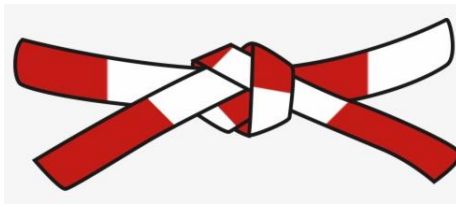




Comité du Rhône  
Métropole Lyon Judo



## Rencontre avec Gilles Orénès

*Né le 24 octobre 1960 à la Croix-Rousse, Gilles Orénès a débuté le judo à 11 ans, obtenu son 3ème dan à 19 et son 6ème à 44. Il enseigne à la Société éducative sportive et laïque de La Mulatière et à Albigny-sur-Saône.*



Gilles Orénès a 11 ans en mars 1972 lorsqu'il débute le judo à Corbas, dans le club ouvert quelques semaines plus tôt par Raymond Redon. Il s'agit alors de sa troisième activité sportive hebdomadaire après la natation et le basket - il fait partie de l'équipe 1 de Saint-Priest. A la différence des deux autres sports, le judo lui a cette fois été recommandé par son médecin. Né avec un angiome sur le visage, Gilles doit en effet apprendre à combattre la timidité qui va crescendo avec, à mesure qu'il grandit. Le judo apparaît comme une excellente école d'acquisition de la confiance en soi... Las, Gilles n'accroche pas. Un échec au passage de la ceinture jaune, deux interclubs pas folichons, et déjà le sac semble peser des tonnes à l'heure de prendre le chemin de la salle. L'été venu, un premier point est effectué avec les parents. Gilles veut arrêter le judo et continuer avec ses copains du basket. Son père, au contraire, pense qu'il devrait persévérer. Alors il persévèrera.

La saison suivante, Raymond Redon part au Japon pour six mois de stage. Il est alors remplacé par Bernard Zamarini, moniteur 2ème dan. *"C'est lui qui m'a véritablement donné le goût de la technique"* se souvient aujourd'hui Gilles qui, de tempérament entier, laisse bientôt tomber et le basket et la natation pour basculer à cinq entraînements de judo par semaine. Il s'entraîne à Corbas, donc, mais aussi à Saint-Fons, autre club de Raymond Redon, et donne ses premiers cours pour dépanner, notamment à Chaponnay où il épaulera dès ses 15 ans le professeur Karel Biard, ancien maître d'escrime atteint d'arthrose. C'est aussi à cette époque qu'il fera la connaissance de Thierry Frémaux, qui deviendra comme lui un important pourvoyeur de médailles du club. Sa palette uchi-mata/o-uchi-gari/soto-maki-komi commence à faire tomber de plus en plus d'Uke. Pour sa première vraie saison en tant que compétiteur, Gilles se classe 3ème aux championnats du Rhône minimes, 2ème aux Ligues et se qualifie pour la Coupe de France. Le début d'une longue série.

Dès l'époque des cadets, Gilles comprend qu'il ne progressera qu'en se confrontant à la plus copieuse opposition possible. N'ayant pas souhaité intégrer la section sport-études de Grenoble, il fonctionne en autodidacte. Un soir il se rend au Dojo départemental de Gerland, un autre au JC Rhône de Romain Pacalier - qui deviendra plus tard un ami. Comme sa famille vit excentrée, les déplacements se font en mobylette voire en taxi, son père n'hésitant pas à mettre la main à la poche pour permettre au prometteur fiston de se donner les moyens de progresser. Le Noël de ses 15 ans, Gilles se voit même offrir un banc de musculation. Son objectif ? *"Devenir un jour 3ème dan et champion d'Europe"*. Chaque jour qui se lève est alors tendu vers cette quête : *"A compter de l'âge de 15 ans, il n'y a pas eu une journée sans judo. Lorsque nous partions en vacances, je mettais des haltères dans le coffre de la voiture. Lorsque mon père partait faire un tour à vélo, je l'accompagnais en footing. Dès que je voyais un arbre, je sortais les chambres à air pour faire uchi-komi !"*

La méthode semble avoir du bon puisque Gilles devient quelques mois plus tard vice-champion de France cadets. L'occasion de prendre part à ses premiers stages à l'Institut national du sport et de l'éducation physique et de rencontrer son premier Japonais : Shozo Awazu lui-même, qui deviendra son modèle en matière d'esprit judo... 1er dan à 16 ans - c'est la première saison qu'il est possible d'obtenir ce grade si jeune -, 2ème dan à 17 ans, 3ème dan à 19 ans (!), Gilles intègre à sa majorité le Bataillon de Joinville pour dix mois de service national sous la direction d'Henri Cousinier. Ses journées ? Préparation physique le matin au Bataillon, entraînement l'après-midi à l'INSEP. Du haut de ses 83 kg, ses partenaires d'alors s'appellent Fabien Canu, Thierry Rey, Bernard Tchoullouyan, Angelo Parisi, Michel Novak... *"Il faut être clair : les premiers entraînements à l'INSEP, tu sers de viande. Quand tu prends quelqu'un en randori, ça dure vingt minutes et c'est maki-komi sur chaque attaque. Tu cherches juste à tenir debout. Le soir tu te couches avec les larmes aux yeux, tu te poses des questions. Il y a un vrai risque de brisure mentale autant que physique. C'est pour ça qu'autant de nouveaux préfèrent très vite rentrer chez eux en province... Puis tu retournes sur le tapis, et petit à petit tu commences à esquiver voire même à faire tomber à ton tour. Là tu sais que tu es sur la bonne voie."* Une forme de sélection naturelle, qui

*laisse des traces sur le corps et sur le caractère. "Je me souviens aussi d'un Japonais, M. Murakami, qui s'occupait de certains entraînements à l'INSEP. Je ne sais pas pourquoi mais il m'avait pris en sympathie. Il m'en a fait beaucoup baver, notamment pour travailler la souplesse, mais j'ai énormément progressé à son contact. Nous nous sommes revus par hasard en 2006 lorsque je suis allé au Japon, et j'étais frappé de voir qu'il se souvenait encore de moi."*

Ces mois au Bataillon de Joinville ne tardent pas à porter leurs fruits. Lors de la saison 1979-1980, Gilles Orénès réussit un exploit rare : il remporte coup sur coup les Interrégions juniors et seniors, avant de se classer 3ème aux France juniors (battu par François Fournier) et 3ème aux championnats de France militaires. Aux France seniors, un évanouissement lors d'un étranglement subi au 2ème tour le prive de repêchages... Gilles participe alors au stage de préparation aux championnats d'Europe ainsi qu'à plusieurs rencontres internationales, à Tunis ou face à l'équipe de Pologne notamment.

De retour du service militaire, il intègre le Centre régional d'éducation physique et sportive de Paris, dans le but de passer son Brevet d'Etat sous la houlette de Didier Janicot. *"C'est à ce moment-là que j'ai compris que le judo ce n'était pas uniquement des spéciaux, mais un gigantesque réservoir de techniques qu'il me restait encore à découvrir, à comprendre et à maîtriser, si je voulais à mon tour être capable de les enseigner un jour à d'autres"*. En parallèle, il continue à s'entraîner à l'INSEP. C'est l'époque de la préparation aux championnats du monde de Paris. Japonais, Coréens, Australiens et autres défilent à tour de rôle sur le tapis. *"Et j'en marquis !"* sourit aujourd'hui Gilles.

Fidèle depuis ses débuts à son club de Saint-Fons, il signe cette fois au Stade Français du président Henri Courtine et postule pour intégrer l'INSEP à plein temps. Le club doit en principe lui trouver une chambre et un club où enseigner. Remarqué par François Besson, il se voit confier une partie de l'encadrement de l'équipe cadettes d'Île de France, qu'il accompagnera sur plusieurs stages à Vichy ou à Strasbourg... Tout irait donc pour le mieux dans le meilleur des mondes s'il n'y avait cette apparition de douleurs de plus en plus aiguës aux deux genoux. Consultés, les médecins sont formels : Gilles souffre d'une malformation des rotules liée aux charges excessives d'entraînement. Les prothèses n'existent pas encore, il est plus sage d'arrêter les frais... Pressenti pour être la réserve de Fabien Canu aux JO de Los Angeles en 1984, Gilles se retrouve contraint de mettre un terme à sa carrière de sportif de haut niveau. Il a 20 ans.

Le coup est rude. Le haut niveau, impitoyable. *"Du jour au lendemain, les mêmes qui m'appelaient chaleureusement " Gilles " m'appelaient désormais " Orénès ". Pour eux, je prenais à présent la place de quelqu'un d'autre."* Retour à Lyon chez les parents, le moral encore plus abîmé que les genoux. *"Jusqu'alors je ne vivais que pour ça et là je n'avais plus ma dose quotidienne. Ce fut un virage pas évident à digérer..."* Gilles a cependant deux atouts-maîtres : il n'a "que" 20 ans et la fibre enseignante. Il pensait juste que le temps d'enseigner viendrait plus tard.

Soutenu par Roger Bascobert et Emile Argoud, président du Comité du Rhône, Gilles Orénès ouvre en décembre 1980 le club de judo de La Mulatière. Les premiers cours rassemblent cinq élèves sur une bâche de lutte - le club se partage la salle avec le club de lutte de la commune -, traversée de temps à autre par des souris. A la fin de la saison, une trentaine d'élèves ont rejoint l'aventure, Gilles arrondissant ses fins de mois en bossant le matin comme chauffeur-livreur. La deuxième saison, le club passe à 60 licenciés. En parallèle, Gilles enseigne également à Corbas et à Chasse/Rhône, puis à Communay - autre club créé par Raymond Redon -, et enfin à Albigny-sur-Saône.

4ème dan à 28 ans, 5ème dan à 31 - en ayant inscrit 50 points en une fois pour son grand retour à la compétition fédérale -, Gilles Orénès intervient en outre depuis 1988 auprès de plusieurs groupes scolaires de La Mulatière, depuis la maternelle jusqu'au CM2. Une démarche encouragée par la municipalité afin d'apprendre aux mêmes les valeurs éthiques qui découlent du Code moral : écouter et appliquer les consignes, respecter autrui, etc. De même, jusqu'à sa préparation pour le 6ème dan qui lui imposera des aménagements importants de son emploi du temps, Gilles va assurer pendant dix-huit ans des cours pour handicapés mentaux. Aux côtés de son partenaire de 5ème et 6ème dan Patrick Berthelot, il va également arbitrer ces mêmes handicapés mentaux pendant quinze ans en compétition, qualifiant plusieurs des siens pour les championnats de France sans toutefois pouvoir les y accompagner, faute de budget. *"C'est un monde parallèle qui exige de nous patience et humilité. Nous devons à la fois absorber leur stress, qui est considérable, tout en étant accepté par eux, ce qui est loin d'être acquis au départ."*

En tout, quelques 7 000 élèves et plus de 100 ceintures noires ont à ce jour débuté ou été formés par ce professeur à la voix grave, dont plusieurs noms bien connus sur l'agglomération comme Salvator Amico (aujourd'hui 6ème dan), Norbert Butin (5ème dan), Stéphane Micollet (4ème dan et un de ses partenaires pour le 6ème), Salvator Cumbo... *"J'ai deux grandes fiertés, celle d'avoir chaque année des résultats dans toutes les catégories d'âge, que ce soit chez les filles ou chez les garçons, et celle de voir beaucoup de mes anciens élèves réussir dans leurs*

*études supérieures. Certains sont devenus ingénieurs, pharmaciens, dentistes, professeurs au Conservatoire, major de Saint-Cyr... Je suis persuadé qu'il y a un lien entre l'école du judo et celle de la vie."*

Au rang de ses sources d'inspiration, Gilles Orénès cite volontiers les professeurs Galia et Pierre Hermann, de Grenoble, Georges Baudot ("de temps à autre nous descendions nous entraîner chez lui à Saint-Etienne. C'est à lui que je dois mon hiza-guruma et sasae en cercle... A la fin des séances, nous allions manger une soupe à l'oignon dans un resto voisin, et il nous parlait du Japon..."), ou encore Pierrot Blanc : *"C'est lui qui m'a encouragé à passer le 6ème dan. Il représente pour moi le judoka-type, aussi technique qu'efficace, un peu comme Jean-Luc Rougé. C'est un peu mon parrain."* Rencontré plus récemment, Patrick Roux lui a pour sa part refait prendre conscience que dans art martial il y a art, comme Shozo Fujii et son ko-uchi-gari de gala en son temps. En 2006, un stage au Japon offert par ses élèves et amis lui a permis de pratiquer avec le père de Yakusuki Muneta et d'admirer au Zen-Nihon la technique et l'attitude de Keiji Suzuki. *"C'était un rêve d'enfance que d'aller m'entraîner là-bas, passer trois heures sur une technique et pratiquer avec des judoka qui ouvrent. J'ai perdu six kilos en quelques jours, mais je me suis régalé comme si j'avais 20 ans."*

Il faut dire que ce stage venait récompenser l'obtention de haute lutte du 6ème dan, à sa seconde tentative. La première fois, en 2003, Gilles avait été recalé sans vraiment comprendre à quel moment sa démonstration avait péché. Un sentiment d'injustice terrible dont il mettra des semaines à se relever. *"J'ai songé à arrêter le judo. Je ne comprenais pas. Si encore j'avais commis une faute lors de la présentation, mais là..."* Comme souvent, le soutien discret de son épouse Brigitte se révélera alors précieux. Il cite Eric Tabarly : *"Par mauvais temps, le marin ne doit pas chercher coûte que coûte à se tenir debout sur ses deux pieds. Poser un genou à terre aide parfois à conserver l'équilibre..."* Après trois semaines "dans les vapes", il appelle Pierrot Blanc et Michel Charrier, ses précieux conseillers, leur remontre son programme de A à Z et leur demande : *"S'il vous plaît, dites-moi ce qui ne va pas"*. Devant leur impossibilité à lui apporter une vraie réponse, Gilles formule alors intérieurement une promesse à l'adresse du jury national : *"Je vais leur montrer ce que c'est qu'un combattant."* Deux ans de doutes et de sueur plus tard, par un beau dimanche du printemps 2005 à l'Institut national du judo, la nouvelle prestation est validée et l'affront effacé. *"Je pense que s'il ne s'était pas agi de la ceinture et rouge et blanche, j'aurais arrêté le judo. J'ai toujours pensé qu'au judo la ceinture servait avant tout à tenir le judogi. Pas celle-ci... Celle-ci, pour moi symbolise l'idée de cercle, de boucle."* Lors de son séjour au Japon, Maître Awazu lui expliquera d'ailleurs la traduction la plus proche du mot " persévérance ", en japonais. Il s'agit du mot " nintai ", qui se traduit par "travail" et "continue à travailler". Gilles se le fait alors broder sur une ceinture qu'il conserve depuis précieusement dans un écrin : *"Si j'avais été chevalier, j'en aurais fait mon emblème"*.

Du chevalier au samouraï, il n'y a qu'un pas que Gilles revendique. *"Mon but en tant que combattant a toujours été de gagner honnêtement, si possible debout et par ippon. C'est ce que j'essaie de transmettre à mes élèves. Tant qu'il n'y a pas sore-made, se tenir droit, la tête haute, autant par respect de soi que par respect de l'adversaire. En compétition, je ne regardais jamais le nom de mes futurs adversaires sur les tableaux. Seul m'importait le prochain combat."* Juge technique au niveau de l'interrégion - *"la forme de corps aux katas, c'est capital"* -, labellisé enseignant national, Gilles Orénès est conscient que l'obtention du 6ème dan l'a entraîné sur un nouveau versant de la montagne judo : *"C'est comme ceinture blanche ou ceinture noire, c'est le début d'autre chose."* Quoi ? *"Une nouvelle vie, une nouvelle compréhension, un nouveau rapport à cette fameuse voie de la souplesse mentale que nous étudions depuis tant d'années."* Et si, à 12 ans, il avait laissé tomber le judo pour se consacrer au basket ? *"Ç'aurait été un sport, ce n'aurait pas été une vie."* Ironie de l'histoire, Gilles Orénès compte aujourd'hui parmi ses élèves quelques enfants envoyés vers lui par des médecins pour cause de caractère hyperactif, agressif ou au contraire timide. Comme lui-même à ses débuts, en somme, venu d'abord soigner les conséquences invisibles d'un angiome trop visible qu'aujourd'hui les gens ne remarquent presque plus. *"Enseigner le judo, c'est donner avec amour, avec parfois au mieux un remerciement discret en retour. Ce n'est pas un métier, c'est une vocation, un désir, une responsabilité. Tu influences la vie de beaucoup de gens, à tel point que certains enfants parfois bafouillent et t'appellent "Papa". Cela ne me gêne pas puisque je les considère quelque part un peu tous comme mes enfants... Le judo est pour moi un art individuel qui s'appréhende collectivement. Je ne dis jamais à un élève "tu as bien fait" ou "tu as mal fait". Je préfère lui dire "nous avons bien fait" ou "nous avons mal fait". Le judo n'est pas une question de "je" ou de "tu". C'est une question de "nous". C'est, je le répète, une question d'amour."*

**Propos recueillis à Lachassagne et La Mulatière les 9 juin et 9 juillet 2008 par Anthony Diao.**