

## Effractions, le podcast #21 : *Le Récit du combat*, par Matthieu Quidu

« La victoire ou la défaite ne sont que des conséquences plus ou moins anecdotiques ; en revanche, le processus de transformation de soi est central. Et, dans ce cas-là, la personne avec qui l'on combat n'est pas un ennemi, n'est pas un adversaire, c'est un partenaire de notre progression mutuelle. » Matthieu Quidu

[Générique]

Effractions : le podcast vous raconte le monde à travers la fiction littéraire. Dans cet épisode, il est question de judo, de karaté et de quête de soi, des sujets qui traversent le roman *Le Récit du combat*, de Luc Lang, paru chez Stock en 2023. Pour en parler, Bernadette, bibliothécaire, reçoit le sociologue Matthieu Quidu, spécialiste du sport.

[Générique]

Bernadette :

Dans ce récit initiatique et autobiographique, Luc Lang retrace certains épisodes de sa vie au prisme de son lien étroit avec le judo puis avec le karaté. Du combat tendre et fondateur avec son père adoptif, quand il était enfant - scène qui ouvre le roman sur une joie primitive -, à sa progression teintée de doutes sur les tatamis, le narrateur revisite sa vie, ses sursauts, ses drames et résurgences, à l'aune d'un art de la chute et d'une philosophie dépeinte avec humilité et profondeur.

Plus qu'un texte sur la passion des arts martiaux, *Le Récit du combat* est à la fois le cheminement d'un homme à la recherche d'un équilibre, sa quête intérieure, et l'analyse subtile des mouvements qui traversent une vie, en un relevé intime des secousses et des vibrations qui fondent un être. L'auteur y déploie une réflexion vertigineuse sur le corps et l'écriture qui devient, sous la plume précise du romancier et karatéka, un art du geste juste et de la bonne distance. En revenant sur ce qui fonde poétiquement l'axe d'une vie, Luc Lang nous livre un texte saisissant et lumineux, d'une grande originalité.

**Bernadette** : Le livre raconte la découverte du judo par un enfant de la banlieue nord du Paris des années 60 : comment le judo s'est-il diffusé dans la société française dans la seconde partie du 20<sup>e</sup> siècle ?

**Matthieu Quidu** : Il faut d'abord savoir que le judo avait commencé à s'implanter en France dans l'entre-deux-guerres, avec notamment deux types d'initiatives, une par Moshé Feldenkrais et une autre par Kawaishi. Et dès le début, les approches sont parfois un petit peu différentes dans la mesure où l'on peut utiliser le judo dans une perspective éducative,

philosophique, spirituelle, mais on peut aussi l'envisager dans une perspective plus sportive. En 1946, le judo est une toute petite structure en France, à peine 4 000 pratiquants. Par contre, vingt ans plus tard, ça va devenir l'une des trois ou quatre activités françaises les plus pratiquées au niveau fédéral avec des prises de licences. Au départ, c'était plutôt deux groupements qui étaient relativement antagonistes quant aux valeurs et aux pans de la culture judo qu'ils voulaient développer. Et puis il y a eu une forme d'unification au début des années 60, puis dans les années 60 va être mise en place la méthode française d'enseignement du judo. Cette méthode-là a deux objectifs. D'une part, structurer l'enseignement du judo au niveau national, donc avec vraiment des reconnaissances de diplômes et une progression pédagogique standardisée sur tout le territoire national, et également faire progresser l'élite sportive. On sait qu'à partir des années 60, le sport devient une forme de soft power, de pouvoir diplomatique. C'est un enjeu géostratégique important. Et donc le judo a vraiment été investi par le pouvoir gaullien comme une façon de démontrer la puissance de la France. Et les résultats ont suivi assez rapidement, au point que la France se situe entre la première, deuxième Nation européenne et aujourd'hui première, deuxième, troisième Nation mondiale. Les effectifs ont continué à progresser de façon massive au point que la discipline soit enseignée dans le second degré en France, au collège, lycée, que ça devienne une activité fréquemment programmée, avec une forte féminisation des effectifs et également une conquête de la jeunesse, au point que, il y a deux décennies, presque tout enfant dans une génération avait au moins pratiqué pendant une année le judo.

Suivant les directions fédérales, on était plutôt sur l'entraînement de haut niveau pour l'élite ou alors pour une massification du judo dans une perspective éducative. C'est une tension qui est structurante pour le judo et qui se retrouve à tous les niveaux, au niveau de l'éducation physique, au niveau du sport de haut niveau, au niveau du sport de masse. Et d'un point de vue sociologique, on retrouve ces deux orientations dans un recrutement du judo qui est socialement assez mixte. Jean-Paul Clément a notamment montré (un sociologue au début des années 80) que les pratiquants pouvaient être de milieux très aisés et, dans ces cas-là, ils pratiquaient plutôt le judo dans une optique spirituelle, esthétisante, de développement de soi. Un peu comme Luc Lang le développe pour sa pratique du karaté, donc avec cette optique-là de progresser dans le mouvement, de progresser dans la conscience de son corps. Et pour d'autres, les classes davantage populaires, le judo est avant tout un sport de compétition où la force prédomine avec une conquête de titre à avoir.

**Bernadette** : L'auteur décrit le judo comme l'art de savoir chuter au sens propre comme au figuré, en l'opposant aux valeurs de compétition du sport occidental. Comment se traduit cette opposition ?

**Matthieu Quidu** : La symbolique de la chute, qui est très importante dans le livre de Luc Lang, est également structurante dans le judo. Il s'agit d'apprendre à chuter pour se relever avec le moins de dégâts possibles. Philosophiquement, c'est une incitation à la modestie,

dans la mesure où l'objectif du judo n'est pas de ne pas chuter : l'objectif est d'être capable de chuter, pour ensuite repartir sur des joutes. Luc Lang décrit bien le judo comme une conversation, comme un échange, une forme de rhétorique qui existe dans le karaté, qui existe dans le judo. Et c'est vraiment cette idée-là qui structure l'imaginaire japonais du judo : entraide et prospérité mutuelle. L'idée est de ne pas imposer un pouvoir, une domination sur l'adversaire, mais plutôt de développer mutuellement sa puissance. Et la chute est une conséquence de cette conception, où l'idée c'est : je chute, je fais chuter, mais dans tous les cas, il y a quelque chose qui reste, c'est : j'évite de me faire mal, j'évite de faire mal, parce qu'on est là pour progresser ensemble. Donc ça, c'est vraiment la vision philosophique originelle du judo.

Certains s'en sont écartés lorsqu'ils sont dans une logique hypostasiée de compétition, de sport où là, le but c'est de vaincre. Mais dans la base du judo, le fonctionnement par randori, donc, ce sont des combats d'entraînement souples, la victoire n'est pas quelque chose qui importe. Ce qui importe, c'est l'apprentissage. Et je trouve que le roman, *Le Récit du combat*, est vraiment excellent dans cette optique-là de démontrer comment finalement la victoire ou la défaite ne sont que des conséquences plus ou moins anecdotiques. En revanche, le processus de transformation de soi est central, et dans ce cas-là, la personne avec qui l'on combat n'est pas un ennemi, n'est pas un adversaire, c'est un partenaire de notre progression mutuelle.

Je trouve que l'ouvrage est extrêmement développé sur cette connivence, cette complicité. Et la chute est la matérialisation de cette connivence. Cette chute, c'est la cristallisation de l'imaginaire, de la coopération qui est au cœur de la philosophie nippone du judo. Alors, il serait faux de dire qu'elle structure la totalité de l'activité judo aujourd'hui. Mais cette symbolique reste importante. Et d'ailleurs, dans un ouvrage de Charles Pépin que je lisais dernièrement sur les vertus de l'échec, la chute en judo est vraiment pour lui le symbole d'un échec surmonté, d'un échec constructif puisque, je tombe, mais en ayant réussi à tomber sans me blesser, eh bien j'apprends. Et donc, c'est vraiment cette logique d'apprentissage qui est au cœur de la vision éducative du judo de Jigorō Kanō.

**Bernadette** : Le livre raconte comment au final, les sports martiaux, et surtout le karaté, ont aidé l'auteur à traverser les drames de son existence. C'est également un lien entre les générations de cette famille. Peut-on rapprocher ces pratiques d'une sorte de religion ?

**Matthieu Quidu** : Alors, le terme de religion est très connoté, possède de multiples définitions. Je pense qu'à un premier niveau, on peut plutôt s'engager sur l'idée de spiritualité. La pratique du karaté que Luc Lang développe pendant trois décennies s'inscrit réellement dans une démarche spirituelle, non pas une démarche spirituelle abstraite, une démarche spirituelle incarnée, charnelle, basée sur la transformation de son corps, l'imitation des gestes pour façonner de nouveaux réseaux neuromoteurs dans son corps. Et c'est seulement une fois que le geste est incarné, incorporé, que du sens va émerger et

qu'ensuite ce sens va être réfléchi, partagé, théorisé. Donc, on est vraiment dans la pratique martiale, philosophique, spirituelle, dans une démarche qui part du concret vers l'abstrait et qui a pour but de se transformer. De se transformer d'un point de vue attentionnel : être capable d'être présent, d'être disponible à l'instant, d'avoir un geste juste, d'avoir une pensée juste, d'avoir une décision qui se fait dans le timing avec un rythme. Donc ça, c'est vraiment la dimension spirituelle et corporelle de la transformation de soi.

Ensuite, si l'on considère la dimension collective de la religion, là effectivement, on voit bien dans l'ouvrage, et c'est le cas pour toutes les personnes qui se sont engagées dans les sports de combat dans la durée, la connivence qui se crée. Comme l'écrit très bien Luc Lang, le fait de développer une confiance vis-à-vis de son partenaire d'entraînement, partenaire qui pourrait nous causer de graves dommages, puisque les techniques, notamment en karaté, pourraient presque être létales, eh bien là se crée du lien, se crée du lien dans l'échange, dans le don et le contre-don. Et ce don contre-don est vraiment créateur de lien social. C'est un lien profond que Luc Lang crée avec son maître, le sensei, avec ses partenaires d'entraînement. Lien qui est durable sur plusieurs décennies, mais lien qui est profond puisque s'engage l'intimité de la personne avec son intégrité qui est en jeu. Et donc une même technique pourrait être réalisée pour faire mal, ou la même technique peut également être réalisée pour faire grandir le partenaire. Lorsqu'on utilise une technique pour faire grandir son partenaire, effectivement se crée un lien profond. Et on le voit bien dans la première scène de l'ouvrage, avec ce combat chahuté entre celui qui deviendra un père et un enfant qui voit face à lui une montagne. Ce qui se crée là, c'est de la confiance.

**Bernadette** : Quand le sport accompagne l'existence d'une personne à ce point, comment se gère l'impossibilité de poursuivre la pratique avec l'âge ?

**Mathieu Quidu** : Alors la profondeur de l'influence du sport sur sa personne, sur ses valeurs, sur sa mentalité, sur sa corporéité, est directement proportionnelle à la longueur de la carrière. Dans le cadre du livre, on voit que Luc Lang est pratiquant de karaté pendant 30 ans. Robert, son père, a également une pratique qui est très durable, au même titre que son parrain et que les différents senseis qui sont évoqués. Donc, lorsque la pratique est longue comme celle-ci, les dispositions vont s'incruster dans le corps de façon profonde et vont quasiment être irréversibles, en lien avec cette durée d'imprégnation.

Les dispositions sont non seulement corporelles, avec une attitude, une sorte de simplicité, mais en même temps d'affirmation, non pas de prétention, mais d'aisance, de puissance. Les pratiquants qui sont engagés dans une démarche spirituelle au long cours ont développé cette aisance, cette assurance, cette confiance en eux qui ne cherche pas à humilier l'autre, mais au contraire à le faire grandir. Donc ça, c'est une forme de disposition corporelle, une disposition éthique. Luc Lang insiste beaucoup sur la discrétion de son père, sur sa modestie, sur sa capacité à s'effacer, à ne pas se mettre en avant. Il y a également des dispositions sensorielles : être capable de ressentir le geste juste, le timing, la force des appuis, la

position du centre de gravité, l'énergie qui est générée par ce centre de gravité. Donc, toutes ces dispositions là vont être durables parce qu'elles ont pris le temps d'être installées.

Maintenant, lorsque l'impossibilité de pratiquer se manifeste, on voit bien qu'elle est source de douleur, de souffrance chez Robert. Ça devient difficile pour lui d'aller voir son fils combattre, d'aller voir son fils s'entraîner, même s'ils ne sont pas dans la même activité. Pourquoi ? Parce que c'est difficile pour le père, Robert, d'être confronté face à son impossibilité de continuer. Luc Lang mentionne à un moment que le judo aurait peut-être mis un terme à sa carrière physique plus précocement, alors que le karaté peut être en mesure de se prolonger dans le temps. Donc il y a vraiment cette idée-là que, suivant les sports, les possibilités de durer ne sont pas les mêmes. Tous les sports basés sur des impacts répétés, des chutes, au bout d'un moment, les articulations vont commencer à souffrir. Le karaté, tel qu'il est pratiqué, notamment sous la forme de katas, permet de durer. Alors les qualités physiques vont changer. Ça, c'est de la physiologie. Par contre, les qualités morales, les qualités perceptives, l'attitude, les valeurs, la perception, là vont pouvoir être magnifiées.

Et un dernier point sur lequel je voudrais insister : pour beaucoup, pratiquer les sports de combat, c'est développer un art de la résistance, un art de la résistance face aux difficultés de l'existence. Dans d'autres cas, c'est face aux difficultés sociales, ethniques, même dans le cas, par exemple, des pratiquants de la boxe anglaise ou de la boxe thaï. Et cet art de la résistance, même lorsqu'on arrête la pratique, on l'a malgré tout incorporé et on le voit bien dans l'ouvrage, comment Luc Lang relie directement sa capacité à se relever des différentes chutes auxquelles il est confronté dans sa vie, et sa famille est confrontée, et il le relie directement à cette démarche de transformation de soi qu'il a menée dans les sports de combat et dans les pratiques martiales.

Lecture d'extrait tiré de ***Le Récit d'un combat*, Luc Lang, Stock 2023** (p.13-14)

© Stock

C'est l'été 62, sur une plage corse, un sable blond, le ressac de courtes vagues sous un ciel d'azur, baigné du parfum des eucalyptus. Calvi, le décor du premier combat, d'une première confrontation physique, mythologique, avec un géant, indestructible, qui peut me saisir, me soulever, me brandir, un ballot au-dessus de sa tête, bras tendus. Le goût, le bonheur du chahut et de la bagarre commencent ici, je découvre la force de l'homme venu partager ses vacances avec nous. C'est le voyage de noces de ce couple d'amoureux, je n'assisterai pas au mariage à la mairie d'Asnières, j'ignore s'ils sont déjà mariés, ne me pose pas la question, ma mère et l'homme, Andrée volubile et l'homme qui parle peu. Toujours est-il qu'il se tient là, que je lutte contre lui, la tête parfois prise dans les pans de sa chemise, découvrant l'odeur d'un nouveau corps en même temps que sa puissance, inimaginable, moi qui connais la douceur du corps de ma mère avec lequel je n'ai jamais songé à engager un quelconque pugilat. Alors que sur la plage, jetant mes forces et mon élan dans la bataille, je suis secoué d'un rire incoercible parce que je sais que l'affrontement est un jeu, et que cette puissance

que je ne pourrai vaincre sera pour l'avenir celle qui me protège, qu'elle sera ma muraille contre le monde et ses ennemis. Dans ce jeu dont personne n'est dupe, je m'engouffre avec une joie ravie, ce combat au corps-à-corps pourrait durer des heures sans que je me lasse. Je vérifie aussi, s'il en était besoin, combien l'homme, au plus fort de l'empoignade, ne me fait aucun mal et combien il m'est bienveillant. Combien en somme ce géant, c'est moi-même. Je jubile de ce combat avec ma propre muraille, c'est moi, l'enfant de presque six ans, qui devient invincible. Non seulement l'homme se prête à ces interminables batailles, mais il me saisit, ceint de ma bouée, me fait tourner au-dessus de l'eau pour me projeter en l'air, à plusieurs mètres... Je plane avant que d'être précipité dans la mer, tiède et transparente. C'est un transport ineffable que meut sa force insoupçonnée.

[générique]

Retrouvez Luc Lang et son roman *Le Récit du combat* pendant le festival Effractions, du 6 au 10 mars 2024, à la Bibliothèque publique d'information du Centre Pompidou, à Paris.

Cet épisode a été préparé par Bernadette Vincent, et réalisé par Michel Bourzeix et Fabienne Charraire. La musique du générique est de Thomas Boulard, et les lectures de Caroline Girard. Merci aux éditions Stock.

*Effractions* : le podcast est produit par *Balises*, le magazine de la Bibliothèque publique d'information.

Retrouvez tous les épisodes sur [balises.bpi.fr](http://balises.bpi.fr) et sur les plateformes de podcast habituelles.