



Le KOURACH ou Lutte traditionnelle d'Ouzbékistan

Un peu d'histoire:

L'histoire du Kourach (*kurash* en anglais) remonte à plusieurs millénaires. Le mot « kourach » signifie « lutte » en langue ouzbèke et son origine se situe en Asie centrale et plus spécialement sur le territoire de l'actuelle République d'Ouzbékistan, il y a plus de 2500 ans.

De nombreuses formes de luttes, toutes cousines, les unes aux autres jalonnent ses contrées. Elles étaient festives, servant de distractions publiques (c'est encore souvent le cas de nos jours). Ainsi la poésie épique légendaire *Alpomish*, il y a plus de 1000 ans, décrit le « kourach » comme l'activité physique préférée et la plus respectée. Un grand scientifique oriental, le penseur *Avicenne* écrivait que le « kourach » était « le meilleur moyen de soutenir la santé du corps et de l'esprit ».

A partir du IX^{ème} siècle, le développement du Kourach est exceptionnel, les grands lutteurs deviennent des légendes, tel *Pakhlavan Mahkmoud* au XII^{ème} siècle. Aujourd'hui encore, sa tombe, considérée comme un haut lieu sacré et située en Ouzbékistan, attire de nombreux pèlerins de tout le pays.

Au XIV^{ème} siècle, l'un des chefs militaire et haut personnage d'état les plus connus de l'humanité, *Amir Temur* (*Tamerlan* en Français), et successeur de *Gengis Khan*, a utilisé le « kourach » pour préparer et perfectionner le développement physique de ses armées, conquérant ainsi un immense empire, des portes de l'Europe à la Chine. Aujourd'hui encore on compte plus de deux millions de pratiquants en Ouzbékistan.

Le « Kourach » se pratique souvent à « l'air libre », sur des prairies, dans des stades. La transmission des connaissances se fait de père en fils: le « kourach » est dans les gènes des Ouzbeks.

Le « Kourach » moderne:

Au début des années 1980, un célèbre kourachiste, judoka et samboïste ouzbek, *Komil Yussupov* lance une étude sur l'héritage de la lutte ouzbèke, dans le but d'élaborer de nouvelles règles universelles du « kourach » conformes aux standards internationaux des sports de combat actuels.

Sa forme moderne, reconnue par tous les spécialistes du kourach ouzbèke, permet une pratique dynamique et spectaculaire. La tenue :vestes vertes ou bleues, pantalon blanc et ceinture rouge reflètent les couleurs du drapeau ouzbek.

L'un des principaux atouts des règles du « kourach » interdit la pratique de toute forme de lutte au sol. Dès qu'un genou d'un des kourachistes touche le sol l'arbitre arrête le combat et le fait reprendre debout. De même, toute action des mains en dessous la ceinture est prohibée, ainsi que les techniques douloureuses, traumatisantes ou étouffantes, préservant ainsi au maximum l'intégrité physique des pratiquants.

Les combats sont rapides, vifs et arrivent peu souvent au bout de leur terme (4 à 5 mn). L'attaque est privilégiée et le refus de combattre ou l'attentisme sont sanctionnés.

Le Kourach a connu une nouvelle vie en 1991 avec l'indépendance de l'Ouzbékistan. Son nouveau gouvernement avec l'appui du Président *Islam Karimov* et un groupe de militants se sont donnés comme but la renaissance des valeurs nationales et des traditions du peuple ouzbek. C'est ainsi que tout naturellement le « kourach » a repris un essor impressionnant avec l'organisation de grands tournois nationaux. C'est en 1998, à Tashkent, capitale de l'Ouzbékistan, lors d'un tournoi international d'envergure (+ de 30 000 spectateurs au stade *Djar*, complet et refusant des entrées) que l'Association Internationale de Kourach a vu le jour avec la participation de 28 pays.

En 1999, avait lieu les premiers Championnats du Monde avec 48 pays, des 5 continents. Depuis le Kourach est pratiqué dans 82 pays (en 2207), il est inscrit aux Jeux asiatiques, les Championnats du Monde (hommes, femmes, juniors), continentaux africains, pan-américains, européens, océaniques sont régulièrement organisés.

L'essor est fulgurant à l'image de la volonté et du soutien de son Président d'honneur, *M. Karimov* et de son Président international, *M. Yussupov*.



Le « Kourach » en France:

C'est en juillet 2007, suite à la visite du club « Paklavan » de Tashkent lors du 1er Tournoi International de « Beach Wrestling » (lutte sur la plage) à Anglet, au Pays Basque français, que les Ouzbeks font découvrir leur style de lutte.

Très vite conquise l'équipe bayonnaise de Bernard Cabos-Duhamel décide de se lancer dans l'aventure de la découverte du kourach. Après un premier tournoi à Londres puis une invitation de l'IKA pour participer au plus grand tournoi International de l'année à Termez dans le sud de l'Ouzbékistan devant 15 000 spectateurs, et aux Championnats du Monde vétérans (où Bernard et Isabelle Cabos-Duhamel seront sacrés), il est décidé de créer une association nationale: le CNFLK: Comité National Français de Lutte Kourach.

Après des contacts avec les Fédérations Françaises de Judo et de Lutte, le kourach se développera finalement au sein d'une fédération affinitaire: l'UFOLEP.

La première participation à des Championnats du MONDE a eu lieu en octobre 2007, à Oulan Bator où Guillaume Alberti, originaire du Judo-Club de Sucy, finit à la Deuxième place en - 66 Kg.

L'histoire commence...avis aux amateurs.

Le « Kourach » est original et originaire, c'est un des types les plus anciens de lutte, mais aussi un des plus jeunes sports dans l'arène internationale.

L'avenir est à lui: une tradition novatrice!



Soldat de l'Empereur Tamerlan au 14^{ème} siècle



*Amir Temur, ou Tamerlan
à la suite de Gengis Khan, le mongol...*



*Guerriers mongols aux
Championnats du Monde
2007 de kourach
en Mongolie.*



Tradition, costumes et folklore



des milliers de spectateurs dans des stades



*des yurtes à Termez (sud
Ouzbékistan)*