaction, le temps de vulnérabilité de l'adversaire, alors ils éprouvent une sensation de plénitude, d'accomplissement...

Instant magique, de bonheur intense lorsque la perception, la décision et l'action se rejoignent, s'unissent dans l'explosion d'énergie du IPPON !

Cette expérience permet d'accéder à l'intuition de l'unité entre le corps physique et le corps mental...

Scène 3 : Bien pratiquer , ou , pratiquer juste

A la lecture de ces témoignages si riches de sens et de vécu, on constate aussi que le judo comme bien d'autres disciplines de mer, de montagne, est **une pratique heuristique**.

C'est est une activité dont la pratique régulière peut procurer beaucoup de plaisir et de satisfaction à condition de respecter certaines de ses exigences.

Lorsqu'on demande aux professeurs de judo de décrire ce qui leur semble important dans la formation du judoka, tous mettent en avant l'apprentissage et le perfectionnement des bases techniques.

Curieusement lorsqu'on observe le comportement des judoka de très haut niveau on constate qu'ils ont acquis une très grande maîtrise des déplacements, de l'équilibre et du déséquilibre, des changements de postures, ou de l'application du principe "action - réaction."

Tout le monde ne peut pas prétendre devenir champion olympique, mais les professeurs et les judoka expérimentés savent que derrière l'apprentissage des fondamentaux il y a un autre enjeu... Celui de réussir un jour, quel que soit son niveau de pratique, à s'exprimer à travers un judo dynamique, personnel et ressenti.

Le judo de compétition n'est qu'une facette de notre discipline. On pourrait presque dire que ce n'est finalement qu'une expérience, un prétexte...

Il permet de s'éprouver à travers la confrontation entre individus, et de vérifier un certain niveau de maîtrise dans un contexte réglementaire tout a fait normé.

Mais pour chacun d'entre nous la pratique en club reste aussi une source inépuisable d'expériences, de sensations, de rencontres. L'enjeu n'est plus alors la victoire ou la défaite mais le progrès. La richesse pédagogique est liée à la diversité des partenaires et à la justesse des situations d'étude.

Que le professeur propose de faire répéter une technique, un exercice ou bien qu'il s'agisse d'une séquence de RANDORI ou de YAKU SOKU GEIKO, le but sera de progresser ensemble vers une plus grande maîtrise technique.

Pratiquer le judo dans cet état d'esprit va vous conduire progressivement à accepter l'autre, à le considérer comme l'ami, le partenaire indispensable à vos progrès. La relation peut alors se détendre et le vrai dialogue peut exister. Lorsque vous vous tenez droit (dans la posture shizen tai) et que vous acceptez la saisie à deux mains (plutôt que de vouloir "à tout prix faire lâcher") vous établissez avec le partenaire un niveau de communication beaucoup plus riche. Peu importe si au début, par manque d'habitude vous chutez plus souvent. Assez rapidement c'est vous qui allez faire des progrès et projeter.

En progressant dans la technique on va vers un judo plus relâché qui procure des sensations plus riches et plus plaisantes. Même la chute peut être agréable et surtout elle est une source d'information capitale sur ce qui est possible.

En se recroquevillant dans sa posture par peur de perdre ou d'être projeter on risque de passer à côté de ce que le judo propose en terme d'expérience motrice et donc de possibilité d'épanouissement personnel.

Scène 4 : TRANSMETTRE (une culture, un patrimoine).

L'immense majorité des professeurs vous le diront, le judo ne peut se résumer à vouloir simplement gagner une médaille. C'est une culture, un patrimoine qui se transmet de génération en génération...

Dirigeants, professeurs, entraîneurs, tous se rejoignent aujourd'hui dans une vision plus mûre, plus adulte de notre discipline en concevant les finalités sportives et les buts éducatifs de manière complémentaire.

Cette conception de l'unité du judo doit permettre que chacun chemine vers le progrès . Elle se traduit surtout par une méthodologie qui permet à chacun de faire des progrès et de vivre ensemble la diversité des expériences que nous offre une telle pratique.

Loin d'une forme d'élitisme qui vouerait une sorte de culte « aux meilleurs », qui favoriserait exclusivement ceux qui auraient « une forme de don supposé » que d'autres n'auraient pas, les professeurs du judo français sont attachés à la notion d'Education au sens le plus large.

ACTE 3 : PUISER A LA SOURCE L'ENERGIE DU RENOUVEAU

C'est en partie ces idées qui nous relient encore aujourd'hui à la tradition de notre discipline ainsi qu'au message d'amour et d'humanité de son fondateur JIGORO KANO.

Quand dans les années 1920 celui ci écrivait : « ...le judo doit aider l'homme à se construire et à s'émanciper afin d'être utile à la société... » il assistait dans le même temps à la montée du nationalisme et du militarisme dans son pays.

Pourtant et malgré les risques que cela représentait pour lui même, il continuait de défendre les idées universelles d'éducation et de libre pensée, convaincu qu'elles seules pouvaient assurer la dynamique du progrès de la société et du citoyen.

Le judo est devenu une pratique planétaire. Il n'est pas sûr pour autant que la diffusion du message de J. KANO soit devenue une réalité !

Tout reste sans doute à accomplir. La rançon du succès du judo en tant que sport consiste peut être dans le constat suivant :

Nous ne sommes pas différents des autres sports argentés et médiatisés. Les mêmes dérives à haut risque nous guettent !

Le judo connaît aujourd'hui une étonnante notoriété. Une véritable économie s'est organisée autour de ce sport, permettant à beaucoup d'entre nous de prolonger leur passion par une profession.

Comme ailleurs le succès amène aussi des contre parties.

Ainsi le théâtre de nos exploits se retrouve de plus en plus assiégé par les logiques du SHOW BUZZNESS et du marché.

La médiatisation permanente des champions, les pressions liées aux enjeux économiques qui nous environnent désormais, tous ces buts très matérialistes ne risquent ils pas finalement de nous pousser encore un peu plus à confondre les buts et les moyens ?

Cinquante ans environ de judo, vécus dans un système mutualiste et fédéral ont permis de construire une belle œuvre.

Saurons nous gérer en adultes notre croissance, notre abondance, nos projets plein d'enthousiasme et de passion ?

Saurons nous interpréter correctement les messages de la tradition du judo, véritable projet humain et de société, en puisant à nouveau à la source pour y trouver l'énergie et les fondements du renouveau.

- ***Car c'est cette énergie associée à une démarche lucide et non pas une attitude arrogante et narcissique qui fondent nos pratiques et stimulent notre recherche, notre cheminement vers le progrès et la compréhension.***

Dernier « Coup d'œil, Coup de cœur »,

*Sans doute avez vous apprécié la richesse de ces paroles de femmes, de championnes :
On y lit des qualités , développées patiemment, de façon opiniâtre, grâce à une endurance
étonnante !*

Ces championnes vivent des situations exceptionnelles, extrêmes, parfois ...

*Ainsi « Se Surpasser » est la conséquence de leur passion ; sans aveuglement ; avec
conviction , détermination .*

« Se surpasser », pour d'autres femmes de notre monde actuel, cela veut dire, assurer
une quotidienneté difficile ; cela passe inévitablement par la levée d'interdits
traditionalistes , culturels , religieux , économiques

*Parmi elles, et tant d'autres, les femmes afghanes , réduites si longtemps, au pire silence , à
l'enfermement et au voile grillagé , mises au ban de l'humanité .*

Leur survie a été et est encore aujourd'hui, une résistance de chaque jour ...exemplaire !

*Après un court séjour en Afghanistan, en juin 2002 durant lequel j'ai eu le bonheur de
rencontrer des femmes exceptionnelles, elles aussi , mais si différemment, je voudrais dire
mon admiration et ma reconnaissance émue pour ces lutteuses calmes, déterminées,
exigeantes, attentives, souriantes , parce qu'avidées de pouvoir vivre leur vie en partage avec
leurs familles, dans leur pays !*

*Je me surprends alors à constater que les Unes (ces athlètes internationales) et ces Autres
(ces femmes devenues les forces vives de leur nation),ces femmes qui vivent à des milliers de
Km. et dans des conditions sociales, économiques et culturelles si différentes), je constate
donc qu' Elles toutes réalisent des projets ambitieux, qui ne peuvent qu'éveiller des prises de
conscience, partageables et source d'émancipationpour elles comme pour toutes les
femmes ! Ce qui me paraît si réconfortant quant à l'avenir de l'humanité !*

*C'est **Isabelle Autissier** , qui s'exprimait ainsi, au printemps 2001, avant le
11 septembre ,dans une lettre ouverte aux femmes d'Afghanistan ;*

**« Soumises, battues , niées, vous êtes si loin
de moi, que l'on a célébrée comme pionnière**

Mais tous les jours , je pense à vous et je sais que :

Nous sommes pareilles , nous avons été des fillettes pleines d'espoir,

**Nous sommes toutes des femmes qui ne demandons qu'à vivre et exprimer en paix ,
ce que nous sommes » .**

*Et puis , **Marie George Buffet** , à propos des conditions de vie de ces femmes (mai 2001)*

**« Tout nous dicte d'élargir le mouvement pour que vous , nos sœurs
soyez libres à nouveau , non seulement de travailler mais aussi de vous cultiver , de faire
du sport .**

**Avec , aux Jeux Olympiques , une délégation afghane , composée de femmes et
d'hommes. »**

Remerciements :

C'est avec un intérêt soutenu et un plaisir toujours renouvelé que j'ai côtoyé ces femmes, toutes engagées dans une pratique exigeante, nourrie de leur passion .

Dans un contexte historique où la condition féminine frémit de mutations tumultueuses et certaines, ces paroles revêtent un sens fort et prometteur d'avenir !

Pour que les archaïques chapes patriarcales, encore dominantes de par le monde, se fendillent , se creusent, les femmes doivent sans cesse prouver ce dont elles sont capables et ce qu'elles veulent, et ainsi se prouver à elles mêmes leurs potentialités émergeantesEt cela au quotidien, que ce soit ces millions de femmes qui ont à faire face à la survie de leurs entourages, ou bien celles plus favorisées , qui déjà vivent une profession avec de vrais salaires...quoique majoritairement inférieurs à ceux de leurs homologues masculins ! Une dynamique spécifique les anime toutes, et les différencie de nombre de ces populations masculines encore engluées dans de regrettables dominations , lesquelles engendrent soumission, exploitation, cautionnent des pouvoirs économiques et entretiennent ces sentiments de l'infériorité féminine, qui habitent encore tant d'hommes et de femmes....Cette dynamique émancipatrice se caractérise par une proximité entre une intimité propre, une altérité recherchée, et des solidarités pétries de complicités .

Pour nos championnes dont il est ici question , cela induit que les honneurs, les titres, les pouvoirs, qu'elles côtoient, elles ne s'y soumettent pas, préférant assumer , des représentativités, et des responsabilités qui mettent en jeu leurs personnalités .

Pour autant elles ne veulent rien sacrifier des potentialités de leurs existences :

Leur liberté , avant toute « cause », au delà de tout cadre .

Non pas la liberté de s'adapter , mais la liberté de vivre leur existence de femme avec détermination . Parité, égalité des droits, certes ,mais ces revendications justes et légitimes ne peuvent estomper ces spécificités « féminines » , non immuables, évolutives au cœur des sociétés elles mêmes en mouvement, sans amputer ces trajectoires de femmes de leurs ressources propres .

Ainsi la valorisation vécue, de ce couple « intimité – altérité » développe en elles, ces mille envies et démultiplie leurs énergiespar la culture d'un certain art de vivre, avec de petits plaisirs « pour rien », avec une grâce ludique ,mais aussi avec une dignité mêlée d'humilité, avec une fierté empreinte d'émotions, de connivences dues à ces petits bonheurs si importants qui jalonnent leurs vies ! Aux violences, elles opposent une détermination « fluide » comme une porte ouverte à l'autre, à la reconnaissance des différences, sources d'innovation, de mutations , de promesses pour l'avenir ...

De toutes, de tous .

Merci à Elles Toutes !

INDEX des Abréviations

BE : brevet d'Etat (diplôme sportif , autorisant à enseigner et comportant trois degrés)

STAPS : activités physiques et sportives

FFJDA : Fédération française de judo et disciplines associées

FSGT : Fédération sportive et gymnique du travail

CTN : conseiller technique national

DTN : directeur technique national

CTR : conseiller technique régional

Ligue : échelon régional

CONVENTION : accord entre un athlète et une entreprise qui lui assure un emploi

STATUT

INSEP : institut national des sports et de l'éducation physique

DOJO : salle d'entraînement de judo , recouverte de tatamis, ou tapis

SOMMAIRE...

Préfaces de Mme la Ministre de la Jeunesse et des sports et de M. le Président de la FFJDA

– 1 – Présentation :

Aux lectrices, aux lecteurs ;

– Parrainages d'athlètes : elles ont lu, elles ont dit

– Recueil de PAROLES : Mes motivations pour réaliser cette enquête

– 2 – Le judo féminin français en 2001:

- A – le judo en chiffres

- B- Les palmarès féminins, (jusqu'en 2001)

- C- L'histoire du judo féminin (Véronique Kieffer, mémoire STAPS)

- D- 1 - Les premiers pas du judo féminin de compétition (par P. Fouillet ;J. Triadou)

- D- 2 - L'apport original du judo FSGT de l'époque de Natalina Lupino (R.Moustard)

- D- 3 - Regards d'anciens dirigeants , par J.C. Brondani et P. Guichard

E- Pratiques actuelles ,-1- en club, -2-en région –3-au national

- F- Les interviewées et leurs palmarès

3 - Les compétitrices de demain ? Des sections sports études à l'INSEP

- A- Des cadettes, en sports études (Armelle Iost)

- B- 1- Des espoirs en stage à l'Insep

- B - 2-Des espoirs en stage de condition physique

- C- Parmi celles qui ont renoncé

-4- La compétition : les seniors de l'Insep ; un objectif au quotidien

- Des Excellences , aujourd'hui, parlent d'elles :

- A- La compétition , objectif dominant , déterminant

- B- La vie à l'Insep, en internat et en externat

- C- Les entraînements et les relations avec les entraîneurs

- D- Les sélections au sein du « système »

E- Les blessures , les soins , les suivis, les soutiens

- F- La famille, les copines , les copains ; vie de couples .

- G- Les études, vers des professions

- H- Les ressources financières des athlètes

- I- La culture judo - réalités et contradictions -

- J- Judo féminin ; judo masculin ; féminité et virilité . ;

- K- Pour une qualité de vie : des envies à la pelle ; plaisir et passion .

- 5 - Des Aînées de la génération précédente : *Que sont elles devenues ?*

*Quelques Aînées évoquent leurs passés de compétitrices et leurs présents de femmes : Christine, Martine, Cathy, Jocelyne, Dominique, Monique, Laurence, Isabelle, Céline
Leurs paroles ; leurs histoires...*

6- Le judo féminin français , de haut niveau , en devenir ,

- *A- Des accompagnatrices, professionnelles , à l'Insep*
- *(P.Fouillet , V.Rousseau ,Ch. Rey, A.Iost, S.Meylou ;)*
- *B- Des entraîneurs sur les tatamis de l'Insep ;(les entraîneurs en 2001)*
- *C- Des judokas féminines ;des femmes passionnées, de judo et d'humanité*
- *D- Des élues fédérales : leurs motivations et leurs intentions*
- *E- Regards d'anciens dirigeants sur le devenir du judo féminin (Brondani et Guichard))*
- *F – Comment l'on peut devenir une judoka de haut niveau :De la cité aux Jeux Olympiques (Ph. Sudre)un exemple : le club de Champigny*
- *G - Le judo une activité éducative , ouverte à toutes , à tous (Patrick Roux)*

Dernier coup d'œil....Remerciements ...Index des abréviations

Mise en page en septembre 2019 :

Réalisation : Chantal MEIGNAN « La Ville », 73230 Les Déserts

chantal.meignan@wanadoo.fr

***Photos judo de P. Vial qui m'a confié ses clichés
Avec les aides de : Patrice Bruyer pour le montage des photos
et de : Vincent, Lucas, Frédi, et quelques ami (es).***

Merci à toutes et tous !

