

Le parallèle qui peut être tiré entre certaines pratiques artistiques et sportives ne sera que bénéfique pour l'affinement du geste technique.

Gutai est un mouvement artistique d'avant-garde japonais actif entre 1954 et 1972. Le nom vient de *gu*, instrument, et de *tai*, corps. Gutai durera 18 années, comprenant deux générations d'artistes (Jirō Yoshihara, Kazuo Shiraga ...). Sur la photographie ci-dessous, on peut observer la fin du geste de Shimamoto Shozo après projection de bouteilles de peinture sur un support horizontal posé sur le sol. Comme souvent, c'est la fin du geste qui montre si celui-ci a été une réussite ou pas. C'en est indubitablement une et l'on peut rapprocher son attitude de celle des sports de lancer (poids, javelot ...) à ceci près que la ligne d'épaules est ici orientée vers le bas.

La pratique de Shimamoto Shozo et le lancer de javelot doivent cultiver constamment un paradoxe, à savoir faire coïncider des aptitudes généralement contradictoires, comme force et vitesse, souplesse et puissance, explosivité et précision. Les contraintes articulaires et musculaires sont telles que chaque erreur de placement peut amener la blessure.

Il faudra faire particulièrement attention à l'enroulé de l'épaule qui garantit à la fois une utilisation optimale des muscles de l'épaule et une action du bras en extension lors de la frappe qui respecte l'articulation du coude. On peut procéder à un lancer de face en fouetté sans impulsion des jambes. Mais, comme ici, il est préférable de mettre en pratique l'impulsion des jambes avec une introduction de l'élan en pas chassés.

(Tous mes remerciements à Monsieur Tsuyoshi Fukui, secrétaire général du Comité Olympique japonais pour ses indispensables renseignements)



Shimamoto Shozo making a painting by hurling glass bottles of paint against a canvas, 2nd Gutai Art exhibition - 1956

