

柔道

せー小工日... 信長のゆかり
 田神山へは... 義景信長と...
 初めは... 信長の義景名を...
 相續... せん...
 長... 二條... のと... 明智...
 ため... ち...



同右兵衛大夫龍興

JUDO KODOKAN REVIEW

The official translation of the «JU-DO» magazines of the Ko-do-Kan
 Containing the official news of the
 — International Judo Federation —

講 道 館

VOL. VIII - N° 3
 15 Mai 58

REVUE JUDO KODOKAN

Traduction officielle des
 revues «JU-DO» du Ko-do-Kan
 Avec les nouvelles officielles de la
 Fédération Internationale de Judo

JUDO-KODOKAN

The official translation
of the magazine of the KdK
Traduction officielle des Revues du KdK
VOL. VIII No 3 . Mai 1958



Official Organ of the
INTERNATIONAL JUDO FEDERATION

Organe officiel de la
FÉDÉRATION INTERNATIONALE
DE JUDO

CONTENTS

ZEN, THE RELIGION OF THE SAMURAI (7) The more essential step in the Mental training	1/1349
WRESTLING IN THE WORLD AND JUDO (6) Movements of Japanese SUMO	3/1351
SUGATA SHIGORO (Caroon) Peace of Mind	9/1357
JAPANESE MARTIAL ARTS (5) Bo-Jutsu	10/1358
Jitte	11/1359
Tori-Nawa	12/1360
WHAT IS THE « DO » ?	13/1361
GOKYO NO KAISETSU « Initiation into Judo » (16) Koshi-Guruma	15/1363
O et Ko-Tsuri-Goshi	18/1365
I REMEMBER, par M. Heita, 8th Dan	20/1368

SOMMAIRE

Ichino Choisai « les Samourai célèbres	B
ZEN, LA RELIGION DES SAMOURAI (7) L'Étape essentielle dans l'entraînement mental	1/1349
LA LUTTE LIBRE DANS LE MONDE ET LE JUDO (6) : Les mouvements du Sumo japonais	3/1351
SUGATA SHIGORO (caricatures) Le calme Zen	9/1357
PANORAMA DES ARTS MARTIAUX JAPONAIS (5) : Bo-Jutsu	10/1358
Jitte	11/1359
Tori-Nawa	12/1360
QU'EST-CE QUE LE « DO » ? .	13/1361
GOKYO NO KAISETSU 3 « Initiation au Judo » (16) : Koshi-Guruma (2 ^e H)	15/1363
O et Ko-Tsuri-Goshi (3 ^e et 12 ^e H)	18/1365
JE ME SOUVIENS « Le Judo et la Nourriture » par M. Heita, 8 ^e Dan	20/1368
LES 47 RONINS, récit historique illustré des Loyaux Samourai (suite 3)	23/1371

NOTRE DESSIN DE COUVERTURE



IISHINO CHOISAI



'ESCRIME japonaise, dans son style actuel si particulier et unique dans le monde, est née entre 1300-1500 dans les temples Shintoïstes de Kashima et Katori (à peine 100 km au nord de Tokyo). Le temple de Kashima était pour ainsi dire le centre d'escrime du Japon et tous les grands escrimeurs venaient faire un tour dans cette région.

En particulier Iishino Choisai que l'on considère comme le créateur de l'escrime japonaise moderne. Originaire du village Iishino (actuellement département de Chiba, en bordure de la capitale) son petit nom était Iesano et il était couramment appelé à enseigner au Gouverneur de la Province de Yamashiro (Choisai était un nom qu'il s'était donné selon la coutume de l'époque, un peu comme nos acteurs peuvent se choisir un nom).

Lorsqu'il était jeune il était le Samourai du Shogun Ashikaga Yoshimasa de Kyoto (1449-1473). Il rentra ensuite dans son pays natal pour se perfectionner en escrime, et en combat de corps à corps. Il devint le disciple de Kabuseto Guobu-Shoyu. Cependant jugeant les progrès trop lents, il s'installa dans l'enceinte du temple de Katori et priant la divinité avec dévotion il s'exerça seul, nuit et jour, contre les pruniers qui se trouvaient dans le jardin du temple. Après 3 ans de recherches ardentes, il réussit en lisant un livre divin en rêve, dit l'histoire, à saisir l'essentiel de la technique « céleste et authentique » qui lui permit d'établir son propre style ; style qui devait faire école et supplanter tous les autres. Il l'appela « Tenshin Shoden Shinto Ryu ». La lutte n'y était pas négligée mais on ne peut dire si l'on y pratiquait le Ju-Jutsu ou un art similaire, car les premiers écrits à ce sujet n'apparaissent que vers 1647. Parmi ses 1.500 disciples, se distinguaient particulièrement Mooroka Ichiu, Tsukahara Tosa-no-Kami, Matsumoto Bizen-no-Kami Masanobu. Les deux derniers étaient des prêtres du temple de Kashima. Choisai mourut en 1488, on ne sait à quel âge.

QUESTIONS AND ANSWERS

What stance should be taken in Randori by the lower grades ?

By Randorit is understood to mean free combat, which can be supple or as violent as the Shiai — competitions, but in which victories do not count. At all times one should try to apply the movements as nearly as possible according to the fundamental techniques. Where as in Shiai anything goes within the rules. You are perfectly in order to wonder about the attitude to take up against the opponent. It is extremely important and 9/10 of Judokas take up the same position no matter who the opponent is and what his grade is.

With equal grades : attack with all your energy and the idea of « winning » which must be balanced by the idea of « not losing ».

AGAINST A LOWER GRADE : you should incite the opponent to attack you, be supple, but don't make wrong steps because of this. This is your moment to put a great deal of variety into your attacks, to follow through, and to try movements which seem to you to be the most delicate.

AGAINST A HIGHER GRADE : you should have only one thought, to attack. As quickly, as strong and as often as possible, Without worrying about your faults if you have many.

Before a Shiai — competition — I am so overcome by the atmosphere that, I find myself no longer able to attack as in training. Do you have a way of getting rid of these « butterflies in the stomach » ?

There is, frankly, no infallible method. It can even be said that the benefit Judo has to offer is precisely to get rid of all thoughts which can spoil its execution (whether in Judo or in life) Park or the air of the Zen is this. Nothing but many Shiai, SINCERE training, can make you lose your nervous tension and bring you self confidence. If you go into the Shiai with fear, lack of confidence, or pride, your actions will be proportionally influenced, causing your attacks and your defence to lose a considerable amount of spontaneity and energy. A philosophical or chivalrous spirit, using all your mental and physical energy, is the best attitude. Pushed forward by « maximum effectiveness — minimum effort », leave nothing in reserve in a Shiai. And... good luck, for that counts too in the uncertainty of the sport.

One last word of advice, don't pay any attention to the combat which take place before yours, turn your back and think of your best attacks and your best follow-throughs.

What is the « exact » date of the birth of the Kodokan ?

The « History of the Kodokan » decided that the date could be fixed as June 5th of the 15th year of Meiji (1882). But this history was written 30 years later. Since the register of admissions dates from the 17th year (1884) it would be more correct to say that the Kodokan was born then. The Dojo had 20 tatamis (about 120 sq. ft.). Kano Judo was not yet perfect, for it did not inherit the secrets of the Kito-Ryu School (our Koshiki-no-Kata) without one single change until 1883. It was in the same year that he inaugurated Kenjutsu (sabre) and Ju-Jitsu courses at the end of the same year with the secrets of the Shibukawa, Tenshin-Shinyo, Toda, Sekikguchi and Kito-ryu Schools. At the end of 1884 his theories and his basic techniques became complete, and Master Kano changed the name of Ju-Jitsu to JU-DO. June 5th 1882 and the year 1884 are two dates to remember... for quizzes.

QUESTIONS ET RÉPONSES

Quelle attitude doit-on adopter en Randori avec les grades inférieurs ?

Par Randori nous entendons un combat libre, qui peut être souple ou violent (autant que le Shiai-Compétition), mais dans lequel les victoires ne comptent pas. A chaque instant l'on doit penser à appliquer les mouvements aussi près de la technique fondamentale qu'il nous est possible. Tandis qu'en Shiai tout est bon dans les limites des règlements. Mais vous avez parfaitement raison de vous inquiéter sur l'attitude à adopter selon l'adversaire. Elle est extrêmement importante et les 9/10 des Judokas adoptent la même attitude quel que soit l'adversaire et son grade.

A GRADE EGAL : attaquez de toute votre énergie avec l'idée de « vaincre », mais celle-ci doit aussi s'équilibrer avec l'idée de « ne pas perdre ».

CONTRE UN GRADE INFÉRIEUR vous devez inciter l'adversaire à vous attaquer, soyez souple, sans pour cela faire des fautes de marche volontaires. C'est pour vous le moment de mettre beaucoup de variété dans vos attaques, d'enchaîner, de tenter les mouvements qui vous semblent les plus délicats.

CONTRE UN GRADE INFÉRIEUR vous ne devez avoir qu'une seule volonté : ATTAQUER, le plus vite, le plus fort, le plus souvent possible, sans vous occuper de vos défaites même si elles sont très nombreuses.

Avant les Shiai (compétitions) je suis tellement impressionné que je ne peux plus attaquer comme à l'entraînement. Avez-vous un moyen de lutter contre ce trac ?

Si j'en avais un infallible je vous le donnerais bien sincèrement. On peut même dire que le plus grand bénéfice à retirer de la pratique du Judo est précisément de débarrasser l'esprit de tout ce qui peut nuire à l'exécution (qu'elle soit en Judo ou dans la vie). Le Zen recherche en partie le même but. Seuls de nombreux Shiai, un entraînement SINCERE, peuvent faire disparaître votre tension nerveuse et affermir votre confiance en vous. Si vous abordez le shiai avec crainte, confiance, orgueil, vos actions seront proportionnellement influencées, créant dans vos attaques et vos défenses « une perte incontestable de spontanéité et d'énergie ». Non-esprit et esprit chevaleresque, en employant toute votre énergie physique et mentale, est la meilleure attitude. Sous prétexte de « maximum d'efficacité — minimum d'efforts » ne laissez rien en réserve dans un shiai. Et... bonne chance, cela compte aussi dans l'incertitude du sport.

Un dernier conseil, ne regardez pas les combats qui précèdent le vôtre, tournez le dos et pensez à vos meilleures attaques et vos meilleurs enchaînements.

Quelle est la date « exacte » de la naissance du Kodokan ?

« L'Histoire du Kodokan » décida que cette date pouvait être fixée au 5 juin de la 15^e année de Meiji (1882). Mais cette histoire a été écrite 30 ans après. Comme le cahier des serments d'admission date de la 17^e année (1884), il serait plus juste de dire que le Kodokan est né en 1884. Le Dojo avait 20 tatamis (env. 40 m²). Le Judo Kano n'était pas encore parfait, car il n'héritait les secrets de l'École Kito-Ryu (notre Koshiki-no-Kata sans une seule modification) qu'en 1883. C'est la même année qu'il ouvrit les cours de Kenjutsu (sabre) et Ju-jutsu à la fin de la même année avec les secrets des écoles Shibukawa, Tenshin-Shinyo, Toda, Sekikguchi et Kito-ryu. Fin 1884, ses théories et les bases pratiques s'achevant, le M. Kano changea le nom de Ju-Jutsu en JU-DO. 5 juin 1882, et en 1884 sont deux dates à retenir... pour les jeux radiophoniques

Peinture Zen de Tani Bunchoyô
de l'Ecole Kano Motonobu.

ZEN

THE RELIGION OF THE SAMURAI

LA RELIGION DES SAMOURAI

(7)

par KAITEN NAKURIYA



THE MORE ESSENTIAL STEP IN THE MENTAL TRAINING

TO be the lord of mind is more essential to Enlightenment, which, in a sense, is the clearing away of illusions, the putting out of mean desires and passions, and the awakening of the innermost wisdom. He alone can attain to real happiness who has perfect control over his passions tending to disturb the equilibrium of his mind. Such passions as anger, hatred, jealousy, sorrow, worry, grudge, and fear always untune one's mood and break the harmony of one's mind. They poison one's body, not in a figurative, but in a literal sense of the word. Obnoxious passions once aroused never fail to bring about the physiological change in the nerves, in the organs, and eventually in the whole constitution, and leave those injurious impressions that make one more liable to passions of similar nature.

We do not mean, however, that we ought to be cold and passionless, as the most ancient Hinayanists were used to be. Such an

L'ÉTAPE ESSENTIELLE DANS L'ENTRAÎNEMENT MENTAL

Se rendre maître de son esprit est la chose la plus essentielle pour atteindre l'illumination, laquelle, en un sens, est la disparition des illusions, l'élimination des désirs et passions vaines, et l'éveil de la sagesse profonde. Celui-là seul peut atteindre le vrai bonheur qui a parfaitement en main le contrôle sur les passions tendant à troubler l'équilibre de son esprit. Des passions telles que la colère, la haine, la jalousie, la tristesse, l'inquiétude, la revendication et la peur rompent l'harmonie et l'esprit. Elles intoxiquent le corps, non pas dans un sens figuratif, mais très réellement. Ces passions, une fois éveillées, ne manquent jamais d'opérer un changement physiologique dans le système nerveux, dans les organes et éventuellement tout le corps, en laissant ces traces maladiques qui rendent le corps de plus en plus vulnérable à leur renouvellement.

Nous ne voulons pas dire, cependant, que nous devons être froids et sans passion,

attitude has been blamed by Zen masters. « What is the best way of living for us monks? » asked a monk to Yun Kü (Un-go), who replied: « You had better live among mountains ». Then the monk bowed politely to the teacher, who questioned: « How did you understand me? » « Monks, as I understood », answered the man « ought to keep their hearts as immovable as mountains, not being moved either by good or by evil, either by birth or by death, either by prosperity or by adversity. » Hereupon Yun Kü struck the monk with his stick and said: « You forsake the Way of the old sages, and will bring my followers to perdition! » Then, turning to another monk, inquired: « How did you understand me? » « Monks, as I understand », replied the man, « ought to shut their eyes to attractive sights and close their ears to musical notes ». « You, too », exclaimed Yun Kü, « forsake the Way of the old sages, and will bring my followers to perdition! » An old woman, to quote another example repeatedly told by Zen masters, used to give food and clothing to a monk for a score of years. One day she instructed a young girl to embrace and ask him: « How do you feel now? » « A lifeless tree », replied the monk coolly, « stands on cold rock. There is no warmth, as if in the coldest season of the year ». The matron, being told of this, observed: « Oh that I have made offerings to such a vulgar fellow for twenty years! » She forced the monk to leave the temple and reduced it to ashes. (1)

If you want to secure Dhyana, let go of your anxieties and failures in the past; let bygones be bygones; cast aside enmity, shame, and trouble, never admit them into your brain; let pass the imagination and anticipation of future hardships and sufferings; let go of all your annoyances, vexations, doubts, melancholies, that impede your speed in the race of the struggle for existence. As the miser sets his heart on worthless dross and accumulates it, so an unenlightened person clings to worthless mental dross and spiritual rubbish, and makes his mind a dustheap.

(To be continued)

ainsi que les anciens Hinayanistes le voulaient. Les maîtres Zen ont blâmé cette attitude. « Quelle est la meilleure façon de vivre pour nous autres moines? » demanda un moine à Yun-Kü (Un-go) qui répondit: « Vous feriez mieux de vivre parmi les montagnes ». Le moine fit alors poliment sa révérence au maître, qui lui demanda: « Comment m'avez-vous compris? ». « Les moines, tel que je le comprends », répondit l'homme, « devraient conserver leur cœur aussi immobile que les montagnes, ne se laissant pas mouvoir ni par le bien, ni par le mal, ni par la naissance, ni par la mort, ni par la prospérité, ni par l'adversité ». Sur quoi, Yun Kü frappa le moine avec son bâton et s'exclama: « Vous abandonnez la Voie des vieux maîtres et amenez mes disciples à la perdition! ». Se tournant alors vers un autre moine, il lui demanda: « Comment m'avez-vous compris? »; « les moines, tel que je le comprends », répondit cet homme, « devraient fermer leurs yeux aux belles vues et boucher leurs oreilles aux doux sons ». « Vous aussi », s'exclama Yun Kü, « abandonnez la Voie des anciens maîtres et perdez mes disciples! ».

Pour citer un autre exemple inlassablement raconté par les maîtres Zen: une vieille femme avait coutume de nourrir et d'habiller un moine depuis des dizaines d'années. Elle instruisit un jour une jeune femme d'aller embrasser le moine et lui demander: « Comment vous sentez-vous maintenant? ». « Un arbre sans vie », répondit froidement le moine « se tient sur un rocher glacial. Il n'y a point de chaleur, c'est comme à la plus froide saison de l'année ». Etant informé de ceci, la vieille femme fit entendre: « Quand je pense que j'ai fait des offrandes à ce vulgaire individu depuis vingt ans! ». Elle chassa le moine hors du temple et réduisit ce dernier en cendres (+).

Si vous voulez obtenir Dhyana, relâchez votre étreinte sur les anxiétés et les insuccès du passé; que le passé soit passé; jetez l'inimitié, la honte, l'anxiété, ne les admettez jamais dans votre cerveau. Laissez passer l'imagination et l'anticipation de l'adversité et la souffrance à venir; lâchez prise de vos ennuis, vexations, doutes, mélancolies, qui restreignent votre vitesse dans la lutte pour l'existence.

Ainsi que l'avare met tout son cœur sur de la matière sans valeur réelle et l'accumule, ainsi une personne non éveillée s'attache à de la matière mentale sans valeur aucune, et des déchets spirituels, transformant son esprit en tas d'ordures.

(A suivre).

(+) Ces cas sont cités dans le Zen-Rin-Rui-Shu.

WRESTLING IN THE WORLD AND JUDO

LA LUTTE LIBRE DANS LE MONDE ET LE JUDO

par H.D. Plée, 3^e Dan

(Suite VI)

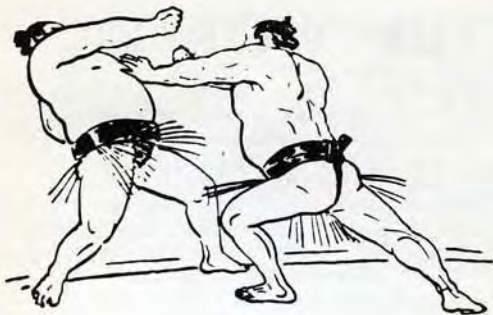
TECHNIQUE DU SUMO JAPONAIS

Now let us see the rules of Sumo. The idea is to cause your opponent to leave the circle (3 Judo belts — each about 8 1/2 feet long — end to end, edged with interlaced straw) or to make him touch, the ground with any part of his body.

The ring is formed of piled sods of earth (ritually 20) and the space on which the wrestlers meet is covered with a light coat of sand. This explains the preliminary ceremony in which the combatants lift one leg very high (often a facial splits), hands on their knees, and bring it down very strongly in order to sink it as far as possible into the ground. A demonstration of strength which excites the spectators. Here, in their order, are the rites which serve as a preliminary to the attack, which takes place in one single round of a few seconds, similar to the death combat if time past. The fighters are almost naked, with a heavy silk belt around their waists (mawasi), covering a pair of shorts, which enables them to take hold and to throw, or to lift up, their adversary. Once they have climbed into the ring the combatants raise their legs alternately (Siko) and strike the earth as above, as an expression of violent combat (in the past, a fallen man was thus smashed). Then each in his corner, with a bowl of water, source of strength (tikara-mizu), rinses out his mouth. Then he throws a small handful of salt on the ring as a symbolic gesture of purification (salt being the symbol of purity in Japan since olden times). Next each combatant goes to the east and west of the ring (the corner posts, red and black, indicating them, and as a gesture of courtesy toward his opponent each crouches down, body straight (tiri-tyosu), arms raised and spread out (hands turned towards the other). They then put their fists on their knees without getting up. Tension in the audience begins to mount. They put their fists on the ground, look one another in the eyes (position « Sikiri ») and wait for the referee's starting signal. At this moment the referee plays a very important part, and a skillful one, in order to increase the interest. Theoretically he gives the signal only when the breathing of the two wrestlers is the same (inhalation or exhalation) in order to avoid any unfair advantage. There may be as many as 5 or 7 false starts, exasperating the audience tremendously. A combat lasts in general only a fraction of a second and no-one wants

Voyons maintenant les règles du Sumo. L'idée est de faire sortir l'adversaire d'un cercle (3 ceintures de Judo — 2 m. 60 env. chaque — bout à bout) formé par un rebord de paille tressé, ou de lui faire toucher le sol d'une partie quelconque de son corps.

Le ring est formé de balles de terre tassée (20 rituellement) et l'espace sur lequel les lutteurs se rencontrent est recouvert d'un légère couche de sable. Ceci explique le cérémonial préliminaire au cours duquel les lutteurs lèvent une jambe très haut (grand écart facial fréquent), les mains sur les genoux, et frappent très fort le pied au sol pour l'enfoncer le plus possible dans la terre. Démonstration de force qui enthousiasme les spectateurs. Voici, dans l'ordre, la succession des rites qui servent de préliminaire à l'assaut qui se déroule en un seul round de quelques secondes en souvenir de l'idée du combat à mort des temps passés. Les lutteurs sont presque nus, avec une ceinture de soie à la taille (mawasi) couvrant un slip, et qui leur permet de se saisir, de se projeter, ou de se soulever. Une fois montés sur le ring, les combatants lèvent la jambe alternativement (Siko) et frappent le sol comme on l'a expliqué plus haut en signe d'expression de combat violent (on écrasait les tombés de cette façon dans le passé). Ensuite chacun dans son coin procède à une ablution avec un bol d'eau, source de force (tikara-mizu), par un rinçage de bouche). Puis, il jette une petite poignée de gros sel sur le ring en geste symbolique de purification (le sel est symbole de pureté au Japon depuis l'antiquité). Ensuite chaque combattant se place à l'est et à l'ouest du ring (les poteaux d'angle noirs et blancs les indiquent) et en signe de courtoisie envers l'adversaire s'accroupit, le buste droit (tiri-tyozu), les bras levés et écartés (mains tournées vers l'autre). Puis ils posent les poings sur leurs genoux, sans se relever. La tension dans l'assistance commence à monter. Ils posent leurs poings au sol, se regardant dans les yeux (position Sikiri) et attendent le signal de départ de l'arbitre. Et c'est à ce moment que l'arbitre joue un rôle extrêmement important et... habile, pour augmenter l'intérêt de la salle. Théoriquement il ne donne le signal que si la respiration des deux lutteurs est la même (inspiration ou expiration) afin d'éviter que l'un soit avantagé. Il peut y avoir jusqu'à 5 ou 7 faux départs qui exaspèrent la salle à un point inimaginable. Les combats ne durent parfois qu'une fraction de seconde personne ne



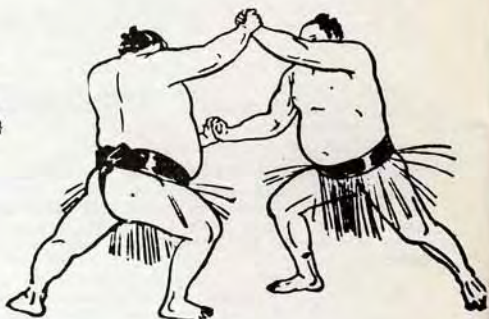
1.
Tukippanasi



5.
Okuri-
dasi



2.
Hataki-
komi



6.
Te-yottu



3.
Hikkake



7.
Nodowa



4.
O-utasi

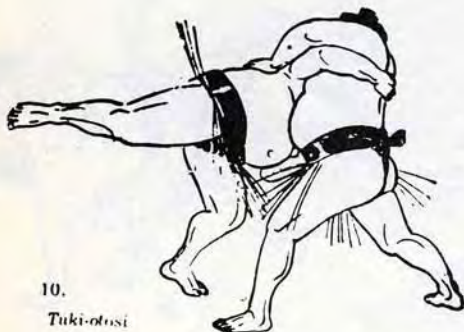
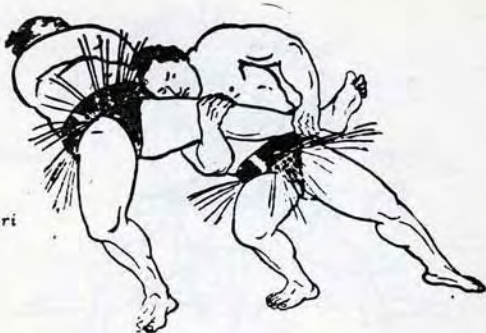


8.
Ori-dasi



9
Izumigawa

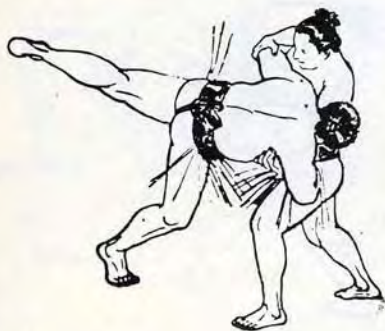
13.
Asi-ori



10.
Tuki-otosi



14.
Tottari



11.
Maki-
otosi



15.
Saka-tottari

12
Watasu-komi



16.
Migi-zaei





25.
Nimai-geri

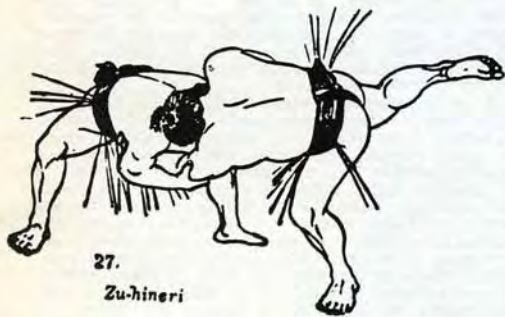


29.
Uti-musō

26.
Kiri-kaesi



30.
Uti-gake

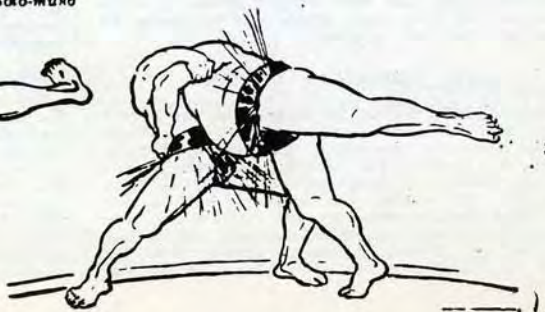


27.
Zu-hineri

31.
Soto-gake



28.
Soto-musō



32.
Uti-gari

to miss seeing the victory. If, by the tenth minute, there has been no harmony of breathing (and the wrestlers are very skillful at this) the start is given, whether it's the right moment or not. Few Westerners can stand this interminable waiting, perhaps because they do not know how to follow the sport of watching the two wrestlers trying to bring their breathing together, to unify their spirit, to stabilise their physical strength, whilst at the same time concentrating in order not to be surprised by the signal. But the Japanese get great pleasure from this. The referee's role is very delicate. He must also decide victory, a simple brushing of the ground with one finger, a heel or a finger outside the limits, are a cause for defeat. And, in this sense, Sumo is perhaps the most precise and most codified sport in the world.

There are no weight categories. It is not always the biggest and the heaviest who wins, but in general, the final winner is a big, heavy, strong, and extremely fast man. The speed of such giants (sometimes 6ft, 8 ins; 16-17st.) is astonishing. It comes with severe daily raining, always based on the search for speed and suppleness in strength. Fighting in one round only the wrestlers are « desperate ». The ring for them is a sky, and to leave it is to fall into perdition. The referee, who sings in a strange modulated voice the names of the combattants, and makes the decisions with a special war fan, is assisted by five inspectors, of which one is the President of the Japanese Association of Sumo (sitting at the north post). The Festival begins early in the morning and carries on for several days without interruption. Custom, with its religious signification, shows to what point Sumo is considered as being dedicated to the divinities (as in other countries, such as boxing in Malaya, for example). The ring is sacred and sometimes provoke intense discussion. If the combat lasts long, without a decision, the referee may separate the two combattants and allow them a few minutes of rest and mouth-washing, then he puts them back in the position in which he had separated them to the encouragement of the audience.

In training there is no ceremony, but the « siko » (raising of the leg and bring it down strongly) is always executed before and after the attack (it is never done after a real match). Training is very serious and lasts at least four hours per day. Technique is studied, with a search for speed, and the different methods of avoiding injuries in the ring are learnt (very frequent, elbows and knees in particular). Butsukari or « run against-and-be-thrown-exercise » consists of pushing one another violently, palm against palm, or chest against chest, for hours on end. With the systematic spirit of the Japanese, all the movements are carefully studied according to scientific laws, and have attained a great perfection (the very complex books on Sumo are proof of this. Fast starts are of course an important part of training.

BASIC TECHNIQUES OF SUMO

These techniques, as we have said, use brute force, passive resistance, or utilize the efforts of the opponent (according to the purest principles of Judo). But strong movements and throws, thanks to deep research, and the very uncommon strength of the wrestlers, have a unique efficacy, so that only one Sumotori, is able to counter-balance equal in strength and technique to him). Certain « strong » throws (from our point of view) are worth studying, for Judokas

veut rater la vue de la victoire. Si à la 10^e minute l'harmonie dans les respirations n'a pu être atteinte (et les lutteurs s'y emploient habilement) le départ est donné, bon moment ou pas. Peu d'occidentaux résistent à cette attente qui semble interminable, peut-être parce qu'ils ne savent pas suivre le jeu des lutteurs essayant d'unir leur esprit, de stabiliser leur force physique tout en se concentrant pour éviter d'être surpris par le signal. Mais les Japonais en sont très friands. Le rôle de l'arbitre est délicat. Il doit aussi décider de la victoire, alors un simple effleurement du sol avec un talon ou un doigt un instant hors des limites sont des causes de défaite. Et en ce sens, le Sumo est peut-être la lutte la plus précise et la plus codifiée du monde.

Il n'y a pas de catégories de poids. Ce ne sont pas toujours les plus lourds et les plus grands qui gagnent, mais en général le vainqueur final est un homme grand, lourd, fort et extrêmement rapide. La rapidité de tels géants (parfois 2 m, 10, 150 kg.) est étonnante. Elle vient d'un entraînement sévère quotidien, toujours axé sur la recherche de la vitesse et la souplesse dans la force. Ne luttant qu'en un seul round, les combats sont « désespérés ». Le ring est pour eux comme un ciel et en être sorti les fait tomber en perdition. L'arbitre, qui chante d'une voix modulée le nom des combattants et prend les décisions avec un éventail de guerre spécial, est assisté de 5 inspecteurs dont le président de l'Association japonaise de Sumo (assis au pilier Nord). Le Festival commence tôt le matin et dure plusieurs journées sans interruption. L'étiquette, par sa signification religieuse, montre à quel point le Sumo est considéré comme dédié aux divinités (comme dans d'autres pays, ou comme la Boxe Malaise, par exemple). Le ring est sacré, au sens profond du mot. Aussi ne voit-on jamais de protestations de combattants sur le ring ; par contre hors du ring ils s'en donnent à cœur joie et peuvent provoquer de véritables conférences. Si le combat dure longtemps, sans décision, l'arbitre peut séparer les combattants et leur accorder quelques minutes de repos et d'ablutions buccales, puis il les replace dans la position où il les avait séparés, au milieu des encouragements de la salle.

A l'entraînement le cérémoniel n'a pas lieu, mais le « siko » (lever une jambe alternativement et l'abaisser avec force) est toujours exécuté avant et après l'assaut (on ne le fait jamais après un match véritable). L'entraînement est très sérieux et dure au moins 4 heures chaque jour. On étudie la technique, recherche la vitesse, apprend les diverses méthodes d'éviter les blessures sur le ring (fréquentes, coudes et genoux en particulier), perfectionne le jeu de jambe. Le Butsukari « ou exercice-de choc-pour-projeter » (run against-and-be-thrown exercise) consiste à se pousser violemment des heures durant avec la paume des mains, ou poitrine contre poitrine. Avec l'esprit systématique japonais tous les mouvements sont étudiés soigneusement selon les lois de la science et ont atteint une grande perfection (les livres de Sumo, d'une grande complexité, en sont la preuve). Les départs rapides et puissants au signal de l'arbitre forment bien entendu une part importante de l'entraînement.

TECHNIQUES DE BASE DU SUMO.

Ces techniques comme nous l'avons dit, utilisent la force brutale, la non résistance ou emploient les efforts de l'adversaire (selon les plus purs principes Judo). Mais les mouvements et les projections en puissance, grâce à des recherches très poussées et à la force peu commune des lutteurs, ont une efficacité unique que seul un autre Sumotori, de même force et de même degré technique, est capable de contrebalancer. Certaines projections « en force » (à notre point de vue) mériteraient d'être étudiées car les Judokas obtien-

would obtain unhoped-for results in championships if they also knew the movements of Sumo. It is only a question of championships, for there is no use learning Sumo in order to practise good Judo. Nevertheless, when the opponent « refuses the combat », which usually rules out the possibility of throwing with a classical Judo hold, Sumo can be a precious and effective aid. Apart from this it would be very good, from time to time, in order to refresh Judokas, for them to practise a few Sumo attacks in the Dojo, with no jacket, which is often baffling, and therefore useful.

There are about 200 Sumo movements, stemming from three fundamental methods of beating an adversary: TUKI (pushing, knocking, that is, to make the opponent leave the limits by huge smacks with the palm), OSI (pushing, in the sense of knocking over the body with your arms, or to push a bent adversary to the ground), and YORI (to clinch, to hook). There follow 32 examples of the key movements from which stem the 200 classical movements by which a victory is invariably won in Sumo.

(To be continued).

draient des résultats inespérés en championnat s'ils connaissaient aussi les mouvements de Sumo. Il est seulement question de championnat, car point n'est besoin de s'intéresser au Sumo pour pratiquer du bon Judo. Cependant, lorsque l'adversaire « refuse le combat », ce qui exclut généralement la possibilité de le projeter d'une façon classique avec les projections de Judo, les prises de sumo seraient d'un secours précieux et efficace. Outre cette raison, il sera très bon, de temps en temps, de délasser les pratiquants de Judo par quelques assauts de Sumo en Dojo, sans veste, ce qui est souvent déroutant, donc utile.

Il y a environ 200 mouvements de Sumo, découlant de 3 méthodes fondamentales de vaincre l'adversaire: TUKI (pousser, défoncer, c'est-à-dire faire sortir des limites en donnant de grandes claques de la paume); OSI (pousser, mais dans le sens de renverser à bras le corps, ou de pousser vers le sol un adversaire penché), YORI (s'enlancer, s'accrocher). Nous avons donné dans les pages précédentes 32 exemples des mouvements clés dont découlent les 200 mouvements classiques par lesquels une victoire est invariablement remportée en Sumo.

(A suivre.)

During your Summer holidays you can amuse yourself by practising Sumo on Sand or grass, and your stability in Judo will improve.

Durant vos vacances d'été amusez-vous à faire du Sumo avec vos amis sur le sable ou l'herbe, votre stabilité Judo sera meilleure.

SUGATA SHIGORO

PEACE OF MIND

★

1.) WAIT !

2.) You seem to have been very pretentious for some time.

3.)

4.) I can't bear to see this slaughter.

5.)

6.) You see he was frightened by your calm nature.
— Humm !

7.) What are you up to ?
Ah ! If it isn't our Judo teacher.



CALME ZEN

★

1.) ATTENDEZ !

2.) Vous m'avez l'air bien prétentieux depuis quelque temps !

3.)

4.) Je ne veux pas voir ce carnage.

5.)

6.) Tu vois il a eu peur de ton calme, Zen !
— Humm !

7.) Qu'est-ce que vous fêchez là ?
— Ah ! c'est notre professeur de Judo !

A panorama of...

Panorama des..

V



JUDO - JU JUTSU - KENDO - IAI
 JUTSU - KEN JUTSU - KUMI
 TACHI - NAGI NATA - KUSARI
 GAMA - YARI JUTSU - DJITTE-BO
 JUTSU - JITTE - TORI NAWA -
 TACHI OYOGI - TANTO JUTSU -
 SHURIKEN JUTSU - EVENTAIL
 - TIR - KYUDO - JOBA JUTSU -
 NIN JUTSU - KARATE - KEMPO
 AIKI - KATSU

JAPANESE MARTIAL ARTS

ARTS MARTIAUX JAPONAIS

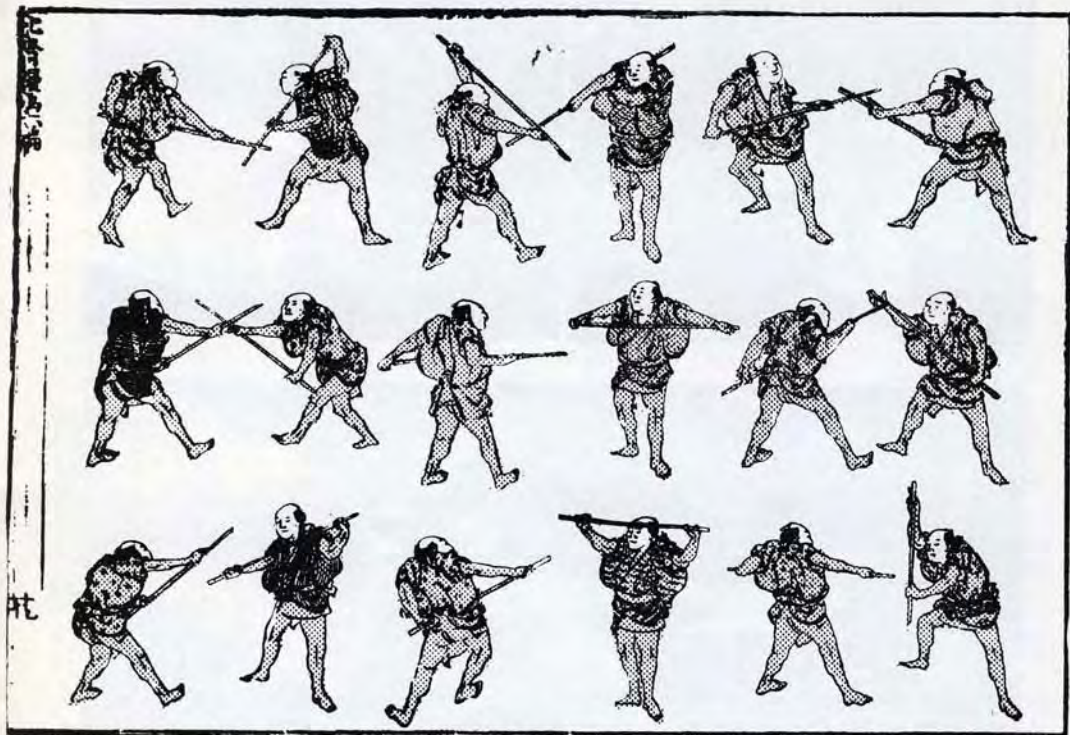
BO-JUTSU

BO-JUTSU : This is not a war technique, but on the contrary a defence against warriors, being the art of the stick. Its length varies from 5 to 6 feet according to the school. It is held in both hands, and the technique is different from that which we had, at the time when armouries were equipped with sticks. It is not possible to give even a rough estimate of the number of people who practise Bo-Jitsu, for it is studied in the Karate Dojos, in the Kendo and even a little in the Aikido Dojos, always as a complementary study. This is a pity, for randories are very interesting and the art of the stick could be sufficient in itself. It is very effective. One can even come out on top against a man armed with a word.

It is used laterally or point first from both sides. The Japanese technique, developed from the Chinese, has the stick slide between the hands something like a billiard cue. Combattants jump very high or sometimes lunge very low as in Western fencing. It is a complete and balanced sport. Basho, the wandering poet, was, it is said, very skillful in Bo-Jitsu. (famous)

BO-JUTSU : Ce n'est pas une technique de guerre mais au contraire la défense contre guerriers, puisque c'est l'art du bâton (1 m. 60 à 2 m. selon les écoles). On le tient à deux mains. La technique est différente de celle de notre ancien bâton, du temps où les salles d'armes le pratiquaient. Il n'est pas possible de dire, même à peu près, le nombre des pratiquants de Bo-Jutsu car cette technique est étudiée aussi bien dans les Dojos de Karaté et de Kendo, un peu aussi dans certains Dojos d'Aikido, et toujours de façon complémentaire. C'est dommage car les randoris sont très amusants et l'art du bâton pourrait se suffire à lui seul. Son efficacité est très grande. L'on peut même tenir tête avec succès à un homme armé d'un sabre.

On l'utilise en frappant latéralement ou en pointe des deux côtés. La technique japonaise, qui est issue de la technique chinoise, fait glisser le bâton dans les mains un peu à la façon du billard. Les adversaires sautent très haut, et parfois, se jettent très bas à la façon de l'escrime occidentale. C'est un sport complet et équilibré. Basho, le poète errant, célèbre, était, dit-on, très habile en Bo-Jutsu.

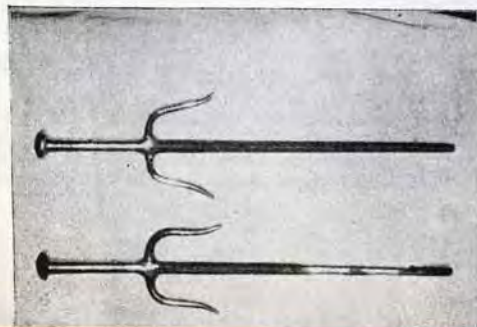


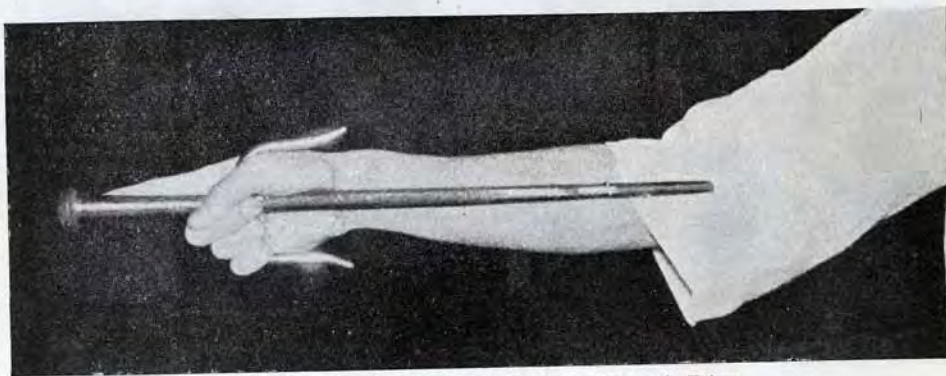
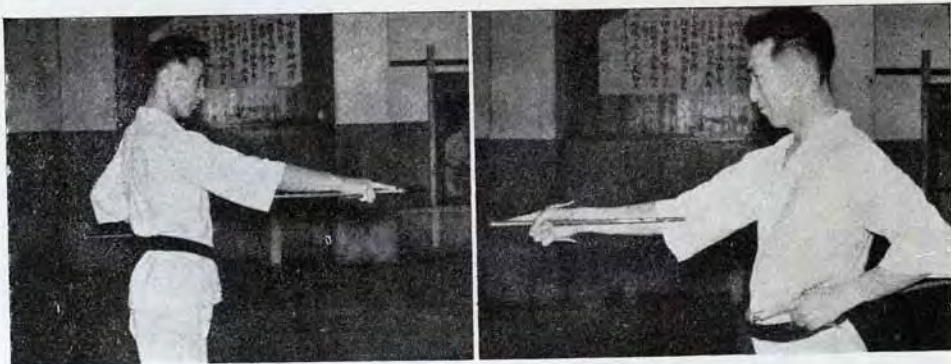
Quelques-unes des attitudes des combattants en assaut de Bo-Jutsu. On se sert du bâton pour frapper des deux côtés et aussi en pointe, des deux extrémités.

JITTE

JITTE : This is a police arm, a type of long police stick of metal with a hook on one side. The policemen would parry the sabre attack and seize the blade in the hook, and with a sharp movement of the wrist it was (relatively) easy to disarm the adversary and even to break his blade. In Okinawa this arm had a double hook, a little like a trident, with the same use although a little more varied. Dojos of Karate still use this arm, very heavy, for their training exercises, in order to strengthen their forearm, using it just as much in attack as in defence.

JITTE : C'était une arme de police, une espèce de long bâton de police en métal avec sur un côté un crochet. Les policiers paraient les attaques de sabre et saisissaient la lame dans ce crochet, d'un brusque mouvement de poignet il était (relativement) facile de désarmer l'adversaire et même de casser la lame. A Okinawa cette arme était à double crochet, un peu comme un trident, et l'usage était le même bien que plus varié. Les Dojos de Karaté utilisent encore cette arme, lourde, pour leurs exercices d'entraînement, afin de fortifier leurs avant-bras et ils l'utilisent aussi bien en offensive qu'en défensive.





Exercices au Jitte dans un Dojo de Karate à Tokyo.

TORI-NAWA

TORI NAWA : This is a Japanese Police weapon, like the Jitte, and is called in America the « Japanese stick » — a very short stick, jutting out perhaps two inches each side of the closed fist, and with which one strikes or twists the wrist. Owing to its efficacy this weapon has been adopted recently in America. But Tori Nawa is not a « weapon » in the real sense of the word, as it is a type of small lasso used in conjunction with the Jitte. In fact, in the age when the Samourai and even the people had the right to carry a sabre, the policeman's job was no easy task. Legend has it, and there is no exaggeration, that a Samourai cut down THREE policeman, in one single attack, who tried to take him. The Jitte enabled the sabre to be immobilised for a brief instant and sometimes would even break the blade (rarely due to the speed of the blow), but if they were several the police could, during this brief moment attack with their Tori-nawa at the neck, and — each pulling from his side — keep at a respectful distance from the adversary, strangling him which another tried to disarm him. The lasso was very small, 12 to 20 inches in diameter and of plaited silk.

TORI NAWA : C'est une arme de Police au Japon, comme le Jitte et ce que l'on nomme aux U.S.A. le « Japanese stick » (un bâton très court, dépassant environ de 4-5 cm. de chaque côté du poing fermé et avec lequel l'on frappe ou tord les poignets. Cette « arme » a été adaptée en Amérique récemment en raison de son efficacité). Mais le Tori-nawa n'est pas à proprement parler une « arme » puisque c'est un genre de petit lasso utilisé de pair avec le Jitte. En effet, à l'époque des Samourai où même les gens du peuple avaient droit au port du sabre, le rôle de Policier n'était pas une tâche de tout repos. On a même vu, la légende le rapporte, et il n'y a rien d'exagéré, des Samourai couper d'une seule attaque TROIS policiers qui tentaient de les maîtriser. Le Jitte permettait d'immobiliser un bref instant le sabre des indisciplinés et parfois de briser les lames (rarement en raison de la vitesse des coups), mais en s'y mettant à plusieurs durant cette brève immobilisation, les autres policiers pouvaient leur lancer un Tori-nawa au cou, et — chacun tirant de son côté — maintenir à distance respectueuse l'adversaire, tout en l'étranglant, tandis qu'un homme essayait de le désarmer. Ce lasso était très petit, 30 à 50 cm. de diamètre et en soie tressée.

WHAT IS THE CE QU'EST LE " DO "

道



O means « road ». This has the undertone that there are two roads, the bad and the good, of course, i.e. — according to the moral idea of the Bushido — the great road or « royal road » and the others, which are accessory and can lead to the same end but in a much slower fashion.

This « Road » is a very difficult thing to explain clearly. Just as it is difficult to explain clearly a colour to a person who has never seen it.

« Do » is a moral concept designed so that individual human life follows « heavenly » will, in such a way as to find happiness and to maintain peace in the communities. By « heavenly » is not meant exactly religious but rather natural phenomena which we, in our every-day lives, tend to forget, and which reign over the Universe : air, growth, development, death. The complete cycle of the incessant changes of nature.

The idea of the great road (O-DO which comes from TEN-DO or heavenly road) is that in perfectly administering our personal lives, we administer at the same time those of our families, of our surroundings, of our country with the final result of world peace. And we arrive at the curious fact that all the Japanese Martial Arts, of which the aim is to kill, are in fact, arts, of peace.

However, it would be wrong to suppose that the warriors thought first about the « DO ». It is in fact a moral idea born in the peasant world in the Far East (China and Japan). As is well known, in Japan, the peasants in contrast to those of the western civilizations, were respected to such a degree that they occupied the third place in the hierarchy : Emperor and nobles, soldiers, etc., peasants, artisans, workers, etc... in last place coming the business men, although very powerful financially, in which case they would usually not be very long in getting themselves elected to the nobility.

« Do » then, is born from the observation of growth in nature, from the fact that the people of the land lived almost exclusively



O, signifie « Chemin ». Ce qui sous-entend qu'il y a deux chemins, le bon et le mauvais, bien entendu, mais — selon l'idée morale du Bushido — le grand chemin ou « chemin royal » et les autres chemins. Chemins accessoires qui peuvent conduire au même but que le « grand chemin » mais d'une manière moins rapide.

Ce « chemin » est une chose très difficile à expliquer clairement. De même qu'il est difficile d'expliquer clairement une couleur à une personne qui ne l'a jamais vue.

Le « Do » est le concept moral pour que la vie humaine individuelle suive la volonté « céleste », de manière à trouver le bonheur et maintenir la paix dans la communauté humaine. Par céleste il n'est pas exactement question de religion, mais des phénomènes naturels, que l'on a tendance à oublier dans notre vie citadine, et qui est celle régnant sur l'Univers : naissance, croissance, développement, mort. Cycle entier des changements incessants de la nature.

L'idée du grand chemin (O-DO qui sort du TEN-DO ou chemin céleste) est qu'en administrant parfaitement notre vie personnelle, nous administrerons aussi celle de notre famille, de notre entourage, de notre pays pour aboutir à la paix universelle. Et nous aboutissons à cette chose curieuse que tous les Arts Martiaux Japonais, dont le but est de tuer, sont en fait des arts de paix.

Cependant, il serait faux de supposer que les guerriers pensèrent les premiers au « DO ». Le « Do » est une idée morale née dans le milieu paysan d'Extrême-orient (Chine et Japon). Comme on le sait, au Japon, les paysans, au contraire des pays occidentaux, étaient respectés au point qu'ils arrivaient à la troisième place dans la hiérarchie : Empereurs et nobles, militaires, paysans, artisans, ouvriers, etc... et en dernier lieu commerçants (même s'ils étaient très puissants financièrement, il est vrai que dans ce cas ils ne tardaient pas à être anoblis).

Le « Do » est donc né de l'observation de la croissance de la nature, du fait que le peuple agricole se nourrissait presque exclu-

on cereals (rice, corn, etc.) and fruits. By observation of natural phenomena man succeeded in understanding the principle of happiness, of co-existence and of mutual prosperity, as well as his obligation to follow nature and not to fight against her. For example the problem of coexistence is illustrated by the grains which, if they fall too near to one another, give birth to young shoots which are condemned to live in perpetual strife, on a limited soil, whilst if they respected the needs of the others they would all prosper.

Master Jigoro Kano, applying this moral principle to Judo, recognized two essentials : « mutual prosperity » and to reach it « correct use of energy ». A phrase coined by him and to be found in the Kodokan which also illustrates « Do » : « Do not think of yourself, forget your house, think of the world ». An idea which indicated the way to individual and world peace, the real aim of Judo, whilst the use of energy is only one way (therefore one of the other roads) of achieving it.

To speak of Do is even more difficult if you are talking to a majority of young people who all, naturally, hate serious words. But perhaps as they get older this « Do » will appear to them as far superior to « Ju », which interests them now, for they will understand that profound technique (JU) is impossible without a moral way (DO).

The ideal of Judo, to go back to the conception of Master Kano, is, therefore to contribute to human friendship, by an effective and good use of the art of employing your Energy.

Using this word DO (way) instead of Jitsu (technique), after JU (suppleness), Master Kano wanted to show that the practice of Judo did not have as its sole aim the throwing of an opponent to the ground (which Ju-Jitsu does have), but co-operation with a partner in order to find together the road to suppleness, both physical and moral.

If Judo is used in real combat it can only be in order to serve justice against injustice so as to maintain harmony and peace in the world. It is obvious that this has been much abused in the course of time. Only personal conscience can avoid this. Ken-Jitsu and Karate, of which the aim is to kill or to seriously injure the adversary have, nevertheless too the same « Do » for peace. For example, it is not possible to cut a common man or a drunk in half on the pretext that he is in our way or troubles the peace of others. Little by little the power which one has in oneself leads us to indulgence and love of men, which is the surest road of the « way ». In Aikido this love is even greater.

sivement de graines (riz, blé, etc...) et de fruits. Par l'observation des phénomènes naturels, ces hommes arrivèrent à comprendre le principe du bonheur, de la co-existence et de la prospérité mutuelle, ainsi que l'obligation pour les hommes de s'accorder avec la nature et non de se dresser contre elle. Par exemple le problème de la coexistence est illustré par les graines qui, si elles tombent trop près les unes des autres, donnent naissance à de jeunes pousses contraintes de vivre en lutte perpétuelle, sur un sol limité, alors que si elles respectent le besoin des autres graines prospèrent toutes.

Maître Jigoro Kano, en appliquant ce principe moral au Judo en reconnaissait deux essentiels « prospérité mutuelle » et pour y parvenir « un bon emploi de l'énergie ». Une phrase peinte par lui et qui se trouve au Kodokan illustre aussi le « do » : « ne pas penser à soi, oublier sa maison, penser au monde ». Idée qui indique la voie de la paix individuelle et mondiale, le véritable but du Judo, tandis que l'emploi de l'énergie n'est qu'un des moyens (donc l'un des autres chemins) pour y parvenir.

Parler du Do est d'autant plus difficile que l'on s'adresse à une majorité de jeunes gens qui ont tout naturellement horreur des paroles sérieuses. Mais peut-être en vieillissant ce « DO » leur apparaîtra-t-il comme bien supérieur au « JU » qui les intéresse actuellement, car ils comprendront que la technique profonde (JU) est impossible sans voie morale (DO).

L'idéal du Judo, si l'on s'en rapporte à l'idée de M. Kano, est donc de contribuer à l'amitié humaine, par une efficace et belle utilisation de l'art d'employer son énergie.

En utilisant le mot DO (voie) au lieu de Jutsu (technique) à la suite de JU (souplesse), le maître Kano voulait illustrer que la pratique du Judo n'avait pas pour seul but de jeter un adversaire au sol (ce qui est du Ju-Jutsu) mais de coopérer avec un « partenaire » pour trouver ensemble le chemin de la souplesse, physique et morale.

Si le Judo est utilisé en combat réel il ne peut l'être qu'en servant à la justice contre l'injustice pour maintenir l'harmonie et la paix dans le monde. Il est évident que sous la même idée les pires excès ont été faits au cours des âges. Seule la conscience personnelle peut les éviter. Le Ken-Jitsu ou le Karaté dont la technique est de tuer l'adversaire ou de blesser grièvement ont pourtant eux aussi le même « Do » pour la paix. Par exemple, il n'est pas possible de couper en deux un homme vulgaire ou un peu ivre sous prétexte qu'il nous importune ou trouble la paix des autres. Peu à peu la puissance que l'on a en soi nous conduit à l'indulgence et à l'amour des hommes, ce qui est le plus sûr chemin de la « voie ». En Aikido cet amour est plus grand encore.

INITIATION INTO JUDO

(XVI)



INITIATION AU JUDO

(Suite XVI)

GOKIO-NO-KAISETSU

by Kodokan Comission

I. — De.Ashi-Barai (2^e J), Hiza-Guruma (3^e J), Sasae-Tsurikomi.Ashi (11^e J), Uki-Goshi (1^{er} H), O-Soto-Gari (1^{er} J), O-Goshi (11^e H), O-Uchi-Gari (5^e J), Seoi-Nage (1-2 E).

II. — Ko.Soto-Gari (non classé), Ko.Uchi.Gari (6^e J), Koshi Guruma (4^e H), Tsurikomi-Goshi (8^e H), Okuri-Ashi-Barai (7^e J), Tai-Otoshi (1^{er} B), Harai-Gochi (5^e H), Uchi.Mata (10^e H).

III. — Ko.Soto.Gake (4^e J), Tsuru-Goshi (3^e H), Yoko-Otoshi (10^e S), Ashi-Guruma (15^e J),

Hane-Goshi (6^e H), Harai-Tsurikomi (12^e J), Tomoe-Nage (1^{er} S), Kata-Guruma (3^e E).

IV. — Sumi.Gaeshi (7^e S), Tani-Otoshi (6^e S), Hane.Makikomi (11^e S), Sukui-Nage (4^e B), Utsuri-Goshi (9^e S), O-Guruma (13^e H), Soto.Maki-Komi (non classé), Uki-Otoshi (2^e B).

V. — O-Soto-Guruma (non classé), Uki-Waza (8^e S), Yoko-Wakare (14^e S), Ishiro-Goshi (7^e H), Ura-Nage (12^e S), Sumi-Otoshi (6^e S), Yoko-Gake (5^e S).

En gras, les projections déjà étudiées.

AS can be seen in the above table of the Gokyo Koshi-Guruma (4th H), comes just before five very important throws, of which two (Harai-Goshi and Uchi-Mata) have already been studied in our revue.

But now, whilst at the same time seeing Koshi-Guruma (2nd H), we shall study the throws with which they are often confused and which are the Tsuru-Goshi (3rd H) : O-Tsuru-Goshi and Ko-Tsuru-Goshi.

In order to avoid unnecessary repetition, it would be useful if the reader refers to our January 1957 number, on the subject of Uki-Goshi and O-Goshi (1st and 11th H).

CHARACTERISTICS

KOSHI-GURUMA (2nd Hip Throw, but with both feet inside) is a circular hip movement, during the course of which we take the opponent's head in our arm. It is carried out in the spirit of Uki-Goshi (1st H, Kodokan method).

O-TSURI-GOSHI (3rd Hip Throw) is a hip movement, inspired by O-Goshi (11th H), in which the opponent's belt is taken hold of in order to pull him (tsuri), underneath his arm.

KO-TSURI-GOSHI (12th Hip Throw) is the same hip movement, but grasping the opponent's belt underneath his arm.

Note to those who practise the Kawaishi method: there are many notable differences between the Kodokan Method and the Kawaishi Method in the Hip movement, which we are discussing today: 1st, H, 11th H, 2nd H, 3rd and 4th H, 12th H.

According to the « Kodokan way » the 1st and 2nd H should not be lifted, but one should throw in a circle after an unbalancing on the toes, whereas as the 11th H (O-Goshi), with the same hand position, requires the opponent to be lifted onto our hips in order to be thrown over our body. The Hip movement in which his head is taken hold of (2nd H), called Kubi-

COMME on le voit sur le tableau ci-dessus du Gokyo Koshi-Guruma (4^e H) vient juste avant 5 projections très importantes dont deux (Harai-Goshi et Uchi-Mata) ont d'ailleurs déjà été étudiées dans nos enquêtes.

Mais aujourd'hui, en même temps que nous allons voir Koshi-Guruma (2^e H), nous allons étudier des projections avec lesquelles on les confond souvent et qui sont les Tsuru-Goshi (3^e H) : le O-Tsuru-Goshi et le Ko-Tsuru-Goshi.

Il sera bon, pour nous éviter des répétitions inutiles, que le lecteur se reporte à notre N^o de Janvier 57 concernant le Uki-Goshi et le O-Goshi (1^{er} et 11^e H).

CHARACTERISTIQUES.

Koshi-Guruma (2^e H, mais avec les 2 pieds à l'intérieur), est un mouvement de hanche en cercle au cours duquel on saisit la tête de l'adversaire dans notre bras. Il s'exécute selon l'esprit du Uki-Goshi (1^{er} H façon Kodokan).

O-Tsuru-Goshi (3^e H) est un mouvement de hanche, inspiré du O-Goshi (11^e H) dans lequel on saisit la ceinture par-dessus le bras de l'adversaire pour le tirer (tsuri).

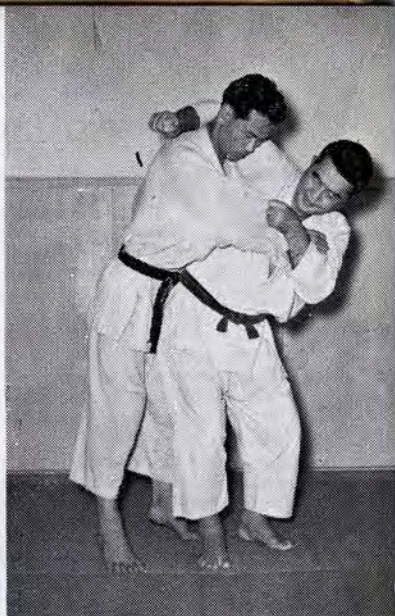
Ko-Tsuru-Goshi (12^e H) est le même mouvement de hanche mais en saisissant la ceinture de l'adversaire par-dessous son bras.

Note aux pratiquants de la méthode Kawaishi. — Des différences notables apparaissent entre Méthode Kodokan et Méthode Kawaishi sur les mouvements de hanche dont il est question aujourd'hui : 1^{er} de H, 11^e de H, 2^e de H, 3^e et 4^e de H, 12^e de H.

A la « façon Kodokan » le 1^{er} de H ne doit pas être soulevé mais on doit projeter en cercle après un déséquilibre sur le point des pieds, alors que le 11^e H (O-Goshi), avec la même position des mains, demande que l'on souleve l'adversaire sur nos hanches pour le faire tomber par-dessus notre corps. Le mouvement de hanche dans lequel on saisit la tête de l'adversaire (2^e H) appelé Kubi-Nagé par M. Ka-



KOSHI-GURUMA (2^e H)



Nage by Mr. Kawaishi, is called Koshi-Guruma at the Kodokan, and a leg is not put out as a block, as it is in the Kawaishi method. As for the Hip movement called Koshi-Guruma (4th H) by M. Kawaishi, it has no corresponding movement in the Kodokan, resembling a Tai-Otoshi (1st Arm Throw), the hand on the left lapel. The 3rd Hip movement called « Tsuru-Goshi » by Mr. Kawaishi is the Kodokan's O-Tsuru-Goshi (arm taking the belt from above) and the 12th H, called Ko-Tsuru-Goshi by Mr. Kawaishi, similar in name and technique to that of the Kodokan.

In the Kodokan method these movements are treated as the same family: I: Uki-Goshi, Koshi-Guruma; II: O-Goshi, O and Ko-Tsuru-Goshi.

In the Kawaishi method the grouping is as follows: I: 1st H, 2nd H, 4th H; II: 11th H, 3rd and 12th H, as long as they are practised in the same spirit.

wai-hi se nomme Koshi-Guruma au Kodokan, et l'on ne sort pas une jambe en barrage comme dans la méthode Kawaishi. Quant au mouvement de hanche appelé Koshi-Guruma (4^e H) par le M. Kawaishi, il n'y a pas de correspondance dans les mouvements fondamentaux du Kodokan, puisqu'il ressemble à un Tai-Otoshi (1^{er} B) enroulé main droite au revers gauche. Le 3^e de Hanche appelé « Tsuru-Goshi » par M. Kawaishi est le O-Tsuru-Goshi du Kodokan (bras saisissant la ceinture par-dessus) et la 12^e de H, appelé Ko-Tsuru-Goshi par M. Kawaishi, est similaire en nom et en technique à celui du Kodokan.

Dans la technique du Kodokan ces mouvements se trouvent dans les mêmes familles: 1^o Uki-Goshi, Koshi-Guruma; 2^o: O-Goshi, O et Ko-Tsuru-Goshi.

Dans la Méthode Kawaishi on pourrait les grouper dans la même idée en familles: 1^o 1^{er} H, 2^e H, 4^e H; 2^o 11^e H, 3^e et 12^e H, à la condition de les exécuter dans le même esprit.

KOSHI-GURUMA

(Mixture of 2nd and 4th Hip Throws)

The Koshi-Guruma which is studied at the Kodokan as the 3rd movement of the 2nd Kyo, is a very useful and effective movement (particularly in personal defence), but which is often neglected in Randori, being too much inspired by the old Ju-Jitsu.

However, if you practice seriously, you will very quickly succeed in using it during competitions. Precisely because it is so unexpected (as is Kata-Guruma, 3rd Shoulder Throw). But, even if he is alerted, the opponent can still be surprised during the combat, for once his head is held, it is safe to say that the throws has succeeded. If not perfectly, the opponent is nevertheless immobilized on the ground (Kata-Gatame, 2nd Imm) in an awkward position.

GENERAL DESCRIPTION

We have stated that Koshi-Guruma is derived from Uki-Goshi (1st H), see p. 19/1366. There are, however, important differences. For example, if

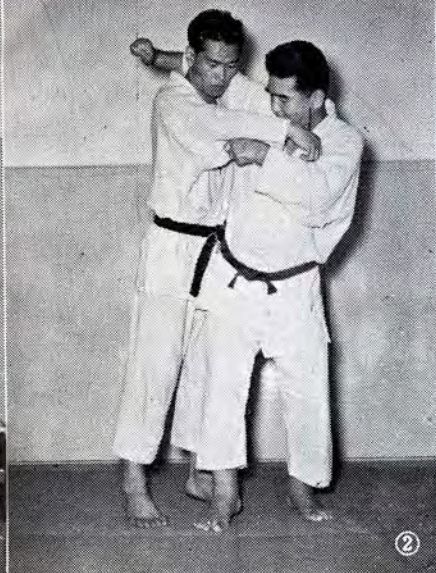
(Mélange de 2^e et 4^e de Hanche)

Le Koshi-Guruma que l'on étudie au Kodokan au 3^e mouvement du 2^e Kyo, est un mouvement très utile et très efficace (surtout en défense personnelle), mais que l'on a tendance à négliger en Randori parce que trop inspiré du vieux Ju-Jitsu.

Or, si vous vous y exercez sérieusement, vous parviendrez très souvent à le placer au cours des compétitions. Précisément parce que l'on ne s'en méfie plus (il en est de même pour le Kata-Guruma, 3^e E). Mais, même averti, l'adversaire pourra encore se laisser surprendre en cours de combat, car une fois la tête saisie on peut dire que la projection est réussie. Si elle ne l'est pas parfaitement, l'adversaire se trouve ainsi en immobilisation au sol (Kata-Gatame 2^e Imm) dans une fâcheuse position.

DESCRIPTION GENERALE

Nous avons dit que le Koshi-Guruma est dérivé du Uki-Goshi (1^{er} H) voir p. 19/1366. Il y a cependant des différences importantes. Par exemple, si



the opponent is unbalanced on his toes, as in Uki-Goshi, on the other hand the hips are engaged much more. In Uki-Goshi the right hip must be in line with the centre of the opponent's stomach, but in Koshi-Guruma our right hip is pushed out so far that it is the back of our left hip which is on the centre line of the opponent's body (or better still in the hollow of his abdomen). Apart from this detail which indicates the use of great strength, the action is a circular one with a horizontal tendency, as in Uki-Goshi.

From the point of view of the action of our right arm, this is the same as that of our hand in Uki-Goshi that is, after a light unbalancing which brings the adversary on to his toes (enabling an « uki » throw : in the air), we « lash » laterally with a half-bent arm, under the opponent's arm in Uki-Goshi and against his neck in Koshi-Guruma. In both of them, at the Kake, the forearm vigorously controls his trunk in Uki-Goshi and his head in Koshi-Guruma.

In the two the strong and continuous pulling action of the left hand is extremely important, which can easily be understood by the fact that our right hand must release its control on his jacket for a certain time.

THE IDEAL OPPORTUNITY

Take a step backward with your right foot, which generally provokes the opponent into bringing forward his left foot, then, at the moment when his two feet are on the same plane unbalance him with your two hands (photo 1) in order to bring the weight of his body onto his toes. At the same time engage your right foot, not too far away which would block you), in front of and in line with his right foot; encircle his neck or his shoulder, according to the difference in height) with your right arm. And execute the throw simultaneously.

A good opportunity is when attacking in Ko-Uchi Gari (8th Leg Throw) on the opponent's right leg. When he saves his right leg by bending forward a little, it is often easy to take hold of his head and to throw him. Sometimes, whilst waiting for a Hip Throw it is possible to release the hold of the right hand and to take hold of the opponent's head, a more powerful hold, and which cannot be defended.

L'on déséquilibre l'adversaire sur la pointe de ses pieds, comme dans le Uki-Goshi, par contre on engage beaucoup plus les hanches. Dans le Uki-Goshi la hanche droite doit se trouver sur la ligne médiane du ventre de l'adversaire, mais dans le Koshi-Guruma notre hanche droite est sortie à tel point que c'est l'arrière de notre hanche gauche qui se trouve sur la ligne médiane du corps de l'adversaire (ou mieux dans le creux de son bas-ventre). En dehors de ce détail qui indique l'emploi d'une plus grande force, l'action est en cercle à tendance horizontale comme dans le Uki-Goshi.

Au point de vue de l'action de notre bras droit, elle est la même que celle de notre main dans le Uki-Goshi, c'est-à-dire qu'après un déséquilibre léger qui amène l'adversaire sur la pointe des pieds (permettant une projection « uki » : aérienne) on « cingle » latéralement du bras semi-plié, sous le bras de l'adversaire dans le Uki-Goshi et contre le cou de l'adversaire dans le Koshi-Guruma. Dans les deux, au Kake, l'avant-bras contrôle vigoureusement, le tronc dans le Uki-Goshi et la tête dans le Koshi-Guruma.

Dans les deux, la traction forte et continue de la main gauche est extrêmement importante, ce qui se conçoit facilement par le fait que notre main droite doit lâcher le contrôle du tissu un certain temps.

OPPORTUNITÉ IDEALE.

Faites un pas en arrière de votre pied droit, ce qui provoque généralement l'avance du pied gauche de l'adversaire, alors, au moment où ses deux pieds sont sur le même plan, déséquilibrez de vos deux mains (photo 1) pour amener le poids de son corps sur ses orteils. Dans le même temps engagez votre pied droit, pas trop loin (ce qui vous bloquerait), devant et à l'intérieur du pied droit de l'adversaire, et encerclez son cou ou son épaule (selon les différences de taille) avec votre bras droit. Et exécutez la projection en synchronisme.

Une bonne opportunité s'obtient aussi en attaquant Ko-Uchi-Gari (6^e J) sur la jambe droite de l'adversaire. Lorsqu'il esquive sa jambe droite, en se pliant un peu en avant, il est souvent facile de lui saisir la tête et de le projeter. Parfois en attaquant une projection de Hanche il est possible de lâcher la prise de la main droite et de saisir la tête de l'adversaire, prise plus puissante et qui supprime la défense.



KO-TSURI-GOSHI (12° H)

Koshi-Guruma is very powerful, for it is in some measure a half « Makikomi » (a throw executed by rolling yourself up, sometimes right to the ground, as the 4th or 11th Sutemi).

THE ACTION OF YOUR RIGHT ARM

As has been said, the role of this arm is primarily to « lash » the left side of (the neck of) the opponent, in order to complete the unbalancing forward with the left hand, into a forward right unbalancing. At first it is to your advantage to stretch your arm as much as possible (a little more even than in photo 2). The more the right side is engaged, the better the throw. Mr. Mifune has his own speciality : he too stretches out his arm, but with the palm of the hand facing up, and then he brings down his forearm and takes the right collar of his adversary, whilst tightening hard his grip on the other's neck. A very interesting procedure.

In the second stage of the movement, you must pull the upper half of your opponent's body on to you (very clear on photos 3 and 4), which makes the throw very much easier.

THE FALL

For the fall you should raise your hips whilst pulling the opponent in front of you so that he

O-TSURI-GOSHI (3° H)



turns over your hips, which form an axis. You then bend your right knee a little (possibly putting it on the ground). At the end of the throw the opponent should fall in front of you to the ground.

DEFENCE

There is little defence against such a powerful movement. One of the most effective is to hook the opponent's left leg with your left leg and to counter attack with a movement pushing him over backwards (Ushiro-Goshi, Ura-Nage).

Le Koshi Guruma est très puissant, car il est en quelque sorte un demi « Makikomi » (projection en s'enroulant, parfois jusqu'au sol, comme le 4° ou 11° S).

L'ACTION DE VOTRE BRAS DROIT.

Ainsi qu'il a été dit, le rôle de ce bras est en premier de « cingler » le côté gauche (du cou) de l'adversaire, pour compléter le déséquilibre avant de la main gauche, en un déséquilibre avant droit. A ce premier temps vous avez intérêt à tendre votre bras au maximum (un peu plus même que la photo 2) Vous engagerez plus loin votre flanc droit et la projection n'en sera que meilleure. Le M. Mifune fait une chose qui lui est bien spéciale : il tend son bras, lui aussi, mais avec la main paume vers le ciel, et au temps 2 il rabat son avant-bras pour saisir le col droit de l'adversaire en serrant fortement le cou de ce dernier. Une façon de faire très intéressante.

Au temps deux il faut attirer le buste de l'adversaire sur soi (très visible sur photos 3.4) ce qui facilite d'autant la projection.

LA CHUTE.

Pour la chute vous devez élever vos hanches en tirant l'adversaire devant vous de façon à ce qu'il tourne autour de votre hanche qui sert d'axe. Pliez en uite un peu votre genou droit (et éventuellement mettez-le au sol). En fin de chute l'adversaire doit chuter sur le sol devant vous.

DEFENSE.

Il y a un peu de défenses sur un tel mouvement, puissant. Une des plus efficaces est d'accrocher la jambe gauche de l'adversaire avec notre jambe gauche et de contre-attaquer en renversement arrière (Ushiro Goshi, Ura-Nage).



DIRECTION DE CHUTE EN FIN DE PROJECTION TSURI-GOSHI (3^e et 12^e H)

O and KO-TSURI-GOSHI

(3rd and 12th Hip Throws)

Tsuri-Goshi is an O-Goshi (12th H) in which the belt is taken hold of. But there is, in fact, a more important action than that of taking the belt, that is to RAISE both hands (l. hand on the sleeve under the armpit, r. hand behind on the belt) in order to pull him towards you while you bend your body in order to make him fall. Completed, of course, by an action of the hips, which rise. Tsuri-Goshi (Tsuri = raise up, Goshi = hip) are not therefore Uki-Goshi or O-Goshi in which the belt taken instead of putting the hand flat on the opponent's back. This is a very frequent and had interpretation of the movement. Do not do it.

The throw is easier done than is thought, short and tall judokas attacking easily and taking hold of the belt under the opponent's arm (it is then a Ko-Tsuri-Goshi, Ko = small); tall men easily and taking hold of the belt over the opponent's arm (an O-Tsuri-Goshi, O = big). Usually Tsuri-Goshi is executed in Jigotai (Defensive posture).

(To be continued)

O et KO-TSURI-GOSHI

(3^e et 12^e de Hanche)

Le Tsuri-Goshi est un O-Goshi (11^e H) dans lequel on saisit la ceinture. Mais en vérité il y a une action plus importante que de saisir la ceinture, c'est celle de soulever des 2 mains (main droite derrière à la ceinture, main gauche à la manche sous l'aisselle) pour l'attirer à nous pendant que nous nous penchons pour le faire tomber. Complété par une action de nos hanches qui se soulèvent, bien entendu. Les Tsuri-Goshi (Tsuri : soulever ; Goshi : Hanche) ne sont donc pas des Uki-Goshi ou des O-Goshi dans lesquels on saisirait la ceinture au lieu de placer la main à plat dans le dos de l'adversaire. Cette mauvaise interprétation du mouvement est très fréquente. Ne la faites plus.

Il est plus facile d'exécuter cette projection qu'on ne le pense, les petits et gros judokas aiment attaquer en saisissant la ceinture par-dessous le bras de l'adversaire (c'est alors un Ko-Tsurigoshi, KO : Petit), les grands et forts aiment attaquer en saisissant la ceinture par-dessus le bras de l'adversaire (c'est alors un O-Tsuri-Goshi, O : Grand). La plupart du temps on exécute les Tsuri-Goshi en Jigotai (Posture défensive).

(A suivre).

UKI-GOSHI FORME DU NAGE-NO-KATA (1^{er} Kata)



I REMEMBER JE ME SOUVIENS

par M^e O. HEITA, 8^e Dan



I suppose that most Judo experts were never ill when they were young because training and the care they took to keep themselves fit kept them away from illnesses. In any case I was very resistant and knew nothing about illness. Doctors, I didn't even think of them.

Before each Shiai at the Kodokan I would eat no limit of meat. It had the impression that each fibre of flesh I swallowed added all it had immediately to my muscles.

Once, the day before a meeting of the « Reds and Whites » (Intra-Kodokan, usually very desperate since the honour of the clan was in question). I went to a restaurant opposite the University and ate a huge quantity of meat. I don't remember how many pints of sugared water I must have swallowed down, as I had read that sugar is very good for the toning and resistance of muscles. As a result during that night I had terrible attacks of diarrhoea which doubled me up. The next morning I went to the Kodokan to ask for permission to forego my participation at the meeting. But Master Nagaoka told me that if I abandoned, a 4TH Dan and Captain of the Reds, whilst the opposing captain was only a 3rd Dan, I should be humiliated. On the other hand those friends of mine who made up the Red team told me that I would have no need to enter the competition since the day before they had won many combats, which because of the great number of entrants had been divided into two days.

I could do nothing but go home without arguing. Leaving the Kodokan I could hardly climb the slope of the Kasuga-Cho (a hill at the foot of which is the Kodokan). Back at the University Dormitory I couldn't eat. In the Infirmary I found some « Jintai » (a medicament in the form of pills which is a sort of old panacea for all illnesses). For stomach troubles the dose was two for children and twice as much for adults, and wanting to be cured immedia-



E suppose que la plupart des experts de Judo âgés n'ont jamais été malades lorsqu'ils étaient jeunes parce que l'entraînement et les soins qu'ils prenaient pour se maintenir au mieux de leur forme les préservaient des maladies. En tout cas j'étais très résistant et j'ignorais tout ce qui concerne les maladies. Les médecins, je n'y pensais même pas !

Avant chaque Shiai du Kodokan je mangeais de la viande sans aucune retenue. J'avais l'impression que chaque fibre de chair avalée s'ajoutait telle qu'elle et tout de suite à mes muscles.

Une fois, la veille d'une rencontre « Rouges et Blancs » inter-Kodokan (généralement acharnée car l'honneur d'un clan est en jeu), je suis allé dans un restaurant en face de l'Université et j'ai mangé une quantité énorme de viande. En plus je ne me souviens plus combien de litres d'eau sucrée j'ai pu engloutir, car j'avais lu que le sucre est très bon pour la tonicité des muscles et leur résistance. Le résultat est que dans la nuit j'ai eu des terribles diarrhées qui me toraient. Le matin du Shiai j'étais à plat. Je suis allé au Kodokan demander la permission de renoncer à ma participation à la rencontre. Mais le Maître Nagaoka m'a expliqué que si j'abandonnais, moi Capitaine des Rouges, et 4^e Dan, alors que le Capitaine des Blancs n'était que 3^e Dan, ce serait une humiliation. D'autre part ceux de mes amis qui faisaient partie des Rouges m'ont affirmé que je n'aurais certainement pas besoin de combattre parce que les Rouges, la veille, avaient pris l'avantage de plusieurs équipiers (les Rouges et Blancs se déroulent en ligne, et cette fois là, en raison du nombre des participants les combats durèrent deux jours).

Je ne pouvais faire autrement que de rentrer sans insister. Mais en sortant du Kodokan c'est à grand peine que j'ai gravi la pente du Kasuga-Cho (colline au pied de laquelle est construit le Kodokan). Rentré au Dortoir de l'Université je n'ai pu déjeuner. A l'infirmerie, j'ai trouvé du « Jintan » (un médicament en pilules qui est une sorte de panacée ancienne contre toutes sortes de maladies). Pour les coliques, le mode d'emploi indiquait une double dose pour les enfants et deux fois plus pour les adultes. Je voulais guérir immédiatement. Je savais que j'étais plus solide que les autres et je croyais que le Jintai serait un médicament

telly it seemed to me that I should take the whole content of the bottle : 60 pills. I knew that I was more solid than others and believed that Jintai would be very effective in my case, and I invented many other reasons. I swallowed them all in one go. I just had time to get into bed (Jintai is also a sedative) before the stuff took effect. It woke up that evening at dusk. My diarrhoea seemed to be finished. But my eyes were painful and my sight terrible : the edges of everything shone like a rainbow, as if I were in heaven. I could do nothing about it, and later that evening I went to the Kodokan.

The whites were surprisingly strong. They caught up with us and the vice-captains fought a combat which resulted in a draw... therefore the two captains had to fight. What bad luck.

The spectators were really enthusiastic after the preceding matches. They shouted loud to encourage us. After the salutation and the beginning of the contest I began to be aware of my lamentable condition. Without attacking I tried to find an occasion to attack, with the rest of my strength, in one decisive movement. But my body became weaker and weaker in the face of my opponent's attacks and finally he succeeded in scoring a Waza-Ari (1/2 point). I couldn't improve the situation and the whites won. After his remarkable performance my opponent was promoted to 4th Dan.

This match will always be my greatest shame in my Judo career, to such a degree that now, 25 years later, I often dream of it.

Since that day I pay careful attention to my health. Specially, as a sporting trainer I must think a lot about the physical condition of those youngsters whom I have in my charge, whether it be for a match or a race.

A Marathon, for example lasts two and a half hours. It is often the state of the digestive organs during the race itself which determines its outcome, resulting particularly from the meal which precedes it. It is the same for cycling and all matches, long or short.

To take up the example of the Marathon, when I began to train our Olympic runners, I sought the advice of present and past runners who had had much experience in this race. Most of them, far from being precise, stated that the last meal should be taken one hour before the start of the race. I followed their advice for training. More than a third of the runners had a stomach-ache before the end of the race. Some even vomited with great pain. The medical enquiry which followed enabled me to establish that one hour after the start, that is two hours after the meal, neither rice nor

très efficace dans mon cas. Pour ces raisons et pour d'autres inventées par ma jeune imagination, j'estimais que d'après mon calcul il me fallait tout le contenu du sachet : 60 pilules. Que j'ai avalées d'un coup. J'ai eu juste le temps d'aller me coucher (le Jintai est aussi un somnifère et un analgésique). L'effet fut immédiat. Je me suis réveillé le soir, au crépuscule. La diarrhée semblait finie. Mais j'avais les yeux douloureux et une terrible vision : les coins de chaque objet brillaient tel un arc-en-ciel, comme si j'étais au Paradis. Rien n'y fit. Le soir, assez tard, je suis allé au Kodokan.

Les Blancs furent drôlement forts. Ils nous rattrapèrent et les Capitaines en second firent match nul... donc les deux capitaines devaient se battre. Une vraie malchance.

Les spectateurs étaient tout enfiévrés par les combats précédents. Ils poussaient de grands cris pour nous encourager. Après le salut et le début du combat, je me rendis compte dans quel état lamentable je me trouvais. Je cherchais sans attaquer une occasion d'attaquer en un seul coup, avec le reste de ma force, pour réussir un mouvement qui serait décisif. Mais mon corps devenait de plus en plus faible sous les attaques de l'autre et finalement il réussit à marquer un Waza-Ari (1/2 point). Je n'ai pu ensuite améliorer la situation et les blancs gagnèrent. Par suite de son combat remarquable mon adversaire fut promu sur-le-champ 4^e Dan.

Ce match reste la plus grande honte de ma carrière de Judo, à tel point que 25 ans après j'en ai encore fait le rêve.

Depuis ce jour je fais soigneusement attention à ma santé. Surtout en tant qu'entraîneur sportif, je réfléchis beaucoup sur les conditions physiques des jeunes dont je m'occupe, que ce soit un match ou une course. J'ai fait plus particulièrement des recherches sur le repas qui précède le match.

Par exemple, la course de Marathon dure deux heures et demi. C'est souvent l'état des organes digestifs durant la course qui déterminent l'issue de la course et plus particulièrement le repas qui la précède. Il en est de même pour les courses à vélo et tous les matches à longue ou à courte durée.

Pour reprendre l'exemple du Marathon, lorsque j'ai commencé à entraîner nos coureurs pour les Olympiades, j'ai demandé l'avis des coureurs actuels et passés qui avaient beaucoup d'expérience dans cette course. La plupart, loin d'être précis ont conseillé de prendre le dernier repas une heure avant le début de la course. A l'entraînement, j'ai suivi leur avis. Or, plus d'un tiers de mes coureurs ont eu mal à l'estomac avant la fin de la course. Certains même ont vomis dans de fortes douleurs. L'enquête médicale qui a suivi m'a permis de constater qu'une heure après le départ (donc 2 heures après le repas) ni le riz ni les légumes

vegetables were digested. I looked into western books on the subject. More scientifically-minded than we, their trainers recommended the meal be light. This is the necessary time for the food eater to be digested in the stomach and to make its way to the small intestine. Not only do the foodstuffs of the last meal, whilst they are in the stomach, not supply any calories, but they use up blood for their digestion. This is even the reason for certain congestion if a cold bath is taken at this moment. Therefore, if a sport is practised with the food still in the stomach there is a conflict between the blood necessary for digestion and blood indispensable for the movements, which results in stomach-ache. This is the explanation of the experience of the Marathon. Since then I make my pupils take their last meal two and a half hours before the beginning of the race and not only do I have no more worry on this account, but the results are better.

These theories are useful for Judo too. Not only for matches but also for each training which is simply a match without an official aim. Experience has shown that it is good to begin the Shiai or training at the moment when the digested food passes from the stomach to the small intestine. Then there is a reserve of energy which is quite appreciable without putting any extra work on the stomach. But in Judo the difference with the Marathon is that there are moments in which there is no movement. Therefore in general take the last meal or snack two or three hours before the beginning of the exercise. In my opinion you will reap great benefit from this (in the West training does not take place as in Japan towards 5 or 6 o'clock in the evening, at which time work, which begins much earlier than here, ends. It would also be to our advantage to take a special, energy-giving snack two hours before the time at which you are going to arrive at the Dojo to begin training).

Nowadays it is generally admitted that meat proteins can become muscular tissue, but that they don't supply directly any calories or glucose which are necessary for the movements. Therefore it can be ascertained that it is a great mistake from the scientific point of view to eat meat or fish on the day of a match. Vegetables, cereals (rice, corn, maize, etc...), fruits (particularly sweetened) are recommended. For the snack the requirements of the human body must be taken into consideration.

But in any case it seems bad to start exercising on an « empty stomach ».

A more advanced scientific study of this subject would certainly be very good for Judo, for physical condition has a lot to do with technique.

n'étaient digérés. Je me suis plongé dans les ouvrages occidentaux. Plus scientifiques que nous les entraîneurs recommandaient de prendre le dernier repas deux ou trois heures avant la course et de prendre un repas léger. C'est la durée nécessaire pour que les aliments consommés soient digérés dans l'estomac et s'écoulent dans l'intestin grêle. Non seulement les aliments du dernier repas, lorsqu'ils sont dans l'estomac, ne fournissent aucune calorie, mais ils exigent du sang pour la digestion. C'est même la raison de certaines congestions lorsque l'on prend un bain froid à ce moment. Donc, si l'on exécute un sport avec des aliments dans l'estomac il y a un conflit entre le sang nécessaire pour la digestion et le sang indispensable pour les mouvements, d'où le mal à l'estomac. C'est l'explication de l'expérience du Marathon. Depuis je fais prendre les repas deux heures et demie avant le départ de la course et non seulement je n'ai plus d'ennuis mais j'obtiens de meilleurs résultats.

En effet, ces théories sont utiles aussi pour le Judo. Non seulement pour les matchs de Judo mais aussi pour chaque entraînement qui est une espèce de match sans but officiel. Par expérience, il est bon que l'on commence le Shiai ou l'entraînement juste lorsque la nourriture digérée passe de l'estomac dans l'intestin grêle. Il y a là une réserve d'énergie appréciable sans alourdir l'estomac. Mais en Judo ce n'est pas comme au Marathon puisqu'il y a des moments où l'on reste sans mouvement. Donc en général prenez votre dernier repas ou votre dernière collation 2 ou 3 heures avant le début de l'exercice. A mon avis vous en tirerez de grands bienfaits (en Occident, nous ne nous entraînons pas comme au Japon vers les 5-6 heures du soir, heure à laquelle se termine le travail qui débute beaucoup plus tôt que chez nous, aussi aurons-nous intérêt à prendre une collation spéciale, énergétique deux heures avant l'heure à laquelle nous pensons arriver au Dojo pour débiter l'entraînement).

Actuellement, il est généralement admis que les protéines de la viande peuvent devenir du tissu musculaire mais qu'ils ne fournissent pas directement des calories ou du glucose nécessaire pour les mouvements. Par conséquent, on peut dire que c'est une grosse faute au point de vue scientifique et pratique que de manger de la viande ou du poisson le matin du jour où l'on a un match. Les légumes, les « graines » (Riz, blés, maïs, farines, etc...) les fruits (sucrés fortement) sont recommandés. Pour la collation il faut tenir compte des mêmes exigences du corps humain.

Mais de toutes façons il semble mauvais de commencer l'exercice le « ventre vide ».

Une étude scientifique plus poussée sur ce sujet serait certainement très bon pour le Judo, car l'état physique influe beaucoup sur la technique.

THE END

FIN.

LES 47



VIII



ES abîmes de la mer sont plus aisés à sonder que le cœur de l'homme, me dit Mototochi quand je revins lui rendre compte de ce que j'avais vu et entendu. A nos actions les plus simples, l'on peut toujours attacher les interprétations les plus contradictoires. Bien rares d'ailleurs sont les personnes qui connaissent les véritables et profonds motifs de leurs actes, alors même qu'elles pensent ces actes accomplis seulement en vue d'atteindre au but très clair qu'elles se sont fixé. Les actions de Koura-bayachi et de Kan-zari étaient sans doute, au début, dictées seulement par le désir de nous renseigner sur notre ennemi. Puis l'amour est peut-être venu à l'un, comme la fortune est venue à l'autre. L'épreuve sera rude, quand l'heure sonnera, pour ceux auxquels sourient bonheur et succès. Il faut, pour courir vers la mort, une force d'âme infiniment plus grande à ceux qui s'arrachent à la prospérité qu'aux infortunés flagellés par l'adversité.

Ces mots soudain pénétrèrent en moi comme une lame glacée. Un abîme noir s'ouvrit devant moi et me donna le vertige. Il faut expliquer.

Un an auparavant, au temps où notre daimio avait toute la faveur de la Cour, où, jeune écuyer, j'apprenais l'art militaire et les règles du Bouchido, il m'était advenu ce qui ne peut manquer d'advenir à tous les jeunes gens de quinze à seize ans.

Si, d'un côté, mon ardeur me faisait prendre un plaisir extrême au maniement des armes, mon âme n'était pas moins sensible à la beauté des clairs de lune, aux splendeurs du printemps, à la mélancolie des eaux en automne. Par-delà les séductions de la nature, c'était l'amour que je désirais en réalité, sans le savoir. Je fuyais mes camarades afin de rêver plus à l'aise.

Or, en un jour embaumé de printemps, j'avais eu la permission d'aller admirer le paysage troublant de la campagne, qui s'éveille. Dès l'aurore, sous le ciel clair, j'avais quitté la ville et remontais lentement un tiède vallon des collines de l'Ouest. Les pêcheurs en fleurs, brume rose couvrant la campagne, embaumaient l'air pur.

Grisé de soleil, engourdi de bonheur, j'avancais sans hâte quand, en traversant un village, je fus arrêté par une scène singulière. Une jeune fille résistait à deux hommes qui essayaient de l'entraîner hors de la porte d'un jardin. Par-dessus la clôture basse de bambous, je voyais la figure rouge de colère d'une dame âgée qui retenait celle qu'on enlevait.

De loin, je ne compris pas d'abord les paroles que ces quatre singulières personnes prononçaient toutes à la fois. En approchant, j'entendis surtout les cris de l'un des hommes, figure louche d'usurier ou de marchand de plaisir :

— Cette fille est à moi ! criait-il. Vous me devez douze ryos, et voici trois mois que vous ne me versez plus d'intérêts. Payez-moi, si vous ne voulez pas que je l'emmène.

— Emmener ma nièce pour douze ryos ! Une fille de quinze ans ! clamait la femme cramponnée aux vêtements de l'enfant. Mais, jolie comme elle l'est, je pourrais aisément obtenir cent ryos de dot pour elle...

— Peu m'importe ! disait l'autre. Payez les douze ryos ou donnez-moi la fille...

Le second homme, l'air gêné, n'en disait pas moins :

— Allons, baba, ne résistez pas plus longtemps. Nous sommes deux hommes contre vous... et vous voyez bien que personne ne vient à votre aide. Vos voisins savent que nous sommes dans notre droit.

— Nos voisins savent qu'ils vous doivent tous de l'argent, parce que la dernière récolte a été désastreuse. Ils n'osent pas bouger, les lâches.



J'étais tout près d'eux, écoutant stupéfait. Le second homme, patelard, disait :

— Laissez-la. Vous savez bien qu'elle sera heureuse avec lui...

— S'il s'agissait d'entrer dans une famille honnête, criait la tante, j'abandonnerais volontiers la dot. Mais dans une de ses maisons, jamais !...

A ce moment, l'usurier, tirant très fort, glissa sur la terre humide. Il lâcha la jeune fille, trébucha et vint buter contre moi. C'était plus que je n'en pouvais supporter. D'un revers de la main sur la gorge, je l'envoyai rouler, étouffant, sur le sol. Puis dégainant à demi l'un de mes sabres, je dis à l'autre homme :

— L'enlèvement d'une fille contre le gré de ses parents est un crime puni de mort. Mon devoir de samouraï serait de vous tuer tous les deux. Je veux bien vous épargner. Mais nous allons tout régler en même temps. Entrez devant moi dans la maison, et faisons nos comptes.

L'usurier qui se relevait, blême essaya de protester. Je degainai ma lame. Il comprit et, courbant l'échine, entra dans la maison.

Après quelques explications, le misérable dut reconnaître que la somme réelle de la dette était seulement de trois ryos, le reste étant des intérêts accumulés habilement. Je lui fis rédiger un acquit total portant sa signature, son cachet et l'empreinte de son pouce ; je lui remis en échange les trois ryos, le chassant enfin à coups de pied, ainsi que son acolyte.

Les deux femmes, prosternées, me remerciaient en pleurant. Comme je les relevais et me préparais à partir, la haki-ba s'écria :

— Nous ne pouvons laisser partir ainsi notre sauveur, sans savoir même son nom. Faites-nous au moins l'honneur d'accepter un repas. Sagaï-ya, retiens-le pendant que je vais aux provisions.

Un regard de la jeune fille suffit à m'enlever tout désir de sortir. Un peu gênée, elle n'osait parler. Et moi, perdu dans la contemplation de sa beauté, je ne savais quelles paroles s'échappaient de mes lèvres.

La vieille tante, revenant, vit la tête inclinée de sa nièce et lui dit :

— Je suis sûre que tu n'as pas seulement remercié ce seigneur.

Bientôt, entrant et sortant de la pièce, elle bavarda sans fin, racontant que Sagaï-ya était fille d'un samouraï d'En-ya, mort depuis dix ans, laissant sa famille dans la misère.

— C'était un homme d'une grande beauté, mais dépensier ! s'exclama-t-elle, en levant au ciel ses deux bras. Et voici que, depuis deux ans, les récoltes ont été mauvaises et nos fermiers n'ont pu payer la location de nos terres. A notre tour, il nous a été impossible de verser le loyer de notre maison. J'ai dû même emprunter pour vivre.

L'heure passa si vite que l'obscurité nous surprit pendant que je pensais être encore au milieu du jour. Il était trop tard pour retourner ce soir même à la ville. La haki-ba

insistant, j'acceptai son hospitalité pour la nuit.

Nous causions encore à la lueur incertaine d'une lanterne de papier ornée de fleurs roses, quand un coup de vent soudain secoua les cloisons. L'air printanier devint aussitôt glacial, et bientôt des torrents de pluie frappèrent la toiture comme un jet de pierres.

Le lendemain, au petit jour, je poussai le panneau de la chambre. La pluie tombait encore en nappes glacées. Le chemin, devant la maison, était devenu un torrent. Il n'était pas possible de retourner à la ville. Et pendant cinq jours il en fut ainsi.

En cinq jours, l'intimité fait de grands progrès entre deux jeunes gens encouragés par les parents. Si bien que, le sixième jour, quand, la tempête passée, le soleil brilla de nouveau, je m'agenouillai devant la tante et lui dis :

— Haki-ba, vous me traitez de sauveur. Faites-moi donc une grâce. Réglez toutes vos dettes en ce village, prenez vos bagages et venez à la ville avec moi. Je vous y verserai les cent ryos que vous demandez pour la dot de Sagaï-ya. Nous choisirons une maison près du palais de notre prince, et nous vivrons heureux tous les trois.

Puis je versai entre ses mains les quelques ryos qui restaient dans ma ceinture. Sagaï-ya, rougissante, se cachait le visage dans sa manche. Le bonheur emplissait son cœur.

Le soir même, nous partions ensemble. Je louai secrètement une maison pour Sagaï-ya et sa tante ; secrètement, car les jeunes écuyers, en se mariant, perdent par là même

Le bonheur emplissait mon cœur.



leur insouciance de guerrier. Ils ne reçoivent jamais de missions difficiles : toute occasion de se distinguer leur est déniée.

Je m'indignai contre cette règle, car mon amour pour Sagaï-ya ne diminua en rien mon amour pour les armes. Mais je compris soudain la sagesse de nos coutumes quand, une année n'étant pas écoulée, les petites mains potelées de notre fils se nouèrent sur mes doigts.

Et voici que les paroles de Hara-Mototochi, comme j'allais partir pour voir notre chef O-hochi, déchiraient le voile de mon ignorance : devant moi s'ouvrait l'insondable abîme de mon sacrifice.

IX



NE épouse n'a pas à juger son mari, le père de ses enfants. C'est lui qui dirige. Elle n'a qu'à obéir. Lui seul sait.

Ainsi me répondit la sérieuse Ichi l'épouse admirable que notre chef O-hochi venait de répudier.

Dès le lendemain de mon entrevue avec Kamari, je m'étais mis en route pour Kyoto. Sans m'arrêter pour prendre de repos, j'avais traversé la ville impériale, franchissant en aveugle le pont célèbre sur la rivière, et me rendant directement dans le quartier de Chima-bara, où notre chef nous avait dit avoir sa demeure.

Mon ballot de marchandises m'avait ouvert toutes les portes... et toutes les bouches. Fégnant d'avoir entendu dire qu'O-hochi avait une grande fortune, j'avais demandé son adresse, dans l'espoir affecté de vendre d'un trait toute ma charge aux femmes de sa maison.

Chacun m'avait aussitôt raconté ce qu'il savait. Notre chef avait réellement répudié son épouse, lui remettant, un soir d'ivresse, ses lettres de divorce, lui laissant toutefois ses enfants et sa maison, ainsi qu'une somme suffisante pour vivre. Pour lui, logé non loin de là chez une geïcha, il passait ses journées dans une maison de liqueurs dont le propriétaire était son meilleur ami.

Le sang de la colère et de la honte me montait au visage pendant que, souriant et p'a'santant, j'écoutais les railleries méprisantes des bavards et des bavardes :

— Le Ministre des Rites peut dormir tranquille maintenant. Le clan d'En-ya, guidé par un tel chef, sera tout juste de force à faire l'assaut de flacons pleins de saké. Tous les samouraïs, à la capitale, se demandent s'ils ne devraient pas mettre à mort ce lâche qui laisse invengée la mémoire de son seigneur.

Nous étions donc trahis, abandonnés !

Des renseignements plus précis m'étaient nécessaires. L'épouse d'abord, dirait une partie de la vérité. O-hochi lui-même, plus tard, me rendrait raison... Mon sabre vengerait notre honte et punirait sa trahison.

Dans la maison calme et tranquille au flanc du coteau dominant le moutonnement

des toits gris, je retrouvai l'épouse sérieuse et noble, que dès l'enfance on avait nommée Ichi « La Roche » pour la fermeté inflexible de son caractère.

Je m'excusai de la troubler dans son charin, me disant chargé d'une mission des Ro-ninns d'En-ya pour leur ancien chef.

Elle m'écouta en silence, me pénétrant de ses yeux clairs, et dit enfin :

— Les flammes irréflicées de votre jeune âge éblouissent votre jugement. Vous avez écouté des rumeurs déraisonnables et vous pensez savoir. N'oubliez pas que, pour connaître la véritable valeur d'une action, il faut en attendre le résultat, le résultat qui permet seul de juger les moyens employés.

C'est ici que, malgré ma crainte de la froisser, l'indignation m'emporta :

— Votre mari vous répudie, vous l'épouse parfaite. Il se plonge dans l'ivresse et les vils plaisirs, couvrant de honte le clan d'En-ya tout entier. Il mérite dix mille morts !

Elle se pencha vers moi et me dit à voix basse :

— Je connais vos serments. Pour notre cause, au nom de notre daïmo invengé, je vous supplie d'attendre le terme de votre serment. Quand l'année sera écoulée, vous pourrez agir.

Impressionné par sa fidélité, par son malheur, j'inclinai la tête en signe de promesse. Elle ajouta :

— Vous allez voir mon mari. Dites-lui que, cette nuit, j'ai fait un rêve. Je l'ai vu, sous la clarté de la lune, chancelant sur le chemin couvert de neige. Quatre hommes, le sabre à la main, le suivaient en se dissimulant dans l'ombre des maisons. Un rayon de lune les a frappés un instant. Qu'il se méfie surtout d'un homme qui a une cicatrice sur la joue gauche !

Quand je sortis, la suivante m'indiqua la nouvelle maison de son maître. Elle était au centre de la ville, dans une des avenues les plus gaies où les passants se pressaient innombrables, où les clameurs des petits marchands et des porteurs de Kagos étaient assourdissantes.

Quelle ne fut pas ma honte en apercevant de loin notre chef, la figure enflammée d'ivresse, se tenant avec difficulté appuyé sur l'un des côtés extérieurs de son portique, ayant dans une main un flacon de grès et, dans l'autre, une coupe de porcelaine. Sa dégradation était publique.

A ce moment, je vis aussi, de l'autre côté de l'avenue, un samouraï arrêté, la figure sombre, les yeux étincelants, la main droite sur la poignée d'un de ses grands sabres. Reconnaissant un des conjurés, Hazama Mitsou-oki, j'allai vivement vers lui ; et, sans souci des règles de politesse, je lui dis :

— Hazama Sann, daignez entrer avec moi dans la demeure de notre chef.

En me reconnaissant, son visage se détendit. Il sourit et s'inclina, les mains appuyées sur les genoux. Ces salutations terminées, nous traversâmes l'avenue. Notre chef était rentré dans sa maison, et nous attendait au

seuil de la pièce d'honneur. C'est avec difficulté qu'il put se courber sans tomber.

Quand nous fûmes assis enfin sur les nattes blanches de la salle principale, Hazama sortit de sa manche une lettre qu'il déploya et qui était couverte de signatures. O-hochi la reçut et la lut lentement à voix basse, non sans quelques hoquets :

« Les conjurés, las d'attendre en vain un ordre de vous, désirent connaître vos plans. Ils ont juré de mourir ensemble, mais ne veulent pas périr sans avoir tenté de venger la justice outragée, sans avoir lavé leur honneur de loyaux guerriers. Ils vous supplient de leur répondre. »

O-hochi, la tête vacillante, pensa tout haut :

— Voilà une fort bonne lettre... et les signatures sont nombreuses...

Puis il écouta mon rapport, et dit enfin :

— A vrai dire, Hazama Sann, j'attendais depuis assez longtemps quelque démarche de ce genre. Je suis heureux qu'elle me soit faite par vous, l'un des plus braves parmi les braves de notre ancien clan. Votre parole aura plus de poids. Le Kéra se garde de telle manière qu'il ne saurait être question de l'attaquer avec succès en dehors de son palais. Quant à faire le siège de sa demeure, il n'y faut pas songer. Dans ces conditions, rappelez-vous la règle des combats : si une entreprise semble vouée d'avance au désastre, un général doit l'arrêter à tout prix. Que pouvons-nous faire ?

Hazama, la figure contractée, grinça entre ses dents :

— Nous pouvons mourir.

— Libre à vous de le faire. Mais, pour moi, vous me permettrez de réfléchir. D'autres que moi réfléchiront aussi.

Alors il sortit de sa manche un parchemin qui se déroula en partie. Je reconnus le serment écrit de notre sang. Il dit :

— Voici notre serment. Il est devenu inutile. Veuillez en mon nom le rendre aux membres de notre ligue. Que chacun rase sa signature. Et si, malgré cela, il en est encore qui veulent mourir, c'est à eux d'en décider. Il en est peu sans doute qui ne préféreront les joies de la vie, surtout parmi ceux à qui la fortune a souri.

Pendant notre entretien, il m'avait semblé percevoir, à travers la mince cloison de papier à notre gauche, les mouvements d'une ombre. A ce moment, le soleil, qui avait tourné, donna soudain dans la pièce voisine : la silhouette d'une femme aux épaules apparut une seconde distinctement.

Quand mon attention ainsi distraite revint sur nous-mêmes, je fus surpris de voir Hazama s'incliner gravement et prendre le parchemin en disant :

— C'est bien, O-hochi Sann. Notre ligue est dissoute. Je préviendrai nos conjurés, et je leur montrerai la folie de notre entreprise.

Ma surprise fut si grande, que mon indignation ne put s'exprimer. Déjà Hazama se relevait. C'est alors, sur le seuil presque, que

je me rappelai le rêve de la sage Ichi, et les avertissements de Kan-zari. Je les redis à O-hochi. Il branla la tête, et observa :

— J'ai trop parlé : je meurs de soif. Ne voulez-vous pas une coupe de saké ?

Mais nous étions déjà sur le seuil.

Le lendemain, dans mon auberge, il n'était bruit que de la découverte, faite le matin même, de quatre cadavres, étendus dans la neige sanglante, à côté de leurs sabres ébréchés, morts sans doute tous quatre de leurs blessures et de froid, après quelque querelle futile.

Poussé par une impulsion mystérieuse, j'allai voir les cadavres que la police relevait. L'un d'eux portait une large cicatrice à la joue gauche.

X



ES montagnes, les rivières et la mer, tout le long de la Grande Voie du Tô-kaï-do « la Route de la Mer Orientale », sont illustres dans l'univers pour leurs beautés surprenantes et variées. Aussi la plupart des voyageurs qui la parcourent en foules joyeuses sont-ils occupés, tout le long du chemin, beaucoup plus par le plaisir de leurs yeux que par les nécessités de leurs métiers.

Mais moi, découragé, devenu vraiment un Ro-ninn, puisque mes serments étaient abolis par notre chef, comment pouvais-je goûter les splendeurs des paysages ?

Cependant, quand la grande route dallée s'enfonçait dans la sombre majesté d'une forêt de cryptomères dont les troncs, géants écaillés et rouges s'élançant d'un jet jusqu'au ciel, je sentais mon âme s'affermir à l'exemple de ces arbres aux branches et aux noires aiguilles immuables sous les tempêtes, les neiges et les chaleurs de l'été.

Et quand, un soir, de la grande salle de l'auberge emplie de rieurs, nous vîmes, au pied de notre falaise, monter dans les vallées profondes la marée bleu-noir de la nuit ; quand les sommets moutonnant des montagnes furent un à un submergés, et que seul demeura l'impeccable cône argenté du Foudjiyama, s'irradiant de mille teintes sur le firmament verti qu'il touche presque, alors les rieurs de l'auberge se turent bouleversés ; et moi, je sentis mon cœur inondé d'une émotion ardente et d'une volonté plus tenace.

Qu'importait la défection d'un chef ? Nous saurions bien en trouver un autre. Pour moi, je me tiendrais prêt. Ainsi que je voyais le Foudji se dresser, immaculé, sur le monde envahi par la nuit, ainsi je verrais la pure justice de notre cause triompher des noirsceurs de l'iniquité.

Au Senn-gakou dji, Hara Mototochi, pour conserver son rôle, me reçut avec les apparences d'une froideur étonnée. Il me pria néanmoins de dîner avec lui. Ce ne fut que fort avant dans la nuit, quand il fut assuré de notre solitude, qu'il se pencha vers moi et me dit simplement :

— Eh bien ?

Je lui racontai dans le détail mon entrevue avec O-hochi et Hazama Mitsou-oki. J'allais ajouter des remarques amères sur notre chef, sur sa dégradante conduite, sur la traîtresse reddition de nos serments. La prudence retint mes paroles. Qu'importait d'ailleurs mon opinion dans un tel désastre ?

Ma surprise fut extrême de voir la figure de Hara s'éclairer à mon récit et de l'entendre prononcer ces surprenantes paroles :

— Je vois enfin se lever l'aurore de nos espoirs glorieux !

— Comment cela ? ne pus-je m'empêcher de m'écrier.

Hara me regarda triomphant.

— Ainsi, même vous, qui l'avez vu, qui l'avez entendu, il vous a fait supposer qu'il renonçait à la lutte ? Comment le Kéra ne le croirait-il pas, lui qui a seulement les rapports de ses espions ? Un héros seul, en effet, a le courage de se déshonorer en apparence afin d'atteindre au plus grand honneur.

L'étonnement me fit un peu balbutier :

— Mais... mais il a rendu nos serments ! Il a dénoué la ligue...

— Notre ennemi connaissait l'engagement écrit de notre sang. Il sait aujourd'hui que ce serment est annulé. Il croit aussi qu'O-hochi, méprisé de tous, n'est plus à craindre. Il se gardera de moins près. L'heure de notre vengeance approche. Je pars dès demain matin pour mon village natal afin de régler mes dernières affaires de famille. Vous feriez bien de régler aussi les vôtres.

Après un silence significatif, il ajouta :

— Nos veuves et nos enfants ne seront pas sans ressources. Notre princesse a fait dire qu'une pension serait versée chaque mois aux familles de ses guerriers les plus loyaux. J'ai donné déjà le nom et l'adresse de votre épouse et de votre fils.

Ainsi, depuis longtemps sans doute, il savait !

Sera-t-il jamais possible de connaître tout ce que savent de nous les personnes qui nous entourent ? Nous croyons avoir des secrets : ils sont publics. Nous pensons nous être expliqué clairement : nous avons été entièrement incompris.

Hara Moto'ochi partit donc le lendemain pour son village. Ce qui se passa, je ne l'ai pas vu. Je vais le raconter tel qu'on me l'a redit.

La femme de Hara, Koromo « la Douillette », et ses enfants étaient demeurés près du village d'En-ya. Avec l'aide du frère et de la mère de son époux, elle cultivait les petits champs dont ils vivaient.

Hara, parvenu à son village vers la fin de la journée se trouva bientôt sur le sentier longeant la palissade de bambous dorés de son enclos. Il entendit des rires et des cris d'enfants, s'arrêta et regarda par une fente de la barrière.

Sur le dallage entourant le pied de la maison, à l'abri du vent, une profonde cuve de bois fumait dans la fraîcheur vespérale. A travers le brouillard léger qui s'en échappait, il vit Koromo et ses deux enfants pre-



Cette illustration montre O Sono, la femme du dépositaire des armes, répudiée par son époux, pour éviter une indiscretion, et qui retourne la nuit à la maison pour chercher à voir son enfant que le père a gardé.

nant leur bain du soir, enfoncés jusqu'aux épaules dans l'eau chaude, s'éclaboussant, jouant et riant aux éclats. L'agitation se calma un peu. Un enfant dit :

— Tu étais triste depuis longtemps, mama. Depuis plusieurs jours, tu es plus gaie, pourquoi ?

— Quand ton père nous a quittés, j'étais triste, car la séparation était longue ; le temps est passé, et maintenant le jour approche sans doute où nous le reverrons ; alors je suis heureuse. Et toi, pourquoi est-tu si gai ? Peux-tu le dire ?

— Je suis gai parce que papa va bientôt tuer le méchant Kéra qui a fait mourir notre daïmio.

— Chut, tais-toi, petit samourai !

Et elle luttait pour l'embrasser. Mais l'enfant se débattait et criait.

— Et s'il attend encore un peu, je serai assez grand pour l'aider à tuer notre ennemi.

Hara eut un sourire et s'écarta silencieusement. Contournant l'enclos, il eut bientôt atteint la porte d'entrée, et franchit le seuil, entrant dans le jardin. Sa femme, déjà revêtue d'un épais kimono et portant l'enfant enveloppé d'une serviette, l'entendit, tourna autour de la maison et devint rouge de joie en le voyant. Mais elle ne pouvait le saluer. Elle dit :

— Entrez vite, et voyez votre mère. Elle a beaucoup souffert de notre séparation. Votre frère Mitsou-ro est aussi dans la maison.

La mère entendit les voix, passa la tête par un panneau latéral et reconnut son fils. Celui-ci entra aussitôt et la salua selon les rites. Mitsou-ro, « le troisième seigneur », courut chercher des liqueurs et de la nourriture. Bientôt les deux époux et leur famille furent réunis autour d'un festin. C'est alors seulement que la mère, souriante, posa des questions. Hara répondit :

— Des informations privées me sont parvenues de Kyoto. Pour longtemps sans doute, chacun de nous ne devra compter que

sur lui-même. Alors j'ai prêté l'oreille à des rumeurs, et j'ai décidé de partir pour la région du Koann-to où j'espère être engagé par un dignitaire. Aussitôt que j'aurai trouvé un emploi, vous le saurez. Mais je ne pense pas revenir avant le printemps prochain. Demain matin, à l'aurore, je me mettrai en route.

Koromo entendit ces mots, et son visage heureux s'assombrit. Mitsou-ro, en son esprit, pensait que tant de hâte était inutile. Quant à la mère, sans toutefois se laisser emporter par ses sentiments, elle devint grave.

Cependant Hara tirait de sa poitrine un paquet contenant trente ryos de métal précieux, et les remettait à son frère en disant :

— Voici pour aider notre famille à vivre jusqu'à mon retour. Je te confie mon épouse. Veille à ce que rien ne lui arrive et qu'elle soit heureuse. Je n'ai pas besoin de te parler de notre mère.

La mère, pendant qu'il parlait, étudiait son visage. Elle dit enfin :

— Vous partez pour un pays lointain sans être assuré du résultat de votre voyage. Si ces chances de réussite valent d'accepter une pareille absence, nous nous en réjouissons ; mais je désire savoir la vérité en cette affaire, si cela est possible.

— La vérité ? Comment oserai-je ne pas la dire ?

— Y a-t-il nécessité d'aller si loin pour gagner votre vie au milieu de gens inconnus ? Je n'ai jamais entendu dire que, sans motif secret, on laisse sans emploi des guerriers loyaux. Personne ici ne peut nous entendre : parlez donc sans détours. Ne feignez-vous pas d'agir ainsi parce que le seigneur O-hochi a décidé enfin de venger notre daïmio ?

A ces mots, Hara fut surpris et troublé. La fermeté d'âme de sa mère lui était connue. Mais il se rappela le proverbe : « Les paroles qui sont sorties de la bouche, nul ne peut les reprendre ; nul ne sait jusqu'où elles peuvent aller. »

Et d'ailleurs, sa mère serait-elle assez forte pour supporter la sombre vérité ? Il dit en conséquence :

— Si je me hâte ainsi, c'est que les premiers arrivés sont toujours les mieux écoutés. Quand un dessein est arrêté, un jour de retard peut compromettre son exécution. D'ailleurs, la chaleur du milieu de la journée est mauvaise pour les voyageurs. Mieux vaut partir de bonne heure et se reposer quand le soleil est élevé. Je partirai donc en secret demain, afin de vous éviter la fatigue des adieux.

Que pouvait-on répondre ? La soirée se passa donc attristée. Puis chacun se retira pour dormir.



Ce matin, je suis parti...

XI



L'AMOUR maternel est le plus profond et le plus désintéressé de tous les sentiments humains. Sa splendeur brille d'un éclat spécialement pur dans les familles aux âmes élevées.

Il faisait encore nuit, l'aurore ne pointait même pas au ciel oriental, Hara dormait toujours, et déjà la mère était debout, faisant chauffer un repas pour son fils, lui préparant en outre de la nourriture et des gâteaux pour la journée.

Hara Mototochi, bientôt levé et s'apprêtant pour le voyage, contenait avec peine ses pensées et ses sentiments. Sa loyauté l'aidait cependant à raidir son visage et à ne rien laisser voir de son trouble à sa mère, à son épouse et à son frère. Il ne put cependant s'empêcher de dire :

— La séparation présente, comparée en souvenir d'autres adieux, semble toujours la plus pénible. Je puis à peine vous quitter.

Il partit enfin, marchant vers l'Est.

Il avait parcouru plus de sept ris, quand l'heure de son repas de midi fut arrivée. Assis à l'ombre fraîche d'un bois, il ouvrit le paquet plus lourd qu'une pierre, suspendu à son épaule, et vit quatre gâteaux préparés par sa mère. Il reconnut bientôt leur goût d'autrefois. Quelques miettes tombèrent. Une tourterelle, dont le nid était dans un arbre voisin, se posa près de lui et, prenant dans son bec un morceau, sans l'avaler, s'envola aussitôt vers ses petits que l'on entendit piailler. Hara se prit à réfléchir :

— C'est tourterelle ne songe qu'à ses petits. Ainsi ma mère s'est toujours sacrifiée pour nous. Je connais sa force d'âme et son amour pour nous. Comment laisserait-elle échapper un mot contraire à notre devoir ? Je n'aurais pas dû partir sans lui dire la vérité. Le souvenir de mon manque de confiance la troublera, quand elle apprendra ma mort.

Se levant alors résolument, il retourna sur ses pas, atteignant sa maison au couchant du soleil. Son frère le vit le premier et, la figure inquiète, l'interrogea. Hara feignit d'avoir oublié un objet important. Koromo accourut, souriante, sans une question. Puis elle en-raina son beau-frère, laissant Hara saluer sa mère. Celle-ci ne parut pas surprise. Il dit :

— Ce matin, je suis parti précipitamment, sans vous dire le motif réel de mon voyage, car je craignais de troubler votre repos et celui de Koromo qui est trop tendre encore pour supporter la douleur. Mais j'ai réfléchi. Comment pourrais-je me reposer en paix sans vous avoir parlé ?

Et il lui raconta tout ce qui s'était passé, avec sa conviction que l'heure approchait où il périrait, soit dans le combat, soit sur l'ordre du Siogoun.

— J'avais bien deviné qu'il en était ainsi, dit enfin la mère. J'étais fière de votre décision et de votre pensée pour moi. Je suis heureuse aujourd'hui de votre confiance. Mais il ne faut pas que le souci de mon chagrin puisse affaiblir votre détermination. La mère d'un samouraï sait quelle peut être l'issue d'un combat.

Le dîner fut plus grave que celui de la veille. Enfin chacun se retira pour dormir.

Le lendemain, à l'aube, Hara s'éveilla et commença ses préparatifs, aidé de son épouse. Surpris de ne pas entendre de bruit dans la maison, il pénétra dans la chambre obscure de sa mère. Elle reposait, étendue sur ses couvertures. Il ouvrit un panneau pour laisser entrer les premiers rayons du soleil, et se retourna, prêt à saluer la dormeuse.

L'horreur le figea sur place : les couvertures et les tatami étaient inondés de sang. La mère avait la gorge ouverte et tenait encore dans sa main droite le poignard dont elle s'était servie.

Il appela aussitôt son frère : celui-ci accourut. Et tous deux se demandèrent, dans leur douleur, pourquoi elle avait agi. Aucun danger ne la menaçait. Aucun mot d'elle ne pouvait expliquer ce suicide. Ils virent enfin, sur l'oreiller, une lettre adressée : « A mon fils aimé ». Ils l'ouvrirent. Leur mère l'avait écrite :

« D'un seul pinceau, je ne puis célébrer entièrement la profondeur de la piété filiale que votre cœur m'a toujours témoignée. Et voici qu'hier le souvenir de votre mère vous a rappelé vers elle quand vous aviez parcouru déjà sept ris ; mon vieux corps s'est réjoui de votre retour et de cette preuve nouvelle de votre cœur. Cependant c'est pour moi que vous avez retardé votre départ. Or je ne veux pas que la pensée du corps de votre mère surgisse en vous à l'heure où il faudra s'avancer avec tout votre esprit de bravoure. Car, alors affaibli, vous risqueriez d'être soudain jeté à terre ; notre ennemi verrait l'intérieur de votre casque. Désirant vivre pour votre mère, vous ne tarderiez pas à mourir à cause d'elle.

« Vieille aujourd'hui, mon destin est accompli. J'ai donc écrit d'abord cette lettre. puis je me frapperai pour atteindre au grand repos. En toute chose, il faut agir à temps. Je regrette seulement la douleur que je vais causer à vous, à Mitsou-ro et à Koromo. »

Hara, dans sa douleur, versait des larmes et rappelait à grands cris l'âme héroïque qui voltigeait encore autour de la maison. Son frère et son épouse gémissaient auprès de lui.

Puis il dut accomplir les cérémonies, appeler les religieux d'un monastère voisin, assister aux funérailles. Deux fois sept jours se passèrent avant qu'il pût quitter son village natal.

XII



UAND Hara m'avait dit que l'heure approchait et qu'il fallait prendre nos dernières dispositions, ses paroles, s'appuyant sur mon respect, avaient détourné le courant de mes convictions profondes. Mais il me quitta, et moi, j'allai de maison en maison, visitant les conjurés, et je perdais, à chaque visite, un peu de ma confiance.

Hazama Mitsou-oki était passé devant moi, rendant à chacun la parole donnée. Tous les nôtres brûlaient d'indignation et de colère. Les uns parlaient de pénétrer seuls dans le palais du Kéra. D'autres voulaient se choisir un autre chef.

De nouveau, le doute était entré dans mon esprit : O-hochi nous trahissait et nous abandonnait. L'heure n'était pas proche. Rien n'était fait, ni pour maintenir le courage des conjurés, ni pour clarifier les renseignements recueillis, ni pour former un plan d'attaque.

Beaucoup d'entre nous, enfin, avaient été obligés par la misère de vendre leurs armures. Quelques-uns n'avaient même conservé qu'un sabre. Que pouvions-nous faire, les mains nues, contre les troupes bien armées de notre ennemi ?

Cependant l'attention populaire était toujours fixée sur les samouraïs d'En-ya. Le peuple et les nobles attendaient également de nous le châtement de l'injustice.

Si l'opprimé supporte lâchement, sans une révolte, la main traîtresse de l'oppresser, s'il préfère une vile existence de chien à la mort glorieuse d'un défenseur de la Justice et de l'Honneur, rien, certes, n'impose à d'autres de mourir à sa place. C'est un devoir de soutenir et d'aider ceux qui luttent jusqu'au dernier souffle pour la bonne cause. C'est aussi un devoir de laisser périr les lâches qui ne font pas un effort pour sortir du fossé bourbeux où ils sont tombés.

Dans toutes les maisons de la ville où je colportais mes marchandises, l'on savait maintenant que nos serments avaient été rendus. Il n'était pas une bouche, même la plus méprisable, qui ne trouvât pour les samouraïs d'En-ya des épithètes pareilles à des coups de fouet. Le rouge me montait au front, pendant qu'il me fallait crispier les lèvres en un sourire complice.

Les rumeurs de la ville montèrent sans doute jusqu'au Kéra, confirmant les rapports de ses espions, car, passant devant son palais, je ne vis plus de gardes à l'extérieur. La curiosité me fit franchir le seuil de la grande porte entr'ouverte. Dans la cour, quelques hommes armés tenaient la place du bataillon que j'avais vu un mois à peine auparavant. L'économie était une des vertus du puissant ministre.



L'évènement ci dessus n'est pas relaté dans ce roman. Honjo en corrompant Moronao a évité à son maître le sort d'Enya, mais la femme de ce dernier ne consent au mariage de son fils avec la fille de Honjo que si elle apporte la tête de son père en présent de nocce. Les fiancés veulent se suicider mais Honjo arrive sur ces entrefaits et dans la confusion qui suit son apparition, il est blessé à mort. L'accident est interprété comme une décision céleste. Le mariage a lieu. Mais le lendemain le fils participera à la vengeance commune.

Dans mon cœur bouillonnant, je formai un moment le dessein d'immoler O-hochi aux mânes de notre seigneur. Mais notre vengeance n'en aurait pas été assouvie. Je résolus plutôt de tenter seul une attaque contre le Kéra. Je me tins pour cela dans les rues avoisinant sa résidence, essayant, sans questionner, de savoir à quelles heures il sortait. Mais je constatai bientôt que, s'il avait diminué la garde de son palais, puisqu'il ne craignait plus un assaut mené par une troupe nombreuse, il redoutait encore l'attaque de quelques hommes sur son cortège et ne sortait jamais sans être entouré de la manière la plus sûre.

Kan-zari Yagoro, qui dirigeait toujours son chantier de bois, me reçut un soir dans sa maison. Quand le silence régna et qu'il put me parler sans crainte d'être entendu, il me demanda s'il y avait une lueur d'espoir. Mon front baissé laissa voir ma honte et ma désespérance. Alors il me dit, étouffant ses larmes et grinçant des dents :

— Tout est prêt cependant. Nous avons les plans complets des appartements secrets du Kéra. J'en avais dessiné une partie moi-même, en exécutant les travaux de réparation habituels à chaque saison. L'autre partie a été relevée par le frère d'Hazama Mitsou-oki, Hazama Mitsou-hazé ; il s'était toujours amusé à des travaux de menuiserie. Il s'est présenté comme ouvrier pour la réparation des appartements intérieurs. Dans les pièces les plus secrètes, il connaît les entrées, les sorties et les panneaux cachés. Nous avons communiqué nos informations à notre chef, afin qu'au jour de l'attaque

toutes les issues fussent gardées. Tout cela est inutile maintenant.

Dans une autre partie de la ville, où Kayano Tsouné-nari vivait dans la maison de son père, je trouvai toute la famille en deuil. Un jeune frère de Tsouné-nari, nommé Tsouné-yo, âgé de treize ans à peine, revenait chaque soir, couvert de contusions, de son école. Tous les étudiants, instruits de notre honte par leurs parents, l'avaient surnommé « le lâche d'En-ya ». L'enfant combattait sans arrêt. Mais ses maîtres eux-mêmes le traitaient avec tant de mépris, qu'un soir, étouffé de douleur, il s'était enfoncé un poignard dans le cœur, laissant à son frère ces seuls mots : « Venge-moi en sauvant ton honneur ».

Un grand nombre de nos nôtres, enfin, n'ayant ni femme ni enfants, s'étaient hâtés de dépenser en fêtes ou autrement les cent ryos reçus lors du partage de nos trésors. « A quoi bon, disaient-ils, pour ceux qui vont mourir dans un an, garder des richesses plus grandes qu'il n'en faut pour vivre pendant un terme aussi court ? » Gaspillant sans calculer, ils avaient atteint plus vite qu'ils ne pensaient le fond de leur bourse. Et c'est alors que plusieurs avaient dû vendre leurs armures. A notre indignation de voir l'injustice non châtiée, à notre honte d'être méprisés de tous, ceux-ci ajoutaient leur déception de se voir réduits désormais à la misère et au mépris.

La colère et la douleur grondaient donc dans toutes les âmes des conjurés. Nous voulions tous agir. Mais il nous fallait un chef, et nous avons perdu le nôtre.

XIII



Les rouges pensées de rébellion et de mécontentement versaient leur poison dans mon âme, pendant qu'après avoir visité presque tous nos conjurés je suivais le sentier montant vers le monastère de Senn-gakou. Ma confiance en O-hochi était détruite. Je venais de voir où son étrange conduite et notre foi trop aveugle nous avaient conduits. Comment pourrions-nous écarter ce traître sans attirer les soupçons ?

Hara Mototochi, dans sa cellule étroite et nue était assis, immobile et grave, sur les nattes rugueuses. Le bandeau blanc qui lui serrait le front et sa longue robe blanche sans ourlets m'avertirent de son deuil avant même qu'il me l'annonçât.

— Ma mère s'est donné la mort, répondit-il à mes questions attristées, afin que la pensée de sa vieillesse solitaire ne vint pas entraver ma loyauté. Ma vie désormais se prolonge dans le seul but que notre victoire justifie la profondeur de son héroïsme. Je veux être digne d'elle.

Impressionné par la sombre grandeur de la mère et du fils, je prononçai simplement :

— Il faut que vous soyez notre chef. Nous sommes prêts à l'action, mais O-hochi a perdu notre confiance. Il nous abandonne. Il nous rend nos serments. Le peuple entier nous méprise à cause de lui. C'en est trop. Pourquoi veut-il dissoudre notre ligue ? Pourquoi ne nous donne-t-il pas le signal ? Nous possédons le plan du yachiki de notre ennemi. Des guides sûrs connaissent les issues les plus secrètes. Nous savons exactement l'heure où notre attaque sera la plus terrible. Les gardes du palais sont encore nombreux, mais nous avons pour nous l'avantage de la surprise, de l'ordre et surtout d'une volonté inébranlable.

— Si tout est vraiment comme vous le dites, O-hochi le sait. Il choisit son heure.

Un bruit de pas dans la cour nous interrompit. Je repris le ton des conversations qui conviennent avec un ennemi endeuillé. Un écuyer, un instant plus tard, annonçait la visite de Hazama, qui entra presque aussitôt.

Les salutations échangées, le visiteur prononça comme il sied des paroles de louange pour la défunte et s'enquit de sa dernière maladie. L'écuyer, cependant, s'étant éloigné, Hara redit les véritables circonstances du sacrifice.

Hazama hochi la tête gravement, sans un mot. Il est des sentiments que le silence peut seul respecter. Puis il tira de sa poitrine un rouleau de papier blanc ; je reconnus le texte que nous avions signé de notre sang. Il déroula le document dont il roulait en même temps le bas, jusqu'à ce qu'il rencontrât la signature de Hara, qui apparut isolée. Le rouge sombre du sang était déjà terni.

— Il faut que vous marquez ici l'abolition de votre serment. Tous les conjurés ont signé déjà.

J'ouvrais la bouche pour demander le nom des lâches qui avaient osé signer leur propre déchéance. La surprise m'arrêta. Hara prenait le document et, faisant glisser un pinceau sur une pierre à broyer encore humide, placée à ses côtés, il écrivit quelques mots et signa d'un geste vif.

Hazama me tendit l'écrit à mon tour. Mon pinceau écrasa sur le papier les mots : « Je renouvelle dix mille fois mon serment. » Sans regarder, notre visiteur glissa le document dans sa poitrine, se leva et nous salua :

— Je dois remettre sans retard cette pièce à notre chef. Je pars donc. Mais veuillez vous trouver, le treizième jour de la douzième lune, c'est-à-dire dans sept jours, à l'heure du Tigre, auprès du tombeau de notre daïmio. Ce sera sans doute le dernier conseil de notre clan. Telles sont les instructions de notre chef. Gardez le secret.

Ainsi, devant la tombe même de celui que nous trahissions, nous allions décider d'abandonner notre vengeance. Mais en ce cas, pourquoi le secret ? Le doute revint dans mon esprit : O-hochi avait-il décidé d'agir ?

Incapable d'attendre tant de jours devant l'inaction, je me levai d'un bond et déclarai que je partais pour Kyoto. Hazama eut un sourire et s'inclina, disant :

— Heureux de vous avoir pour compagnon de route.

Pourquoi ce sourire ? Que savait-il ? Par quelles études pourrions-nous jamais apprendre à deviner les pensées véritables de ceux qui sont là, devant nous, plus impénétrables que s'ils étaient par-delà une muraille épaisse ?

XIV



Kyoto, nous trouvâmes O-hochi debout sur son seuil, appuyé sur le montant de la porte ; comme au jour de notre précédente visite, il tenait dans sa main un flacon de saké. Le teint enflammé, l'œil brillant, il adressait des plaisanteries à toutes les femmes qui passaient, rougissantes, tête baissée et se hâtant.

Quand il nous vit, il agita la main en signe de bienvenue et, se redressant d'un effort vint vers nous au lieu de nous faire pénétrer dans sa demeure.

— Mon flacon est vide, dit-il en renversant l'objet. Je vais le faire remplir. Venez avec moi.

Et nous prenant par le bras, il soutint sa démarche chancelante, et nous guida, tournant bientôt dans une ruelle étroite et déserte.

— Eh bien ! dit-il alors à Hazama. Comment ?

— Quarante-sept, en vous comptant, ont confirmé leur serment. Voici le document.

(A suivre.)

« If some strikes you », says Mr. Ueshiba, « Don't strike him and do not defend yourself. The other will become aware that he has acted wrongly and this lesson will be much more profitable for him than if you injure him or knock him unconscious. The more you succeed in letting yourself be hit without making the slightest movement, the more you will have understood « Do ». Aiki is only there in order to limit injury to our own self and to overcome the adversary without injuring him. To force him with a threat of dislocation to lie on the ground, and without having crippled to set him free is also a way of bringing him to the same spirit as yourself. (Ai=unify, Ki=the spirits). It is love which constitutes the Universe. »

The arm of the Martial Arts co-incides perfectly with the conception of rural life in the Far East. In rural life can men and women of all ages take part in the work of the fields, each using his own strength for the best in the common work. The greater the labour, the greater the harvest, from which is born their conception of co-operation.

With hunting people however, races in the forest and violent struggles necessitate a greater physical strength than the others. In the incessant struggle against the wild animals the strongest reason is always the best and this from stem ideas of superiority and brutal abuse.

In rural life, the sowing of seeds and plantings done by a whole family, in the gentle spring sun, and the harvests in the autumn freshness, give birth to optimism and a robust logic. They plant and sing, and dance when the harvest is over. Joys and troubles are shared with their domestic animals.

When hunting, you must hide behind a rock or under a tree in order to attack your prey by surprise. Ruse and traps are the watchwords of this life which trains men to be hard and dissimulating.

The lives of the people of the Far East always having been directed more towards agriculture than hunting, enable them to be more receptive to this conception of the « Do » than the Western peoples, born hunters. Which would seem to explain the fundamental difference between the two conceptions of martial techniques.

Do in Judo does not only signify a maximum use of energy for a better technique, but also use of this energy in order that our presence be a source of pleasantness towards others, of profound love (which is not friendship) towards the whole of humanity.

Each of us finds that very beautiful and good. But how many observe the most elementary rules of « savoir-vivre » and courtesy towards others ?

THE END

« Si l'on vous frappe, dit le M. Ueshiba, ne frappez pas et ne vous défendez pas. L'autre se rendra compte qu'il a mal agi et cette leçon lui sera bien plus profitable que si vous le blessiez ou le rendiez inconscient. Plus vous parviendrez à vous laisser frapper sans esquiver le moindre geste, plus vous aurez compris le « DO ». Le Aiki n'est là que pour limiter les dégâts sur notre personne et maîtriser l'adversaire sans le blesser. L'amener par une menace de luxation à se coucher au sol et sans l'avoir estropié le libère est aussi une façon de l'amener en communion de cœur avec vous (Ai : unir, Ki : les esprits). C'est l'amour, dit-il aussi, qui constitue l'Univers. »

Le but des arts martiaux s'accorde parfaitement avec la conception de la vie agricole d'extrême-orient, qui suit fidèlement les lois naturelles.

Comment l'idée du « Do » dans les arts martiaux est-elle venue des peuples agricoles ? Dans la vie agricole les hommes et femmes de tous âges peuvent prendre part aux travaux des champs, chacun utilisant au mieux sa force pour un travail en commun. Plus la main-d'œuvre est grande, plus les récoltes sont grandes, d'où leur conception de coopération (et de natalité).

Chez les peuples chasseurs, au contraire, les courses en forêt et les luttes violentes réclamaient une force physique supérieure aux autres. En lutte incessante avec les animaux sauvages, la raison du plus fort était toujours la meilleure. D'où des idées de supériorité et d'abus brutaux.

Dans la vie agricole, semailles, plantations faits en famille, à la douceur du soleil printanier, et récoltes dans la fraîcheur de l'automne, donne naissance à un optimisme et à une robuste logique. On plante en chantant, on danse la récolte finie. Joies et peines sont partagées avec les animaux domestiques.

En chasse, il faut se cacher derrière les rochers ou sous les arbres pour attaquer les animaux par surprise. Ruse et trahison (pièges) sont des nécessités qui entraînent des hommes à la dureté et à la dissimulation.

Les peuples d'Extrême-Orient ayant eu depuis toujours une vie plus dirigée vers l'agriculture que vers la chasse, ils ont été plus ouverts à cette conception du DO que les peuples d'Occident, chasseurs-nés. Ce qui expliquerait la différence fondamentale entre les deux conceptions de techniques martiales.

Le DO du Judo, ne signifie donc pas seulement utilisation maximum de l'énergie pour une meilleure technique, mais aussi utilisation de cette énergie pour que notre présence soit une source d'agrément aux autres, d'amour profond (qui n'est pas de l'amitié) envers toute l'humanité.

Chacun trouve cela très beau et très juste. Mais combien l'observent-ils dans les détails les plus élémentaires de savoir-vivre et de courtoisie envers les autres pratiquants ?

FIN

VIENNENT DE PARAÎTRE :

L'AIKIDO Méthode Morihei Ueshiba, par J. Zin. 137 pages 16 × 24 cm., nombreuses photos du M. Tadashi Abe 6^e Dan Aikido. — Prix fr. (+ port frs).

GUIDE PRATIQUE DE L'ALIMENTATION DU SPORTIF, par le Dr. O. Loras. 293 pages 14 × 19 cm. Un sujet qui ne pardonne pas et que vous ne devez pas ignorer. — Prix : 700 fr. (+ port frs).

L'EVEIL SUPREME, par Robert Linsen. L'essentiel du Zen, de ses pensées et de sa philosophie en un petit livre de poche. 112 pages 12 × 16 cm. Prix : 450 fr. (+ port frs).

JOURNAUX INTIMES DES DAMES DE LA COUR DU VIEUX JAPON, trad. par Marc Logé. Exquis ouvrage de 240 pages 12 × 19 cm. Prix : 300 fr. (+ port frs).

JAPON EN PHOTOS, par Paul Mouzet. 125 pages de reproductions magnifiques en héliogravure. 16,5 × 22 cm. Prix : 975 fr. (+ port frs).

En vente à JUDO INTERNATIONAL

34, rue de la Montagne Ste-Geneviève, Paris (V^e)

(C.C. Postal 11.077-75 Paris)

IF YOU READ ENGLISH SI VOUS LISEZ L'ANGLAIS

We recommend these two exceptional Judo Magazines to You :

Nous vous recommandons ces deux revues de Judo exceptionnelles :

« JUDO MAGAZINE »

A monthly magazine with 46 pages of news, technique, history, anecdotes and cartoons. A very lively and well illustrated magazine.

Editors : G.A. Edwards,
A.R. Menzies.

Technical Adviser : T.P. Leggett,
6th Dan.

Subscription Rate : £ 1.14.0 per Year,
2.000 fr. français.

Post Free

« JUDO BUDOKWAI BULLETIN »

A quarterly bulletin of 36 pages, already famous for its 13th Year of publication. Articles of interest by Professor Kolzumi 8th Dan, and his students among them Mr. Leggett, 6th Dan and the Budokwai members to Japan.

Subscription Rate : 16 / Year,
1.300 fr. français.

Post free.

Orders to JUDO INTERNATIONAL

34, rue de la Mgne-Ste-Geneviève, PARIS, V^e

(C.Ch. Postal 11.077.75 Paris)

LISEZ

AVENTURE JUDO EN EXTREME-ORIENT

par
Pierre DARCOURT

Préface de Bernard PARISET, 4^e Dan

Lire ce livre charmant et passionnant nous donne l'impression de faire nous-même le voyage dont nous rêvons tous. Premier livre du genre, il nous montre le Judo japonais tel qu'il est sans les surcharges d'exotisme et d'artifices philosophiques des livres et romans de Judo « classiques ».

La revue JUDO-KODOKAN le recommande vivement à ses lecteurs.

Prix : 1.000 fr. (+ port 180 fr.).

Format 14,5 x 19,5 cm. — 321 pages.

Adressez-vous à
« JUDO INTERNATIONAL »
34, rue Montagne-Ste-Geneviève, PARIS-V^e
C.C.P. 11.077.75 PARIS

POUR VOS VACANCES rien ne pourra remplacer vos "Zoorik"



Crème, jaune, orange,
vert, vert clair, bleu ciel,
marron, noir, pourpre, rose.

Les sandales qui vous permettront
hors du Dojo de vous détendre, de
camper, de vous promener dans l'eau,
le sable, les galets, tout en fortifiant
vos pieds et en les embellissant.

I (35 au 37), II (38 au 41), III (42 au 44)

1^o En latex démontables, à 1.750 Frs

2^o En plastique simple à 850 Frs

S'inscrire pour :

3^o En paille de riz à 1.300 Frs

4^o En fibre de chanvre à 3.600 Frs

AJOUTER 190 Frs DE PORT

En vente à JUDO INTERNATIONAL

JU-DO

KO-DO-KAN

Vol. VIII - N° 3

(15 Mai 58)

Managing Editor : H. D. PLEE

« JUDO INTERNATIONAL »

34, rue Montagne-Ste-Geneviève

Compte chèque postal : Paris 1107775

★

Subscription rates :

One Year — Un an

1.250 frs (France) - 1.300 frs (Etranger)

Envoi recommandé For registration mail :

Supplément France ou Etranger : 350 F.

Pour tout changement d'adresse

joindre timbres à 50 frs ou coupon-cepone

international de même valeur

Envoi par Avion sur demande

GRANDE-BRETAGNE = £ - 6

Repr. off. : THE BUDOKWAI, 4, Gilston

Rd. London SW 10.

JUDO LIMITED, 91, Wellesley Road, Croy-

don, Surrey.

U. S. A. = \$ 4

WEST USA : A. C. HOLTSMANN, 819 Univer-

sity Av., San-Diego 3, Calif.

EAST USA : REVIEW JUDO KODOKAN,

726, Upshur Street - NW, Washington, DC.

BELGIQUE = 185 Frs B

Repr. off. : J.F. LAURENT, 109, rue Goffart,

Bruxelles.

Hachette : Agence et Mess. de la Presse,

14-22, rue du Persil, Bruxelles.

ALLEMAGNE = DM 18

Jurgen SEYDEL, Urselerstrasse 19, Bad

Hombourg, v. d. Höhe.

AUTRICHE = Sch. 104

Hachette : WIENER MODELLGESELLSCHAFT

Stubenring 16, Wien 1.

ITALIE = L 2.000

Repr. off. : Tommaso BETTI-BERUTTO,

Piazza Cavour 19, Roma.

SUISSE = Fr. S 13

Repr. off. : HANS HARTMANN, 3, Bach-

talstrasse, Ennetbaden.

ESPAGNE = Pes. 175

CIPRIANO MARTINEZ GOMENDIO. Campa-

nario, 1.2^o dcha, San Sebastian.

12 Numéros Japonais traduits par an

Paraît tous les deux mois

(Sauf pendant les vacances d'été)

15 Janv. - 15 Mars - 15 Mai - 15 Sept.

15 Novembre

★

The translation of the twelve Japanese

numbers appears every two months

(except during the summer holidays) on

the following dates : 15 Jan. - 15 Mar.

15 May - 15 Sept. - 15 Nov.

Copyright 1958 by

« JUDO INTERNATIONAL »

All rights reserved in all countries. Pro-
tected by International and Pan-American
copyright agreements.