



# ΔΥΝΑΜΙΚΟ

# JUDO-KARATE

ΕΙΔΙΚΟ ΜΗΝΙΑΙΟ ΕΓΚΥΡΟ

ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ - Νο 19 - ΜΑΪ-ΟΣ 1979 - ΔΡΧ. 4



τζοϋντο  
καράτε  
τάεκβον-ντό  
αϊκίντο  
ζίου-ζίτσου  
κούνγκ-φού

εγχρωμο  
Π Ο Σ Τ Ε Ρ

19

JUDO-KARATE \* JUDO-KARATE \* JUDO-KARATE \* JUDO-KARATE \* JUDO-KARATE

## ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΥΛΗΣ

**Άρτινός Γεράσιμος:** Μαθηματικός, 3 dan στο judo από τό Kodokan, 1 dan στο Shorinji-Kempo κάτοικος Τόκυο).

**Βουτσαράς Βασίλης:** Έπιχειρηματίας, καφέ ζώνη στο judo, προπονητής του τμήματος judo του Όμιλου Άντισφαιρίσεως.

**Hanson-Lowe John:** Διδάκτωρ του Πανεπιστημίου του Λονδίνου, 4 dan στο judo (74 ετών), συγγραφέας, άρθρογράφος, εκδότης (κάτοικος Τόκυο).

**Κοντοζής Μάριος:** Φοιτητής Έγκληματολογίας, 1 dan στο Karate από την JKA.

**Παπαγεωργακόπουλος Θάνας:** Δικηγόρος, 2 dan στο Wado-Ryu karate από την AJKF.

**Πολίτης Κώστας:** Ναυπηγός, 1 dan στο Aikido από την IAF.

**Ραφτάκης Νίκος:** Σπουδαστής Μηχ/γος-Ήλ/γος Ε. Μ. Πολυτεχνείου, 1 dan στο karate από την JKA.

**Ροντογιάννης Γιώργος:** Ίατρος των Σπόρ, διπλωματούχος της Σχολής Έξειδικεύσεως στην Ίατρική των Σπόρ του Πανεπιστημίου της Ρώμης.

**Σανιώτης Γιώργος:** Καθηγητής Σωματικής Άγωγής, 3 dan στο karate από την JKA.

**Tansley Arthur:** Έπαγγελματίας φωτογράφος, 3 dan στο judo από τό Kodokan, κάτοικος Tokyo).



## ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ

**Έπεξεργασία κειμένων:** Κοσμάς Περισίδης

**Έπιμέλεια εκδόσεως:** Θύμιος Περισίδης

**Μεταφράσεις:** Σόφη Άγγέλη  
Γιάννης Ματσόπουλος

**Φωτοστοιχειοθεσία:** Γ. Λεοντακιανάκος & Υιοί

**Φωτογραφίες:** Χρήστος Άντωνιάδης & ΣΙΑ Ε.Ε.

**Έκτύπωση:** Σ. Λεούσης — Δ. & Γ. Μαστρογιάννης Ο.Ε.

**Διανομή:** Νέο Πρακτορείο Έφημερίδων και Περιοδικών

## ΑΡΘΡΑ ΑΝΑΓΝΩΣΤΩΝ



Τό περιοδικό «ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE» δέχεται ευχαρίστως άρθρα σχετικά μέ τό αντικείμενό του για δημοσίευση από κάθε αναγνώστη του.

Τά ένυπόγραφα άρθρα δέν εκφράζουν άπαραίτητα τίς άπόψεις του εκδότη.

Άπαγορεύεται ρητώς ή κατά όποιοδήποτε τρόπο άναπαραγωγή άρθρου ή φωτογραφίας, άν δέν προηγηθεί Έγγραφη άδεια του εκδότη.

## ΕΓΚΥΡΟ ΜΗΝΙΑΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ

# ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE

ΤΕΥΧΟΣ 19 — ΜΑΪ-ΟΣ 1979 — ΔΡΧ. 40



Ίδρυτής — Ίδιοκτήτης — Έκδότης:  
**ΘΥΜΙΟΣ Κ. ΠΕΡΙΣΙΔΗΣ**  
1 dan KODOKAN JUDO  
Ήλ/γος — Μηχ/γος ΕΜΠ  
Έκδότης επιστημονικών συγγραμμάτων  
και άθλητικών βιβλίων και περιοδικών

Γραφεία:  
Ρεθύμνου 8, Άθήνα 147, τηλ. 821.6509, 822.4794

Ρεπορτάζ από Ίαπωνία:

ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ ΑΡΤΙΝΟΣ

Μαθηματικά-Οικονομικά. Πανεπιστήμιο Σοφία, Τόκυο  
3 dan KODOKAN JUDO, 1 dan SHORINJI KEMPO

## ΕΞΑΜΗΝΕΣ ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ

Έλλάδα, Κύπρος ..... 250 δρχ.  
Ευρώπη (αεροπορικώς)..... 350 δρχ.  
Άμερική, Ίαπωνία (αεροπορικώς)..... 400 δρχ.  
Αύστραλία (αεροπορικώς)..... 550 δρχ.

Έπιταγές προς «Ε. Περισίδη, Ρεθύμνου 8, Άθήνα 147» για έξάμηνη συνδρομή στο περιοδικό «ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE».

## ΤΙΜΕΣ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΩΝ ΤΕΥΧΩΝ

Γιά τά τεύχη από 1 Έως 6 ..... 20 δρχ. τό καθένα  
Γιά τά τεύχη από 7 Έως 11 .... 30 δρχ. τό καθένα  
Γιά τόν Τόμο 1 (τεύχη 1-11) ... 280 δρχ.  
Γιά τά τεύχη από 12 και μετά .. 40 δρχ. τό καθένα

Κάθε Σεπτέμβριο μās δίνετε τά τεύχη σας και σās τά δένουμε σέ πολυτελή τόμο. Μή χάνετε τεύχη γιατί έξαντλούνται.

## ΔΙΑΦΗΜΙΣΕΙΣ

1) Γιά μαυρόσπρες έσωτερικές σελίδες (έκτός των έσωτερικών έξωφύλλων και την πρώτη έσωτερική) προς 3.000 δρχ. τη σελίδα. Άνάλογα τό μισό και τό τέταρτο. (Μελλοντικά θά ύπάρξουν και έγχρωμες έσωτερικές.)

2) Γιά τίς έσωτερικές του έξωφύλλου και την πρώτη έσωτερική, προς 4.000 δρχ. τη σελίδα. Μόνο δλόκληρες σελίδες.

3) Γιά την έγχρωμη του όπισθόφυλλου (μέσα στο πλαίσιο), προς 6.000 δρχ.

Σέ όλες τίς περιπτώσεις πρέπει να μās δώσετε τά φίλμς (ή τίς μακέττες και να χρεωθείτε τά φίλμς). Τυπώνουμε στα 7.000 αντίτυπα και κυκλοφορούμε σέ δλη την Έλλάδα από Πρακτορείο και μέ συνδρομές.

# Γκογκέν Γιαμαγκούτσι 10 ντάν, ο «Γάτος» του καράτε



Γκογκέν Γιαμαγκούτσι, ο έπονομαζόμενος "Γάτος", ο αρχηγός της σχολής καράτε "Γκότζου".

Τόν φώναζαν "ο Γάτος". Κανείς δεν ήξερε πώς του έδωσαν αυτό το όνομα. Μερικοί λένε ότι, Αμερικανοί στρατιώτες τόν φώναζαν για πρώτη φορά έτσι γιατί πεπατούσε τόσο απαλά που κανείς δεν τόν καταλάβαινε όταν τούς πλησίαζε από πίσω.

"Έτσι, όλοι άρχισαν να τόν φωνάζουν με τό παρατσούκλι, και τού έμεινε. Ταίριαζε πολύ, έξ άλλου στόν άνθρωπο αυτό με τίς εύκαμπτες, άερινες κινήσεις."

Ο "Γάτος", που τό πραγματικό του όνομα είναι Γκογκέν Γιαμαγκούτσι, είναι ο έπικεφαλής της φημισμένης σχολής καράτε Γκότζου. Με τά άνεμιστά μαλλιά του και τά μικρά διαπεραστικά μαύρα μάτια του, αυτός ο αξιόλογος καρατέκα έχει γίνει διεθνής φυσιογνωμία. Ήταν ένα είδος μύθου στην εποχή του. Αφού βγήκε από στρατόπεδο συγκεντρώσεως με τό τέλος του Παγκοσμίου Πολέμου, μετατέρεφε ένα σχολείο σε δυναμικό κέντρο καράτε.

Στά 79 του, ο Γιαμαγκούτσι παραμένει μιά παράξενη μορφή. Απόγονος τών Σαμουράι, είναι άναμφισβήτητα μιά πολύμορφη φυσιογνωμία τού παγκόσμιου καράτε, μιά σύνθεση από αντίλογους. Σάν ιερέας Σίντο, είναι ένας βαθιά θρησκευόμενος άνθρωπος. Έχει ένα άλαθητο φυσικό ταλέντο που σε οποιαδήποτε άλλη περίπτωση θά χαρακτηρίζονταν σάν μανία για επίδειξη.

Είναι ένας εκπρόσωπος της ημερης, αυτοσυγκέντρωσης και φιλοσοφίας και ταυτόχρονα ένας άκούραστος και δυναμικός άρχηγός μιάς παγκόσμιας οργάνωσης καράτε. Έχοντας πολύ λίγη έμπιστοσύνη στους έπιχειρηματίες, είναι ο ίδιος έπικεφαλής τού μεγαλύτερου και έπιτυχέστερου οικονομικά συστήματος καράτε στην Ίαπωνία.

Διευθύνει με στιβαρό χέρι τήν οργάνωση που έχει πάνω από 1.500 ντότζο και λέσxes και 1.000.000 μέλη.

Ο Γιαμαγκούτσι είναι φανατικός τού καράτε. Δύο είναι τά ενδιαφέροντά του: ή τέχνη του και ή θρησκεία του. Και είναι πολύ δύσκολο να όρσει κανείς ακριβώς, που σταματάει ο θρησκευόμενος άνθρωπος και που άρχίζει ο καρατέκα. Με τήν πάροδο τών χρόνων έχουν τόσο συνδεθεί αυτά τά δύο, που είναι τώρα ένα και μοναδικό.

Ο Γιαμαγκούτσι είναι κοντός, λίγο πάνω από 1,50 μ., αλλά δίνει τήν εντύπωση ανθρώπου "με διαστάσεις". Τά περίπου 75 κιλά του, τού δίνουν όψη σωματώδη. Δεν χαμογελάει συχνά. Είναι σχεδόν πάντα σοβαρός και συγκρατημένος, και δίνει τήν εντύπωση βαθείας αξιοπρέπειας.

Ταυτόχρονα είναι ένας άνοιχτόκαρδος συνάδελφος και δάσκαλος. Είναι φοβερά ζωντανός όταν άνεβαίνει τή πλαγιά ενός βουνού στην καρδιά τού χειμώνα, έχοντας πίσω του τούς συναδέλφους του, χωρίς παπούτσια και με ένα λεπτό ρούχο.

Είναι αρκετά μορφωμένος. Σπούδασε ιατρική, έχει μελετήσει πολλές από τίς τέχνες και έχει πέμπτο ντάν μαύρη ζώνη στο τζούντο.

Βασικά είναι χορτοφάγος αλλά τά τελευταία χρόνια πήρε λίγο βάρος. Δεν έπαφε όμως να είναι τό ίδιο δυναμικός όπως πριν και ή ταχύτητα τών κινήσεών του είναι πάντα ή ίδια.

Ο Γιαμαγκούτσι γεννήθηκε στο Κιούσου τού Μιγιαζάκι Κέν, τό 1907. Τού άρεσε ο άθλητισμός από παιδί και εκεί πήρε τά πρώτα μαθήματα καράτε. Άλλά με τήν έγκατάσταση της οικόγενείας του στο Κιότο, όταν ήταν έφηβος, άρχισε τή σοβαρή εκπαίδευση στο καράτε.

"Όταν φοιτούσε στο Πανεπιστήμιο Ριτσουμέικαν, ο Γιαμαγκούτσι άκουσε για πρώτη φορά για τό καράτε Γκότζου και για τόν Τσότζουν Μιγιαγκι, τόν έπικεφαλής της σχολής Γκότζου.

Περίεργος να μάθει για τό σύστημα αυτό, ο Γιαμαγκούτσι έγραφε στόν Μιγιαγκι και τόν κάλεσε στην Ίαπωνία. Ο Μιγιαγκι δέχτηκε άμέσως. Η συνάντηση ήταν σημαντική όχι μόνο για τό Γκότζου αλλά γενικά για τό καράτε.

Ο Μιγιαγκι ήρθε από τήν πόλη Νάχα της Οκινάουα όπου ή ανάπτυξη τού καράτε είχε πάρει άλλο δρόμο. Οι άλλες μεγάλες σχολές καράτε βρισκονταν κυρίως στο Σίρου της Οκινάουα. Στο Σίρου, δινόταν μεγαλύτερη έμφαση στις "σκληρές" τεχνικές. Άλλά για τόν Μιγιαγκι οι "μαλακές" τεχνικές ήταν έξ ίσου σημαντικές με τίς "σκληρές".

Τό "σκληρό-μαλακό" στύλ.

Στήν κυριολεξία, ή λέξη Γκότζου σημαίνει "σκληρό-ήπιο". "Γκό" στα γιαπωνέζικα σημαίνει σκληρότητα και "τζού" ήπιότητα. Τό σύστημα βασίζεται στην ιδέα ότι ή συνεχής σκληρότητα και άκαμψία δεν είναι καλή. Δεν είναι επίσης καλό ή ήπιότητα και ή πολλή εύαισθησία και εύγένεια. Οι δύο αυτές άκραίες καταστάσεις πρέπει να άλληλοσυμπληρώνονται.

Ο συνδυασμός τών δύο αυτών δίνει στο καράτε Γκότζου όμορφες, άρμονικές αλλά και πειθαρχημένες κινήσεις. Άλλά εάν κάποιος νομίζει ότι τό Γκότζου είναι απλά ένα ώραίο στύλ χορού που περιέχει και κάτι από τίς τεχνικές άμυνας, δεν έχει παρά να παρακολουθήσει δύο άθλητές τού Γκότζου να συμπλέκονται.

Οι κινήσεις τους είναι γρήγορες, ύπερβολικά γρήγορες. Στηρίζονται σε μιά έπιθετική τεχνική που περιλαμβάνει πολύ δυνατά χτυπήματα προερχόμενα από σχετικά εύκολη προσπάθεια. Οι αντίπαλοι δεν έχουν ώρα πολλή να σταθούν και να προετοιμαστούν για νέα επίθεση. Ανταλλάσσουν χτυπήματα και γροθιές γρήγορα, κινούνται συνεχώς, όχι μόνο μπροστά και πίσω αλλά και στα πλάγια, κτυπώντας ποτε από άριστερά ποτε από δεξιά.

Στόν Γιαμαγκούτσι άρεσαν άμέσως οι περίεργες και περίπλοκες τεχνικές που παρουσίασε ο Μιγιαγκι. Από εκείνη τή στιγμή ο Γιαμαγκούτσι κατάλαβε ποιά θα ήταν τό μέλλον του. Αφοσιώθηκε στην εκπαίδευση τού Γκότζου και άπομακρύνθηκε από τίς άλλες του ασχολίες. Όταν ο Μιγιαγκι έφυγε για τήν Οκινάβα άφησε πίσω του ένα καλά εκπαιδευμένο και άφοσιωμένο άθλητή.

Ο Μιγιαγκι άπένειμε στόν Γιαμαγκούτσι τή μεγαλύτερη διάκριση στο Γκότζου και τόν έθεσε έπικεφαλής της σχολής στην Ίαπωνία.

Ένας βαθιά άφοσιωμένος άθλητής

Ο Μιγιαγκι δεν θα μπορούσε να κάνει καλύτερη έκλογή. Πάντα άκούραστος ο Γιαμαγκούτσι έγινε ένας πραγματικός άπόστολος τού Γκότζου στην Ίαπωνία. Είχε βάλει σκοπό να τό εξαπλώσει μέσα και έξω από τήν Ίαπωνία.

Τό πρώτο πράγμα που έκανε ήταν να ανοίξει ένα ντότζο. Οργάνωσε τή πρώτη λέσχη καράτε στο Πανεπιστήμιο Ριτσουμέικαν και τό πρώτο ντότζο καράτε στη δυτική Ίαπωνία τό 1930. Κάτω από τή συνεχή και ένεργητική επίβλεψη του, ή σχολή άρχισε να προσελκύει πολλούς ενδιαφερομένους και τό σύστημα Γκότζου καράτε άρχισε να εξαπλώνεται.

Μετά από λίγο καιρό ο Γιαμαγκούτσι έκανε μιά βασική αλλαγή στη σχολή Γκότζου που έφερε ριζική αλλαγή στην ανάπτυξη τού καράτε. Αφού παρατήρησε προσε-

κτικά τούς μαθητές του, κατέληξε στο ότι τό άυστηρό καράτε της Οκινάουα, με τίς άρχαίες Κινέζικες ρίζες του, ήταν πολύ στατικό και περιορισμένο.

Ο Γκογκέν Γιαμαγκούτσι πίστευε ότι οι τεχνικές κάτω και οι προκαταρκτικές άσκήσεις πυγμαχίας, που λεγόντουσαν γιατζουσόκου, άπομάκρυναν πολλούς από τούς μαθητές. Κατά τή διδασκαλία τού συστήματος "Οκινάβα" παρατήρησε ότι πολλοί από τούς μαθητές δεν μπορούσαν να ακολουθήσουν τίς άσκήσεις αυτές ή δεν απέδιδαν όσο έπρεπε.

Αυτό που ήθελε ο Γιαμαγκούτσι να κάνει, ήταν να τίς κάνει πιο προσιτές πράγμα που τό κατάφερε κάνοντας τό ρυθμό τους πιο γρήγορο και επιτρέποντας μεγαλύτερη έλευθερία κινήσεων. Ήθελε τό σύστημα να είναι προσαρμοσμένο στις ανάγκες τού καθενός, αλλά ακόμα να διατηρεί τίς θεμελιώδεις βάσεις τού συστήματος "Οκινάβα". Η νέα αυτή ιδέα ήταν τό "κούμιτε" ή "έλεύθερος άγώνας".

Στήν αρχή τό κούμιτε στηριζόταν σε άρχές τού μπόξ. Άργότερα, άρχισε να παίρνει ένα όμαλότερο δρόμο, αφήνοντας τό έλεύθερο μπόξ και πειθαρχώντας σε όρισμένους κανόνες. Ο Γιαμαγκούτσι έπικαλέστηκε όλες τίς γνώσεις του πάνω στις πολεμικές τέχνες, για να τού δώσει ένα στύλ.

Άρχισε με τήν προσαρμογή άρχών τού "κέντο" (ξίφομαχία) σε κανόνες κούμιτε. Προτίμησε τό κέντο γιατί έχει καθαρές τεχνικές χτυπήματος και είναι πιο εύστοχο. Ο Γιαμαγκούτσι ξεκαθάρισε σάν στόχους τό στομάχι και τό κεφάλι.

Για τήν προτίμησή του στο κέντο, έξηγοΰσε: "Στό κέντο, ένα πραγματικό ξίφος μπορεί να κόψει οποιοδήποτε μέρος τού σώματος, να προκαλέσει τραυματισμό, τίς περισσότερες φορές, σοβαρό. Άλλά για σκοπούς μεγαλύτερης άσφαλείας, επιτρέπονται χτυπήματα μόνο στο στομάχι και τό κεφάλι." Η ζώνη χτυπήματος, έλεγε, πρέπει να είναι περιορισμένη. Περιορισμένα ήταν ακόμα και τά είδη τών χτυπημάτων. Στο "σιάι" (σκληρός άγώνας) επιτρέπονται χτυπήματα μόνο με τά πόδια και τή γροθιά. Χτυπήματα με άγκώνες, δάχτυλα, άνοιχτά χέρια και γρατσουνίσματα με τά νύχια δεν επιτρέπονται. Βέβαια, γι' αυτούς που παίζουν σε ντότζο, οι κινήσεις είναι πιο έλεύθερες γιατί ύπάρχει άρκετός χώρος γι' αυτές. Όταν όμως ο χώρος είναι περιορισμένος, ο άθλητής πρέπει να προσαρμοστεί κατάλληλα. Έτσι ένας καλός άθλητής τού ντότζο μπορεί να μην άποδώσει σε πιο κλειστό χώρο, και τό αντίθετο.

Χάρη στους έλεύθερους άγώνες, σε αντίθεση με τήν άυστηρότητα τών κάτω, τό καράτε έγινε δημοφιλές - άναπτύχθηκε και εξαπλώθηκε τά έπόμενα χρόνια. Όμως ο πόλεμος έμπόδισε για χρόνια τήν εξαπλώση αυτή.

Τό 1939 ο Γιαμαγκούτσι άφησε τή σχολή γιατί τόν έστειλε ή Ίαπωνική κυβέρνηση στη Ματζουρία. Έμεινε εκεί όλα τά χρόνια τού πολέμου. Βρισκόμενος λοιπόν στο έξωτερικό, είχε τήν ευκαιρία να γυρίσει όλη τήν Κίνα και να παρατηρήσει από κοντά τίς διάφορες Κινέζικες πολεμικές τέχνες.

Πρός τό τέλος τού πολέμου, οι Ρώσοι μπηκαν στη Ματζουρία και ο Γιαμαγκούτσι πιάστηκε αιχμάλωτος. Έκει τήν εποχή, ή γυναίκα του, Μιντόρι, περίμενε από μέρα σε μέρα τό τρίτο της παιδί. Αφού πήρε τά όλα δύο της παιδιά, ή Μιντόρι Γιαμαγκούτσι περπάτησε αρκετά μίλια για να βρει ένα άλλο χωριό, όπου γεννήσε. Τους έπόμενους μήνες, τό χωριό αυτό άθλητικε συνέχεια εισβολές από τέσσερις διαφορετικούς στρατούς.

Συνέχεια στο έπόμενο

# Τατσοῦ Σουζούκι, 8 ντάν

## Γουάντο-ρύου καράτε

Τὴν ἐβδομάδα 18 μὲ 23 Μαρτίου εἶχε ἔρθει στὴν Ἀθήνα ὁ κ. Τατσοῦ Σουζούκι, 8 ντάν Γουάντο-Ρύου Καράτε, προσκαλεσμένος τῆς Λέσχης AKDA καὶ τῆς Σχολῆς KENBUKAN. Ὁ κ. Τατσοῦ Σουζούκι, ἀρχηγός τοῦ Εὐρωπαϊκοῦ κλάδου τοῦ Γουάντο-Κάϊ (δηλ. τοῦ Ὄργανισμοῦ Γουάντο) τῆς Ἰαπωνίας ἦρθε στὴν Ἑλλάδα γιὰ νὰ προπονήσει τοὺς Ἑλληνες καρατέκα καὶ γιὰ νὰ κάνει ἐξετάσεις. Ἀφοῦ παρακολούθησα μιὰ ἀπὸ τίς προπονήσεις τους, ἀπὸ ὅπου καὶ οἱ ἀντίστοιχες φωτογραφίες, πλησίασα τὸν κ. Σουζούκι, μιὰ μέρα πρὶν φύγει, στὸ ξενοδοχεῖο του καὶ τὸν παρακάλεσα νὰ ἀπευθύνει μερικὰ λόγια στοὺς ἀναγνώστες τοῦ "Δ J-K".

**Δ J-K:** Σενσέϊ, εἶμαι ἐκδότης αὐτοῦ τοῦ περιοδικοῦ καὶ θὰ ἤθελα νὰ σᾶς παρακαλέσω ἀπὸ μέρους τῶν ἀναγνωστῶν του νὰ μᾶς πεῖτε μερικὰ πράγματα γιὰ τὴν προσωπική σας σύνδεση μὲ τὸ καράτε Γουάντο-Ρύου (δηλ. τῆς σχολῆς Γουάντο) καὶ τὴν ἐξέλιξή σας σ'αὐτό.

**SENSEI:** Χαίρομαι πού μέσω τοῦ περιοδικοῦ σας θὰ μπορέσω νὰ "μιλήσω" λίγο μὲ τοὺς Ἑλληνες πού ἀγαπᾶνε τὸ καράτε. Ἡ προσωπική μου ζωὴ καὶ ἡ σύνδεση μου μὲ τὸ καράτε εἶναι γεγονότα πολὺ φυσικά γιὰ μένα. Εὐχαρίστως νὰ σᾶς τὰ περιγράψω σὲ γενικὲς γραμμές.

"Γεννήθηκα στὴ Γιοκοχάμα, στίς 17 Ἀπριλίου τοῦ 1928. Μεγάλωσα ὅπως τὰ περισσότερα παιδιά τῆς περιοχῆς μου. Μέχρι τὰ 14 μου χρόνια εἶχα ἀσχοληθεῖ μὲ τὸ κέντο. Δεκαεσσάρων χρονῶν πῆγα σὲ μιὰ μεγάλη σχολὴ μὲ διάφορα τμήματα καὶ διάφορα μαθήματα γιὰ νὰ μάθω ἀγγλικά. Τελικά ὅμως μὲ τράβηξε τὸ τμήμα τοῦ καράτε. Γνωρίστηκα, ἔτσι, μὲ τὸ καράτε τοῦ Γουάντο-Κάϊ καὶ εἶχα δάσκαλο τὸν κ. Κιμούρα, 5 ντάν. (Ἐκείνη τὴν ἐποχὴ, τὸ 5ο ντάν ἦταν ἡ ἀνώτερη βαθμίδα. Δέν εἶχε ἀκόμα θεσπιστεῖ τὸ σημερινὸ σύστημα πού βαθμολογεῖ μέχρι 10 ντάν.) Μετὰ ὅμως ἀπὸ λίγο καιρὸ πῆγα στὸ κλάμπ τοῦ Ὄτσούκα σενσέϊ, τοῦ ἰδρυτῆ τοῦ Γουάντο-Ρύου. Ἦταν ἓνα κλάμπ διεθνούς φήμης, καὶ φυσικά ὁ νέος δάσκαλος ἦταν καλύτερος ἀπὸ τὸν προηγούμενο. Ἔτσι πρὶν πάω στὸ Πανεπιστήμιο εἶχα πάρει τὸ 3ο ντάν".

**Δ J-K:** Σενσέϊ, πῶς ἦταν τὸ καράτε ἐκεῖνα τὰ χρόνια στὸ Πανεπιστήμιο;



Σουζούκι σενσέϊ καὶ Θ. Περισίδης στὸ ξενοδοχεῖο τοῦ πρώτου κατὰ τὴν ἐνδιαφέρουσα συνέντευξη.

**SENSEI:** Τὸ Πανεπιστήμιο πού διάλεξα νὰ φοιτήσω ἦταν τὸ NIPPON UNIVERSITY καὶ διάλεξα αὐτό, ἐπειδὴ εἶχε τὸ δυνατότερο κλάμπ καράτε. Παρακολούθησα τὸν Οἰκονομικὸ Κλάδο καὶ συγχρόνως ἔκανα ἐντατική προπόνηση. Ἐπειδὴ ἤμουνα μικρόσωμος σὲ σύγκριση μὲ ἄλλους καρατέκα πίστευα πῶς ὁ μόνος τρόπος νὰ καλύψω τὴ διαφορά μου ἀπὸ αὐτοὺς σὲ σωματική διάπλαση ἦταν τὸ νὰ κάνω πολὺ περισσότερη ἀπὸ αὐτοὺς προπόνηση. Πραγματικά, πολλοὶ μὲ χαρακτήριζαν "ὁ τρελλός", γιὰτί ἔκανα περὶ τίς 10 ὥρες προπόνηση τὴν ἡμέρα. Ὅσο τὸ θυμάμαι ἀκόμα καὶ τώρα συμφωνῶ πῶς εἶχαν δίκιο. Ἐκίνα προπόνηση 2 ὥρες πολὺ πρῶτ' ὄντος μου, 3 ὥρες τὸ μεσημέρι στὸ κλάμπ τοῦ πανεπιστημίου, 3 ὥρες τὸ βράδυ στὴ σχολὴ τοῦ σενσέϊ Ὄτσούκα καὶ 2 ὥρες γύρω στὰ μεσάνυχτα. Ἦταν ἓνα "τρελλό" πρόγραμμα πού ὅμως ἐπέμεινα νὰ τὸ κρατήσω γιὰ 10 συνεχῆ χρόνια."

"Πρὶν τελειώσω τὸ Πανεπιστήμιο εἶχα πάρει τὸ 5ο ντάν πού ἦταν ἡ μεγαλύτερη διάκριση τὴν ἐποχὴ ἐκείνη. Τὴ διάκριση αὐτὴ δέν τὴν εἶχε πάρει κανεὶς μέχρι τότε, ἐνῶ ἦταν φοιτητής. Ἐχοντας ἀντικειμενικὸ σκοπὸ, τότε, μόνη τὴν ἐξάσκηση στὴν τέχνη καὶ ὄχι τίς διακρίσεις δέν ἐνδιαφερόμουν γιὰ βαθμούς καὶ εἶχα μείνει μέχρι τίς μέρες τῶν ἐξετάσεων μὲ τὸ 3ο ντάν πού εἶχα ὅταν μπῆκα στὸ Πανεπιστήμιο. Θυμάμαι πῶς οἱ φίλοι μου ἐπέμειναν νὰ δώσω ἐξετάσεις καὶ ἔδωσα γιὰ 4ο ντάν. Ὅταν μετὰ τίς ἐξετάσεις ὁ Ὄτσούκα σενσέϊ μου ἀπένευε τὸ 5ο ντάν, διαμαρτυρήθηκα μήπως εἶχε γίνει λάθος. Τότε ὁ Ὄτσούκα σενσέϊ μου ἐξηγήσε πῶς δέν εἶχε γίνει λάθος ἀλλὰ ὅλοι οἱ ἐξεταστὲς συμφώνησαν πῶς ἔπρεπε νὰ πάρω τὸ 5ο ντάν. Μετὰ ἀπὸ μερικὰ χρόνια, πού τὸ βαθμολογικὸ σύστημα ἄλλαξε καὶ ὁ ἀνώτερος βαθμὸς ἐγίνε τὸ 10ο ντάν, μοῦ ἀπένευε τὸ 7ο ντάν."

**Δ J-K:** Σενσέϊ, πῶς ἦταν οἱ ἀγῶνες καράτε ἐκείνη τὴν ἐποχὴ;

**SENSEI:** Ἐκεῖνα τὰ χρόνια, οἱ ἀγῶνες γινόντουσαν χωρὶς κανονισμούς καὶ ἐσωτερικοὶ (δηλ. ὄχι μπροστὰ σὲ κοινὸ). Μετὰ ἔξι χρόνια περίπου, γύρω στὸ 1946-47 ἐγίναν οἱ πρῶτοι κανονισμοί, ἐπειδὴ θὰ γινόντουσαν ἀγῶνες μπροστὰ σὲ κοινὸ.



Στιγμιότυπο ἀπὸ τὴν προπόνηση στὴ Λέσχη AKDA. Διδάσκει ὁ σενσέϊ Σουζούκι.

"Καὶ πραγματικά, τὸ 1947, ἐγίνε τὸ Πρῶτο Πανεπιστημικὸ Πρωτάθλημα Καράτε ὄλων τῶν στύλ. Ἀπὸ ἐκείνη τὴ χρονιά, τὰ στύλ πού ἔβαλαν κανονισμούς στοὺς ἀγῶνες τους ἐγίναν πῶς δημοφιλή. Ἀλλὰ οἱ ἀγῶνες ἦταν πολὺ σκληροί. Θυμάμαι πῶς στὸ κλάμπ τοῦ Πανεπιστημίου, στὴν ἀρχὴ τῆς χρονιάς, ἀρχίζαν περὶ τοὺς 200 φοιτητὲς καὶ στὸ τέλος τῆς χρονιάς εἶχαν μείνει μόνο 20."

"Τί ἀξέχαστα χρόνια! Ὅταν δίδασκα ἀκόμα στὸ ντότσο τοῦ σενσέϊ Ὄτσούκα, θυμάμαι πῶς μᾶς ἄρεσε τότε ὁ ἐλεύθερος ἀγῶνας μὲ πραγματικά χτυπήματα. Τέτοιους ἀγῶνες παίζαμε μόνο ὅταν ἐφευγε ὁ Ὄτσούκα σενσέϊ ἀπὸ τὸ ντότσο. Θὰ ἔπρεπε νὰ μὲ εἶχε σαγηνεύσει πολὺ ἡ συνήθεια αὐτὴ, γιὰτί ὅταν ἔβγαينا στὸν ἀγωνιστικὸ χώρο δέν ἔβρισκα μπροστὰ μου ἀντίπαλο. Νεανική νοοτροπία. Ἡ ἀλήθεια πάντως εἶναι πῶς ἡ τέχνη δέν ἔχει σκοπὸ τὸν τραυματισμὸ τοῦ ἀντιπάλου."

**Δ J-K:** Σενσέϊ, μὲ τί ἀσχοληθήκατε μετὰ τὰ χρόνια τοῦ Πανεπιστημίου καὶ τί σχέση δημιουργήσατε μὲ τὸ Γουάντο-ρύου καράτε;

Αὐτοσυγκέντρωση καὶ χαλάρωση μετὰ ἀπὸ ἐντατικὴ προπόνηση.



17 χρόνια ΔYNAMIKO 1977-1994 στο www.karate.gr - Copyright © Ευθύμιος Περισίδης, Τεύχος No 19, ΜΑΙ'79 - Σελ. 6/42



Ο Σουζούκι σενσέϊ σε διδασκαλία τεχνικών με βοηθό τον Ήλια Μοσχονά, 2 ντάν Γουάντο-ρούου.



50

Ο Σουζούκι σενσέϊ σε διδασκαλία τεχνικών με βοηθό τον Χρήστο Μπουλούμπαση, 2 ντάν Γουάντο-ρούου.

SENSEI: Πραγματικά, η διάδοση του καράτε σε όλες τις χώρες έχει και την κοσμοπολίτικη άποψη της. Το 1963 έφυγα από την Ιαπωνία με μερικούς βοηθούς μου για ένα μεγάλο γύρο σε όλο τον κόσμο. Επισκεφτήκαμε πολλές πόλεις, όπου παρουσιάσαμε το Γουάντο-ρούου καράτε με επίδειξεις και διδασκαλία. Μετά από αυτό το γύρο κατάλαβα πως έπρεπε να διδάξω καράτε έξω από την Ιαπωνία.

"Σε κάθε πόλη που περνούσαμε, όλοι μας πρότειναν να μείνουμε για να διδάξουμε. Αυτή η πρόταση μου έγινε πολύ επίμονα στο Λός Άντζελες, όπου δόθηκε μεγάλη έπισημότητα στην παρουσίαση του Γουάντο-ρούου καράτε. Σε ένα κλάμπ, μάλιστα, κάναμε επίδειξη σε 20 μόνο άτομα, αλλά της τάξεως των εκατομμυριούχων, και μάλιστα τραβήξε ταμίνια ειδικό συνεργείο που είχε έρθει από το Χόλλυγουντ. Όλοι ήθελαν να μείνουν για αυτό το κλάμπ αλλά σκέφτηκα πως θα δυσαρεστούσα τα άλλα κλάμπς και πως το καράτε δίδετο για διάδοση και δεν έπρεπε να το κρατήσω σε περιορισμένα όρια. Έτσι άφησα το Λός Άντζελες.

Δ J-K: Τώρα, από ότι ξέρουμε, μένετε στην Αγγλία. Ποιά είναι η θέση σας στο Γουάντο-Κάϊ;

SENSEI: Ναι, μένω στην Αγγλία από το 1965. Είμαι Αρχηγός-Εκπαιδευτής του Ευρωπαϊκού Γουάντο-Κάϊ (CHIEF INSTRUCTOR OF EUROPIAN WADO-KAI).

"Όταν ήρθα στην Εύρωπη, δεν υπήρχε κανένα κλάμπ Γουάντο-ρούου. Μετά από επίδειξεις σε διάφορες πόλεις αναπτύχθηκε μεγάλο ενδιαφέρον. Έτσι, έστειλα άμέσως δύο Ιάπωνες δασκάλους στην Ολλανδία και την Δυτική Γερμανία. Τώρα ο Όργανισμός του Γουάντο-ρούου στέλνει Ιάπωνες δασκάλους σε πολλά Ευρωπαϊκά κράτη. Η δημιουργία μιας νέας σχολής είναι μια μικρή ευχάριστη και ενδιαφέρουσα ιστορία που επαναλαμβάνεται σχεδόν με τον ίδιο τρόπο. Πηγαίνω με τους βοηθούς μου σε κάποια άλλη πόλη που έχει εκδηλωθεί ενδιαφέρον, κάνουμε μια δημόσια επίδειξη της τέχνης, διδάσκουμε στους ενδιαφερομένους για λίγο καιρό και στη συνέχεια στέλνω Ιάπωνη δάσκαλο να συνεχίσει την εκπαίδευση.

Δ J-K: Σουζούκι σενσέϊ, ποιά είναι περίπου η διεθνής όργανωση του Γουάντο-Κάϊ;

SENSEI: Το Αρχηγείο του Γουάντο-Κάϊ βρίσκεται φυσικά στην Ιαπωνία και έχουν δημιουργηθεί αρκετοί κλάδοι του Όργανισμού σε όλο τον κόσμο με κατάλληλους Αρχηγούς-Εκπαιδευτές. Τις Ηνωμένες Πολιτείες έχει

αναλάβει ο κ. Άτζάρι, 7ντάν, με έδρα το Σάν Φραντσίσκο, τον Καναδά ο κ. Τακασούκι, 5 ντάν, την Νότια Αμερική ο κ. Τακαμάτσου, 7 ντάν, την Ασία ο κ. Τανάμπε, 7 ντάν, την Αυστραλία ο κ. Σακάϊ 7 ντάν, τα Αραβικά κράτη ο κ. Ιβάζι, 7 ντάν και την Εύρωπη εγώ.

"Ειδικότερα στην Εύρωπη το Γουάντο-ρούου καράτε έχει αναπτυχθεί πολύ στις χώρες Ιταλία, Αυστρία, Δ. Γερμανία, Βέλγιο, Ολλανδία, Γαλλία, Ισπανία, Σουηδία, Φιλανδία, Ιρλανδία στις οποίες υπάρχουν και Ιάπωνες εκπαιδευτές. Αλλά και στις χώρες Γιουγκοσλαβία, Πορτογαλία, Δανία, Νορβηγία, Ελβετία και Ελλάδα αναπτύσσεται και διαδίδεται από τους ντόπιους ενθέρμους οπαδούς του. Για τα ανατολικά κράτη είναι κάπως πιο δύσκολο να αναπτυχθεί γιατί είναι λίγο δύσκολη η επικοινωνία. Από μαθητές μου που δουλεύουν σε Ιαπωνικές εταιρείες που έχουν σχέση με τη Ρωσία μαθαίνω πως έχει δημιουργηθεί ένα αρκετά έντονο ενδιαφέρον εκεί και υπολογίζω να υπάρχουν 20.000 έως 30.000 ρώσοι καρατέκα. Επίσης, στην Πολωνία και την Ούγγαρία έχουν δημιουργηθεί εστίες καράτε.

Δ J-K: Σενσέϊ, βρίσκετε καμιά διαφορά μεταξύ των καρατέκα της Ιαπωνίας και των καρατέκα των άλλων κρατών;

SENSEI: Πραγματικά υπάρχει μια διαφορά. Συνήθως οι εκτός Ιαπωνίας καρατέκα εκπαιδεύονται για σπόρ στο καράτε ή πολλές φορές και για αγώνες. Στην Ιαπωνία οι καρατέκα δεν εκπαιδεύονται μόνο για σπόρ αλλά αποβλέπουν και στην φυσική και πνευματική καλλιέργεια. Μέσα από την ακρίβεια της λεπτομέρειας στην τεχνική, το έθιμοτυπικό και την πειθαρχία, τη σκληρή προπόνηση και τη συμμετοχή σε συχνούς αγώνες με ανταγωνιστική άμιλλα, πηγαίνει μια δόκιμη φιλοσοφία για την υποκειμενική ύπαρξη του ατόμου καθώς και τη συμμετοχή του και την προσφορά του στο κοινωνικό σύνολο. Αυτό πρέπει να προσπαθεί ένας καλός δάσκαλος να δίνει στον σύγχρονο καρατέκα. Είναι παρατηρημένο πως ένας καλός δάσκαλος με αυτό το σκοπό θα κάνει μια καλή σχολή. Ένας καλός δάσκαλος, που δεν έχει ο ίδιος έμβασμένο σ' αυτό το θέμα, θα κάνει μια κακή σχολή.

Δ J-K: Σενσέϊ, πως βρήκατε το Γουάντο-ρούου καράτε στην Ελλάδα;

SENSEI: Με μεγάλη μου ευχαρίστηση μπορώ να πω πως το Γουάντο-ρούου καράτε στην Ελλάδα έχει τοποθετήσει σε γερές βάσεις την πνευματική άποψη, γιατί ο Γιώργος



Σουζούκι σενσέϊ σε παλιά επίδειξη στην Αγγλία με δύο από τους βοηθούς του.

Πιντέρης, 2 ντάν, του έδωσε άρχης καλές βάσεις. Με μεγάλη μου χαρά θα περιμένω να δω την ελληνική ομάδα να παίρνει μέρος στους Πανερωπαϊκούς Αγώνες που θα γίνουν φέτος στο Δουβλίνο.

Δ J-K: Σενσέϊ, θα ήθελα να θίξω τώρα ένα θέμα που όπωσδήποτε θα έχετε αντιμετωπίσει πάλι. Έχουμε ένα πρόβλημα εδώ στην Ελλάδα με ανθρώπους, Έλληνες ή ξένους, που ισχυρίζονται πως έχουν 5, 6, ή και 10(!) ντάν σε κάποιο άγνωστο μέχρι τώρα στυλ καράτε και διδάσκουν διάφορους ανόητους. Πως θα μπορούσαμε να τους σταματήσουμε;

SENSEI: Το καταλαβαίνω το πρόβλημά σας. Παρουσιάζεται σε κάθε χώρα που φτάνει το καράτε. Η γνώμη μου είναι πως είναι δύσκολο να τους σταματήσετε. Αλλά η προσπάθειά τους είναι καταδικασμένη από πριν. Προσπαθούν να πουλήσουν κάτι που δεν το ξέρουν. Το αποτέλεσμα είναι πως τελικά στρέφονται εναντίον τους ακόμα και οι μαθητές τους, ενώ οι ίδιοι κλείνουν τις σχολές τους αφού ματαιοπονήσουν 3-4 χρόνια. Όταν πήγα, π.χ., στην Αγγλία και έστησα την πρώτη σχολή Γουάντο-ρούου ένας μαθητής μου μου είπε: "Σενσέϊ, 4 τεράγωνα πιο κάτω υπάρχει μια σχολή καράτε με κάποιο Άγγλο 7 ντάν, που δεν ξέρει τίποτα. Σε παρακαλούμε, κάνε κάτι." Πραγματικά επισκεφτήκα τον "συνάδελφο" και του είπα ποιός είμαι. "Φύγε, μου είπε, δεν θέλουμε επισκέψεις." Τόν ρώτησα: "Ποιός σου έδωσε τα

7 ντάν;" "Μόνος μου τα πήρα," μου είπε. Μετά από 3 μήνες όλοι οι μαθητές του είχαν φύγει και η σχολή έκλεισε.

Δ J-K: Σενσέϊ, αρκετά σας κούρασα. Μια τελευταία σας συμβουλή για τους Έλληνες καρατέκα;

SENSEI: Πιστεύω πως η ιδιοσυγκρασία του Έλληνα έχει πολλά θετικά στοιχεία για να δώσει καλούς καρατέκα. Τους συμβουλεύω να κάνουν πολύ σοβαρά την εκπαίδευσή τους. Πρέπει να συνεχίζουν κάθε μέρα με υπομονή, επιμονή και δύναμη, χωρίς σταματημό. Έτσι θα βελτιωθούν. Ιδίως βασικές τεχνικές. Είναι η βάση για τις φηλότερες τεχνικές. Και κάτι άλλο. Πρέπει να διατηρούν το έθιμοτυπικό μέρος της τέχνης, ιδιαίτερα αυτό να διδάσκεται στα μικρά παιδιά, και να έχουν στόχο τους τα θετικά πνευματικά στοιχεία που θα τους δώσει η πολεμική αυτή πειθαρχία που λέγεται καράτε-ντό.

Δ J-K: Σουζούκι σενσέϊ, σας ευχαριστώ από μέρους όλων των Ελλήνων καρατέκα και των αναγνωστών του περιοδικού μας για τις ενημερωτικές πληροφορίες και τις χρήσιμες συμβουλές που μας δάσατε. Ευχομαι την επόμενη φορά που θα επισκεφτείτε την Ελλάδα να επικοινωνήσετε πάλι με τους αναγνώστες μας μέσω του περιοδικού μας.

T E A O Σ

# Kang Uk Lee,

## 7 dan Τάνγκ-σου-ντό

Από 25 έως 28 Μαρτίου είχε επισκεφτεί την Αθήνα ο κ. Κάνγκ Ούκ Λη, 7 ντάν στο Τάνγκ-σου-ντό, Αρχηγός-Εκπαιδευτής για την Ευρώπη στην κορεάτικη πολεμική αυτή τέχνη. Μέ την ευκαιρία του έρχομυ του γνώρισα από κοντά τον Αθηναϊκό Όμιλο Τάνγκ-σου-ντό, του οποίου η ύπαρξη αποτελεί μιά μακροχρόνια, αξιοθαύμαστη προσπάθεια του εκπαιδευτή του όμιλου κ. G. PAGE και των φίλων του Τάνγκ-σου-ντό.

Ο κ. Κάνγκ Ούκ Λη επισκέπτεται κατά καιρούς την Αθήνα προσκαλεσμένος από τον Όμιλο για να δίνουν εξετάσεις οι προετοιμασμένοι για αυτό άθλητές. Στιγμιότυπα από τις εξετάσεις αυτής της φοράς βλέπετε και στις φωτογραφίες μας. Σε μιά σύντομη συζήτηση με τον κ. Λη απόσπασα τες παρακάτω χρήσιμες πληροφορίες για τους ενδιαφερομένους αναγνώστες μας.

Δ J-K: Κύριε Λη, όπως με πληροφόρησε ο κ. PAGE, έχετε 7 ντάν στο Τάνγκ-σου-ντό. Ποιά είναι ακριβώς η σχέση σας με αυτή την άγνωστη για τους πολλούς Έλληνες καρτένα κορεάτικη πολεμική τέχνη;

κ. Λη: Πρώτα απ'όλα θά ήθελα να εκφράσω την ευχαρίστησή μου που μου δίνεται η ευκαιρία να πω δύο λόγια για τό Τάνγκ-σου-ντό στους Έλληνες φίλους των πολεμικών τεχνών.

"Τώρα μπορώ να σάς απαντήσω. Όπως ίσως ξέρετε, υπάρχει μιά διεθνής όμοσπονδία που διαδίδει παγκόσμια και έποπτεύει την κορεάτικη πολεμική τέχνη που λέγεται Τάνγκ-σου-ντό. Είναι η WORLD TANG SOO DO FEDERATION που έχει τό Αρχηγείο της στην Κορέα και έχει μέλη της τις όμοσπονδίες περισσότερων από τριάντα κρατών. Ένας από τους κλάδους της Παγκόσμιας Όμοσπονδίας είναι και η Ευρωπαϊκή, η οποία έχει μέλη της την Αγγλία, τό Βέλγιο, την Γερμανία, την Ιταλία, την Ελλάδα κ.ά. Εγώ έχω όριστεί ως Αρχηγός-Εκπαιδευτής της Ευρωπαϊκής Όμοσπονδίας και μένοντας στην Αγγλία παρακολουθώ την σωστή διάδοση του Τάνγκ-σου-ντό στα ευρωπαϊκά κράτη, κάνω εξετάσεις και είσσηγομαι στο Αρχηγείο (Κορέα) την απόδοση βαθμών και διπλωμάτων στους άθλητές που πραγματικά αξίζουν.

Ο κ. KANG UK LEE, 7 ντάν TANG SOO DO, ο κ. GEORGE PAGE, 4 ντάν, και ο εκδότης αυτού του "ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ" περιοδικού κατά τις εξετάσεις που έκανε ο κ. LEE στη σχολή του κ. PAGE τον Μάρτιο του 1979.



Δ J-K: Κύριε Λη, πείτε για τους αναγνώστες μας μερικά γενικά στοιχεία για την προσωπική σας ιστορία στο άθλημα.

κ.Λη: Ευχαρίστως. Είμαι 43 χρονών και προπονούμαι στο Τάνγκ-σου-ντό περί τά 30 χρόνια. Είμαι από τά ιδρυτικά μέλη της σημερινής Παγκόσμιας Όμοσπονδίας. Δάσκαλός μου ήταν ο μάστερ Χβάν Κή, ο ιδρυτής του Τάνγκ-σου-ντό.

"Είχα βγάλει μιά τεχνική σχολή σιδηροδρομικών και είχα πιάσει δουλειά στους σιδηροδρόμους που ήταν τότε κρατικοί. Ο μάστερ Χβάν Κή, ήταν τότε και αυτός υπάλληλος στους κρατικούς σιδηροδρόμους και δίδασκε την πολεμική τέχνη στους συναδέλφους του. Έτσι, άρχισα και εγώ να προπονούμαι μαζί τους.

Δ J-K: Μετά από τά χρόνια της εκμάθησως, διδάξατε ο ίδιος σε άλλα μέρη;

κ. ΛΗ: Βέβαια. Αρχισα να διδάσω από τό Αρχηγείο της Αστυνομίας στην Σεούλ τό 1955. Από τό 1956 μέχρι τό 1961 δίδασα στην KOREA AIRFORCE ACADEMY. Τό 1965 όρίστηκα Αρχηγός-Εκπαιδευτής στο KOREA TANG-SOO-DO HEADQUARTERS (τό Αρχηγείο του Τάνγκ-σου-ντό). Από τό 1972 άρχισα διάφορα ταξίδια σαν Αρχηγός-Εκπαιδευτής για τί διάδοση του Τάνγκ-σου-ντό στη Μαλαισία, την Αυστραλία, τη Ν. Ζηλανδία, τη Σιγκαπούρη κτλ. Τέλος, από τό 1974 εγκαταστάθηκα στην Αγγλία, της οποίας η όμοσπονδία άριθμεί πάνω από 2.500 ενεργά μέλη, διορισμένος ως Αρχηγός-Εκπαιδευτής της Ευρωπαϊκής Όμοσπονδίας, ενώ η Παγκόσμια Όμοσπονδία διοικείται πιά από Τεχνική Έπιτροπή.



Ο GEORGE WILSON, 2 ντάν Τάνγκ-σου-ντό, ενώ έκτελει τεχνικές κάτα.

Σπάσιμο δύο συμπαγών τούβλων από τον Κόστα Βακαλέλη, 1 ντάν Τάνγκ-σου-ντό.





Ο κ. KANG UK LEE, ο κ. PAGE και άθλητές της Σχολής TANG SOO DO, που βρίσκεται Βασιλίσσης Σοφίας 41, Καλαμάκι.

Δ J-K: Πώς βλέπετε τό Τάνγκ-σοϋ-ντό στην Ελλάδα, κ. Λή;

κ. ΛΗ: Οί Έλληνες είναι δυναμικός λαός. Μπορούν να αισθανθούν τό βάθος και τήν αξία μιās πολεμικής τέχνης. Χάρη στις προσπάθειες του κ. Πέιτζ τό κλάμπ αυτό έχει διατηρηθεί πάνω από 10 χρόνια και έχει δώσει πολλούς καλούς άθλητές. Θά ήθελα, και είμαι πρόθυμος να βοηθήσω γι' αυτό, να δημιουργηθεί ένας μόνιμος πυρήνας Τάνγκ-σοϋ-ντό στην Ελλάδα, ώστε να βλέπουμε ωραίες εμφανίσεις, όπως αυτή του περασμένου Οκτωβρίου, τής ελληνικής ομάδας σε διεθνείς άγωνες.

Δ J-K: Σας εύχαριστούμε, κ. Λή, οί αναγνώστες μου και έγω για τά κατατοπιστικά στοιχεία που μάς δώσατε και εύχόμαστε τό Τάνγκ-σοϋ-ντό να βρει τήν απήχηση που θέλετε στό ελληνικό φίλαθλο κοινό. Εύχαριστούμε και τόν κ. Πέιτζ που μάς έδωσε τήν εύκαιρία αυτή να σας συναντήσουμε.

Για όσους αναγνώστες μας πέρασε απαρατήρητη μιá σχετική είδηση που δημοσιεύσαμε σε περασμένο μας τεύχος, τήν επαναλαμβάνουμε όπως τήν έγραφε ήμερησία άθλητική έφημερίδα στις 12 NOE 78:

#### ΤΟ ΠΡΩΤΟ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΤΑΝΓΚ-ΣΟΥ-ΝΤΟ

Στό Λονδίνο έγινε στις 21 και 22 Οκτωβρίου τό πρώτο παγκόσμιο πρωτάθλημα του κορεάτικου καράτε Τάνγκ-σοϋ-ντό, τό οποίο παρακολούθησαν αρκετές χιλιάδες θεατών, επιβραβιώνοντας έτσι τήν ταχύτατη άνοδο που παρουσιάζει τελευταία τό άθλημα αυτό.

Στους άγωνες πήραν μέρος οί ΗΠΑ, ή Αγγλία, τό Βέλγιο, ή Μαλαισία, τό Μπρούνεϋ, ή Ουαλλία, ή Ν. Κορέα και ή Ελλάδα με συνολικά διακόσιους άθλητές.

Τή χώρα μας εκπροσώπησε ό Αθηναϊκός Όμιλος με όμολογουμένως ιδιαίτερη επιτυχία. Συγκεκριμένα:

Ό Τάσος Μεταξάς πήρε χρυσό μετάλλιο στην κατηγορία βαρέων βαρών στις μαύρες ζώνες, έντυπωσιάζοντας τούς θεατές.

Ό Λευτέρης Συνοδινός πήρε χρυσό μετάλλιο στα έλαφρά βάρη.

Αργυρό μετάλλιο κατέκτησε στά μεσαία βάρη ό Ζουράφης και χάλκινο στην ίδια κατηγορία ό Γιώργος Μαυρονάς.

Στήν κατηγορία παιδιών κάτω των δέκα ετών διακρίθηκε ό Αντώνης Καλτσουνάκης που πήρε χάλκινο μετάλλιο.

Στή γενική βαθμολογία ή χώρα μας κατέλαβε τήν πέμπτη θέση και επί πλέον πήρε είδικό έπαθλο για τήν καλύτερη συμμετοχή.

# Taekwon-do: σύγχρονοι άγώνες

Συνέχεια (τελευταία) των κανονισμών άγώνων.

5.8.6. Μετά τό τέλος του άγώνος οί άθληταί ανταλλάσσουν χαιρετισμό διά ύποκλίσεως, από τή γραμμή τους σημάσσεως. Δέν χρειάζεται ύπόκλιση μεταξύ των διαφόρων γύρων.

5.8.7. Κατόπιν οί άθλητές περιμένουν τήν ανακοίνωση του άποτελέσματος με τό βλέμμα στραμμένο προς τό τραπέζι τής διαιτησίας.

5.8.8. Σε όμαδικά πρωταθλήματα τοποθετούνται μέσα στον άγωνιστικό χώρο όλα τά μέλη των δύο ομάδων μαζί, μετά τήν λήξη του τελευταίου άγώνα, και περιμένουν τήν ανακοίνωση του άποτελέσματος.

#### 5.9. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΚΑΗΡΩΣΕΩΣ

5.9.1. Έάν απαιτείται κλήρωσις, τότε αυτή θά διεξαχθεί με λαχνούς από τόν διευθυντή καταστάσεων και με τήν έποπτεία του προέδρου του άγώνος.

5.9.2. Αν από μιá Ένωση ή μιάν Σχολή παίρνουν περισσότερες από μιá ομάδα μέρος στους άγώνες, τότε μπορεί να γίνει σύμπτυξη των ομάδων αυτών, κατόπιν άποφάσεως του προέδρου τής διαιτησίας.

#### 5.10. ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΒΑΡΟΥΣ

5.10.1. Τό βάρος κάθε γυμνού άθλητου πρέπει να ύπολογίζεται πριν από τήν έναρξη του πρωταθλήματος.

#### 5.10.2. Κατηγορίες βάρους

α) βελόνας	έως 48 κιλά
β) μύγας	48-53 "
γ) BANTAM	53-58 "
δ) φτερού	58-63 "
ε) έλαφράς	63-68 "
στ) "	68-74 "
ζ) μεσαίας	74-80 "
η) βαρειάς	άνω των 80 κιλών

5.10.3. Αν σε μιá κατηγορία βάρους υπάρχουν λιγώτεροι των 8 άθλητών, όταν πρόκειται για άτομικό πρωτάθλημα, τότε αυτή ή κατηγορία συνενώνεται (συμφιζεται) με τήν άμέσως έπόμενη βαρεία κλάση, ανεξαρτήτως βάρους.

5.7.1. Μπορούν να διεξαχγνται όμαδικά και άτομικά πρωταθλήματα.

5.7.2. Πριν από τήν έναρξη και πριν από τήν κλήρωση του ΤΟΥΠΝΟΥΑ πρέπει να δηλώνεται ό τρόπος διεξαγωγής του άγώνος.

5.7.3. Δέν επιτρέπεται τροποποίηση του τρόπου διεξαγωγής (ή τής μορφής) του άγώνος κατά τή διάρκεια του ΤΟΥΠΝΟΥΑ.

#### 5.8. ΕΘΙΜΟΤΥΠΙΚΟ

5.8.1. Κορεάτικες παρατηρήσεις του άγώνος:

τσάγιο ταέρουν  
τσάριο  
κέγκνε  
τσούνμπι  
σιγιάκ  
γκάλιο  
γιέσοκ  
τσά γού γιάνγκ γού  
τσόι χάνα  
γκόμαν  
χόνγκ σόνγκ  
τσόνγκ σόνγκ  
μπί κίμ  
κάμ τσόμ χάνα  
ΐλ, ΐ, σάμ χοεχτσόνγκ

ελεύθερος άγών  
θέση προσοχής  
χαιρετισμός  
θέση άγώνος  
έναρξη άγώνος  
διακοπή άγώνος  
συνέχιση άγώνος  
στροφή  
προειδοποίηση  
τέλος άγώνος  
νίκη με κόκκινο  
νίκη με μπλε  
άναποφασιστικότητας  
αφαίρεση βαθμών  
1ος, 2ος, 3ος γύρος

5.8.2. Μετά τήν πρόσκληση στον ελεύθερο άγώνα πρέπει οί αντίπαλοι να προσέλθουν στον άγωνιστικό χώρο. Τοποθετούνται πάνω στις προβλεπόμενες σημάσεις με τό βλέμμα στραμμένο προς τήν διαιτησία του άγώνος και χαιρετούν με ύπόκλιση, μετά τήν διαταγή του έπόπτη. Κατόπιν χαιρετά ό ένας τόν άλλον με ύπόκλιση.

5.8.3. Ό έπόπτης άγώνος έλέγχει τούς άθλητές διά φηλαφίσεως.

5.8.4. Η θέση (στάση) άγώνος καταλαμβάνεται με τέτοιο τρόπο, ώστε μετά τήν διαταγή του έπόπτη τό ένα πόδι κάθε άθλητου να μένει πάνω στη γραμμή σημάσεως και τό άλλο να είναι τραβηγμένο προς τά πίσω, στη θέση HUGUL-SOGI.

5.8.5. Σε περίπτωση διακοπής μεγάλης διάρκειας (π.χ. όταν τραυματιστεί ένας άθλητής), ό αντίπαλος περιμένει γονατισμένος πάνω στην δική του γραμμή σημάσεως.

5.10.4. Σε όμαδικά πρωταθλήματα μπορεί να αρχίσει ό άθλητής από τήν έπόμενη ύψηλότερη κατηγορία βάρους.

#### 5.11. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΑΜΑΡΤΥΡΙΑΣ

5.11.1. Οί διαμαρτυρίες γίνονται προφορικά, και καταγράφονται στο πρωτόκολλο από τόν διευθυντή καταστάσεων.

Σε όμαδικά άγωνίσματα, μόνον ό αρχηγός τής ομάδας ή ό έπιμελητής δικαιούται να διαμαρτυρηθεί.

5.11.2. Περί τής διαμαρτυρίας αποφασίζει ή BSKT (ή ό πληρεξούσιος της) άμέσως μετά τήν ύποβολή τής διαμαρτυρίας. Για τήν άπόφαση δεσμεύεται και ό συμμετέχων και ή διαιτησία.

Αν δέν είναι παρούσα ή BSKT ή ό πληρεξούσιος της, τότε αποφασίζει ό πρόεδρος.

5.11.3. Τυχόν ένστασις κατά τής άποφάσεως είναι δυνατή μόνον μετά τήν λήξη του ΤΟΥΠΝΟΥΑ, γραπτώς προς τόν πρόεδρο τής όμοσπονδίας, ό οποίος αποφασίζει μαζί με τόν πρόεδρο τής όμοσπονδίας.

#### 5.12. ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΕΡΜΗΝΕΙΑΣ

5.12.1. Οί κανονισμοί του άγώνος πρέπει να έρμηνεύονται από τόν πρόεδρο τής διαιτησίας, σε περίπτωση που κατά τή διάρκεια ενός ΤΟΥΠΝΟΥΑ προκύψουν ιδιαίτερες δυσκολίες, οί όποιες δέν μπορούν να διευκρινιστούν από τούς παρόντες κανονισμούς.

Ό Πρόεδρος πρέπει να επιτύχει τήν καλύτερη δυνατή διευθέτηση, σύμφωνα πάντα με τό πνεύμα του άθλήματος.

T E A O S

# Ταεκβόν-ντό,

## μιά πληρέστερη παρουσίαση

### Ο ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΤΑΕΚΒΟΝ-ΝΤΟ

Τό Ταεκβόν-ντό είναι κάτι παραπάνω από μιά τέχνη κινήσεων.

Τό Ταεκβόν-ντό είναι μιά φυσική έκφραση της ανθρώπινης ανάγκης για επίβιωση και μιά δραστηριότητα που ικανοποιεί τις πνευματικές επιθυμίες του ανθρώπου.

Βασικά όλες οι κινήσεις στο Ταεκβόν-ντό αναπτύχθηκαν από το ανθρώπινο ένστικτο για αυτοάμυνα. Οι ανάγκες αξιωματικά και τελικά προσεγγίζουν την απόλυτη κατάσταση του να ξεπεράσουν το έγω τους και να φτάσουν τη στιγμή της τελειότητας, δίνοντας έτσι στο άδλημα μιά φιλοσοφική διάσταση.

### ΠΙΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΤΑΕΚΒΟΝ-ΝΤΟ 'Η Έμφυτη Έννοια

"Αν ένα άτομο διατηρεί τέλεια υγεία, μπορεί να ενεργοποιεί τις δραστηριότητές του με όρισμένους σκοπούς, ενώ ο άνθρωπος με αμφίβολη υγεία θα χάσει με τον καιρό την τάση να εργάζεται. Αυτή η παρορμητική τάση είναι πιδό συγγενής με το συναίσθημα παρά με το πνεύμα και είναι επίσης συγγενής με ήθικά στοιχεία.

Τό Ταεκβόν-ντό είναι ένα άδλημα για όλο το φυσικό σύστημα, συγκεντρώνει ενέργεια σε κάθε όργανο του σώματος, αναπτύσσει τους μυώνες και συγχρονίζει το νοῦ και έτσι εξελίσσεται η επιθυμία σε κίνηση. Ο άνθρωπος δεν είναι ικανοποιημένος από την μέτρια επιβίωση, αλλά επιθυμεί να ζει έντονα και καλά. Γι' αυτό το λόγο το Ταεκβόν-ντό καλλιεργεί την δύναμη της θέλησης συνδυάζοντας τις πνευματικές και τις φυσικές δραστηριότητες.

### ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ

Τό ανθρώπινο σώμα δεν είναι ελεύθερο από φυσικούς κανόνες και είναι κατά κάποιο τρόπο μιά μηχανή που μεγαλώνει, αναπτύσσεται και κινείται. Αυτή η ανθρώπινη μηχανή (ή ανθρώπινη υπόσταση) δουλεύει για διάφορα αποτελέσματα μεταβάλλοντας θέσεις σε κατάλληλα σχήματα. 'Υπάρχουν βαριά και ελαφρά σπόρ\* τὰ βαριά σπόρ αναπτύσσουν δυνατό αγωνιστικό πνεύμα και αυτοπεποίθηση, ενώ τὰ ελαφρά σπόρ κανονίζουν το σύστημα κυκλοφορίας.

Τό Ταεκβόν-ντό μεταβάλλει τον χαρακτήρα κάποιου σε ένα δυνατό, ανήσυχο πνεύμα κι' έτσι μπορεί να αναπτύξει μιά τάση για αρχηγία, να οδηγήσει και να είναι αρχηγός σε κάθε βήμα της ζωής. 'Η τάση να είσαι αρχηγός και τό δυνατό αγωνιστικό πνεύμα προϋποθέτουν εμπιστοσύνη σε κάθε δουλειά, έτσι ώστε κάποιος να κερδίσει ήρεμία και ασφάλεια, που θα δημιουργήσει κατόπιν ύπομονή και μετριοπάθεια. Τότε θα ξεπεράσει τον εαυτό του με το πνεύμα της αυτοθυσίας, κερδίζοντας έτσι τον χαρακτήρισμό του αρχηγού μιάς κοινωνικής μονάδας.

"Έτσι τό Ταεκβόν-ντό είναι η βάση πάνω στην οποία ένας άνθρωπος μπορεί να γίνει σωστός και φιλόπατρις.

### Η ΑΞΙΑ ΤΟΥ ΤΑΕΚΒΟΝ-ΝΤΟ ΣΑΝ ΣΗΟΡ 'Η φαινομενική έννοια

Τό Ταεκβόν-ντό είναι κατ' αρχάς ένα φυσικό σπόρ, επειδή σ' αυτό, κάποιος πρέπει να κινεί όλους τους μυώνες και τις αρθρώσεις του ανθρώπινου σώματος. Οι άνθρωποι αφοσιώνονται στα σπόρ λόγω διαφόρων αναγκών, όπως είναι η προσαρμογή στο περιβάλλον τους και η διατήρηση της ζωής. Οι ανάγκες χωρίζονται από ενός σ' αυτές για τη φυσική επιβίωση στο ανθρώπινο περιβάλλον και από' έτερου σ' αυτές που έναρμονίζονται με τις έσωτερικές απαιτήσεις για τη διατήρηση της ισορροπίας. Και τό Ταεκβόν-ντό είναι ένα σπόρ που ανταποκρίνεται στις ανάγκες επιβίωσης και διατηρεί επίσης ένα κανονικό σύστημα συγγενές με τις έσωτερικές και έξωτερικές επιρροές της ανθρώπινης ύπαρξης.

Τό Ταεκβόν-ντό είναι ένα σύνολο σωστά συσχετισμένων συστηματικών και έπιστημονικών κινήσεων όλων των μελών του σώματος. "Έτσι, τό Ταεκβόν-ντό έγινε ένα απαραίτητο στοιχείο για να διατηρηθεί η τάξη των ανθρώπινων λειτουργιών.

### ΤΟ ΤΑΕΚΒΟΝ-ΝΤΟ ΜΕΤΑΤΡΕΠΕΙ ΤΙΣ ΙΣΧΥΡΟΤΕΡΕΣ ΑΡΘΡΩΣΕΙΣ ΣΕ ΟΠΛΑ

Τό Ταεκβόν-ντό μπορεί να μετατρέψει τις ισχυρότερες αρθρώσεις του σώματος σε όπλα, έτσι ώστε κάποιος μπορεί να χρησιμοποιήσει την επιδειξιότητα του για να άμυνθεί σε μιά άπροσδόκητη επίθεση και επίσης να αγωνιστεί για να υπερασπίσει συνανθρώπους του ή και τη χώρα του.

Οι γροθιές γίνονται σφυριά, τὰ μῆλα από τὰ δάχτυλα κοφτερές λόγχες, η άκρη της παλάμης κόψη μαχαιριού και τὰ πόδια έχουν την αποτελεσματικότητα τεράστιων σιδερένιων σφυριών. Για να επιτευχθεί τέτοια αποτελεσματικότητα, υπάρχουν βασικοί τρόποι για να μετατραποῦν η γροθιά, τό χέρι, τό γόνατο και τό πόδι σε όπλα, και ανάλογες κινήσεις για να κινήθουν αυτά τὰ όπλα του σώματος. 'Υπάρχουν διάφορες φόρμες που συνδυάζεται η διαδοχή των κινήσεων, που κινούν τὰ όπλα προς τὰ δεξιά και άριστερά, προς τὰ εμπρός και προς τὰ πίσω, και για τήν άμυνα και τήν επίθεση.

'Αποῦ διδαχθούν σωστά οι βασικές προκαθορισμένες διαδοχές (σειρές) των κινήσεων, οι μαθητές είναι έτοιμοι να μάθουν τον άγώνα ελεύθερου στυλ που είναι τόσο επικίνδυνος που πρέπει να φοράνε έπένδυση για τήν προστασία των ζωτικών σημείων του σώματος.

Τό Ταεκβόν-ντό είναι τόσο πολύ ισχυρό σπόρ που είναι επικίνδυνο να δοκιμάσεις τήν αποτελεσματικότητά του σε έναν άνθρωπο. Έτσι οι έξεπρ κόνουν επιδείξεις με τούβλα, κεραμίδια, και σανίδια και συχνά πετούν τὰ αντικείμενα στον άέρα και τὰ καταστρέφουν με ένα χτύπημα πηδώντας στον άέρα.

### Η ΡΙΖΑ ΚΑΙ Η ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ ΤΑΕΚΒΟΝ-ΝΤΟ

"Όλα τὰ πλάσματα έχουν δυνατό τό ένστικτο να προφυλάσσονται από κάθε έχθρ. Τό ίδιο και ο άνθρωπος για παράδειγμα, όταν κάποιος προσπαθεί να επιτεθεί σε κάποιον, στρέφεται η σκύβει για να προστατέψει τὰ ζωτικά σημεία του σώματος από ένστικτο. 'Η βάση του Ταεκβόν-ντό προήλθε από διαφοροποιήσεις παθητικών στάσεων για αυτοάμυνα.

'Η ρίζα όμως του Ταεκβόν-ντό πηγάζει πίσω στα αρχαία χρόνια που έμφανίστηκε στη γη η ανθρώπινη φυλή. Τό Ταεκβόν-ντό μορφοποιήθηκε και βαθμιαία σχηματίστηκε, μετά αναπτύχθηκε σ' ένα θετικό και τέλειο επίπεδο λόγω της ανάγκης για κοινωνική ζωή, και λόγω του ότι η άπλη ανθρώπινη ζωή έγινε πολύπλοκη και διαφορετική.

'Η διαφοροποίηση της ζωής αντανάκλα τον βαθμό πολιτισμού με την ικανοποίηση της προσφοράς και της ζήτησης. Κατ' αρχάς, απαιτούνταν φυσική δύναμη για να αντιμετωπιστούν οι αντίξοότητες του περιβάλλοντος και, κατόπιν τὰ προληπτικά μέτρα για αυτοπροστασία, από έξωτερικούς κινδύνους έγιναν ανάγκη. 'Ο λόγος που τό Ταεκβόν-ντό μετατράπηκε από άμυντική σε επιθετική τέχνη, ξεκινάει από τέτοιες κοινωνικές μεταβολές.

Οι άνθρωποι προσπαθούν με τις έμπειρίες τους να δημιουργήσουν νέες μεθόδους επιβίωσης, και αυτή η διαδικασία έδωσε στο Ταεκβόν-ντό πρόσθετα στοιχεία. Τό Ταεκβόν-ντό έγινε η τωρινή πολεμική τέχνη μέσα από μιά διαδικασία ανάπτυξης στηριγμένη στην πείρα, στη φρόνηση και στη φαντασία.

Αυτό που πρέπει να τονιστεί εδώ είναι ότι οι ιστορικοί του παρελθόντος και του παρόντος άγνόησαν τις ιστορικές εξελίξεις λόγω του ότι δεν μπορούσαν να καταλάβουν τις λεπτομερείς τεχνικές του ΤΑΕΚΥΟΝ (Τάε-κιδόν), του ΣΟΟΒΑΚΧΙ (Σόο-μπακί) ή του ΣΟΟΒΥΟΚΤΑ (Σόο-μκιόκτα), που είναι οι πρόδρομοι του σημερινού Ταεκβόν-ντό. "Αν και υπήρχαν πολλές μαρτυρίες γύρω από τό ΤΑΕΚΥΟΝ και τό ΣΟΟΒΑΚ, οι ιστορικοί συνήθιζαν να κόνουν λάθος συγχέοντάς τα με τήν πάλη.

Τό Ταεκβόν-ντό προχώρησε μέσα από την ιστορία της Κορέας σαν ένα μέρος της παράδοσης. Μοιάζει με θάυμα που τό Ταεκβόν-ντό επέζησε σαν τοπική πολεμική τέχνη μαζί με άλλες δυσνόητες πνευματικές ιδιοκτησίες. 'Ενώ η κουλτούρα της Δύσης από πέτρα, επέζησε των πολέμων και διατηρήθηκε ως τὰ σήμερα, οι πνευματικές

ιδιοκτησίες των προγόνων μας καταστράφηκαν από τους πολέμους επειδή προέρχονταν από ξύλο. Έτσι, είναι αξιοσημείωτο τό ότι μπορούμε να βρούμε μόνο μερικές τοιχογραφίες σε ύπόγεια διαμερίσματα του ΤΟΜΟΛΙ που άπεικονίζουν τό Ταεκβόν-ντό, αν και πολύ περισσότερα θά μπορούσαν να διατηρηθούν από τό ίδιο υλικό.

Θά παρουσιάσουμε στον άναγνώστη μερικές από τις ιστορικές μαρτυρίες του Ταεκβόν-ντό.

### ΟΙ ΤΟΙΧΟΓΡΑΦΙΕΣ ΤΟΥ ΤΑΕΚΒΟΝ-ΝΤΟ ΣΤΗ ΔΥΝΑΣΤΕΙΑ ΤΟΥ ΚΟΓΟΟΥΡΥΟ

'Υπάρχουν στοιχεία του Ταεκβόν-ντό στις τοιχογραφίες των σπηλαίων ΚΑΚΤΕΟΧΟΝΓ και ΟΟΟΥΟΝΓΟΝΓ στην περιοχή του ΚΟΓΟΟΥΡΥΟ.

'Ο βασιλιάς ΤΟΟΜΟΝΓ, ο ιδρυτής του ΚΟΓΟΟΥΡΥΟ (37 π.Χ.) ήρθε νότια από τό Βόρειο ΒΟΟΥΟ στη σημερινή Ματζουρία και εγκατέστησε τήν πρωτεύουσα στο ΤΟΛΒΟΝ στη περιοχή ΗΩΑΝΙΝ, κοντά στη σημερινή ΤΟΝΓ-ΗΟΥΑ στη νότια Ματζουρία. 'Η περιοχή του ΚΟΓΟΟΥΡΥΟ ήταν άπέραντη περιλαμβάνοντας τό νότιο Κορεάτικο τμήμα του ποταμού ΗΑΝ και τήν περιοχή της Ματζουρίας στη Κίνα.

Οι τύμβοι ΚΑΚΤΕΟΧΟΝΓ, ΟΟΟΥΟΝΓΟΝΓ και ΣΑΜΣΟΚ-ΗΟΝΓ της περιοχής ΚΟΓΟΟΥΡΥΟ γύρω από τήν πρωτεύουσα του βασιλείου, παρουσιάζουν τοιχογραφίες που είναι άναμφίβολες άποδείξεις για τήν ύπαρξη του Ταεκβόν-ντό σ' αυτή τήν περίοδο. Οι τοιχογραφίες δείχνουν τις πρωτογενείς φιγούρες του Ταεκβόν-ντό.

'Η τοιχογραφία στο ΚΑΚΤΕΟΧΟΝΓ δείχνει δύο παλαιότες ενώ η τοιχογραφία στο ΟΟΟΥΟΝΓΟΝΓ δείχνει μιά λεπτομερειακή άπεικόνιση της ζωής των ανθρώπων στο ΚΟΓΟΟΥΡΥΟ και γυναίκες που χορεύουν. Σε ζωγραφιά στην όροφή του δωματίου, δύο άντρες αντιμετωπίζουν ο ένας τον άλλον με στάση του Ταεκβόν-ντό. Τό ΚΟΓΟΟΥΡΥΟ είχε τήν πρωτεύουσα του στο ΗΩΑΝΔΟΕΟΝΓ, τό σημερινό ΤΟΝΓΚΟΟΥ, για 424 χρόνια μέχρι που τήν μετέφερε στο ΤΟΝΓΝΑΝΓ τό 427 και οι τοιχογραφίες άποδεικνύουν ότι τό Ταεκβόν-ντό ήταν ένα δημοφιλές σπόρ όταν η πρωτεύουσα βρισκόταν στο ΗΩΑΝΔΟΕΟΝΓ στη Ματζουρία.

'Ηταν συνθιμισμένο τότε να στολίζονται οι τοίχοι με ζωγραφίες ήθων στην περιοχή του ΚΟΓΟΟΥΡΥΟ, και συμπεραίνουμε ότι ήταν δυνατόν τό Ταεκβόν-ντό να είναι έθνικό σπόρ πολύ γνωστό στους ανθρώπους που άπεικονίζονταν στις τοιχογραφίες. Φαίνεται ότι οι πολεμικές προπονοῦνταν σ' αυτό τό είδος μάχης για να χτυποῦν τους εισβολείς, όπως είναι φανερό στην τοιχογραφία του ΣΑΜΣΙΛΧΟΝΓ.

### ΤΑ ΗΩΑΡΑΝΓ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ ΣΙΛΛΑ ΚΑΙ ΤΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΟΥ ΤΑΕΚΒΟΝ-ΝΤΟ.

'Ο ΒΑΚ ΗΥΟΚΚΕΟΕΣ ίδρυσε τήν Δυναστεία των ΣΙΛΛΑ 20 χρόνια πριν από τό ΚΟΓΟΟΥΡΥΟ, αλλά η χώρα ήταν τόση αδύναμη τριγυρισμένη από ισχυρές δυνάμεις που η περιοχή της μπορούσε να σταθεί μόνο στη σημερινή τοποθεσία ΚΥΟΝΓΣΑΝΓ-ΔΟ, στο νότιο μέρος της ηερσονήσου της Κορέας. 'Αλλά οι ΣΙΛΛΑ δεν υποτάχτηκαν στις ισχυρότερες έθνότητες και διατηρήθηκαν για τήν μακρινή περίοδο των 992 χρόνων από τήν ίδρυσή τους. Τό ΗΩΑΡΑΝΓ των ΣΙΛΛΑ ήταν μιά ομάδα νεαρών ίπποτών που προπονοῦνταν στις πολεμικές τέχνες και έτοιμάζαν σώμα και πνεύμα για τήν προστασία της πατρίδος τους.

Συνέχεια στο έπόμενο



# Louis Lebihan, 4 dan judo

Ο καθηγητής τζούντο κ. LOUIS LEBIHAN, 4 ντάν από τὸ KODOKAN, με τὸν βοηθό του FOUAD BENHADJI. Φωτογραφίες WILFRID HUBERT.

## 1 τεχνική για τούς Έλληνες τζουντόκα



LOUIS LEBIHAN, 4 DAN KODOKAN JUDO, 2 DAN AIKIDO.

Σύντομο βιογραφικό σημείωμα τῦ καθηγητῦ JUDO-AIKIDO LOUIS LEBIHAN, πῦ παρουσιάζει γιὰ τῦς ἔλληνες τζουντόκα μιὰ ἀπὸ τῖς τεχνικῖς του στῆν NE-WAZA.

Ὁ LOUIS LEBIHAN ἀσχολεῖται με τὸ τζούντο περί τὰ 24 χρόνια ἐκτός ἀπὸ ἓνα διάστημα 3 ἐτῶν πῦ διεκόψε γιὰ νὰ ὑπηρετήσει τῆ θητεία του στὸ Γαλλικό στρατό.

Ἀρχισε τζούντο στὰ 13-14 καὶ πῦ σύντομα κάτω ἀπὸ τῆν καθοδήγηση τῦ καθηγητῦ τζούντο DEGOREE ἔγινε πρωταθλητῆς Γαλλίας καὶ σπειαλιστάς στῆν NE-WAZA. Μετὰ ἀπὸ πολλῦς Γαλλικῦς καὶ διεθνεῖς τίτλους καὶ ἀπὸ ἔμαθητευσε στὸ KODOKAN ὑπὸ τῆν ἐποπτεία του ἈΒΕ σενσέι καθῶς καὶ ἄλλων καθηγητῶν μεγάλης ἀξίας ἔγινε καθηγητῆς τζούντο καὶ αἰκίντο.

Σήμερα διευθύνει 3 σχολές στῆ Γαλλία στὸ CHESNAY, ST. DENIS καὶ LA VERRIERE με ἓνα σύνολο 900 μαθητῶν. Ταξιδεύει συχνὰ σέ ὅλο τὸν κόσμο καὶ εἶναι τεχνικός διευθυντῆς γιὰ τὸ τζούντο στὰ κράτη τῆς Ἀφρικής.

Στῆν τελευταία του περιοδεία ἐπισκέφτηκε τῆν Αὐστραλία, Νέα Καληδονία, Χόνγκ-Κόνγκ, Ταϊβάν καὶ τῆν Ἰαπωνία, ὅπου καὶ παρέμεινε 2 περίπου μῆνες στὸ KODOKAN γιὰ νὰ παρακολουθήσει τῆν εξέλιξη τῶν τεχνικῶν τῦ τζούντο.

Στὸ KODOKAN τὸν συνάντησε ὁ συνεργάτης μας Γ. Ἀρτινός καὶ τὸν παρακάλεσε νὰ παρουσιάσει μιὰ τεχνική ἐδάφους γιὰ τῦς ἔλληνες ἀθλητές. Τῦ ἀπευθύνουμε ἓνα μεγάλο εὐχαριστῦ γιὰ ὅτι ἔκανε ἀφιλοκερδῶς γιὰ τὸ περιοδικό μας.

Φίλοι μου Ἕλληνες τζουντόκα, σῶς περιγράψω παρακάτω μιὰ τακτική στὸ ἐδάφος πῦ καταλήγει σέ τεχνική ἐδάφους. Ἀκολουθεῖστε, παρακαλῶ, τῆν ἀρίθμηση τῶν φωτογραφιῶν.

1) Ὄταν ὁ ἀντίπαλός μου βρεθεῖ μπροῦντα μπροστά μου κρατῶντας με τὰ χέρια του τῦς γιανκάδες του γιὰ νὰ προστατευθεῖ ἀπὸ τεχνική στραγγαλισμοῦ, περνῶ τὸ ἀριστερό μου χέρι κάτω ἀπὸ τῆν ἀριστερή του μασχάλη καὶ πιάνω λίγο πάνω ἀπὸ τὸν ἀριστερό του καρπό.

2) Περνῶ ἀπὸ πάνω του πιέζοντάς τον με τὸ στομάχι.

3) Βάζω τὸ δεξί μου γόνατο στὸν ἀριστερό ἀγκῶνα του γυρίζοντάς του τὸ ἀριστερό χέρι.

4) Τραβῶντας συνεχῶς γυρίζω καὶ φέρνω τὸ ἀριστερό μου γόνατο κοντὰ στὸ δεξί του ὦμο.

5) Πιέζοντάς τον με τὸν ἀριστερό ἀγκῶνα, ὀδηγῶ τὸ ἀριστερό του χέρι στῆν πλάτη του.

6) Χωρίς νὰ τὸν ἀφήσω με τὸ ἀριστερό χέρι, περνῶ τὸ δεξί μου κάτω ἀπὸ τὸ χέρι του καὶ

7) Πιάνω τὸ κιμονό του στῆ ράχη ἐνῶ τότε τὸ ἀριστερό μου χέρι ἀρπάζει τὸ δεξί του μανίκι.

8) Σπρώχνω με τὸν δεξί ὦμο, τραβῶ τὸ ἀριστερό, καὶ

9) Σπρώχνοντας καὶ με τῆν κοιλιά τὸν φέρνω σέ

10) KESA GATAME με δυνατότητα ἐφαρμογῆς τεχνικῆς ἐξαρθρώσεως στὸ δεξί του χέρι με τὸ ἀριστερό μου γόνατο.

### ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ

Ἄν ἀπὸ τῆν 5) ὁ ἀντίπαλός μου πιάσει τῆ ζώνη του γιὰ νὰ ἰσχυροποιήσει τὸ χέρι του:

6'), 7') Χωρίς νὰ χαλαρώσω τῆν κίνηση, πιάνω τὸν πήχυ του με τὸ ἀριστερό μου χέρι,

8') Περνῶ τὸ δεξί μου ἀπὸ κάτω καὶ πιάνω τὸν γιανκά του τζουντόγκι μου, πάντα με ἔλεγχο με τὸ γόνατό μου πλάι στὸν λαιμό του, ἐνῶ με τὸ ἀριστερό μου χέρι πιάνω πάλι τὸ δεξί του μανίκι

9') Σπρώχνω με τὸ σῶμα καὶ τραβῶ με τὸ ἀριστερό χέρι

10') Γιὰ νὰ τὸν φέρω τελικά σέ OSAEKOMI.





# τό αϊκίντο προοδεύει

Τό αϊκίντο ήταν πρωταρχικά μία πολεμική τέχνη άμυνας, μελετημένη να αποκρούει την επίθεση ενός αντιπάλου ειδικευμένου στη χρήση όπλου. Οι διάφορες τεχνικές αναπτύχθηκαν για να αντιμετωπιστούν οι επιθέσεις με ραβδί ή σπαθί.

Η πρόσφατη αύξηση των νεαρών αρχαρίων οφείλεται στο ενδιαφέρον που εκδηλώνεται από τα παιδιά για αυτοάμυνα και σωματική διάπλαση.

Υπάρχουν 3 βασικές τεχνικές του αϊκίντο: ATEWAZA (τό να χτυπάς σε ευαίσθητα σημεία του σώματος) με την κοφτερή πλευρά του χεριού, NAGEWAZA (τό να ρίχνεις ένα αντίπαλο) και KIMEWAZA (λαβές χεριού ή ποδιού). Εκτός από τα ATEWAZA, άλλες τεχνικές συγκεντρώνονται στην άδυναμία των αρθρώσεων του αντιπάλου όπως στο λύγισμα των αρθρώσεων προς μία άφύσικη κατεύθυνση.

Η δημοτικότητα των πολεμικών τεχνών εισχώρησε ακόμα και στις αρκετά μικρές ηλικίες. Κάποιο θαύμασιο ταλέντο μπορεί να εμφανισθεί απ' αυτές τις ηλικίες, για να συνεχίσει το αϊκίντο μέχρι φηλές βαθμίδες στο μέλλον.

"Είναι άστεϊο να πετᾷ ανθρώπους", λέει γελώντας ο 23χρονος HIDEKO WADA, ένας μαθητής με 2 ντάν.

Μία από τις πιο απαιτητικές ασκήσεις στο αϊκίντο είναι η περιεκτική ελεύθερη προπόνηση στην οποία μπορεί να εφαρμοστεί καθεμιά από τις ATEWAZA. Κατά τη διάρκεια αυτού του σοβαρού αγώνα νίκης ή ήττας, οι μαθητές φορούν γάντια όταν κτυπούν, όταν αποκρούουν ή όταν χρησιμοποιούν άλλες τεχνικές.

Τό αϊκίντο φημίζεται ότι βελτιώνει και την υγεία και την όμορφιά όπως επίσης ότι περιέχει γνώσεις αυτοάμυνας. Αυτό εξηγεί την πρόσφατη μεγάλη αύξηση στην εμφάνιση γυναικών οπαδών του αϊκίντο.

Οι πολεμικές τέχνες εξαίρουν τη σημασία της εθιμοτυπίας από την αρχή μέχρι το τέλος της προπόνησης, έτσι οι μαθητές πρέπει να υποκλίνονται και να αυτοσυγκεντρώνονται πριν και μετά την προπόνηση. Τό να κάθεται στις φτέρνες σου είναι μία στάση αρκετά επίπονη για τους ξένους που δεν έχουν εξοικειωθεί μ' αυτό τό έθιμο.

Ένα άτομο που έχει ένθουσιαστεί από τις πολεμικές τέχνες είναι η MERLE RADICE, μία κοπέλλα από την Αμερική. Αφού προπονήθηκε 2 χρόνια στην Ιαπωνία, η MERLE έχει τώρα 2ο ντάν στο αϊκίντο, 3 κύου στο JODO (τέχνη της χρήσης του ραβδιού για άμυνα ή επίθεση), και 5ο κύου στο KEMPO (τέχνη της χρήσης μόνον των χεριών για άμυνα ή επίθεση).

Οι πολεμικές τέχνες ή BUDO, που έχασαν δημοσιότητα μετά τον δεύτερο παγκόσμιο πόλεμο, παρουσιάζουν τώρα ένδεικτικά σημεία αναζωογονημένου ενδιαφέροντος. Οι γυναίκες και τα παιδιά, που ήταν προηγουμένως ξένοι με τις πολεμικές τέχνες, ενώθηκαν τώρα στους μεγάλους αριθμούς των αφοσιωμένων οπαδών. Οι αριθμοί, αν και ύστεροιν σε απότομες αναλογίες, αυξάνονται σταθερά.

Η σύγχρονη δημοτικότητα των πολεμικών τεχνών προέρχεται από την κίνηση τους στο χώρο των σπόρ. Τους παλιούς καιρούς ή καλλιέργεια των BUDO ήταν αυστηρά περιορισμένη σε ομάδες αντρών. Παρ' όλα αυτά, η προαγωγή των πολεμικών τεχνών σε σπόρ άνοιξε τις πόρτες του ντότζο (αΐθουσα προπονήσεως) και χαλάρωσε τις απαγορεύσεις εισόδου.

Πρόσφατα, οι ιαπωνικές πολεμικές τέχνες του τζούντο, που είναι πολύ γνωστές για την καθιέρωσή του σαν Ολυμπιακό άθλημα, του καράτε και του κέντο ενώθηκαν με τό αϊκίντο, που έχει τώρα μεγάλη δημοσιότητα. Για πολλούς ανθρώπους τό αϊκίντο μπορεί να είναι μία καινούργια λέξη. Μέχρι πριν από μερικές δεκαετίες ήταν άγνωστο, αλλά σήμερα τό αϊκίντο τραβάει πολλούς μαθητές στην Ιαπωνία και διδάσκεται έντατικά σε άλλες χώρες.

Η τωρινή φόρμα του αϊκίντο δεν εμφανίστηκε μέχρι τό λιγότερο 30 χρόνια πριν. Ήταν ακριβώς ένα βλαστάρι της παλιάς σχολής του ζίου-ζίτσου, του πρόδρομου του τζούντο, και είχε τό όνομα αϊκι-ζίτσου ή αϊκι-ζίου-ζίτσου (ζίτσου σημαίνει "τέχνη" ενώ "ντό" έχει την άφηρημένη έννοια του "τρόπου" στην έννοια της "πειθαρχίας" όπως διδάσκεται στη βουδδιστική φιλοσοφία ZEN). Τό αϊκίντο αποτελείται από τρία στοιχεία: "αΐ" (συναντώ), "κί" (πνεύμα συγκεντρώσεως) και "ντό" (τρόπος) και έτσι εισάγει την τέχνη της "συναντήσεως του πνεύματος του αντιπάλου" ή "αντιμετωπίζοντας τό πνεύμα του αντιπάλου".



Η θαυμαστή φόρμα του αϊκίντο, όπως και του τζούντο, στηρίζεται στην ύπαρξη της, σαν τέχνης άμυνας, και εφοδιάζει τον οπαδό με αντίθετες τεχνικές που τον κάνουν ικανό αυτόν ή αυτήν να αποκρούσει τις γυμνές επιθέσεις του σπαθιού, της λόγχης ή του ραβδιού. Τό αϊκίντο τονίζει την αρχή της άμυνας, συγκεντρώνοντας τις τεχνικές του στην άδυναμία μερικών αρθρώσεων όπως ο άγκώνας ή ο καρπός και αποκρούοντας μία επίθεση.

Αν και τό αϊκίντο μοιράζει τις αρχές του με τό τζούντο διαφέρει χαρακτηριστικά σε ένα σημείο. Στο τζούντο, οι τεχνικές εφαρμόζονται αφού συμπλακούν οι αντίπαλοι, ενώ αντίθετα στο αϊκίντο, οι τεχνικές εφαρμόζονται ακριβώς τη στιγμή που έρχονται σε επαφή οι αντίπαλοι. Οι αποφασιστικοί παράγοντες στο αϊκίντο, είναι ή ταχύτητα και ο συγχρονισμός περισσότερο παρά ή δύναμη. Έτσι, οι γυναίκες, και ακόμα και οι λεπτοί άντρες, μπορούν να χρησιμοποιούν αποτελεσματικά την τέχνη όταν μαθαίνουν τις θεμελιώδεις τεχνικές. Γι' αυτό τό λόγο τό αϊκίντο ήρθε για να ευχαριστήσει όλους τους οπαδούς των πολεμικών τεχνών.



# γνήσιες μαῦρες ζῶνες καὶ ἔγκυρες σχολές

Φίλοι μας ἀναγνώστες,

Μέ τὴν ὑπευθυνότητα ποὺ ξεχωρίζει τὸ περιοδικὸ μας, σὰς δίνουμε στοὺς ἐπόμενους πίνακες (ποὺ θὰ ἐνημερώνονται σὲ κάθε τεῦχος) ΟΛΟΥΣ τοὺς Ἕλληνες καὶ ξένους ποὺ βρίσκονται στὴν Ἑλλάδα (ἢ ἔχουν ἀμεση σχέση μὲ τὸν ἑλληνικὸ χῶρο) καὶ ἔχουν μαῦρη ζώνη σὲ κάποιο ἄθλημα ἢ πολεμικὴ τέχνη. Μετὰ ἀπὸ τὸ κάθε ὄνομα, γράφουμε τὸν βαθμὸ (DAN) καὶ τὴν προέλευση τοῦ διπλώματος (ὅποτε ὑπάρχουν διαφορετικὲς προελεύσεις).

Ὅσοι ἔχετε μαῦρη ζώνη σὲ ἄθλημα ἢ πολεμικὴ τέχνη μὲ γνήσια προέλευση, σὰς παρακαλοῦμε νὰ μᾶς στείλετε τὰ στοιχεῖα σας, ἓνα φωτοαντίγραφο τοῦ διπλώματός σας καὶ τὰ στοιχεῖα τῆς ὁμοσπονδίας ποὺ σὰς ἔδωσε τὸ δίπλωμα. Ἄφου κάνουμε τὸν ἀπαραίτητο ἔλεγχο, θὰ σὰς περιλάβουμε ἀμέσως στοὺς πίνακές μας.

Βοηθεῖστε ὅλοι νὰ ἐνημερώσουμε τὸ κοινὸ καὶ νὰ προφυλάξουμε τοὺς πρωτόπαιδους ἀπὸ τὸ "ὀλίσημα" τῆς ἐκπαιδεύσεως σὲ σχολές μὲ "δασκαλοὺς" ἀμφιβόλου προελεύσεως.

(Μετὰ ἀπὸ τὸ ὄνομα γράφονται τὰ ντάν, ποὺ ἔχει τὴν ἀθλητὴς, καὶ τὴν παρένθεση ἢ χρονολογία ποὺ τὰ πῆρε.)

Ἐπίσης, σὰς δίνουμε πίνακα μὲ τοὺς συλλόγους καὶ τίς σχολές ποὺ ἔχουν ἀμεση σύνδεση μὲ ἐπίσημες ἑλληνικὲς ἢ διεθνεῖς ὁμοσπονδίες καὶ μπορεῖ νὰ ἐκπαιδευτεῖ ἐκεῖ κανεὶς μὲ ἐμπιστοσύνη.

## AIKINTO

ἀπὸ τὴν I.A.F.

Πολίτης Κ. 1 ( )

## GOYANTO-PYOU KAPATE

ἀπὸ τὴν A.J.K.F.

Βόβλας Γ. 1 (79)

Μοσχονᾶς Η. 2 (79)

Μπουλούμπασης Χ. 2 (79)

Παπαγεωργακόπουλος Α. 2 (78)

Πιντέρης Γ. 2 (73)

Χριστοδούλου Ν. 1 (79)

Παπανικολάου Σ. 1 ( )

## KYOKUJIN KAPATE

ἀπὸ τὸ KYOKUSHINKAI-KAN

Παπανικολάου Σ. 1 ( )

## SHOTOKAN KAPATE

ἀπὸ τὴν J.K.A.

Βαρδουλᾶκης Γ. 1 (74)

Γιαννέτος Κ. 1 (79)

Ζούρας Γ. 1 (77)

Θεοδωρακόπουλος Π. 3 (78)

Καζακιάς Δ. 2 (79)

Καζακιάς Η. 1 (79)

Κοντοζῆς Μ. 1 (78)

Κραβαρίτης Α. 1 (78)

Κωστοπούλου Ν. 1 (78)

Νέστωρας Φ. 1 (77)

OOTAKE TETSUO 3 ( )

Πανουσόπουλος Α. 2 (78)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

Πανωλιάσκος Α. 2 (79)

## ΠΑΝΩΛΙΑΣΚΟΣ Ι. 2 (78)

Παπαϊωάννου Θ. 1 (77)

Παύλου Χ. 1 (77)

Περβανᾶς Π. 1 ( )

Ραφτάκης Ν. 1 (77)

Σανιώτης Γ. 3 (79)

Σπανόπουλος Γ. 1 (77)

TANAOUE YOKIHIRO 3 ( )

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

Χιώτης Σ. 1 (77)

## ΤΖΟΥΝΤΟ

KOD: ἀπὸ τὸ KODOKAN

Σ-Α: ἀπὸ τὸν ΣΕΓΑΣ - Ἀγωνιστικὸ

Σ-Τ: ἀπὸ τὸν ΣΕΓΑΣ - Τιμητικὸ

... OM: ἀπὸ τὴν ... Ὁμοσπονδία

Ἀρτινός Γ. 3 (KOD-79)

Βακατάσης Γ. 1 (KOD-79)

Βαρδουλᾶκης Γ. 1 (KOD-79)

Βασιλέσκου Δ. 4 (Ρουμ. Ὁμ.)

Βλάτσας Γ. 1 (Αὐστρ. Ὁμ.)

Βούρβουλης Α. 2 (KOD-79)

Βουτσαρᾶς Β. 1 (Σ-Τ-78)

Γεωργιάδης Α. 1 (Γερμ. Ὁμ.)

Γεωργιάδης Θ. 2 (Ἑλβετ. Ὁμ.)

Γεωργόπουλος Ἀπ. 2 (KOD-79)

Δαλέζιος Μ. 1 (KOD-79)

HANSON-LOWE J. 4 (KOD)

Ἰσακίδης 2 (Γερμ. Ὁμ.)

Καλαμάρης Μ. 1 (KOD-79)

Καπαρός Α. 1 (KOD-79)

Καράγιωργας Γ. 2 (KOD-67)

Καρυδογιάννης Δ. 1 (KOD-63)

Κατσιάρης Δ. 1 (Σ-Τ-78)

Κλουβάτος Ν. 1 (KOD-79)

Κουτσούκης Π. 1 (KOD-79)

Κρητικὸς Π. 1 (KOD-79)

Μαγκουλιᾶς Ε. 1 (KOD-79)

Μαρτάκης Δ. 2 (KOD-79)

Παπαδημητρίου Ε. 1 (KOD-72)

Παπακώστας Ν. 1 (KOD-79)

Περσίδης Ε. 1 (KOD-79)

Πετρόπουλος Μ. 1 (KOD-72)

Σιῶνης Β. 2 (KOD-79)

Σταμπούλοπουλος Γ. 1 (KOD-79)

TANSLEY ARTHUR 3 (KOD)

Τορτοπίδης Ι. 2 (Γερμ. Ὁμ.)

Τσέπελας Θ. 1 (KOD-79)

Φιλιππίδης Χ. 1 (KOD-59)

Χριστοφίδης Σ. 1 (Σ-Α)

Χούντρας Δ. 1 (Σ-Α)

Χούντρας Δ. 1 (Σ-Α)

Χούντρας Δ. 1 (Σ-Α)

Χούντρας Δ. 1 (Σ-Α)

Τὰ ἀποτελέσματα τῶν ἐξετάσεων τζού-  
ντο ἀπὸ τὸ KODOKAN τὸν Ἰανουάριο  
'79 ἔχουν περιληφθεῖ στοὺς πίνακες.

ΤΑΕΚΒΟΝ-ΝΤΟ: 1) ΤΑΕΚΒΟΝ-ΝΤΟ CENTER, Κυδαθηναίων 7, Πλάκα. 2) Σχολὴ Ταεκβόν-ντό, Δουρίδος 20, Πλ. Μεσολογγίου, Παγκράτι. 3) ΤΑΕΚΒΟΝ-ΝΤΟ PATRAS ACADEMY, Ἀράτου 34, Πάτρα.

TANGK-SOY-NTO: ATHENS TANG SOO DO CLUB, Βασ. Σοφίας 41, Καλαμάκι.

ΤΖΟΥΝΤΟ: 1) Ἀθλητικὸς Ναυτικὸς Ὁμιλος Γλυφάδας (ΑΝΟΓ), 2) Ἀθλητικὸς Ὁμιλος Παραδεισίου Ἀμαρουσίου (ΑΟΠΑ), 3) Ἀθλητικὸς Ὁμιλος Παλαιῦ Φαλήρου (ΑΟΠΦ), 4) Ἐθνικὸ Μετσόβιο Πολυτεχνεῖο (γιά φοιτητές), 5) Ὁμιλος Ἀντισφαίρισης Ἀθηνῶν (ΟΑΑ), 6) Πανελληνίος Γυμναστικὸς Σύλλογος (ΠΓΣ), 7) ΧΑΝ Θεσσαλονίκης (ΧΑΝΘ) (Θεσ/νίκη).

Σύλλογοι καὶ Σχολές ποὺ ἀναγνωρίζονται ἀπὸ ἐπίσημες Ἑλληνικὲς, Ἰαπωνικὲς ἢ Κορεάτικες Ὁμοσπονδίες καὶ οἱ ἄθλητές τους παίρνουν ζῶνες κατευθεῖαν ἀπὸ τίς ἀντίστοιχες Ὁμοσπονδίες:

AIKINTO: GREEK AIKIDO FEDERATION, Νυμφαίου 30, Ἰλίσια.

GOYANTO-PYOU KAPATE: 1) AKDA (ἐρασιτεχνικὴ λέσχη), Αἴγαίου 14, Ν. Σμύρνη, 2) KENBUKAN (ἐπαγγελματικὴ σχολή), Δαβάκη 163, Πλ. Δαβάκη, Καλλιθέα.

J.K.A. SHOTOKAN KAPATE: 1) ISHINJI, SHOTOKAN KARATE CLUB, Βασ. Κων/νου 82, Ἀγία Παρασκευή, 2) SHOTOKAN KARATE CENTER, Παρρασίου 21, (πάρδος Ἀχαρνῶν).

# ἀπὸ τὸ ἡμερολόγιο ἑνὸς καρατέκα



Ἀπὸ τὸν Μάριο Κοντοζῆ

Συνέχεια τελευταία

ΜΑΙΟΣ ΚΑΙ ΙΟΥΝΙΟΣ 78 ΣΤΟ ΤΟΚΥΟ

Ε Π Ι Λ Ο Γ Ο Σ

Ὁ Μάιος μὲ βρήκε ἀδύνατο καὶ ἄρκετὰ μαυρισμένο. Ἐνοιωθα ἄρκετὴ ἐξάντληση, καὶ ἑσωτερικὰ ἤμουν πολὺ κουρασμένος. (Ἄλλωστε ἡ προηγούμενη ζωὴ μου, δὲν ἦταν καὶ τόσο ρόδινη στὴν Ἑλλάδα, ἂν λάβει κανεὶς ὑπόψη του, ὅτι ἐργάζομαι ἀπὸ 9 χρονῶν παιδί ...).

Γύρω στὰ μέσα Μαΐου, ἦρθε καὶ ὁ κος Βεράνης στὴν Ἰαπωνία, ὁ ὁποῖος ἔδωσε ἐξετάσεις γιὰ τὸ 4ο ντάν στὸ JUDO καὶ φυσικὰ πέρασε.

Ἐδῶσα ξανά ἐξετάσεις καὶ πάλι ἀπέτυχα. Ὁ κος Βεράνης προσπάθησε νὰ μὲ πείσει νὰ γυρίσω στὴν Ἑλλάδα, ἐγκαταλείποντας τίς προσπάθειές μου νὰ πάρω τὸ 1ο ντάν, καὶ μερικῶς τὸ πέτυχε. Λέω μερικῶς, γιατί συμφώνησα νὰ γυρίσω, ἀλλὰ ἀφοῦ πᾶρω πρῶτα τὸ 1ο ντάν. Ἡ ἄδεια παραμονῆς μου ὅμως ἔληγε στίς 6 Ἰουνίου τοῦ 1978. Θέλησα νὰ πάρω νέα ἄδεια παραμονῆς. Τὸ συζήτησα μὲ τὸν σιχάν NAKAYAMA, ὁ ὁποῖος προσφέρθηκε νὰ μὲ βοηθήσει μὲ ὅλη τὴν τὴν καρδιά. Καὶ μὲ βοήθησε πάρα πολὺ, ἐγγυήθηκε ὁ ἴδιος γιὰ μένα, σάν πατέρας, δάσκαλος καὶ φίλος. Ἀπ'ὅτι μοῦ εἶπε ὁ σεν-σέϊ KAWAWADA, ὁ σιχάν ἐκτός ἀπὸ τὸν Καστέλλο σὲ κανέναν ἄλλον δὲν ἔκανε τὸν ἐγγυητὴ. Καὶ τώρα σὲ μένα ἔδωσε τελικὰ 14 χαρτιά ποὺ χρειαζόταν γιὰ τὴν ἀνανέωση τῆς ἄδειας παραμονῆς μου στὴν Ἰαπωνία καὶ ὅταν πῆγα στὸ Τμήμα Ἀλλοδαπῶν μοῦ δώσανε ἄδεια γιὰ ἄλλο ENAN XPONO. Δηλαδή μέχρι τὸν Ἰούνιο τοῦ 1979.

Ἀρχές Ἰουνίου πῆρα τὸ 1ο ντάν καὶ ἤμουν ἀποφασισμένος νὰ μείνω γιὰ ἄλλο ἓνα χρόνο στὴν Ἰαπωνία. Ὅμως, ἡ φυγικὴ καὶ σωματικὴ ἐξάντληση, οἱ ὑποσχέσεις "ἑνὸς φίλου" νὰ συνεργαστοῦμε, καὶ νὰ γυρίσω σύντομα στὴν Ἑλλάδα, καθῶς καὶ οἱ οικονομικὲς μου δυσκολίες μὲ ἔκαναν νὰ σκεφθῶ ἀδύναμα, νὰ λυγίσω καὶ νὰ ἀποφασίσω νὰ γυρίσω στὴν Ἑλλάδα.

Χωρὶς ἀμφιβολία ἡ ἐμπειρία μου ἀπὸ τὴν παραμονῆς μου στὴν Ἰαπωνία γιὰ νὰ ἐξασκῶ στὸ κάρτε, ἦταν σταθμὸς στὴ ζωὴ μου καὶ ἄφησε τίς ἐπιδράσεις της στὸ χαρακτήρα μου.

Σὰν ἐπίλογο αὐτοῦ μου τοῦ δημοσιεύματος θὰ ἤθελα νὰ ἀπευθύνω ἀπὸ αὐτὴ τῆ θέση μερικὰ "εὐχαριστῶ".

Ἀγαπητὴ ἀναγνώστη, θὰ ἤθελα νὰ σ'εὐχαριστήσω γιὰ τὴν τιμὴ ποὺ μοῦ ἔκανες νὰ διαβάσεις τὸ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ μου, τὸ ὁποῖο πιστεύω νὰ σοῦ ἔδωσε μιὰ μικρὴ εἰκόνα τοῦ πῶς εἶναι ἡ ζωὴ ἑνὸς ξένου καρατέκα στὴν Ἰαπωνία. Πρόσεξε νὰ μὴ σὲ πείθουν εὐκολὰ οἱ διάφοροι ἀπατεῶνες λέγοντας πῶς φοίτησαν κάρτε στὴν Ἰαπωνία, ἐνῶ στὴν πραγματικότητα δὲν ἔχουν δεῖ τὴν Ἰαπωνία οὔτε στὸ χάρτη.

Θὰ ἤθελα ἐπίσης νὰ εὐχαριστήσω πολὺ τοὺς Ἑλληνες τῆς Ἑλληνικῆς Πρεσβείας τοῦ Τόκυο, ποὺ μοῦ συμπαρεστάθηκαν στίς δυσκολίες μου. Ἰδιαίτερα τὸν Πρόξενο κ. Ἰωαννίδη τοῦ ὁποῖου δὲν θὰ ξεχάσω τὴν καλωσύνη.

Εὐχαριστῶ πολὺ τὸν φίλο μου Γεράσιμο Ἀρτινὸ ποὺ κι' αὐτός μὲ βοήθησε σὲ κάθε μου ἀνάγκη. Εὐχομαι νὰ εἴμαστε γεροὶ νὰ ξανανταμῶσουμε στὸ BUDOKAN τοῦ Τόκυο παρακολουθώντας κάποιο μελλοντικὸ πρωτάθλημα κάρτε. Τοῦ ὑπόσχομαι ἀπὸ τώρα πῶς στὴν Ἰαπωνία θὰ πάω πάλι ΟΠΩΣΔΗΠΟΤΕ μέσα στὸ 1980.

Εὐχαριστῶ θερμὰ τὸν ἐκδότη αὐτοῦ τοῦ μοναδικοῦ ἑλληνικοῦ περιοδικοῦ Θύμιο Περσίδη, ποὺ μὲ φιλοξένησε στίς σελίδες τοῦ περιοδικοῦ του, τοῦ μόνου Πολεμικῶν Τεχνῶν".

Τέλος, εὐχομαι τὴν ἐπόμενη φορὰ ποὺ θὰ πάω Ἰαπωνία, πράγμα ποὺ θὰ γίνῃ ὅπωςδήποτε, καὶ θὰ ἔχω νέα ἀπὸ ἐκδηλώσεις καὶ ἀγῶνες, νὰ ξαναβρεθοῦμε μὲ σὺ αὐτοῦ τοῦ περιοδικοῦ.

Σὰς εὐχαριστῶ ὅλους.

Μάριος Κοντοζῆς

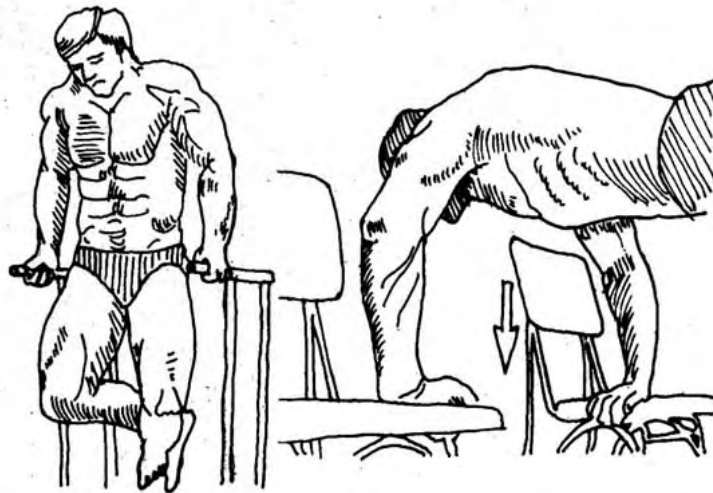
Μιά σειρά άρθρων από τους κ.κ. Ν. Ραφτάκη και Θ. Παπαϊωάννου, κατόχους Ιου ντάν στο Σότοκαν Καράτε J.K.A., με την επίβλεψη των κ.κ. Κ. Πανίτσα και Δ. Μερκάτη, καθηγητών Σωματικής Αγωγής στο Ε. Μ. Πολυτεχνείο.

# ή προπόνηση με βάρη στις πολεμικές τέχνες

Συνέχεια 6η:

Εκτός από τις πιέσεις επί πάγκου, τις εκτάσεις αλτήρων και τα PULL-OVERS για να ολοκληρώσουμε γενικά τις ασκήσεις για το στήθος πρέπει όπως ήδη έχουμε αναφερθεί στις βυθίσεις στο δίζυγο (Σχ. 8).

Οι βυθίσεις στο δίζυγο είναι μία εξαιρετικά δυναμική άσκηση, επειδή όμως συνήθως οι παράλληλες μπάρες, που το αποτελούν, έχουν σταθερή μεταξύ τους απόσταση και αρκετά στενή, η άσκηση επηρεάζει πολύ το μπροστινό μέρος των δελτοειδών και τους τρικεφάλους. Συνεπώς το πόσο θα επιδράσουν οι βυθίσεις στο στήθος εξαρτάται από τις δυνατότητες μυϊκού ελέγχου που έχουμε. Πρέπει να προσέξουμε όταν εκτελούμε την άσκηση να γέρνουμε το σώμα μας λίγο προς τα εμπρός, δηλαδή να μην ανεβοκατεβαίνουμε με το σώμα κατακόρυφο, και να κρατάμε τους αγκώνες μας λίγο προς τα έξω μακριά από το σώμα μας. Όσον αφορά την αναπνοή, εισπνέουμε καθώς κατεβαίνουμε και εκπνέουμε καθώς ανεβαίνουμε.



Σχήμα 8

Σχήμα 9

PUSH UPS 2.

Κρατούμε και πάλι τα χέρια πιο ανοιχτά από τους ώμους, τόσο ώστε η γωνία μεταξύ του πήχου και του μπράτσου να διατηρείται το δυνατόν σταθερή καθ'όλη την διάρκεια της κίνησης. Επίσης όρθη πρέπει να φροντίζουμε να είναι και η γωνία των χεριών με το σώμα. Τα σημεία στήριξης των χεριών έχουν τη θέση, που θα είχαν αν κρατούσαν την μπάρα στις πιέσεις επί πάγκου. Επηρεάζονται περισσότερο η κεντρική μάζα του μείζονα στήθιку.

PUSH UPS 3 (ELEVATED)

Μπορούμε να εκτελέσουμε τα PUSH-UPS 2 με τα πόδια μας ανυψωμένα, δηλαδή να πατάνε σε κάτι, ψηλότερα από το έδαφος. Με τον τρόπο αυτό αυξάνουμε το ποσοστό του βάρους μας που πέφτει στα χέρια μας. Όσο τώρα ανυψώνουμε τα πόδια, τόσο η επίδραση της άσκησης μετατοπίζεται προς το επάνω μέρος του μείζονα στήθιку.

Γενικά τα PUSH-UPS μπορούμε να τα εκτελέσουμε στηριζόμενοι στις παλάμες μας όμως αν θέλουμε να συνδυάσουμε και μία καλή άσκηση για τους πήχεις καλό είναι να στηριζόμαστε πάνω στις γροθιές (στούς κόμβους των αρθρώσεων του δείκτη και του μέσου) ή στα δάκτυλα ή ακόμα αν μπορούμε στην ανάστροφη πλευρά της παλάμης.

PUSH-UPS 1.

Φροντίζουμε το άνοιγμα των χεριών να είναι μεγαλύτερο από το άνοιγμα των ώμων μας. Τα σημεία στήριξης των χεριών μας είναι αρκετά πάνω από το κεφάλι και οι αγκώνες σχηματίζουν άμβλεία γωνία με το σώμα. Κατά την εκτέλεση της άσκησης προσπαθώ να διατηρώ τους πήχεις κατακόρυφους.

Επηρεάζεται περισσότερο το πάνω μέρος του μείζονα στήθιку.

Μία άλλη άσκηση που μπορεί να αντικαταστήσει τις πιέσεις στον πάγκο με καλύτερη κάπως προσέγγιση είναι οι βυθίσεις ανάμεσα σε καρέκλες όπως φαίνεται στο Σχ. 9. "Αν επιθυμούμε μεγαλύτερη αντίσταση μπορούμε να ακουμπάμε και τα πόδια μας πάνω σε τρίτη καρέκλα. Ένας άλλος τρόπος να αυξήσουμε την αντίσταση στις ασκήσεις αυτές χωρίς όργανα είναι να βάλουμε ένα βάρος επάνω στην πλάτη μας ή ακόμη κάποιον συναθλητή μας να μας πιέζει αντίθετα προς την κατεύθυνση που καταβάλλουμε προσπάθεια.



ΙΣΠΙΝΟΗ

ΕΚΠΙΝΟΗ

Σχήμα ΙΙ



Σχήμα Ι2

ΔΕΛΤΟΕΙΔΕΙΣ (DELTOID)

Σχηματίζουν ένα κάλυμμα πάνω από την άρθρωση κάρτε ωμου. Κάθε δελτοειδής χωρίζεται σε τρία μέρη: εμπρόσθιο, μέσο, οπίσθιο. Το πρώτο μέρος υψώνει το χέρι προς τα εμπρός, το δεύτερο προς τα πλάγια και πάνω και το τρίτο προς τα πίσω και πάνω. Στη συνέχεια θα αναφερθούμε σε ασκήσεις που δυναμώνουν το πρόσθιο και το μέσο τμήμα, δηλ. κινήσεις του χεριού, στις οποίες οι αντιστάσεις θα το εμποδίζουν να κινηθεί προς τα εμπρός και πάνω και προς τα πλάγια και πάνω αντίστοιχα, ενώ το οπίσθιο μέρος θα το συμπυκνώσουμε αργότερα στους μυώνες της πλάτης.

A. ΠΙΕΣΕΙΣ (PRESS)

ΕΜΠΡΟΣΘΟΑΙΜΙΕΣ

1. Στεκόμαστε όρθιοι με τα πόδια ανοιχτά, περίπου στο άνοιγμα των ώμων. Πιάνουμε την μπάρα με όσο το δυνατόν φαρδιά λαβή για να περιορίσουμε την επίδραση της άσκησης στους δελτοειδείς και να απαλλάξουμε τους τρικεφάλους και αρχίζοντας από το ύψος των ώμων υψώνουμε το βάρος ψηλά πάνω από το κεφάλι.

Προσέχουμε να εκπνέουμε κατά την ανύψωση του βάρους και να εισπνέουμε καθώς το χαμηλώνουμε (πολλοί αθλητές στην άσκηση αυτή προτιμούν να αναπνέουν ανάποδα. Δοκιμάστε τί σας ταιριάζει, όμως προσοχή, ο πρώτος τρόπος είναι πιο ασφαλής αν η προσπάθεια, που καταβάλετε είναι έντονη.) Είναι καλό, αν τετώνοντας τα χέρια πάνω από το κεφάλι, "σπρώξουμε" τον κορμό ελαφρά προς τα εμπρός. Με τον τρόπο αυτό συστέλλουμε πλήρως τους δελτοειδείς στο τέλος της κίνησης.

Την άσκηση αυτή μπορούμε να την εκτελέσουμε και καθιστοί στον πάγκο φροντίζοντας σχολαστικά κατά την εκτέλεσή της να κρατάμε τη σπονδυλική μας στήλη κατακόρυφη. Κατά την παραλλαγή αυτή μπορούμε να συγκεντρωθούμε καλύτερα στους δελτοειδείς.

2. "Αν επιθυμούμε να απομονώσουμε την κίνηση του ενός δελτοειδούς από τον άλλον μπορούμε και στις δύο παραλλαγές της προηγούμενης άσκησης να αντικαταστήσουμε την μπάρα με αλτήρες Σχ. 11 και Σχ. 12.

Τις πιέσεις με αλτήρες μπορούμε να τις εκτελέσουμε υψώνοντας και τους δύο αλτήρες ταυτόχρονα ή εναλλάξ (έναν πάνω-έναν κάτω) ή ακόμα και να χρησιμοποιήσουμε ένα μόνο αλτήρα κρατώντας το άλλο χέρι ακίνητο.



ΕΙΣΠΙΝΟΗ

ΕΚΠΙΝΟΗ

Σχήμα Ι3



Σχήμα Ι4

Είναι καλό να προτιμούμε την μπάρα από τους αλτήρες, γιατί με τους αλτήρες δεν μπορούμε να ρυθμίσουμε το φάρδος της λαβής και κατά συνέπεια τα όρια των γωνιών μεταξύ των οπών εργάζονται τα χέρια έτσι η επίδραση της άσκησης στους δελτοειδείς εξαρτάται περισσότερο από τη δική μας ικανότητα να συγκεντρώνουμε την προσπάθεια μας στους μυώνες, που θέλουμε.

ΟΠΙΣΘΟΑΙΜΙΕΣ

3. "Αν θέλουμε να μετατοπίσουμε την επίδραση των πιέσεων με μπάρα προς την πρόσφυση των δελτοειδών, δηλαδή το άκρο του μυώνα, που κινείται λιγότερο κατά τις συστολές και εκτάσεις του, και που στην προκειμένη περίπτωση βρίσκεται κοντά στον αχίλεια και την ώμοπλάτη, μπορούμε να χαμηλώσουμε τη μπάρα πίσω από το λαιμό φροντίζοντας καθ'όλη την κίνηση να κρατάμε τους πήχεις κατακόρυφους με τους αγκώνες ελαφρά γερμένους προς τα πίσω Σχ. 13 και Σχ. 14.

Συνέχεια στο επόμενο

# ὁ τζουντόκα χωρίς κιμονό



Μετάφραση: Γιάννης Ματσόπουλος

Περιπετειώδες μυθιστόρημα του Ernie Clerk.

© Edition FLEUVE NOIR DEPARTEMENT - PARIS

Συνέχεια IIη

— Δέν κάνατε καί πολύ κόπο νά τό κρύψετε. Όλοι οι άμερικάνοι του Τόκιο τό ξέρουν.

— Καί ὅτι δέν ἔκρυβα τά αἰσθητά μου τό βλέπετε κακό ἔσεις;

— Ὁ Ντύγκαν κόβει ταχύτητα. Ψάχνει μιά ἀπάντηση. — Μελίντα, εἶμαι φίλος σας καί τό ξέρετε. Δέν θά ἤθελα ποτέ νά ἀνακατευθῶ στήν ἰδιωτική σας ζωή ἄν δέν ἦταν γιά τό καλό σας.

— Μά τέλος πάντων. Πού θέλετε νά καταλήξετε; Ἐξηγεῖστε μου.

— Αὐτό θά κάνω. Ἐλπίζω μόνο νά μή μου κρατήσετε κακία. Κυττάζει πάλι μπροστά του καί συνεχίζει.

— Πρίν τρεῖς μέρες δέν ἤξερα τίποτα γιά τόν Σαινκλαίρ. Ἄκουσα τό ὄνομά του γιά πρώτη φορά ἀνακατεμένο μέ μιά βρώμικη ἱστορία. Στό ἀεροδρόμιο τοῦ Τόκιο κάποιον πού εἶδανε μαζί του βρέθηκε μαχαίρωμένος. Αὐτός ὁ κάποιος ἔπρεπε νά μάς παραδώσει ἐδῶ στό Παρίσι κάποιο διπλωματικό ἐμπιστευτικό ἔγγραφο. Ἀπ'τό Τόκιο μάς εἶπαν ὅτι ὑπάρχουν πιθανότητες ὅτι ὁ Σαινκλαίρ ἔκλεψε τό ἔγγραφο τῆς στιγμῆς τῆς δολοφονίας.

— Ποιοί εἶσατε ἔσεις; Ἡ Ἰντερπόλ, ἡ F.B.I ἢ ἡ CIA; Δέν ἤξερα ὅτι ὁ "Λοχαγός Ντύγκαν" ἦταν κάλυμμα γιά κάτι ἄλλο.

— Ὁ Ντύγκαν κοκκινίζει.

— Μή μέ εἰρωνεύεστε. Ὁ βαθμός τοῦ λοχαγοῦ δέν εἶναι κάλυμμα ὅπως λέτε, τό ἔγγραφο δέν ἦταν τίποτα στρατιωτικά μυστικά ἀλλά διπλωματική ὑπόθεση τῆς ὁποίας ἔχω ἐπιμισθεῖ. Ἡ πρεσβεία μ'ἀνέθεσε νά περιμένω τόν ἄνθρωπο αὐτόν στό Ὀρλύ, μόνο καί μόνο γιὰτί τόν γνώριζα προσωπικά. Τό σημαντικό στήν ὑπόθεση ἄλλωστε δέν εἶναι ἡ σπουδαιότητα τοῦ ἔγγραφου ὅσο ὁ ρόλος τοῦ Σαινκλαίρ.

— Ἄς ἔλθουμε στό κυρίως θέμα. Τί ἀκριβῶς θέλετε;

— Ἐχτές τό βράδυ ἤμουνα σέ μιά δεξίωση δοσμένη πρὸς τιμῆ του. Ἡ παρουσία μου ὄμως ἐκεῖ τόν ἐνόησε. Ἐξάσασ νά σοῦ πῶ ὅτι συναντηθήκαμε λίγες ὥρες πρίν γιά νά μοῦ πεί ὅτι ἔχασε τό φάκελλο μέ τό ἔγγραφο στό δυστύχημα.

— Πῶς σᾶς συνάντησε; Δέν σᾶς ἤξερε κᾶν.

— Πάνω στό φάκελλο ἦταν γραμμένο τό νούμερο τοῦ τηλεφώνου. Αὐτός πού ἔφερε τό μήνυμα ἔπρεπε νά τηλεφωνήσει σ'αὐτόν, ἄν δέν τόν περιμένε κανένας στό ἀεροδρόμιο. Ὁ Σαινκλαίρ εἶναι πολύ ἔξυπνος. ἤξερε ὅτι θά μάθουμε μέ ποιούς ἦρθε σέ ἐπαφή ὁ ἄνθρωπος μας πρίν τῆς δολοφονίας του καί θέλησε νά πάρει τήν "πρωτιά". Ἄλλωστε δέν τοῦ κόστιζε καί τίποτα. Μᾶς εἶπε λοιπόν: πρῶτον ὅτι δέν τά ἔκλεψε, τοῦ τά δώσανε καί δεύτερον ὅτι δέν τά κρατάει γιά νά τά πουλήσει σέ ἄλλη κυβέρνηση ἀλλά τά ἔχασε.

— Μόλις μοῦ εἶπατε ὅτι ὁ Σαινκλαίρ εἶναι ἔξυπνος. Θά γινότανε λοιπόν συνένοχος δολοφονίας γιά μερικά ἔγγραφα — ἐμπιστευτικά βέβαια — ἀλλά καί χωρίς πολύ ἐνδιαφέρον ἀπ'ὅτι καταλαβαίνω;

— Ὁχι βέβαια. Τόν ξέρω καλά. Πιστέψτε λοιπόν, ἀγαπητέ, ὅτι ἄν ἀποφάσιζε ποτέ νά ἀνακατευθεῖ σέ ὑπόθεση κατασκοπείας ἢ κάτι τέτοιο δέν θά ἦταν γιά τίποτα χαρτιά χωρίς ἀξία ἀλλά γιά κάτι πολύ σπουδαῖο καί ἐπειδὴ θά τό κάνει γιά τῆς δικῆς του πατρίδας δέν εἶναι κλέφτης ἀλλά μυστικός πράκτορας. Ἡ ἱστορία σας λοιπόν δέν στέκει.

Πλησιάζουν στό Παρίσι. Τά αὐτοκίνητα γίνονται ὀλοένα καί πιό πολλά γύρω τους. Μιά ρυτίδα χαράκνει τό μέτωπο τοῦ Ντύγκαν. Δέν βρίσκει καμιά δυσκολία στό νά προσπαθεῖ νά πείσει τήν Μελίντα γιὰτί ὁ ἴδιος εἶναι ἤδη βέβαιος γι' ὅλα αὐτά.

— Μελίντα, κάναμε μιά ἔρευνα πάνω στήν ἰδιωτική ζωή τοῦ Σαινκλαίρ. Τά λεφτά πού ἔχει ἔχουν κάτι τό ὑποπτο. Ἐδῶ κυκλοφορεῖ μέ μιά Πόρσε τούρμπο πού παράγειλε ὅταν ἦταν ἀκόμη στήν Ἰαπωνία. Ἐκεῖ τί ἀμᾶξι εἶχε;

— Μιά Μερσεντές σπόρ, γιὰτί;

— Ρωτεῖστε τόν πατέρα σας νά σᾶς πεί ποιός εἶναι ὁ μισθός ἑνός διπλωμάτη μαζί μέ τά γενικά ἔξοδα. Ρωτεῖστε τον ἄν μπορεῖ νά ἀγοράζει ἔτσι εὐκολα τέτοια αὐτοκίνητα, κρίς-κράφτ ἀκόμη καί ἀεροπλάνο, χωρίς νά μιλήσω γιά τά ρούχα πού φοράει καί τόν τρόπο ζωῆς πού κάνει.

— Δέν ξέρω πῶς ζοῦσε στήν Ἰαπωνία ἀλλά ἀπό αὐτά πού μάς ἔχουν ἀναφέρει δέν πιστεύω νά τοῦ ἔλειπε τίποτα καί ἐκεῖ.

— Ἀλήθεια μπορεῖς νά μοῦ πεις ἐσὺ πού τά βρίσκει τόσα χρήματα;

— Ἡ νέα δέν ἀπαντᾷ. Γιά πρώτη φορά ἀπό τότε πού ἄρχισε ἡ συζήτηση αἰσθάνεται ἄσχημα. Σκέπτεται λίγο καί λέει.

— Πληρώνει φόρους. Ἄρα ξέρει ἀπό πού κερδίζει χρήματα. Ἄν σᾶς ἐνδιαφέρει τόσο πού νά χώνεστε ἔτσι στήν ἰδιωτική του ζωή ἀπευθυνθεῖτε στήν ἐφορία. Ὁ Ντύγκαν χαμογελάει.

— Καί κάτι ἄλλο. Ξέρετε πῶς δουλεύει ὁ πατέρας σας καί οἱ συνεργάτες του. Πῶς λοιπόν μπορεῖ ὁ Σαινκλαίρ καί ἔχει τόσο καιρό ἐλεύθερο; Αὐτός περνᾷ τό μισό καιρό του κάνοντας τουρισμό στήν Ἰαπωνία καί τόν ἄλλο νά γυμνάζεται. Γιά μιά ἀκόμη φορά ἡ Μελίντα τοῦ ἀντιτίθεται.

— Ἦταν μέ ἀποστολή.

— Τό ξέρω ἐκπαιδευτική ἀποστολή. Ὁμορφο "ἀλύμα"! Δέν νομίζετε;

— Ταξίδεψε γιά νά μαζεῦε ρεπορτάζ καί συνεντεύξεις. Ἐπιτέλους νομίζετε ὅτι χρησιμοποιεῖ τό διπλωματικό του διαβατήριό γιά ...

— Πέστε το λοιπόν γιά λαθρεμπορία.

— Εἴμαστε στό Παρίσι. Ἀφεῖστε με κοντά στό σταθμό τῶν ταξί. Προτιμῶ νά γυρίσω μόνη.

— Ὁχι Μελίντα, πρίν τελειώσω αὐτά πού πρέπει νά σοῦ πῶ γιά τόν Σαινκλαίρ. Ξέρετε γιὰτί δέν ἦρθε νά σᾶς πάρει ἀπό τό ἀεροδρόμιο; Δέν σᾶς ἐνδιαφέρει;

— Ἐχετε ἄδικο. Δέν ἦρθε γιὰτί εἶναι μέ ἄλλη κοπέλλα. Θά σᾶς πῶ καί τό ὄνομά της. Μπεατρὶς Σάμφορντ.

— Ντύγκαν, ξεπεράσατε κάθε ὄριο.

— Εἶναι ἀεροσύνοδος. Ἄν θέλετε μπορεῖτε νά τηλεφωνήσετε στόν Σαινκλαίρ στό σπίτι της, ἄν δέν μέ πιστεύετε. Πατάει τό φρένο σταματώντας ἀτότομα τῆς μεγάλης FORD, πίσω ἀπό ἕνα λεωφορεῖο σταματημένο μέ τό κόκκινο φῶς.

— Μελίντα.

— Ἀπλώνει τό χέρι του νά τῆ συγκρατήσει ἀλλά ἡ νέα ἔχει ἀνοίξει τήν πόρτα καί ἔχει πεταχτεῖ στό δρόμο.

— Μελίντα, περιμένετε.

— Σηκώνει τό χέρι της καί σταματᾷ ἕνα ταξί.

ΚΕΦ 13

Τό κουδούνισμα τοῦ τηλεφώνου κάνει τόν Μάρκ νά πεταχτεῖ ἀπό τό κρεβάτι. Σηκώνει τό ἀκουστικό ριχνοντας ταυτόχρονα μιά ματιά στό ρολόῦ του. Εἶναι 9.10'.

— Ἐμπρός.

— Ὁ κύριος Σαῖν Κλαίρ;

— Ἡ φωνή εἶναι γεμάτη ἀγωνία.

— Ὁ ἴδιος.

— Εἶμαι ὁ Φλοβάλ, σᾶς τηλεφωνῶ γιά ...

— Ποιός εἶναι;

— Ὁ Μάρκ ἐπὶ τέλους συνειδητοποιεῖ τό ποιός τοῦ μιλά στό τηλέφωνο.

— Σέ γνώρισα φλό. Συνέχισε τί τρέχει;

— Πρέπει νά σᾶς δῶ ἄμέσως. Ἐχω κάτι πολύ σπουδαῖο νά σᾶς ἀναγγεῖλω καί δέν μπορῶ νά μιλήσω ἀπό δῶ πού βρίσκομαι τώρα.

— Πού εἶσαι;

— Σέ ἕνα μᾶρ ἀπέναντι ἀπό τό μαγαζί τοῦ Λεοπόλντ.

— Θά εἶμαι ἐκεῖ σέ μιά ὥρα.

— Θά εἶναι πολύ ἄργά.

— Ἐρχομαι ἄμέσως, περιμένέ με.

15 λεπτά ἄργότερα βρίσκεται μπροστά στό μικρό μᾶρ ἀλλά δέν ὑπάρχει πουθενά θέση νά βάλει τό αὐτοκίνητο. Καταριόντας τῆς μεγάλης κίνησης πού ὑπάρχει γύρω του, ὁ Μάρκ ἀνεβάζει τῆς Πόρσε στό πεζοδρόμιο σ'ἕνα γειτονικό δρόμο. Γυρίζει πίσω ἀλλά ἔχει χάσει ἀκόμη 10 λεπτά. Κανένα ἴχνος ἀπό τόν μονόφθαλμο.

Μπαίνει στό μᾶρ καί πλησιάζει τόν μᾶρμαν. Ἐνας ἀκόμη πελάτης, ἕνας πλανόδιος ζωγράφος μέ τό καβαλέτο ἀκουμπισμένο δίπλα του καί μ'ἕνα ποτήρι μῦρα στό χέρι.

— Μιά πορτοκαλάδα, παρακαλῶ.

Κάθετα σ'ἕνα τραπέζι κοντά στό παράθυρο κοιτάζοντας τό παλαιοπωλεῖο. Ἡ βιτρίνα του εἶναι στολισμένη μέ ἕνα παλιό χαρτί καί ἕνα παλιό ἑλληνικό ἀγγεῖο. Μέσα τό μαγαζί εἶναι βυθισμένο στό σκοτάδι.

— Ἡ πορτοκαλάδα σας, κύριε.

— Ὁ Μάρκ γυρίζει νά πάρει τό ποτήρι του. Ὁ ζωγράφος ἀφήνει τό σκαμνί του καί τόν πλησιάζει.

— Μόνο πέντε λεπτά καί θά ἔχετε ἕνα ὑπέροχο πίννακας μέ 70 φράγκα.

— Ὁχι, εὐχαριστῶ.

— 50 φράγκα.

— Θέλεις νά πιεῖς κάτι μαζί μου;

— Μιά μῦρα.

— Ὁ ζωγράφος κάθεται ἀπέναντί του.

— Εἶσαι πολύ ὦρα ἐδῶ; ρωτᾷ ὁ Μάρκ.

— Πάνω ἀπό μισή ὥρα.

— Θά εἶδες κάποιον μέ μιά οὐλή στό μάτι σίγουρα. Ρουφᾷ τήν μῦρα πού τοῦ ἔφερε ὁ μᾶρμαν δείχνοντας μέ τό χέρι του τό βάθος τῆς αἰθουσας, πού βρίσκεται τό τηλέφωνο.

— Τόν εἶδα νά τηλεφωνεῖ, νά περιμένει λίγο καί νά φεύγει τρέχοντας.

— Ὁ Μάρκ κάνει σινιάλο στό μᾶρμαν νά τόν πληρώσει.

— Ἄν δέν ἔχετε πολύ χρόνο ἕνα ἀπλό προφίλ, ἐπιμένει ὁ ζωγράφος.

— Ὁχι, εὐχαριστῶ, λέει ὁ Μάρκ καί βγαίνει γρήγορα. Διασχίζει τό δρόμο καί μπαίνει στή πόρτα τοῦ κτιρίου πού εἶναι τό παλαιοπωλεῖο.

Μιά ἀυλή μέ μισοσπασμένα πλακάκια πού ὁ ἥλιος δέν θά πρέπει νά τήν βλέπει πολύ συχνά. Στό βάθος δεξιά μιά πόρτα πού σίγουρα ὀδηγεῖ στό διαμέρισμα τοῦ πρώτου ὀρόφου. Κανένας θόρυβος, ὅλα ἐκεῖ δείχνουν μιά πλήρη ἐγκατάλειψη. Γυρίζει τό πόμολο ἀνοίγοντας τήν πόρτα. Τέσσερις ἄλλες πόρτες ἐμφανίζονται στό διάδρομο μπροστά του. Χτυπάει τήν πρώτη. Ἀκουγεται τό τρίξιμο ἑνός κρεβατιοῦ. Περιμένει λίγο καί ξαναχτυπάει. Μιά κοπέλλα γύρω στά 17 ἔξυπλητη, φορώντας ἕνα μαῦρο πουλόβερ καί μπλού τζήν ἀνοίγει διάπλατα τήν πόρτα.

Τόν κυττάει ἀπό τήν κορυφή μέχρι τά νύχια καί παρὰ τό νυσταγμένο ὄφρος της μοιάζει εὐχαριστημένη. Σηκώνει τό χέρι της καί ταχτοποιεῖ τά ἴσια μαλλιά της. Ἡ μύτη τοῦ στητοῦ στήθους της ἐμφανίζεται κάτω ἀπό τό πουλόβερ ἐνῶ ἕνα γυναικεῖο ἄρωμα γεμίζει τήν ἀτμόσφαιρα.

Χαμογελάει χωρίς νά μιλήσει περιμένοντας μιά κίνηση ἢ μιά λέξη ἀπό τόν Μάρκ. Τέλος ἀποφασίζει νά πεί.

— Νομίζω ὅτι σοῦ ἔδωσα ραντεβού χτές τό βράδυ.

— Τῆς λέει, ναι, μέ μιά κίνηση τοῦ κεφαλιοῦ.

— Θά ἤμουνα πολύ "Χάϊ" γιά νά μή θυμᾶμαι τό πρόσωπό σου. Ἐχω ὅμως καλό γούστο. Ἐλα μέσα.

Τοῦ πιάνει τό χέρι καί τόν τραβᾷε στό μικρό δωμάτιο. Ρούχα πεταμένα δεξιά καί ἀριστερά ἐνῶ στό βάθος μικρά ἀγάλματα καί κομμάτια ἀπό πηλό φανερώουν τήν δουλειά τῆς κοπέλλας.

Κολλάει ἐπάνω του.

— Κλείσε τήν πόρτα, γλύκα μου.

— Τήν σπρώχνει ἀπαλά.

— Ἀργότερα αὐτά. Ἐχω πρῶτα δύο λόγια νά πῶ στόν γείτονά σου τό Φλοβάλ. Τόν ξέρεις;

— Κλείνει τό ἕνα μάτι της μέ τό χέρι σέ μιά ἀστεία γκριμάτσα.

— Δέν πιστεύω νά τόν βρεῖς ἐδῶ αὐτή τήν ὥρα. Φεύγει νωρίς τό πρωί.

— Ποιά πόρτα εἶναι τό δωμάτιο του;

— Ἡ δεύτερη δεξιά. Ἐύνησέ με ὅταν τελειώσεις.

Σαπλώνει μπρούμυτα στό κρεβάτι, τό σῶμα της διαγράφεται καθώς τό μπλού τζήν κολλάει ἐπάνω της.

Ὁ Μάρκ πλησιάζει τήν πόρτα τοῦ Φλοβάλ καί χτυπάει. Δέν παίρνει καμιά ἀπάντηση. Γυρνᾷε τό πόμολο. Τό δωμάτιο εἶναι ἄδειο. Βγαίνει καί κλείνει τήν πόρτα πίσω του. Ἡ εἰκόνα τοῦ μπλού τζήν τοῦ ἔρχεται στό μυαλό, ἀλλά ἀνεβαίνει σιγά τῆς σκάλα πού ὀδηγεῖ στόν πρώτο ὄροφο. Σταματᾷε μπροστά στό διαμέρισμα τοῦ Λεοπόλντ. Δοκιμάζει τήν πόρτα. Κλειδωμένη. Κατεβαίνει πάλι στό ἰσόγειο. Δοκιμάζει νά ρίξει μιά ματιά στό πίσω μέρος τοῦ καταστήματος. Φῶς ὄμως δέν ὑπάρχει. Καθώς προχωρεῖ πρὸς τό βάθος νομίζει ὅτι ἀκούει βήματα ἐμπρός του.

Ψάχνει τῆς τσέπη του καί βγάζει ἕνα κουτί σπέρτα.

Ἄνάβει. Ὁ θόρυβος ἔχει τώρα σταματήσει. Διακρίνει μιά πόρτα ἀριστερά του. Ἡ φλόγα καίει τά δάχτυλα του. Πετᾷε τό σπέρτο καί ἀνάβει ἄλλο. Γυρίζει τό πόμολο τῆς ἀργά. Ἡ πόρτα ἀνοίγει. Σκέπτεται ὅτι αὐτό πού θά ἤθελε νά τοῦ πεί ὁ Φλοβάλ θά ἦταν πολύ σπουδαῖο γιά νά τοῦ δώσει ραντεβού τόσο κοντά στό παλαιοπωλεῖο. Μήπως ὁ θόρυβος πού ἀκουσε εἶχε νά κάνει μέ τήν ἀνοιχτή πόρτα.

Μπαίνει στο πίσω μέρος του μαγαζιού. Δεξιά του μια σκάλα που οδηγεί στο διαμέρισμα του πρώτου όρφου και από τα άριστερα του μια καταπακτή ανοιχτή. Σίγουρα για το υπόγειο.

Μπροστά του ένας σωρός από διάφορα μικροπράγματα και μια κουρτίνα. Την άνασηκώνει λίγο και ρίχνει μια ματιά. Το μαγαζί και αυτό έρημο. Μένει μόνο το υπόγειο. Φτάνει στην άκρη της καταπακτής και μένει λίγο ακίνητος. 'Ο μόνος ήχος που φτάνει στα αυτιά του είναι ο θόρυβος του δρόμου.

Βρίσκει τον διακόπτη και τον γυρίζει. Το υπόγειο γεμίζει ένα ασθενικό κίτρινο φως. Κατεβαίνει και προχωρά στο βάθος του υπογείου. Ένα φαρδύ τραπέζι, μια καρέκλα και ένας άσυρματος άποτελου τή επιπλα του υπογείου. 'Η ύγρασία έχει ποτίσει τους τοίχους γύρω εκτός από αυτόν δεξιά που έχει ένα μακρύ ντουλάπι.

Με μια απότομη κίνηση ο Μάρκ ανοίγει τη πόρτα. Το ντουλάπι δεν έχει ούτε ράφια ούτε πάτο. Χρησιμεύει μόνο για να κρυφτεί ην είσοδο ενός περάσματος. Δέν προσπαθεί να φτάσει πολύ βαθιά. Στο θαμπό φως διακρίνει το πτώμα του Φλοβάλ πεσμένο στο τσιμέντο. Το μοναδικό του μάτι είναι διάπλατα ανοιχτό από το θάνατο. Μιά μικρή κόκκινη τρύπα ανάμεσα στα φρύδια του, απ' όπου ξεκινάει μια κόκκινη γραμμή που φτάνει μέχρι το πονάμισό του, φανερώνει ότι ο θάνατος του είναι δουλειά επαγγελματία. Το χτύπημα δοσμένο ένα αντικείμενο στο μέγεθος ενός στυλό είναι θανατηφόρο. Είναι ένα από τα τρία τα πιό επικίνδυνα "ατεμι" που διδάσκονται από τους δασκάλους του "Ατεμι-ζίτσου". "Αν ο δολοφόνος έχει αρκετά προπονημένο δείκτη δέν χρειάζεται τίποτα άλλο.

Τό σωμα του μονόφθαλμου είναι ακόμα ζεστό. 'Ο Μάρκ ανατριχιάζει αλλά κάνει κουργάγιο και φάχνει τις τσέπες του πτώματος. "Όλες είναι άδειες. Τό χλωμό φως που μπαίνει από την τρύπα του περάσματος σκοτεινιάζει ξαφνικά, ο Μάρκ γυρίζει μονοκόματος.

"Ένας τύπος με έξαλο κουστούμι και σγουρά μαλλιά βρίσκεται στο υπόγειο δύο βήματα από το ντουλάπι. Στο δεξί του χέρι κρατάει μαχαίρι με μακρύ λάμα στο άριστερό ένα μικρό πλακέ πιστόλι.

'Ο Λεοπόλντ ξυπνάει μουσκεμένος στον ιδρώτα. Σηκώνεται από τό κρεβάτι και ρίχνει μια ρόμπα επάνω του. Δέν έχει κοιμηθεί αρκετά. Φτάνοντας τα μεσάνυχτα, κουρασμένος από τό ταξίδι ήταν υποχρεωμένος να απαντήσει σ' όλες τις έρωτήσεις του Φινάλ πρίν γυρίσει στο δωμάτιό του. Οι εικόνες του επιάλλη του ξανάρχοντα στο νού. Μπαίνει στη κουζίνα να έτοιμάσει ένα σατί, αλλά αυτό δέν τόν έμποδίζει να σκεφτεί πάλι τις λέξεις του Φινάλ. "Θά πάρω σε λίγο τό άεροπλάνο για τό Τόκυο. 'Ο Τσιάφσκι θά κανονίσει τις υποθέσεις όσο καιρό θά λείπω. Κρίμα. Θά ήθελα να ασχοληθώ προσωπικά με τόν Φλοβάλ."

'Ο Λεοπόλντ νύσταζε πολύ για να σκεφτεί τί θέση είχε ο Φλοβάλ σάν συμπεράσμα της συζήτησης. Τώρα καταλαβαίνει την άπειλή που εκρυβαν αυτές οι κουβέντες. Τί άνοησία θά είχε κάνει ο Φλοβάλ;

Κόβει μια φέτα λεμόνι και τη ρίχνει μέσα στο καυτό σατί. Αρχίζει να ντύεται και θυμάται ότι τό πρωί ή γραμματέας του δέν είναι στο μαγαζί. Άνοίγει την πόρτα και αρχίζει να κατεβαίνει τη σκάλα, ένα μικρό ρεβόλβερ είναι κρυμμένο στο χέρι που τρέμει.

Τό υπόγειο είναι φωτισμένο. Κάτι του λέει μέσα του να ξαναβεί επάνω. Αισθάνεται ξαφνικά πολύ άδύνατος. Τά πόδια του όμως τόν τραβάνε προς τά κάτω. Σάν ύπνωτισμένος φτάνει στο κεφαλόσκαλο. Διακρίνει την πλάτη του Τσιάφσκι και μετά τόν άκουει να άπευδύνεται σε κάποιον που δέν βλέπει.

— Προχώρα με τά χέρια ψηλά, αλλιώς σε καθαρίζω μέσα στη τρύπα όπως τό μονόφθαλμο.

Τόν βλέπει να κάνει ένα βήμα πίσω. Τό σωμα του κρύβει τό πιστόλι και τό μόνο που διακρίνει είναι ή μακρυνά λάμα που την κρατάει με τεντωμένο τό χέρι προς τά εμπρός.

— Προχώρα, σκουλίκι.

Βλέπει να εμφανίζεται από την τρύπα ένας νέος άντρας με τά χέρια άπλωμένα προς τά εμπρός. Για ένα δέκατο του δευτερολέπτου οι ματιές τους συναντιούνται.

— Ξέρεις πώς θά σε καθαρίσω, συνεχίζει ο Τσιάφσκι, άγνοώντας πάντα την παρουσία πίσω του, με μία σφαίρα στο κεφάλι έξ επαφής και θά βρούνε τό πτώμα σου κοντά στη λάμα σάν να είχες σκοτωθεί άφου πρώτα σκοτώσες τό μονόφθαλμο.

'Ο Σαιν Κλαίρ λέει σιγά για να κερδίσει καιρό.

— Ξεχνάς τό κίνητρο. Δέν είχα κανένα λόγο να τόν σκοτώσω και προπάντων να σκοτωθώ.

— Μή σε νοιάζει. Ήταν λίγο "άδελφή" θά πιστέφουν ότι ήταν υπόθεση μεταξύ σας.

— Γιατί τόν σκοτώσες;

— Μή κάνεις τόν βλάκα. Γιατί ήρθες λοιπόν άφου σου τηλεφώνησε;

— Μου είπε ότι ο Φινάλ θά σκοτώνει αυτόν και τόν Λεοπόλντ και μου ζήτησε να κάνω κάτι για να τούς βοηθήσω. Τό βλέμμα του περνάει φευγάλα από την κνήμη του όπλου που σηκώνεται στο ύψος της πλάτης του Τσιάφσκι.

— Κύτα φάτσα προστάτη. Έτσι όπως είσαι θά μπορούσα να σε κάνω άσήκωτο στο ξύλο.

— Λοιπόν έσύ είσαι αυτός που ο Φινάλ ανέθεσε να τούς σκοτώσεις;

— Βούλωστο και προχώρα.

'Ο Μάρκ πλησιάζει προσεκτικά έτοιμος για όλα.

'Ο άνθρωπος που βρίσκεται απέναντί του είναι κακός και επικίνδυνος. Καί ακόμα πιό επικίνδυνος αν ο ίδιος πιστέψει ότι είναι επικίνδυνος και θελήσει να τό άποδείξει.

— Έντάξει, ο Φλοβάλ σάς πούλαγε, ο γέρος όμως; Αυτός δέν σάς έκανε τίποτα.

— Έτσι, έ;

— Θά τόν σκοτώσεις;

— Τί σε νοιάζει έσένα; Δέν θά είσαι για να τό δεϊς.

Πίσω του τό όπλο σηκώνεται περισσότερο. 'Ο Μάρκ μαζεύει τό σωμα του όσο πιό πολύ μπορεί αλλά τά νεύρα του κουντούν να σπάσουν. 'Ο Λεοπόλντ σηκώνει άκόμη λίγο τό όπλο του αλλά όχι αρκετά όταν πατάει τη σκανδάλη. 'Ο πυροβολισμός άκούγεται σάν κανονιά μέσα στο υπόγειο. 'Ο Μάρκ βουτάει στα πόδια του δολοφόνου τη στιγμή που ο τελευταίος γυρίζει και πυροβολεί προς τό μέρος του Λεοπόλντ.

'Ο σγουρομάλλης κυλιέται στο τσιμέντο, τό όπλο του φεύγει από τό χέρι αλλά στο άλλο σφίγγει άκόμη τό μαχαίρι. Με ταχύτητα σκορπιού χτυπάει.

'Ο Μάρκ κυλάει στο πλάϊ και τό μαχαίρι χτυπάει στο πάτωμα σκίζοντας του τό μανίκι. Οι δύο άντρες βρίσκονται στα γόνατα πρόσωπο με πρόσωπο σε 1 μέτρο άπόσταση. Τό μαχαίρι βουτάει πάλι αλλά ο Μάρκ αρπάζει τό χέρι και τό στρίβει προς τά επάνω. 'Ο άντρας παρρασυρμένος από την ίδια τη φορά του πέφτει με τά μούτρα στο πάτωμα ενώ τό μαχαίρι ξεφεύγει από τό χέρι του.

Τό άριστερό γόνατο του Μάρκ τυλίγεται γύρω από τό κεφάλι και κυλάει στο πλάϊ κρατώντας τό σωμα του άλλο σφιγμένο γερά ανάμεσα στα πόδια του και τόν άγκώνα του ανάμεσα στα νεφρά. Είναι τό "OTEN GKATAME" από θέση όριζόντια κρατώντας τό χέρι του αντιπάλου στο στήθος του και κλείνοντας τό γόνατό του στο λαιμό του. Σφίγγει λίγο και ο άντρας με τά σγουρά μαλλιά αρχίζει να χτυπιέται σάν ζωο που έχει πιαστεί σε παγίδα.

— Φρόνιμα ή σου σπάω τό λαιμό σάν σπιρτόξυλο.

'Ο παλαιοπάλης είναι πεσμένος με τό κεφάλι χωμένο στο τελευταίο σκαλοπάτι του υπογείου. Τό πονάμισό του έχει γίνει κατακόκκινο από τό αίμα. 'Ο Μάρκ άναρωτιέται αν ζει άκόμη. Λύνει τη λαβή του και πε-

τάγεται όρθιος. 'Ο σγουρομάλλης διστάζει μερικά δευτερόλεπτα και πετάγεται κι' αυτός. Κάνει τό λάθος να σκύψει να μαζέψει τό όπλο του που είναι άκόμη στο πάτωμα. 'Ο Μάρκ του καταφέρνει ένα "κιρικαέτσι". Τό κεφάλι του άλλου βουτάει στο έδαφος χτυπώντας με δύναμη στο τσιμέντο. Τό σωμα τόν άκολουθεί.

'Ο Μάρκ διευθύνεται προς τόν Λεοπόλντ άφου πρώτα διώχτει με μία κλωτσιά τό όπλο στην άλλη γωνία του δωματίου.

'Ο παλαιοπάλης είναι νεκρός. 'Η σφαίρα έχει περάσει τη καρδιά του, όσο κι' αυτή που έστειλε στο δολοφόνο είναι καρφωμένη στον άπέναντι τοίχο. 'Ο γέρος όμως τό έσωσε τη ζωή. 'Ο Μάρκ δέν μπορεί να τραβήξει τά μάτια του από τό ακίνητο σωμα. Σκέφτεται τό Κλάρακ στην άγωνία του, τό φτωχό Φλοβάλ που τρομοκρατούσε ο Φινάλ. Αισθάνεται κάτι να του γρατσουναίει τόν ώμο. Τότε βλέπει ότι τό σακάκι του είναι σκισμένο και γεμάτο με αίμα. Σκέφτεται αν άφησε άποτυπώματα στο υπόγειο. Μηχανικά γυρίζει τό κεφάλι του και τόν βλέπει. 'Ο δολοφόνος έχει σηκωθεί και με μαχαίρι στο χέρι βαδίζει σιγά προς τό μέρος του. Τά πόδια του ανοιχτά και τά μάτια του γεμάτα θάνατο. Τό δεξί του χέρι κρατάει τη λάμα ίσια μπροστά, τό άριστερό είναι ανοιχτό στο ύψος της μέσης.

— Θά σε τρυπήσω όπως τρύπησα τό μονόφθαλμο.

Κλείνει τό άριστερό του χέρι. Τό ξανανοίγει και τό κλείνει πάλι όπως ένας σπασιαλίστας του καράτε στο τατάμι.

'Ο Μάρκ τόν άφήνει να πλησιάσει χωρίς να άφήσει ούτε για μία στιγμή τά μάτια του δολοφόνου. Οι Σαμουράι δέν κυτούσαν ποτέ τά χέρια του αντιπάλου ούτε τό "KATANA" (σπαθί των Σαμουράι). Έτσι και αυτός. Τό βλέμμα του μένει βυθισμένο στα μάτια του έχθρου μαντεύοντας την επίθεση από μία σπίθα της κόρης. 'Ο Μάρκ "σβύνει" τό σωμα του άφήνοντας τό προφίλ μόνο με τό χέρι τεντωμένο. Μαντεύει τη στιγμή ακριβώς που τό βλέμμα χωρίς έκφραση ζωντανεύει. 'Ο σγουρός επιτίθεται με ένα ατεμι στην κορυφή της μύτης με πρόθεση να τόν τυφλώσει προσωρινά και να του χώσει τό μαχαίρι στη κοιλιά. Τό χτύπημά του όμως συναντά τό κενό. 'Ο Μάρκ τό άποφεύγει. Τώρα όμως τόν άνηκει ή πρωτοβουλία. Άφήνει μία κραυγή Κιάϊ τη στιγμή που τό μαχαίρι πάει να χτυπήσει. Τό χέρι του Μάρκ πέφτει σάν σπαθί επάνω στο καρπό του άλλου. Τόν σφίγγει και τόν τραβάει ενώ με τό άλλο χέρι του αρπάζει τόν άντρα από τό γιακά κάνοντας τον να χάσει την ίσορροπία του. Τό στομάχι του άλλου χτυπάει στην έξω μεριά του μηρού του Μάρκ που είναι σε θέση του "οΰτσι μάτα" από "χαμηλή θέση", πολύ επικίνδυνο για την σπονδυλική στήλη του αντιπάλου. 'Η πτώση συνοδεύεται από ένα δυνατό σπάσιμο που άντηχεϊ παράξενα στο κλειστό χώρο του υπογείου. Τό σωμα του άλλου μένει ξαπλωμένο στο τσιμέντο ακίνητο.

'Ο Μάρκ τού ξεκουμπώνει τό πονάμισο και άφουγκράζεται τη καρδιά. Έχει πάφει να χτυπάει. Τό "οΰτσι μάτα" από "χαμηλή θέση" δέν συγχωρεί ποτέ αυτούς που δέν έχουν μάθει να πέφτουν. 'Ο τύπος γνωρίζοντας μία κίνηση του καράτε νόμιζε ότι είναι άνίκητος και δέν έμαθε ποτέ να πέφτει. 'Η ιδέα των άποτυπώματων του ξανάρχεται στο νού. Αρχίζει με ένα μαντήλι να τρίβει τό χερούλι από τό ντουλάπι. Όταν βγαίνει στο διάδρομο αισθάνεται πολύ κουρασμένος. Τη στιγμή που πάει να φύγει θυμάται τη μικρή με τό μπλοτ τζήν και τό δωμάτιο του Φλοβάλ. Σκουπίζει γρήγορα τό πόμολο και με άπαλά βήματα άπομακρύνεται, άφήνοντας τη μικρή να περιμένει.

ΚΕΦ 14

Φορώντας μία κίτρινη ρόμπα ή Μελίντα είναι καθισμένη στο τραπέζι τσιμπώντας άνόρεχτα τό πρωινό της.

Αύγά τηγανιτά με μπέικον και γάλα με σιρόπι φράουλας. Δέν μοιάζει όμως να τό άπολαμβάνει και ή γριά ύπηρέτρια της λέει λίγο πειραγμένη.

— 'Η δεσποινίς "Άλις μου είπε να σάς έτοιμάσω αυτά για πρωινό. Γιατί δέν τρώτε;

'Η Μελίντα σηκώνει άργά τό κεφάλι της. Μαύροι κύκλοι είναι σχηματισμένοι κάτω από τά μάτια φανερώνοντας την άύπνία της. Τό βλέμμα της είναι σθημένο.

— 'Η δεσποινίς "Άλις είχε δίκιο, λέει εύγενικά. Δυστυχώς όμως έγώ δέν πεινάω.

Ρίχνει ένα βλέμμα στη μεγάλη τραπεζαρία και στο σαλόνι που συγκοινωνεί με αυτή.

— Τό διαμέρισμα είναι πολύ μεγάλο, λέει, θά σάς πρέπει να σάς κουράζει πολύ.

Τό κουδούνισμα του τηλεφώνου δέν δίνει τό καιρό στην ύπηρέτρια να απαντήσει. Τρέχει να σηκώσει τό άκουστικό. 'Η Μελίντα αισθάνεται τη καρδιά της να χτυπάει δυνατά.

— Είναι για σάς, δεσποινίς, ο λοχαγός Ντύγκαν.

— Πέστε του ότι δέν ξύπνησα άκόμη.

— Μάλιστα, δεσποινίς.

Ρίχνει μία ματιά στο ρολόϊ της. 11 και μισή. Τά δάκρυα της βουρκώνουν τά μάτια. Σπρώχνει άπότομα τη καρέκλα και σηκώνεται. Στο χάλ βλέπει τη γριά ύπηρέτρια.

— "Αν τηλεφωνήσει κανένας δέν είμαι εδώ.

Περνάει στο δωμάτιο της, ρίχνεται στο κρεβάτι και άφήνει τά δάκρυά της να κυλήσουν, είναι σε φοβερή ψυχολογική κατάσταση. Κάνει κουργάγιο και φτάνει μέχρι τό μπάνιο. Κυττάζει τό πρόσωπό της στον καθρέφτη και αισθάνεται γελοία. Άνοίγει τη βρύση και ρίχνει κρύο νερό στο πρόσωπό της. Βγαίνοντας από τό μπάνιο άκούει ένα διακριτικό χτύπημα στη πόρτα.

— Δεσποινίς.

Στην πόρτα ή ύπηρέτρια κρατάει μία μεγάλη άνθοδέση από κίτρινες όρχιδέες.

— Είναι για σάς, δεσποινίς. Μόλις τώρα τά φέρανε.

'Η Μελίντα ανοίγει τό φάκελλο. 'Η καρδιά της ξαστερώνει καθώς άναγνωρίζει τά γράμματα του Μάρκ. "Πρίν ένα χρόνο όταν σε είδα για πρώτη φορά στο Καμπικί τό φόρεμά σου είχε τό όλοδοροσο χρώμα αυτών των λουλουδιών."

— Σε ποιό βάζο θέλετε να τά βάλω, δεσποινίς;

— Θά τά τακτοποιήσω έγώ, εύχαριστώ.

Βάζοντας τά λουλούδια μέσα σε ένα βάζο κρυστάλλινο και κυττάζοντας τα, όλα όσα της είχε αναφέρει ο Ντύγκαν τήν προηγούμενη σβύνουν μονομιώς. Τρέχει στο τηλέφωνο και σχηματίζει τόν αριθμό του Μάρκ.

— Τόν κύριο Μάρκ Σαιν Κλαίρ, παρακαλώ, .. εκ μέρους της δεσποινίδος Ντάρβιν.

Είναι σχεδόν μεσημέρι όταν ο Μάρκ κατεβαίνει στη βιβλιοθήκη. Άφου ζητάει ένα χυμό πορτοκάλι από τόν ύπηρέτη του θείου του αρχίζει να φάχνει τό τηλεφωνικό κατάλογο. Τελικά σταματάει στο όνομα Μπορίς Φινάλ. Σχηματίζει τόν αριθμό. Μιά γυναικεία φωνή απαντάει.

— Τόν κύριο Φινάλ, παρακαλώ.

'Η φωνή δέν του ζητάει τό όνομά του, του έξηγεϊ ότι ο Φινάλ άφησε τό Παρίσι.

— Για πολύ καιρό; ρωτάει ο Μάρκ.

— Δέν ξέρω. Νομίζω ότι έφυγε για υποθέσεις του και θά άργήσει να επιστρέψει.

— Ξέρετε συνεργάζομαι με τόν κ. Φινάλ. Μήπως άφησε κανένα σημείωμα για μένα; Είμαι ο κύριος Κουμπούργκ.

— "Όχι άπ' ότι γνωρίζω. Γιατί όμως δέν τηλεφωνείτε στο γραφείο του;

— Τηλεφώνησα και δέν απαντάει κανείς. Έτσι πήρα τό θάρρος να τηλεφωνήσω στο σπίτι του. Δέν μπορείτε να μου πείτε περίπου ποτε θά επιστρέψει;

— Δέν γνωρίζω κι'εγώ ή ίδια.  
— Μέ συγχωρείτε, γιά πού έφυγε άν έπιτρέπετε;  
— Μά γιά τό Τόκυο άεροπορικώς σήμερα τό πρωί.  
— Μου είχε μιλήσει γι'αυτό τό ταξίδι. Δέν ήξερα όμως πότε θά έφυγε.  
— Τό άποφάσισε τελειώς ξαφνικά.

Ο Μάρκ κατεβάζει τό άκουστικό. Μέ λίγη τύχη συνοδεύοντας σήμερα τό πρωί τή Μπεατρίς μέχρι τό άεροδρόμιο θά συναντούσε τόν Φινάλ. Προσπαθεί νά φανταστεί τί τό καινούργιο θά έφερε αυτή ή συνάντηση. Τό μόνο πού τόν ένοχλεί είναι ότι ή Μπεατρίς ταξιδεύει μαζί του και άναρωτιέται άν τό γεγονός είναι τελειώς τυχαίο.

— Ο χυμός σας, κύριε.  
Ο Μάρκ πίνει άργά τήν πορτοκαλάδα του ένω τό τηλέφωνο άρχίζει νά κουδουνίζει.  
— Γιά σας, κύριε, ή δεσποινίς Ντάρβιν, λέει ό ύπηρέτης δίνοντας του τό άκουστικό.  
— Γεια σου. Ξύπνησες κιόλας;  
— Μέ ξύπνησαν τά λουλούδια σου. Όταν θέλεις, έχεις πολύ γερή μνήμη.  
— Πού είσαι καλεσμένη γιά φαγητό; ρωτάει ό Μάρκ.  
— Πουθενά.  
— Λοιπόν σε 1 ώρα περνάω νά σε πάρω.

Κατεβάζει τό άκουστικό και άπευθύνεται στό θείο του πού μπαίνει εκείνη τή στιγμή στή βιβλιοθήκη.  
— Θεϊε μου έχουμε ένα καλεσμένο γιά φαγητό.  
— Τό άκουσα. Ποιός είναι;  
— Η Μελίντα. Θά εύχαριστηθεί πολύ πού θά σας ξαναδεί.

— Δηλαδή θέλεις νά σου πω τή γνώμη μου γι'αυτή ή τήν βαριέσα τόσο πολύ πού θέλεις τρίτο μεταξυ σας;  
— Κι'εγώ δέν ξέρω ακόμη.  
— Φυλάξου από τίς Άμερικανίδες. Ξέρουν άκριβώς τί ζητάνε. Είναι γυναίκες φτιαγμένες γιά μπίζνες.  
— Εύτυχώς και γυναίκες.  
— Άφου σ'ένδιαφέρουν τόσο. Ξέρεις ύπάρχει περίπτωση νά σε στείλουν στήν Ουάσινγκτον.  
— Δέν θά είναι και άσχημα.

Σκέφτεται τά τρία πτώματα πού ύπάρχουν σ'ένα ύπόγειο και τό πρόσωπό του σκοτεινιάζει. Σίγουρα θά είναι ό ύπ'άριθμό 1 ύποπτος γιά τήν άστυνομία.  
— Δέν μου φαίνεται νά χαιρέσαι και τόσο, λέει ό θεϊός του βλέποντας τό σκεπτικό ύφος του άνηψιού του.  
— Στή καριέρα μου θά είναι ένα μεγάλο βήμα προςά.  
— Άπ'ότι ξέρω δέν σ'ένδιαφέρει και τόσο ή καριέρα σου. Πρέπει όμως, Μάρκ, νά σκεφτείς κάποτε και ν'άποφασίσεις μέ τί θ'άσχοληθείς στά σοβαρά.  
— Και νά σκεφτεί κανείς ότι ή τόσο σοβαρή αυτή συζήτηση ξεκίνησε από τή Μελίντα, παρατηρεί είρωνικά ό Μάρκ.

— Νομίζω ότι πρέπει νά έτοιμάζεσαι νά πās νά τήν πάρεις.  
Μόνος μέσα στό αυτοκίνητό του ό Μάρκ ξαναφέρνει στό νοῦ του τό ύπόγειο μέ τό μακάβριο φορτίο του.

Ο Φλοβάλ πέθανε χωρίς νά του μάθει πολλά πράγματα. Φυσικά ξέρεi ότι ό Φινάλ μόλις πάρει τά έγγραφα αυτά από τόν πλοίαρχο του "Κορμοράν" θά ξαναγίνει ό βιομήχανος ύπεράνω ύποψίας. Η άναχώρησή του γιά τό Τόκυο θά είναι ό επίλογος τής ύπόθεσης άφου έφυγε από τή μέση κάθε ένοχλητικός μάρτυρας. Παρ'όλα αυτά όμως τό ένστικτό του, ή έκτη αίσθηση πού άπόκτησε μέσα στή πρακτική του τζούντο, του λέει ότι δέν τέλειωσαν όλα ακόμη. Όπως ή Μπεατρίς, έτσι και ή Μελίντα τόν περιμένει στήν είσοδο τής πολυκατοικίας, τό πρόσωπό της μοιάζει άρκετά κουρασμένο καθώς κάθεται δίπλα του χωρίς νά τόν φιλήσει.

— Που πάμε; τού λέει ψυχρά.  
— Στο σπίτι του θείου μου.  
Δέν μοιάζει νά στεναχωριέται πού δέν θά είναι μόνοι.  
— Θά χαρῶ πολύ νά τόν ξαναδῶ.

Η διαδρομή δέν είναι πολύ μεγάλη κι'έτσι ή συζήτηση πού έχουν μέχρι νά φτάσουν στή βίλλα Σαιν Κλαίρ

δέν έχει τίποτα τό σπουδαίο. Βέβαια ή συμπεριφορά τής Μελίντα έχει κάτι τό παράξενο αλλά ό Μάρκ όπως τόν άπασχολεί ή ύπόθεση Φινάλ δέν τό προσέχει. Μπαίνοντας στή βίλλα ό ύπηρέτης του δίνει ένα γράμμα.  
— Μου έπιτρέπεις; λέει ό Μάρκ.

Αφήνοντας τή Μελίντα μέ τό θείο του φτάνει στό μπάρ και άνοίγει τό γράμμα γεμάτος περιέργεια. Τό κείμενο είναι γραμμένο άνορθόγραφα και μέ μολύβι.  
"Ο Λεοπόλντ είπε στό Φινάλ ότι έχετε τά μισά έγγραφα έσεις και τά άλλα μισά ό πλοίαρχος. Ο Φινάλ έφυγε γιά τό Τόκυο νά τόν συναντήσει. Κάποιος έμεινε νά σας παρακολουθεί μέχρι νά γυρίσει."

Δέν ύπάρχει ύπογραφή, μόνο ένα "Φ". Ο Μάρκ καταλαβαίνει ότι είναι του Φλοβάλ. Καταλαβαίνοντας ό μονόφθαλμος ότι άπειλείται ή ζωή του έστειλε γράμμα μέ τά τελευταία νέα του. Ο Μάρκ καταλαβαίνει ότι ό χοντρος θέλοντας νά τυλίξει τόν Φινάλ του πούλησε ένα παραμύθι όπου ό Μάρκ έπαιζε ένα από τούς κυριώτερους ρόλους. Έτσι λοιπόν ή ύπόθεση άρχισε από τό Τόκυο και ξαναγυρίζει εκεί.

Γλιστράει τό γράμμα στή τσέπη του και πλησιάζει τό θείο του πού συζητάει μέ τή Μελίντα στό σαλόνι.  
— Τι θά πάρεις, Μάρκ; ρωτάει ή Άλέξανδρος Σαιν Κλαίρ.

— Δύο δάκτυλα πορτό. Μέ συγχωρείτε όμως δύο λεπτά ακόμη νά κάνω ένα τηλεφώνημα.

Περνάει στή βιβλιοθήκη και καλεί τήν Αϊρ-Φράνς. Δέν έχει όμως πτήση γιά Τόκυο πριν από 4 μέρες. Έχει όμως μεθούριο μέσω Άμστερνταμ ή ΚΙΜ. Κλείνει μία θέση και κατεβάζει τό άκουστικό.

— Μάρκ, πρέπει νά σου μιλήσω.  
— Σ'άκούω.

Έδῶ και πέντε λεπτά δηλαδή από τήν ώρα πού ό Άλέξανδρος Σαιν Κλαίρ τούς έχει άφήσει μόνους ή νέα μέ δυσκολία κρύβει τή νευρικότητά της.

— Που ήσουν χτές τό βράδυ;  
Ο Μάρκ σηκώνεται.  
— Θέλεις λίγο καφέ ακόμη;  
Του άπαντά άρνητικά μέ μία κίνηση του κεφαλιού.  
Ο Μάρκ γεμίζει τό φλυτζάνι του και κάθεται δίπλα της. Η μεγάλη μπαλκονόπορτα τής τραπεζαρίας άνοιχτή μπροστά τους κάνει νά φαίνεται όλος σχεδόν ό ήλιόλουστος κήπος.

— Μάρκ, σου έκανα μία έρώτηση. Γιατί χαμογελῶς;  
— Είναι ή πρώτη φορά πού μου κάνεις μία τέτοια έρώτηση από τότε πού γνωριζόμαστε.  
— Δέν θέλεις νά μου άπαντήσεις;  
Πίνει μία γουλιά από τό φλυτζάνι του και τήν κοιτάει χαμογελώντας.

— Μελίντα, μικρή μου. "Αν μου έλεγες τί σου συμβαίνει δέν θά ήταν καλύτερα; Έγώ δέν ήθελα νά σε ρωτήσω αλλά από τήν πρώτη στιγμή κατάλαβα ότι κάτι σου συμβαίνει."

Πλησιάζει τό πρόσωπό της στό δικό του. Μέ δυσκολία κρατάει τά δάκρυα της.  
— "Ημουν σίγουρος ότι θά μέ περιμένεις στό Όρλύ. Τό ότι δέν ήρθες μέ πλήγωσε περισσότερο από ότι μου είπαν μετά."

— Νάτο. Τι σου είπανε λοιπόν μετά; Τά δάκρυα άρχίζουν νά κατρακυλάνε στά μάγουλά της. Μου είπαν ότι ήσουν μέ μία άλλη και πώς ακόμη είσαι ύπεύθυνος γιά τό δολοφονία ενός άνθρώπου στό Τόκυο και ότι χρησιμοποίησες τήν διπλωματική άσουλία γιά νά κάνεις διάφορες κομπίνες. Μετά μου έδωσαν λεπτομέρειες και μετά ... δέν θέλω πιά νά τά σκέπτομαι."

Κλαίει μέ λυγμούς. Δέν κάνει καμιά κίνηση γιά νά τήν παρηγορήσει. Ξαναπαίρνει τό φλυτζάνι του και ρουφάει μία ακόμη γουλιά καφέ.

— Μίλησε μου γιά τίς κομπίνες πού είμαι άνακατεμένος. Σκουπίζει τά δάκρυα μέ τό χέρι της.  
— Έκλεφες κάτι χαρτιά πού έρχονται στή Πρεσβεία μας στο Παρίσι.  
— Της πιάνει άπαλά τό χέρι. Μήπως ξέρεις κανένα Ντύγκαν;

— Ναι, είναι ...  
— Είναι τρελός. Τρελός από έρωτα γιά σένα.  
— Αυτό είναι όλο πού έχεις νά μου πεις;  
Ο Μάρκ σηκώνεται και τής φέρνει τήν τσάντα της.  
— Έλπίζω νά έχεις κάτι εκεί μέσα νά σκουπίσεις τά δάκρυα σου, τής τήν δίνει.

— Μελίντα, ξέρεις πού είναι τώρα ό Ντύγκαν;  
— Έφυγε από τό Παρίσι πριν λίγο.  
— Γιά τήν Ιαπωνία;  
— Δέν ξέρω, μου τηλεφώνησε λίγο πριν έλθεις γιά νά μου πει ότι φεύγει.  
— Μελίντα, τά δάκρυα σε κάνουν άστεία σάν αυτή τήν ιστορία τουλάχιστον όπως στήν έχουν παρουσιάσει.  
— Μάρκ, θέλω τήν αλήθεια. Πρέπει νά μάθω τήν αλήθεια.

— Μικρή μου, δέν είναι τίποτα σπουδαίο. Άπλως σου μεταφέρανε μερικά πράγματα και καταλαβαίνω τό γιατί. Τώρα από σένα έξαρτάται ή έχεις έμπιστοσύνη σ'έμένα ή δέν μου έχεις. "Αν συμβαίνει τό δεύτερο άναρωτιέμαι τί κάνεις αυτή τή στιγμή έδῶ."

Τόν κυττάει μέ τά μεγάλα της μάτια όρθάνοιχτα αλλά γεμάτα θέληση.

— Μάρκ, θέλω νά μάθω.  
Τής χαϊδεύει άπαλά τό πρόσωπο μέ τό δάχτυλό του ακολουθώντας τούς κύκλους κάτω από τά μάτια της.  
— Μελίντα, γλυκειά μου, είσαι κουρασμένη. Θά σε συνοδεύσω στό σπίτι σου.

#### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 15

Δίπλα στον Ίβάνωφ ό Βοντλέν βαδίζει στους φωτισμένους από τίς τεράστιες φωτεινές διαφημίσεις δρόμους τής Γκίνζα. Η κίνηση είναι μεγάλη και πολύχρωμα ντυμένοι άνθρωποι στριμώχνονται γύρω τους.

— Διψάω, λέει σε μία στιγμή ό Βοντλέν σκουπίζοντας τό ιδρωμένο πρόσωπό του.  
Μπαίνουν σε ένα μισοφωτισμένο μπάρ και κάθονται σ'ένα μικρό τραπέζι κοντά στήν πόρτα. Μισή ντουζίνα κοπέλλες καθισμένες γύρω από τόν πάγκο του μπάρ τούς κοιτάζουν χαμογελώντας και περιμένοντας μία κίνηση γιά νά πλησιάσουν.  
— Ούτσκυ.

Μέ τό χέρι φωνάζει δύο κορίτσια πού χωρίς νά ένοχληθούν από τό μουσκεμένο λαιμό του πλοίαρχου τόν άγκαλιάζουν, γελώντας. Ο Ίβάνωφ τής κοιτάζει ξεροκαταπίνοντας χωρίς όμως νά κάνει τίποτα περισσότερο.

Δέν προσέχουν ένα ψηλό μέ σκούρο πρόσωπο και παγερά μάτια πού μπαίνει στό μπάρ και κάθεται μόνος του σ'ένα τραπεζάκι κολλημένο στό τοίχο λίγο πιο μακριά. Ο Βοντλέν ζητά πάλι ούτσκυ, μετά γυρίζει στον Ίβάνωφ.

— Η συνοικία είναι γεμάτη κορίτσια έτοιμα νά στά δώσουν όλα. Θά φάμε πρώτα κάτι και μετά θά έχει κάτι γιά όλα τά γούστα.

Όταν μετά από λίγο βγαίνουν από τό μπάρ ό άνθρωπος μέ τό σκούρο πρόσωπο βγαίνει πίσω τους.

Μία παρέα από πιλότους και άεροσυνοδούς τής Αϊρ-Φράνς μπαίνει σ'ένα μικρό τυπικό έστιατόριο του Τόκυο. Μεταξύ τους είναι και ή Μπεατρίς.

— Η σπασιαλιτέ του μαγαζιού, λέει ένας πιλότος, είναι τό "SASHIMI", φέτες από φάρι ώμο άρωματισμένο.

Τό έστιατόριο είναι γεμάτο τουρίστες και πολύ θόρυβο. Έτσι ή νέα δέν προσέχει ένα ξανθό μέ φακίδες πού κάθεται δίπλα της και παρακολουθεί κάθε κίνηση της, κάνοντας ότι τρώει κι'αυτός. Η Μπεατρίς δέν άγγίζει τίποτα από τό πιάτο της, τό μυαλό της τρέχει μακριά έξω από τό μικρό έστιατόριο. Σκέπτεται τόν Μάρκ. Θά τόν ξαναδεί άραγε; Αίσθάνεται ένα άδριστο φόβο νά τήν πλημμυρίσει. Άκουμπά τόν άγκώνα της στό τραπέζι και πιάνει μέ τό χέρι της τό πρόσωπό της.

— Δέν είσαι καλά Μπεατρίς; τή ρωτάει ό δεύτερος πιλότος.  
— Λίγο κουρασμένη.  
Μιά άλλη άεροσυνοδός τήν πλησιάζει και τή ρωτάει άν θέλει νά πάνε νά φάνε κάποιο άλλο.  
— Όχι, θά γυρίσω νά ξεπλύσω λίγο.  
— Δέν θά έλθεις στό θέατρο μαζί μας;  
— Όχι, είμαι πολύ κουρασμένη.

Άρνεύεται εύγενικά στό δεύτερο πιλότο, πού προτείνει νά τή συνοδεύει.  
— Όχι, Ρομπέρ. Υπάρχουν ταξί έξω από τήν πόρτα. Μείνε μέ τούς άλλους. Καληνύχτα.

Δέν έχει προλάβει νά σηκωθεί από τό τραπέζι της όταν ό ξανθός σηκώνεται και πηγαίνει στό τηλέφωνο πού βρίσκεται στό βάθος του έστιατορίου. Κοιτάζει τή κοπέλλα νά μπαίνει στό ταξί και όταν άκούει μία φωνή νά του άπαντά από τήν άλλη μεριά του σύρματος λέει.

— Κύριε Φινάλ, Στέϊν έδῶ. Η κοπέλλα γυρίζει στό ξενοδοχείο της.

Ο Βοντλέν ξεσφίγγει τό γιακά από τό πουκάμισο και άπλώνει τά πόδια του. Είναι καθισμένος δίπλα στον Ίβάνωφ πάλιν σε κάτι μεγάλη μαξιλάρια. Ο λαιμός του έχει στεγνώσει μόνο μέ τήν ιδέα του τί θά δεί. Σε ένα μέτρο άπόσταση από τή μύτη του είναι ένα τεράστιο ένυδρείο. Είναι φωτισμένο από κάτω και στό επάνω μέρος βλέπει μία μικρή μεταλλική σκάλα όπως αυτή μιας πισίνας. Άλλοι πέντε άνθρωποι πού είναι καθισμένοι όλόγυρά τους έχουν καρφώσει τά μάτια στό ένυδρείο περιμένοντας.

Ξαφνικά έξη σειρήνες έμφανίζονται από τή μικρή σκάλα. Φορῶνε ένα κολλητό όλόσωμο μαγιό μέ σχέδια λεπιών φαριού, στό κεφάλι σκούφο διαφορετικού χρώματος. Τό θάμα άρχίζει.

Τά έξη κορίτσια άρχίζουν νά χορεύουν μέ χάρη κάτω από τό νερό έκτελώντας ένα ύπέροχο στρη-τίζ. Γυρίζουν και κάνουν βουτιές ένῶ εκεί πού δέν τό περιμένει κανείς κομμάτι-κομμάτι τά μαγιώ ξεκολλάνε από πάνω τους φανερώνοντας τό ύπέροχο γεροδεμένο σώμα τους.

Τέλος όταν όλα τά κομμάτια έχουν φύγει από πάνω τους, κραυγές θαυμασμού άκούγονται από τούς παρευρισκομένους καθώς άρχίζουν νά χορεύουν κάτω από τό νερό, φανερώνοντας μέ χάρη κάθε σημείο του σώματός τους.

Εκείνη τή στιγμή μία κοπέλλα ντυμένη ναύτης έμφανίζεται στήν αίθουσα κρατώντας ένα μικρό ένυδρείο μέσα στό όποίο κολυμπάνε 6 μικρά ξύλινα φάρνια διαφόρων χρωμάτων - ίδιων μέ τά χρώματα των σκουφών των κοριτσιών. Περνά προςά από κάθε θεατή καλώντας τον νά βουτήξει τό χέρι του μέσα στό ένυδρείο.

— Ποιά θά παίρνατε στή θέση μου; ρωτάει ό Ίβάνωφ.  
— Τήν πράσινη μέ τό μεγάλο στήθος, άπαντά ό πλοίαρχος.

Άλλά ό ίδιος μαζί μέ έναν άλλο θεατή μέ κόκκινο πρόσωπο δέν έχουν σταματήσει νά πίνουν "SAKE", τό γιαπωνέζικο τσίπουρο από ρύζι. Οι άλλοι σηκώνονται και χάνονται ακολουθώντας τήν κοπέλλα-ναύτη, πίσω από ένα παραβάν ζωγραφισμένο σάν σπηλιά πού τή χτυπάνε τά κύματα. Έν τῶ μεταξύ τά κορίτσια έχουν έξαφανιστεί από τό ένυδρείο.

Η συνέχεια και τό τέλος στό έόμενο.



## μιά νέα σχολή καράτε

Μιά νέα σχολή SHOTOKAN KARATE λειτουργεί εδώ και μερικούς μήνες στον Βόλο, Ίωλκοῦ 87 ("Ανω Βόλος). Διδάσκει ο Γιοκίχιρο Ταναουέ, 3 ντάν, και οι μαθητές της σχολής δίνουν την έγγυση μιᾶς καινούργιας ἐστίας σωστοῦ καράτε. Στις φωτογραφίες πού μᾶς ἔστειλαν οἱ ἀθλητές τῆς σχολῆς φαίνονται στιγμιότυπα ἀπὸ προπόνησή τους. Εὐχόμεστε νά διαδοθεῖ καί σέ ἄλλες πόλεις τῆς ἐπαρχίας τὸ ἀθλημα ἀπὸ γνήσιους δασκάλους, βρίσκοντας πρόσφορο ἔδαφος στοὺς ντόπιους.



# ἀλληλογραφία μέ τούς ἀναγνώστες

Κύριε Περσίδη,

Πρῶτα ἀπ' ὅλα σᾶς συγχαίρω γιὰ τὴν παρά τὰ ἐμπόδια συνέχιση τῆς ἐκδόσης καί τῆς ποιοτικῆς βελτίωσης τοῦ περιοδικοῦ μας.

Θέλω νά διαφωνήσω γιὰ τὸν τρόπο πού παρουσιάζεται τὸ Κιοκουσίν Κάϊ καράτε ἀπὸ τὸ "J-K". Στὸ Κιοκουσίν Κάϊ καράτε ὑπάρχει ἕνας βασικός σκοπός. Ἡ ἐξουδετέρωση τοῦ ἀντιπάλου. Ἐδῶ ἡ τέχνη μετριέται μέ τὸν ἀριθμὸ τῶν τούβλων πού ὁ καρατέκα σπάσει, μέ τίς κολῶνες πάγου καί μέ τὴν ἀντοχή στοὺς νά δέχεται φοβερά χτυπήματα.

Γιὰ τὸ καράτε πού ὁ Ὀγιάμα λέει εἰρηνικά χορὸ (καί ἐδῶ ἐννοῶ τὰ ἀναγνωρισμένα στήν Ἰαπωνία συστήματα) τέχνη δέν εἶναι τὸ νά μπορεῖς μέ μιὰ γροθιά νά σακατέψεις τὸν ἀντίπαλο-συναθλητὴ ἢ μέ μιὰ γερή κλωτσιά νά βγάλεις τὸν ἀντίπαλο ἐκτός μάχης. Ἐδῶ ἡ τέχνη βρίσκεται στοὺς νά μπορεῖς νά σταματᾶς τὸ χτύπημα χιλιοστά πρὸ τοῦ στόχου σέ τρόπο ὥστε ἂν δοθεῖ πραγματικά, νά φέρει ἀποτέλεσμα καί πάντα ἀπ' ὅλα νά σέβεται ὁ καρατέκα τὴν ἀκεραιότητα τοῦ συναθλητῆ του. Ἐδῶ εἶναι καί τὸ μεγαλεῖο τοῦ ἀθλήματος πού τὸ κάνει νά ξεχωρίζει ἀπὸ τὴν πυγμαχία ἢ τὸ κάτς.

Ὁ ἀθλητὴς συνδυάζει δύο πράγματα. Τὴν ὀλοκλήρωση τῆς προσωπικότητάς του ἀπὸ τὴν μιὰ μεριά, μέ τὴν σκληρὴ ἀσκήση καί τὴ στρατιωτικὴ πειθαρχία καί τὴν γνώση γιὰ τὴν ἀντιμετώπιση πραγματικῶν καταστάσεων μάχης ἀπὸ τὴν ἄλλη.

Ἐνας λάτρης τοῦ Κιοκουσίν - καί θά μπορεῖ, παίρνοντας τὸ μέρος τοῦ ἑνὸς ἐκ τῶν μαχομένων νά οὐρλιάξει καί νά ξεφωνίσει μέ ἄγρια χαρὰ ὅταν τοῦ ἄλλου τοῦ ἔχει ξεριζωθεῖ τὸ κέρατο, ἂν εἶναι ταῦρος, ἢ τὸ σαγόνι, ἂν εἶναι ἄνθρωπος. Ἄν δέν πῆγε αὐτός ὁ θεατὴς νά χαρεῖ στοὺς ἀκουσμοὺς τοῦ σπασίματος τῶν πλευρῶν ἢ στὴ θέα τοῦ αἵματος, τότε γιατί πῆγε;

Ὁ Μάστερ Ὀγιάμα ἔχει σκοτώσει 3 ταῦρους καί ἔχει σακατέψει 48 γιὰ ἐπίδειξη καί μόνο. Δέ γίνονταν χασάπης νά σκοτώνει τουλάχιστον γιὰ νά ζήσει, πουλώντας τὸν μισὸ ταῦρο καί τρώγοντας τὸν ὑπόλοιπο;

Ἐνας Κιοκουσίν Κάϊ καρατέκα στέκεται μπροστὰ σ' ἕνα σωρὸ ἀπὸ τούβλα καί τὰ κοπανᾷ κάνοντάς τα νά ὑποχωροῦν κάτω ἀπὸ τὴ γροθιά του. Ἀλλὰ φυσικὸ ἦταν νά ὑποχωρήσουν τὰ τούβλα. Ἡ μήπως κανέννας ἀμφιβάλλει ὅτι σέ μιὰ παράλογη σύγκρουση ὑποχωρεῖ ὁ λογικώτερος;

Κύριε Περσίδη - Κύριε Ἄρτινέ. Τὸ "J-K" ὅπως ἔχει γραφεῖ, ἔχει σάν σκοπὸ τὸν προσανατολισμὸ τῶν ἀναγνωστῶν στὰ σωστά καί ἀναγνωρισμένα στυλ καράτε. Κύριε Ἄρτινέ, γράφεις ὅτι οἱ μικροκαίες τῶν παντοδυνάμων προέδρων διαφόρων ὀργανισμῶν δέν ἀφήνουν τὸ Κιοκουσίν νά μπεῖ στοὺς BUDOKAN. Ἀκόμα ἀναφέρεις μέ σοβαρὸ ὕφος τίς ταυρομαχίες τοῦ Ὀγιάμα πού ὅπως λές κατέπληξαν τὸν κόσμον. Ὑπάρχουν φαίνεται ἀκόμα ἄνθρωποι πού τοὺς συναρπάζουν οἱ ταυρομαχίες, δέν καταλαβαίνω ὅμως γιατί πρέπει αὐτοὶ οἱ ἄνθρωποι νά μποῦν στοὺς BUDOKAN νά δοῦν μιὰ πολεμικὴ τέχνη μέ σκοποὺς τῆ βία γιὰ τὴ βία. Ἡ μήπως τὸ πνεῦμα τῶν BUDO εἶναι ἡ βία ἐναντία στὴ βία;

Συναρπάζει τὸ Κιοκουσίν Κάϊ τοὺς θεατὴς πού εἶναι ἀπέξω, ὅμως ἄραγε τί αἰσθήματα νοιώθει ὁ ἕνας ἐκ τῶν ἀντιπάλων (γιατί ὁ ἄλλος δέν αἰσθάνεται) βλέποντας τὸν συναθλητὴ του στοὺς φορεῖς; Θριάμβευσε γιὰ μιὰ ἀκόμα φορά ὁ νόμος τῆς ζούγκλας. Ὁ δυνατότερος εἶναι ὄρθιος.

Αὐτὴ εἶναι ἡ γνώμη μου γιὰ τὸ Κιοκουσίν Κάϊ (καί πιστεύω πολλῶν ἀκόμα καρατέκα) δυστυχῶς ἀντίθετη πρὸς τὸ περιοδικὸ πού πασχίζω νά στεριώσω καί νά διαδοθεῖ.

Ὑπάρχει ἕνα ἀκόμα σημεῖο στοὺς "J-K" πού ὄχι ἀπλῶς διαφωνῶ ἀλλὰ διαμαρτύρομαι. ΕΥΛΟ ΜΕ ΧΙΟΥΜΟΡ. Αὐτὸς εἶναι ὁ τίτλος τῶν τελευταίων σελίδων τοῦ "J-K". Ἀληθεῖς εἶναι αὐτὸ τὸ πράγμα διασκέδαση μέ χιούμορ; Μόνο χιούμορ δέν ἔχουν αὐτὲς οἱ ἀπαίσιες φάτσες πού συνήθως συναντᾷ κανεῖς καί σέ ἄλλα περιοδικὰ γιὰ μικρά παιδιά μέ σκοπὸ πρᾶγματι νά μαθαίνει τὸ παιδάκι νά διασκεδάσει μέ τὴ βία.

Ἄν ὑπάρχουν κ. Περσίδη ἀναγνώστες πού τοὺς ἀρέσουν αὐτὰ τὰ σμιτσοποιημένα μαθήματα βίας καί γι' αὐτὸ τὰ βάζετε τότε τὸ περιοδικὸ ἀκολουθεῖ τὰ γούστα τῶν ἀναγνωστῶν γιὰ ἐμπορικότητα καί ὄχι δική του γραμμὴ, πρᾶγμα πού δέν θέλω νά πιστεύω.

Τὸ "J-K" εἶναι τὸ μόνο περιοδικὸ μέ σοβαρότητα μοναδικὴ στοὺς χώρους τῶν πολεμικῶν τεχνῶν. Σέ ἄλλη περίπτωση, σάν διαφωνῶ, θά ἔκανα ἀπλῶς τὸν κόπο νά φάξω γιὰ τὸ καταλληλότερο ἔντυπο.

Πιστεύω πῶς καί οἱ ἀντίθετες ἀπόψεις πάνω στὰ θέματα τοῦ "J-K" μποροῦν νά βοηθήσουν πρὸς τὸ καλύτερο.

Φιλικώτατα εὐχαριστῶ

Τσόγκας Γεώργιος  
Πρῶην ἐκπαιδευτῆς WADO-RYU καράτε.

Φίλε μας Γιῶργο Τσόγκα,

Εὐχαριστοῦμε γιὰ τὸ γράμμα σου.

Πιστεύουμε, πραγματικά, πῶς ἡ ἀποστολή μας σάν περιοδικὸ εἶναι νά παρουσιάζουμε τίς πολεμικὲς τέχνες, τίς βασικὲς τους ἀρχές, τοὺς σκοποὺς τους καί τὴ φιλοσοφία τους, ἀλλὰ ἐπίσης καί τοὺς προβληματισμοὺς πού γεννοῦν.

Εἶναι πολὺ φυσικὸ νά δημιουργηθοῦν ἀπόψεις σάν τίς δικές σου. Γύρω μας ὑπάρχουν ἀνθρώπινοι χαρακτήρες ὄλων τῶν εἰδῶν. Ἀπὸ ἐκείνους πού ἐνδιαφέρονται νά συντρέξουν μέ ἕνα χτύπημα κάποιον ἄλλον καί προπονοῦνται σκληρὰ μόνο μέ αὐτὸ τὸ σκοπὸ, μέχρι ἐκείνους πού μόνο διαβάζουν γιὰ τὴ φιλοσοφία τῶν πολεμικῶν τεχνῶν ἀντλώντας μόνο ἔτσι τὰ ἠθικά τους διδάγματα. Ὑπάρχουν βέβαια καί ὅλες οἱ ἐνδιάμεσες καταστάσεις. Σέ κάποια ἀπὸ αὐτὲς προσαρμῶζει τὸν ἑαυτοῦ ὁ κάθε ἀθλητὴς καί ἔτσι τὸν βλέπουμε νά τοῦ δημιουργεῖται ἡ ἐπιθυμία νά ἀκολουθήσει τὴν πολεμικὴ τέχνη πού τοῦ ταιριάζει. Ἀπόδειξη τοῦ ὅτι κάτι τέτοιο συμβαίνει εἶναι τὸ ὅτι ὅλα τὰ στυλ ἔχουν ὅπα-



δούς και αυτό γιατί η κοινωνία μας έχει όλων των ειδών τους χαρακτήρες.

Τό περιοδικό μας δέν "κατευθύνει" αλλά "έννημερώνει και γνωστοποιεί". Τό τί θά διαλέξει ο άναγνώστης, άφορά αυτόν και γίνεται ύπό τήν εύθύνη του. Γι' αυτό πιστεύουμε πώς επιβάλλεται νά παρουσιάσουμε άντικρουόμενες άπόψεις.

Πραγματικά τό γράμμα σου άποτελεί μιά σοβαρή άποψη πού εύχόμαστε νά βρει άντίστοιχη άπάντηση άπό άπαδό του Κιοκουσίν Καράτε στό επίπεδο του πολιτισμένου διάλογου.

Κύριε Περισίδη,

Δέν σπεύδω νά σάς πώ "άγαπητό κύριο Περισίδη" ούτε νά δώσω συγχαρητήρια στό "μοναδικό" περιοδικό σας, γιά τό άπλούστατο λόγο ότι δέν έχω μάθει νά ύποκρίνομαι. Καί έρχομαι στην ουσία του θέματος. Τό περιοδικό σας είναι πολύ καλό ως πρός τό περιεχόμενό του πάνω στις πολεμικές τέχνες, διαπραττετε όμως τό τεράστιο σφάλμα νά ύποστηρίζετε καταφανώς μέσα άπό τίς σελίδες του όρισμένα μόνο συστήματα καράτε. Γιατί είστε μεροληπτικός και είσθε κι' έσεις ένας άπό τους πολλούς ύπεύθυνους πού δέν γίνεται στή χώρα μας ένας πανελλήνιος (πανελλήνιος πραγματικά) όργανισμός καράτε; Μόνο τότε τό άθλημα θά πάει μπροστά στόν τόπο μας. "Ας άφήσουμε όμως τίς γενικότητες και ας έρθουμε στις λεπτομέρειες. Η μεροληπτικότητα σας αυτή σας έχει όδηγήσει έσως και τό περιοδικό σας, σε άπαντήσεις προς τους άναγνώστες σας, πού άποτελούν "δημόσια πρόκληση" γιά όλους τους άθλητικούς καρατέκας.

1. Δέν γνωρίζετε λοιπόν, κύριε Περισίδη σχολή καράτε στή Χαλκίδα; Κι' όμως κύριε Περισίδη, ύπάρχει ο κύριος Χρήστος Κουτρούμπας, μαύρη ζώνη 2 ντάν, ένας πολύ άξιος δάσκαλος πού μόλις άνοιξε τή σχολή του άφησε τό πρωτοπαλληκάρου του "ΕΛ με 5 μαθητές. (Ένωτικό τόν σίφου-ντάϊ, Β. Σιάτρα).

Γιατί κύριε Περισίδη δέν τό γνωρίζετε αυτό; Μήπως έπειδή ή σχολή είναι OKINAWA TE και ο δάσκαλός της μαθητής του MASTER B. ZAHOPOULOU;

2. Όταν θά ξαναμιλήσετε γιά τόν MASTER BILL νά πλύνετε πρώτα τό στόμα σας μέ βάλνικικό νερό. Ο MASTER ZAHOPOULOS είναι τόσο μεγάλος πού όταν έσεις ηγαίνατε, αυτός γύριζε γιά έκτη φορά. Έχει μαύρη ζώνη 6 ντάν, και τό θο ντάν δέν τό έχει άπό τόν "πολύ" "ΕΛ Κουρού, αλλά άπό τόν JERRY HOBES, μαύρη ζώνη 10 ντάν, τής "Προφέσια Καράτε Ινστράκτορς οφ 'Αμερική".

3. Τόν LES MEO δέν τόν ξέρετε; Ούτε αυτόν; Σας πληροφορώ ότι ήταν δάσκαλος στην άκαδημία του OKINAWA TE KARATE DO. Σπούδασε τό καράτε στην 'Ιαπωνία, έχει 9 ντάν και ή φήμη του είχε εξαπλωθεί τόσο πολύ, ώστε σε όλη τήν 'Αμερική, ήταν γνωστός με τήν όνομασία MR. BLACK BELT. Ο κύριος LES MEO ήταν δάσκαλος του κυρίου Ζαχόπουλου.

4. Γιατί αυτά τό ύπονοούμενα γιά τους άγώνες με τήν Καναδική ομάδα, σε άπάντηση άναγνώστη σας; Αμφισβητείτε τήν άνωτερότητα τής ομάδος του MASTER BILL ή μήπως τήν άξία των αντιπάλων (Βιλνέβ, Ζάν, Υβ, Νέλσον, Νόρμαν...); Τό καράτε φημίζεται γιά τόν άντρισμό πού τό κατέχει και τήν αλήθεια στην όποία στηρίζεται ή φιλοσοφία του. Γι' αυτό άλλη φορά νά μη λέτε "καλύτερα νά μη μιλάμε γι' αυτό", άναφερόμενος στην ομάδα του OKINAWA TE. "Όλο τό OKINAWA TE στην 'Ελλάδα, και ιδιαίτερα έγω μπορούμε νά σας δώσουμε τήν άπάντηση σε όποιαδήποτε άπορία σας. Θεωρητικά και "πρακτικά".

Τελειώνω τό γράμμα μου εδώ. Είναι ή πρώτη και ή τελευταία φορά πού σας γράφω. Αν μοχθεíte γιά τή διάδοση του καράτε στην 'Ελλάδα, στό επόμενο τεύχος

σας νά έχετε ένα μεγάλο άφιέρωμα στό OKINAWA TE και στόν κ. Ζαχόπουλο, ο οποίος είναι ο ιδρυτής του καράτε στην 'Ελλάδα.

Τέλος είμαι διαθέσιμος σε όποιονδήποτε μαθητή καράτε άλλο συστήματος, μέχρι πορτοκαλί ζώνη, αν επιμένετε και πράσινη νά του δείξω "τί έστι" OKINAWA TE. Βέβαια, θυμίζω λίγο εκείνο πού έλεγε κάθε βράδυ στην προσευχή του "Σ' εύχαριστώ θεέ μου, πού μέ έκανες όμορφο, έξυπνο και ... μετριόφρονα", αλλά τί νά κάνουμε; Αυτή είναι ή πραγματικότητα.

Εύχαριστώ.

Στέφανος Στρατηγός  
ORANGE BELT OKINAWA TE KARATE DO  
Καραϊσκάκη 159, Λάρισα

Υ.Γ. Παρακαλώ τό γράμμα μου νά δημοσιευτεί όπωσδήποτε.

Φίλε μας Στέφανε Στρατηγέ,  
ORANGE BELT OKINAWA TE KARATE DO  
Λάρισα

"Όπως βλέπεις "τό στρατηγικό γράμμα σου δημοσιεύτηκε όπωσδήποτε".

1) Γιά τό στυλ OKINAWA TE ή OKINAWA TAI, όπως τό λέγατε παλιότερα, διάβασε στό τεύχος μας No 9, σελ. 19. Γιατί είναι άγνωστο στην νήσο OKINAWA πού είναι τμήμα τής 'Ιαπωνίας;

2) 'Ο "ΕΛ Κουρού έχει άλλη γνώμη και τήν δημοσιεύει εδώ και ένα χρόνο χωρίς κανείς νά τόν διαφεύδει "δημοσίως".

3) Τέτοια ντάν έχω και έγω 9.

4) 'Αμφισβητώ. 'Απορίες δέν έχω έγω, αλλά έσύ. Καί θά μείνουν άναπάντητες. "Όσον άφορά στις άπαντήσεις πού μπορείς νά μου δώσεις και "πρακτικά" σε διαβεβαιώ πώς οί παλληκάρδες του είδους σου είναι έξω άπό τό ενδιαφέροντά μου.

Αυτό ήταν τό μεγαλύτερο άφιέρωμα πού μπορούσα νά έχω σχετικά με τό στυλ του καράτε πού "σπουδάζεις", "άθλητικέ καρατέκας".

Ηρέμησε.

Μέ γεια τό παπούτσια.

'Αγαπητέ κύριε Περισίδη,

Μέ λένε 'Αντρέα Χρυσοστόμου. Είμαι κάτοχος μαύρης ζώνης (1 ντάν) KODOKAN στό τζούντο. Τήν μαύρη ζώνη τήν πήρα άπό τόν προπονητή τής 'Εθνικής 'Ιαπωνίας κ. Σάτο, όταν ήρθε στην Κύπρο πρό δύο μηνών. Είμαι μαθητής του κ. Κώστα Παπακώστα, μαύρη ζώνη (2 ντάν).

Διαβάζω τό περιοδικό πού εκδίδετε άπό τό πρώτο τεύχος. Είναι ένα ολοκληρωμένο περιοδικό πού άναφέρεται σε όλες τίς πολεμικές τέχνες. Θά ήθελα αν είναι δυνατό νά άναφέρετε τήν δουλειά πού γίνεται στή Κύπρο.

Μέ εκτίμηση  
'Αντρέας Χρυσοστόμου  
Λεμεσός - Κύπρος.

Υ.Γ. Κύριε Περισίδη, θά ήθελα αν είναι δυνατόν, νά μου στείλετε μιά μαύρη ζώνη γιαπωνέζικη No 280. 'Επίσης θέλω νά ξέρω μέ ποιό τρόπο νά σας στείλω τό λεφτά. 'Η διεύθυνσή μου είναι: Χρυσοστόμου 'Αντρέας Διοσκουρών 6Α - 'Αγιος Νικόλαος - Λεμεσός - Κύπρος.

Φίλε μας 'Αντρέα Χρυσοστόμου,

Εύχαριστούμε γιά τό γράμμα σου.

Στείλτε μας άρθρα σχετικά με τίς δραστηριότητες σας και έμεις θά τά δημοσιεύσουμε. Ηδη μας στέλνει ο συνεργάτης μας και Γενικός Γραμματέας τής Παγκύπριας 'Ομοσπονδίας Τζούντο-Καράτε κ. Φοίβος Χρίστου 'Ο κ. Σάτο δέν είναι προπονητής τής 'Εθνικής 'Ιαπωνίας, αλλά προπονητής τής ομάδας τζούντο τής πόλεως πού μένει. (Φυσικά ή ομάδα αυτή είναι τής στάθμης έθνικής ομάδας εύρωπαϊκού κράτους.)

Δέν έχουμε (προσωρινά) μαύρες ζώνες.

Κύριε Περισίδη,

Σας στέλνουμε αυτή τήν είδηση σχετικά με τή σχολή μας TAEKWON-DO πού λειτουργεί στην Πάτρα και τήν επίδειξη πού έγινε άπό τόν κορεάτη επιθεωρητή μας AN HEN KI, 6 DAN.

#### ΕΠΙΔΕΙΞΙΣ ΤΑΕΚΒΩΝ-DO

Στις 8 'Απριλίου οί φίλοι του TAEKWON-DO είχαν τήν εύκαιρία νά παρακολουθήσουν στην Πάτρα στην καινούργια σχολή TAEKWON-DO PATRAS ACADEMY, όδός 'Αράτου 34 μιά θαυμάσια επίδειξη άπό τόν Κορεάτη επιθεωρητή τής σχολής AN HEN KI, 6 ντάν, μαζί με άλλους άθλητές του TAEKWON-DO.

Η επίδειξις είχε σαν κύριο σκοπό νά γίνει γνωστή ή σχολή μας στην Πάτρα και γενικά ή παρουσία του TAEKWON-DO στην Πάτρα.

Τά άποτελέσματα ύπηρεξαν θετικά μιά και ή επίδειξη έκανε καλή έντύπωση στους Πατρινοίς φίλους των άθλημάτων και έτσι δημιουργήθηκε τεράστιο ενδιαφέρον γιά τό TAEKWON-DO.

Η επίδειξη περιελάμβανε τεχνικές-HYONG-σασίματα-έναέρια λακτίσματα και άγώνες. Στο τέλος τής επίδειξης έγινε και προβολή ταινίας με κύριο θέμα τό TAEKWON-DO.

Γενικά ή επίδειξη αυτή ύπηρεξε κάτι τό μοναδικό γιά τήν Πάτρα.

'Επίσης προβλέπεται στό μέλλον μιά καλύτερη επίδειξη άπό τήν TAEKWON-DO PATRAS ACADEMY.

Μετά τιμής  
Οί άθλητές τής σχολής

"Αν ποτέ κατά τύχη βρεθείτε στην Πάτρα θά χαρούμε πολύ νά επισκεφθείτε τή σχολή μας. Βρίσκεται στην όδό 'Αράτου 34.

Φίλοι μας,

Μέ μεγάλη μας εύχαρίστηση δημοσιεύουμε τήν είδηση σας και περιμένουμε άρθρα σας γιά τίς δραστηριότητες τής σχολής σας, όπως και κάθε γνώσιας σχολής (ή συλλόγου) άπό όλη τήν 'Ελλάδα.

'Αγαπητέ κύριε Περισίδη,

Σας παρακαλώ νά δεχθείτε τά συγχαρητήρια μου γιά τό περιοδικό σας. Η μεγάλη ποικιλία των θεμάτων του, τά ενδιαφέροντα ρεπορτάζ και συνεντεύξεις τό έχουν κάνει τό πιό αξιόλογο περιοδικό.

'Από πολύ μικρός μου μπήκε ή ιδέα νά μάθω καράτε ή ότιδήποτε πολεμική τέχνη και γι' αυτό τό λόγο άγόραζα συνεχώς περιοδικά καράτε. Όταν όμως διάβασα τό δικό σας βρήκα αυτό πού ήθελα. 'Από τότε δέν έχω χάσει κανένα τεύχος.

Κύριε Περισίδη, σας κάνω μερικές έρωτήσεις και θά ήθελα νά μου άπαντήσετε μέσω του περιοδικού σας (άλληλογραφία με τους άναγνώστες).

α) "Αν γνωρίζετε καμιά σχολή πολεμικών τεχνών στό 'Ηράκλειο Κρήτης και πού βρίσκεται.

β) Πείτε μου τί γνώμη έχετε γιά τό κούγκι-φού γενικά.

Τέλος σας έχω μέσα στό γράμμα μου γραμματόσημο των 6 δραχμών, γιά νά μου στείλετε πότες άπό τό 1 πού περιέχει τό περιοδικό σας.

Αυτά είχα νά σας πώ και κλείνω τό γράμμα μου άφού σας έκφράσω ξανά τά θερμά μου συγχαρητήρια γιά τό περιοδικό σας.

Μέ μεγάλη εκτίμηση  
'Ορφανίδης Γεώργιος  
'Ηράκλειο Κρήτης

Φίλε μας Γιώργο Ορφανίδη,

Εύχαριστούμε γιά τό γράμμα σου. Σχολές θά βρεις στή σελίδα "Μαύρες Ζώνες και Σχολές". Γιά κούγκι-φού στό μέλλον.

'Αγαπητέ κύριε Περισίδη,

Είμαι ένας από τους φανατικούς άναγνώστες του περιοδικού σας και παθολογικός λάτρης του καράτε. Κατ' άρχήν σας συγχαίρω γιά τήν προσπάθεια σας νά παρουσιάσετε και νά διαδώσετε σωστά τό καράτε στην 'Ελλάδα. Γενικά σας αξίζει ένα μεγάλο μπράβο γιά τήν πλούσια ύλη του περιοδικού σας και τή σωστή έννημέρωση των άναγνωστών σας. Διαχειρίζεστε, άναμφισβήτητα, τό αξιολογότερο περιοδικό πού άσχολεύεται με τίς πολεμικές τέχνες, και αυτό φαίνεται, εκτός από τά παραπάνω, και από τό ότι έλέγχετε και μιλάτε γιά όλους και γιά όλα, από πραγματικό ενδιαφέρον γιά τή φανέρωση τής αλήθειας, αν και γνωρίζετε άπό πρώτα, όπωσδήποτε τίς κακές συνέπειες γιά σας. Παίρνω λοιπόν τό θάρρος νά σας ύποβάλλω μερικές έρωτήσεις και αίτήματα.

1) Γιά τήν διαμάχη σας με τόν "ΕΛ Κουρού και γιά τό αντίμαχο πνεύμα πού δημιουργήθηκε, γιάτί δέν προσκαλείτε τόν προηγούμενο, σε μιά φιλική επίδειξη των ίκανοτήτων του και νά μάθουμε επιτέλους αν αξίζει τους τίτλους του (Μάστερ, Δόκτορα, "Πατριάρχης", Παρφυχολόγο, Κατόχου θανατηφόρων χεριών κτλ.) και τά τσουβάλια των "Ντάν" πού κατέχει.

2) Σας παρακαλώ νά άναφέρετε περισσότερες πληροφορίες γιά τό Κιοκουσίν και καράτε και τό SHORINZI KEMPO, γιά δύο τόσο αξιόλογα συστήματα των "άδειων χεριών", και νά παρουσιάσετε μαθήματα του 'Αϊκίντο.

3) Μέχρι τώρα δέν παρουσιάσατε πληροφορίες γιά τό ιστορικό και τήν τεχνική των Νουίν Τσάκου. Περιμένω λοιπόν νά ίκανοποιήσετε τήν έπιθυμία μου αυτή, πού είναι και έπιθυμία πολλών άλλων άναγνωστών.

4) Και τέλος σας παρακαλώ νά αντικαταστήσετε (και με συγχωρείτε γιά τήν ύπόδειξη) τίς σελίδες των κόμικ και των περιπετειωδών μυθιστορημάτων με ενδιαφέροντα μαθήματα των παραπάνω συστημάτων πού άνέφερα.

'Εδώ τελειώνω τό γράμμα μου και χαίρομαι πολύ πού αρχίζω άλληλογραφία με τό "Δυναμικό J-K". Σας εύχομαι φιλικότητα νά άναγνωριστεί σύντομα ή άξία του περιοδικού σας.

Περιμένω άπάντησή σας  
Κοραΐτης Σωκράτης  
Καβάλα

Φίλε μας Σωκράτη Κοραΐτη,

Εύχαριστούμε γιά τό γράμμα σου.

1) Γιατί νά μπορούμε σε τόσο κόπο, άφού τά γραφό-

μενά του είναι τόσο "φτηνής ποιότητας" ώστε κάθε αναγνώστης πείθεται για το "ανάξιο του λόγου" με μια απλή ανάγνωση. 2) Θά γίνει. 3) Θά γίνει. 4) Μόλις τελειώσει το κόμικ (άλλοι τό θέλουν).

Πρός τό Περιοδικό  
"ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE"

Κύριε Περσιδής μπορείτε να μου λύσετε μια πολύ μεγάλη απορία; Στο μπλέ χαρτάκι που έχω μέσα σας παρουσιάζει με "1 DAN KODOKAN JUDO". Στην φωτογραφία όμως που σας έχει, και κάνετε τό NAGE NO KATA τό όποιον παρουσιάζετε με τόν Μάρκο Δαλέζιο σας παρουσιάζει με καφέ ζώνη. Σας παρακαλώ να μου εξηγήσετε τί συμβένη. Παρακαλώ απαντήστε μου στό επόμενο τεύχος του "ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE".

"Ενας φίλος τών γνήσιων πολεμικών τεχνών"

Σας ζητώ συγγνώμη για τά όρθογραφικά σφάλματα, αλλά δέν είμαι γνήσιος Έλληνας.

Φίλε μας "φίλε τών γνήσιων πολεμικών τεχνών",

Δέν απαντάμε σε ανώνυμα γράμματα αλλά επειδή τό σημείο που έθιξε είναι ούσιώδες, λέω να απαντήσου με

Κάνω τζούντο από τό 1965. Τό 1966 πήρα μέρος (μέ κίτρινη ζώνη) στους άγώνες μεταξύ τών μοναδικών δύο συλλόγων που είχαν τζούντο εκείνη τήν εποχή. του "Ομίλου Αντισφαιρίσεως και του Πανελληνίου. Πήρα χωρίς ήττα τήν κατηγ τών 65 κιλών. Συνέχισα καίτη-ρα καφέ ζώνη τό 1970 και από τό 1971 είχα μια μαύρη ζώνη από τήν Ιαπωνία με κεντημένο τό όνομά μου στα γιαπωνέζικα. Η μαύρη αυτή ζώνη θά περίμενε στό συρτάρι μέχρι να δώσω εξετάσεις. Τόν Ιούλιο του 1978, μια δεύτερη μαύρη ζώνη μου ήρθε από Ιαπωνία, δώρο του φίλου μου Μάριου Κοντοζή και πήγε κι αυτή πλάι στην πρώτη. Τήν Τετάρτη, 31 Ιανουαρίου 1979 έδωσα εξετάσεις στην ομάδα τών γιαπωνέζων δασκάλων (τρεις με 6 ντάν και ένας με 4) άπεσταλμένων του KONTOKAN μαζί με αρκετούς άλλους Έλληνες τζουντόκα. Από τό τεύχος του Φεβρουαρίου που βγήκε στις 8-9 Φεβρουαρίου χρησιμοποίησ τόν καινούργιο μου τίτλο που για μένα έχει τήν αξία του. Η φωτογραφία που με δείχνει με καφέ ζώνη να έκτελώ τό NAGE NO KATA με τόν Μάρκο Δαλέζιο τραβήχτηκε τήν Τρίτη, 30 Ιανουαρίου 1979, δηλ. μια μέρα πριν από τήν εξέταση που μου έδωσε τήν μαύρη ζώνη.

Αύτά.

Ζητώ συγγνώμη που δέν έχω όρθογραφικά λάθη.

Θύμιος Περσιδής  
Γνήσιος Έλληνας

Άγαπητέ κύριε Περσιδής,

Είμαι αναγνώστης του περιοδικού σας. Έχω πάρει όλα τά τεύχη από τό 1-16. Μάλιστα τά 2 τελευταία τών 64 σελίδων είναι ένα θαύμα στον κόσμο τών περιοδικών της Ελλάδος. Μπορώ να πω με βεβαιότητα ότι τό περιοδικό σας είναι τό καλύτερο της Ελλάδος και τό μόνο που έχει 64 σελίδες. Πράγματι σας αξίζουν συγχαρητήρια για τήν εργασία που καταβάλετε για τήν δημιουργία αυτού του περιοδικού.

Θά ήθελα αν είναι δυνατόν να μου απαντήσετε σε όρισμένες έρωτήσεις: 1) Γράφετε στο τεύχος 16 ότι ο Έλ Κουρβ δέν είναι 10 ντάν και φέρνετε σαν απόδειξη ένα γράμμα του στο περιοδικό BUDO που λέει ότι είναι 3 ντάν καράτε και κούνγκ-φού, 2 ντάν άϊκί-ντο και κέντο. Άλλά αναφέρεται στο γράμμα αυτό και ο κύριος NAKAYAMA με 4 ντάν και τώρα είναι 9 ντάν επομένως και ο Έλ Κουρβ μπορεί τώρα να έχει 7-10 ντάν. Είναι αυτό σωστό; 2) Τό δίπλωμα που έχετε στη τελευταία σελίδα για ποιά πολεμική τέχνη είναι; 3) Η IBBA άποτελείται από άληθινούς Μάστερ τών πολεμικών τεχνών ή μήπως είναι μια εταιρεία που έκμεταλλεύεται τόν κουτό κοσμάκη; 4) Γνωρίζετε τόν Μάστερ Τσανγκ, ιδρυτή του WU SHU KWAN; 5) Από που προέρχεται τό κούνγκ-φού, ποιός ήταν ο πρώτος που άσχολήθηκε μ' αυτό;

Θά περιμένω άπάντηση από τό περιοδικό σας.

Μέ άγάπη και έκτίμηση  
Γ. Χατζηδάκης  
ΗΡΑΚΛΕΙΟ

Φίλε μας Γ. Χατζηδάκη,

Εύχαριστούμε για τό γράμμα σου.

1. Ο NAKAYAMA που αναφέρεται στο γαλλικό περιοδικό BUDO είναι άλλος (συνωνυμία) και όχι ο MASATO-SHI NAKAYAMA, άρχηγός της J.K.A. 2. Είναι από τήν πολεμική τέχνη ΤΡΙΧΕΣ-ΝΤΟ του Έλ Κουρβ. 3. Είναι ένας κουτός που έκμεταλλεύεται τούς πιά κουτούς άπ' αυτόν. 4. Όχι. 5. Τό κούνγκ-φού έχει μεγάλη ιστορία που όμως έχει χάσει τή συνοχή της. Θά άσχοληθούμε στο μέλλον με αυτό.

Κύριε Περσιδής,

Τά θερμά μου συγχαρητήρια για τό περιοδικό σας. Είναι ένα περιοδικό με μεγάλη αξία και τό θεωρώ πρώτο άπ' όλα τά άλλου είδους περιοδικά. Είμαι συχνός αναγνώστης του περιοδικού σας διότι είναι ένα περιοδικό που με έκπλησσει και με έντυπωσιάζει μόλις διαβάσω τά διάφορα θέματα και τίς ένημερώσεις που άφορούν τίς πολεμικές τέχνες.

Γενικά είναι ένα περιοδικό που έλειπε από τήν Ελλάδα και που προσελκύει τήν περιέργεια και τό ενδιαφέρον του έλληνικού κοινού. Δέν είμαι δυσαρστημένος γι' αυτό και δέν έχω να έκφράσω έλαττώματα του περιοδικού που πιστεύω ότι δέν υπάρχουν. Τό μόνο όμως που ζητώ είναι αν μπορείτε να μου πείτε ποιές σχολές πολεμικών τεχνών και ίδίως καράτε υπάρχουν στην Πάτρα. Τελευταία μου επιθυμία είναι να μου πείτε σε ποιά βιβλιοπωλεία τών Πατρών μπορώ να βρω βιβλία που άφορούν τίς πολεμικές τέχνες. Αν μπορείτε γράψτε και τίς δδούς αυτών. Σας παρακαλώ τήν άπάντησή σας να μου τή στείλετε στην Πάτρα διότι δέν υπάρχουν πολλά περίπτερα στην Πάτρα που πουλούν τό "Δυναμικό JUDO-KARATE" και αν τυχόν χάσω τό επόμενο τεύχος δέν θά μπορώ να δω τήν άπάντησή σας στη στήλη της άλληλογραφίας με τούς αναγνώστες.

Μέ πολλή άγάπη  
Άντρέας Κανελλόπουλος  
Πάτρα

Φίλε μας Άνδρέα Κανελλόπουλε,

Εύχαριστούμε για τό γράμμα σου και τά καλά σου λόγια. Διευθύνσεις σχολών θά βρεις στην αντίστοιχη σελίδα του περιοδικού μας, όπως έπίσης και διευθύνσεις βιβλιοπωλείων με τά βιβλία μας. Δυστυχώς δέν μπορούμε να απαντάμε ιδιαίτερα στον κάθε αναγνώστη μας γιατί παίρνουμε 10-15 γράμματα κάθε μέρα.

Ζητείστε τά βιβλία μας στα βιβλιοπωλεία ή στείλετέ μας τήν αξία τους με ταχυδρομική έπιταγή (σύν 20 δρχ. για έξοδα άποστολής) προς «Ε. Περσιδής, Ρεθύμνου 8, Άθήνα 147».

Προσοχή στο να γράψετε καθαρά τό όνομά σας, τή διεύθυνσή σας και τά βιβλία που θέλετε. Οι τιμές τους είναι:

- |  |          |
|--|----------|
| 1) Τό Τζούντο στην Πράξη, Τεχνικές Ρίψεων .....  | 280 δρχ. |
| 2) Τό Τζούντο στην Πράξη, Τεχνικές Έδάφους .....   | 280 δρχ. |
| 3) Τό Καλύτερο Καράτε - 1. Συνοπτική Παρουσίαση ..   | 330 δρχ. |
| 4) ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE, ΤΟΜΟΣ 1 (τεύχη 1-11)  | 280 δρχ. |
| 5) ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE, ΤΟΜΟΣ 2 (τεύχη 12-20)   | 280 δρχ. |
| 6) Οι 50ι Βαλκανικοί Άγώνες Τζούντο .....  | 100 δρχ. |
| 7) «Οι Κανονισμοί Άγώνων της Διεθνούς Όμοσπονδίας Τζούντο» και «Τό τζούντο» (δύο φυλλάδια) (χωρίς ταχυδρομικά) ..... | 50 δρχ.  |

κάναμε  
τά τεύχη → → → τόμο

\* \* \*

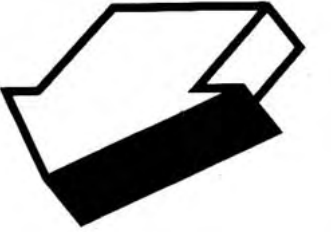
Πραγματικά,  
τά έντεκα πρώτα τεύχη  
του καλύτερου έλληνικού περιοδικού  
πολεμικών τεχνών,  
γεμάτα

ΔΥΝΑΜΙΚΟ  
JUDO-KARATE

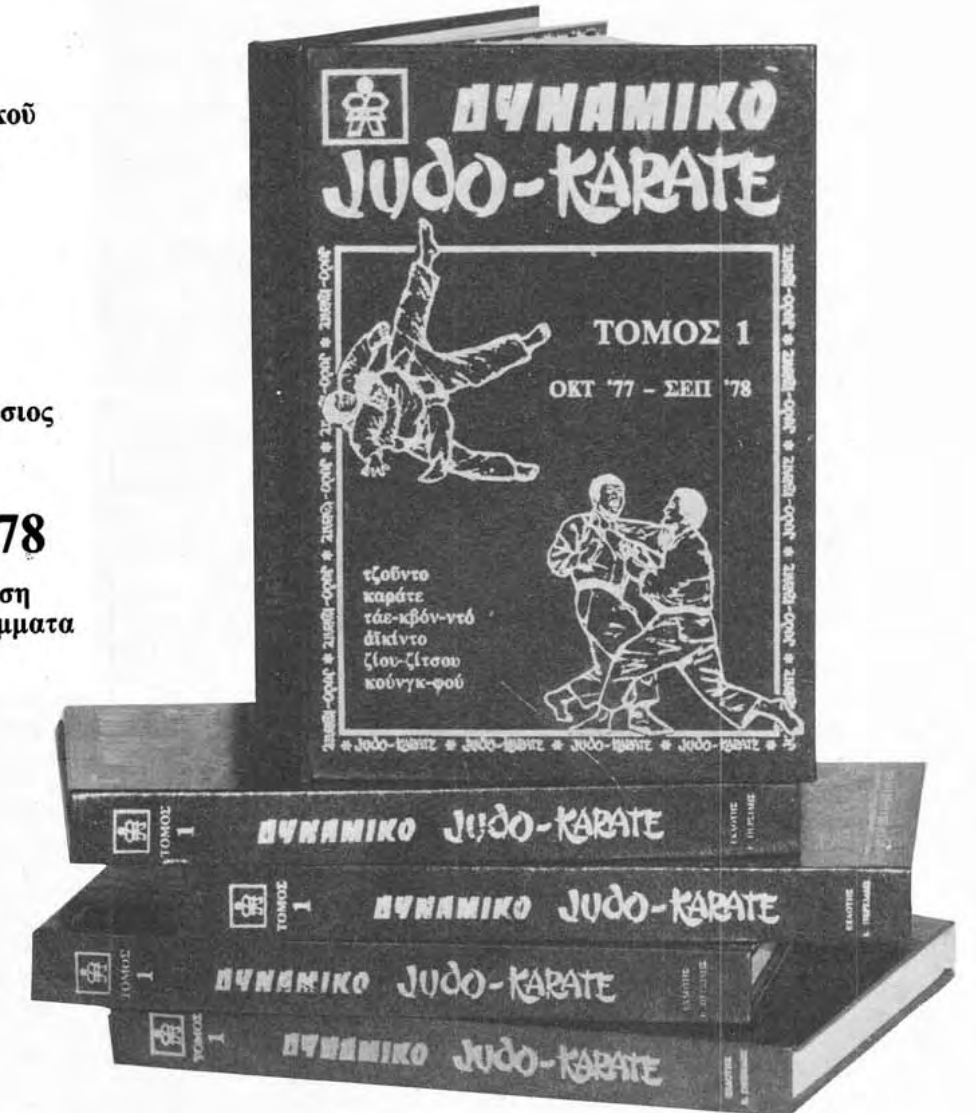
προσφέρονται τώρα δεμένα σαν έτήσιος

ΟΚΤ '77 - ΣΕΠ '78

σε πολυτελή πανόδετη βιβλιοδέτηση  
με έξωφυλλο τυπωμένο με χρυσά γράμματα  
στην τιμή τών 280 δρχ.



Τό περιοδικό μας σχεδιάζει να όργανώσει, κατά τό τέλος του Μαΐου και με τή βοήθεια της Ιαπωνικής Πρεσβείας και τών γνήσιων σχολών, μεγάλη επίδειξη ιαπωνικών πατροπαράδοτων πολεμικών τεχνών: τζούντο, καράτε-ντό, άϊκί-ντο, ιδάι-ντό, κέντο. Πληροφορίες στο τηλ. 8216509 μετά τίς 10 Μαΐου.



## ταεκβόν-ντό: γενικά στοιχεία

Από τους Στάθη Κεπενεκίδη και Σπύρο Σπυρόπουλο.

Σχέσις του Κορεάτικου TAEKWONDO με το κινέζικο KUNG-FU και το Γιαπωνέζικο KARATE.

Μερικοί άνθρωποι πιστεύουν ότι το Κορεάτικο TAEKWONDO προέρχεται από το KUNG-FU, την Κινέζικη τέχνη αυτοάμυνας. Σύμφωνα μ' ένα Κινέζικο ντουκουμέντο, πιστεύεται ότι η Κινέζικη τέχνη αυτοάμυνας είχε πρωτοεμφανιστεί σαν ένα είδος φυσικής άσκησης όταν ο Βουδιστής μοναχός DHARMA μύησε τους καλόγερους του ναού HSIAOLIN στη χώρα TUNG-PUNG, στην επαρχία HONAN στη Κίνα.

Ο μοναχός DHARMA, ένας μεγάλος Ινδός Βουδιστής ιερέας, ήρθε στη Κίνα το 520 π.χ. και ξόδεψε 9 χρόνια στο ναό HSIAOLIN, διδάσκοντας τη τέχνη της αυτοάμυνας.

Δέν υπάρχουν λεπτομερειακές αναφορές που να δείχνουν πότε τα Καράτε, ή Γιαπωνέζικη αυτοάμυνα, σαν του TAEKWONDO, είχε υπάρξει. Υπάρχουν δύο εξηγήσεις γι' αυτό. Η μία λέει ότι ένας κινέζος όνομαζόμενος CHEN YUAN-PIN ο οποίος έζησε την εποχή της Δυναστείας των MING, έγινε Ιάπωνας υπήκοος και εισήγαγε το Κινέζικο KUNG-FU στην Ιαπωνία. Η άλλη εξήγηση λέει ότι το KARATE είναι ένας αναπτυγμένος τύπος του OKINAWA-TE, εγχώριας τέχνης της OKINAWA.

Για να εξηγήσουμε την καταγωγή του OKINAWA-TE πρέπει να αναφερθούμε στο βιβλίο "Ιστορική αναφορά του CHOSUN (Δυναστεία YI)" το οποίο μόνο αναφέρει ότι απεσταλμένοι από τα νησιά RYU KYU ήταν ελεύθεροι σαν επισκέπτες για να φέρουν το φέρο στους βασιλείς του CHOSUN.

Αυτή την εποχή εις την Κορέα, το "SUBAK" ένα παλιό όνομα του TAEKWONDO, ήταν πάρα πολύ δημοφιλές μεταξύ των ανθρώπων και υπάρχει η πιθανότητα και όχι εσφαλμένα ότι οι επισκέπτες από την OKINAWA έμαθαν την τέχνη και εισήγαγαν αυτή στο λαό τους. Αυτή η άποψη δέν είναι τόσο άπιστη όταν κοιτάξουμε το γεγονός ότι το "NUL", το Κορεάτικο παιχνίδι, ήταν επίσης γνωστό εις τους κατοίκους της OKINAWA από την Κορέα.

Επίσης μπορεί να γραφεί ότι το γιαπωνέζικο Καράτε έχει προέλθει από το TAEKYON ή το SUBAK, οι αρχικοί τύποι του TAEKWONDO. Το TAEKWONDO παραμένει δημοφιλές μετά τις Δυναστείες KOGURYO και SILLA διά μέσου της Δυναστείας KORYO. Ανακαλύφθηκε το 918 π.χ. και συνεχίζεται για 495 χρόνια διά μέσου της Δυναστείας YI.

Τό TAEKWONDO εις τους Μοντέρνους Χρόνους.

35 χώρες συμμετείχαν εις τό 2ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα TAEKWONDO τό όποιο έλαβε χώρα εις τή Σεούλ από 28-31 Αύγουστου τό 1975. Αύτές ήσαν: Αυστραλία, Αυστρία, Βέλγιο, Κίνα, Κολομβία, Κόστα Ρίκα, Δανία, Αίγυπτος, Γαλλία, Δ. Γερμανία, Αγγλία, Γουατεμάλα,

Χόνγκ-Κόνγκ, Ιράν, Ιταλία, Ακτή Έλεφαντοστούν, Ιαπωνία, Μαλαισία, Μαρόκο, Ουγκάντα, Η.Π.Α., Γιουγκοσλαβία, Κορέα, Βραζιλία, Ισπανία, Φιλιππίνες, Νέα Ζηλανδία, Μεξικό, οι Κάτω Χώρες, Έλ Σαλαβαδέρ, Σιγκαπούρη, Τουρκία και Ταϊτή.

Στίς 8 Οκτωβρίου 1975, ή Παγκόσμια Όμοσπονδία TAEKWONDO σχετίστηκε με τό Γενικό Σύνδεσμο των Όμοσπονδιών Παγκοσμίωv Σπόρ (GAISF). Τό TAEKWONDO έγινε εδρύτερα άποδεκτό σαν ένα επίσημο σπόρ από τή Έκτελεστική Έπιτροπή του Συμβουλίου των Διεθνών Στρατιωτικών Σπόρ τον Απρίλιο του 1976.

Τό 1976, τρία Ηπειρωτικά πρωταθλήματα έγιναν: τό Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα εις τή Βαρκελώνη της Ισπανίας, τό Μεσογειακό Ανατολικό Πρωτάθλημα εις τό Κάιρο της Αιγύπτου και τό Ασιατικό Πρωτάθλημα εις τή Μελβούρνη της Αυστραλίας.

Εις τίς 15-17 Σεπτεμβρίου 1977, έγινε τό 3ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα TAEKWONDO εις τό Διεθνές Αμφιθέατρο του Σικάγου με συμμετοχή 46 χωρών. Προηγήθηκε συνάντησις Έκτελεστικού Συμβουλίου, συνάντησις Γενικής Συνελεύσεως, συνάντησις Τεχνικής Έπιτροπής και Διεθνές Σεμινάριο Διαιτητών οργανωμένα από τήν AAY των ΗΠΑ. Υπερέιχαν Κορέα, Κίνα, ΗΠΑ, Μεξικό και Δ. Γερμανία. Υψηλίσηκη άπόφασις της Γενικής Συνελεύσεως για ίδρυση μόνιμης Γραμματείας της Παγκοσμίου Όμοσπονδίας TAEKWONDO εις τή Σεούλ. Επίσης εκλέκτηκε ό DR. UN YONG KIM για άλλη μία περίοδο 4 ετών πρόεδρος και ψηφίστηκε τό 4ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα να γίνει εις τή Δ. Γερμανία. Η Παγκόσμια Όμοσπονδία TAEKWONDO συνεχίζει να διαδίδει τό TAEKWONDO στην ριζόμενη σε μία πλατιά παγκόσμια βάση που την αποτελούν 5 Ηπειρωτικές Ένώσεις και 80 μέλη εθνικών Όμοσπονδιών, και γι' αυτό καλεί όλους τους σπουδαστές του TAEKWONDO να ενωθούν σε μία κοινή προσπάθεια για να κάνουν τό TAEKWONDO ένα υπέροχο παγκόσμιο σπόρ.

Τό TAEKWONDO έχει τώρα 10.000.000 μαθητές σε περισσότερες από 80 χώρες. Υπάρχουν περισσότεροι από 1000 Κορεάτες επιθεωρητές και γυμναστές οι όποιοι βοηθούνται από περισσότερους από 3000 επιθεωρητές.

Οι άγώνες γίνονται με 3 γύρους των 2 λεπτών ό καθένας και με 30 δευτερόλεπτα άνάπαυση μεταξύ των γύρων. Προστατευτικά μέτρα άσφαλείας (HOGOO) αναπτύχθηκαν και επιτράπηκαν από τό Κορεάτικο Σύνδεσμο TAEKWONDO τό 1962 είναι δε ύποχρεωτικά σ' όλες τίς έγκυρες συναντήσεις και βρίσκονται σε συμφωνία με τους κανόνες και τους κανονισμούς της Παγκόσμιας Όμοσπονδίας TAEKWONDO. Υπάρχουν δέκα κλάσεις βάρους σε σειρά από τό υπερελαφρά μέχρι τό υπερβάρεια βάρη. Τά μάτς κρίνονται με σκόρ κάτω από ένα σύστημα σημείων κάτω από τήν επιτήρηση δύο κριτών, ενός αρχηγού διαιτητή και τεσσάρων γωνιακών διαιτητών. Με τή διεξαγωγή των 3 Παγκοσμίωv Πρωταθλημάτων TAEKWONDO και των 5 Ηπειρωτικών Πρωταθλημάτων μετά τήν ίδρυση της Παγκόσμιας Όμοσπονδίας TAEKWONDO, τό TAEKWONDO αναπτύχθηκε γρήγορα σ' ένα παγκόσμιο σπόρ. Η διάδοσις των κανόνων και κανονισμών επιτεύχθηκε διά μέσου σε-

μιναρίων, ανταλλαγών επισκέψεων και βιβλίων κάτω από τήν προστασία της Παγκόσμιας Όμοσπονδίας TAEKWONDO ή όποια σχετίστηκε με τή Γενική Συνέλευση της Όμοσπονδίας Διεθνών Σπόρ (GAISF) τίς 8 Οκτωβρίου 1975.

### Ό Κορεάτικος Σύνδεσμος TAEKWONDO

Ό Κορεάτικος Σύνδεσμος TAEKWONDO με 1.500.000 άνδρες και γυναίκες ως μέλη, αποτελείται από ένα πρόεδρο, ένα συνέδριο από διευθυντές, μία τεχνική επιτροπή επιθεωρητών και ένα γραμματέα. Μία έτήσια έθνική συνέλευση εκλέγει τό πρόεδρο, τον άνώτατο πρόεδρο και τά μέλη του συνεδρίου των διευθυντών. Ό Κορεάτικος Σύνδεσμος TAEKWONDO έχει συγκεντρώσει εις τίς δύο κυριώτερες πόλεις της Κορέας τή Σεούλ και PUSAN και τίς 9 δικαιοδοσίες και τίς 3 Όμοσπονδίες του TAEKWONDO κάτω από τον έλεγχό του, μία για τά δηματικά, μία άλλη για τά γυμνάσια και μία τρίτη για τά κολλέγια. Η τεχνική επιτροπή επιθεωρητών συνίσταται από τίς ύποεπιτροπές του σχεδιασμού, των άγώνων, τή δικαστική, της έρευνής, της επιμορφώσεως, τήν εκδοτική, των διεθνών προγραμμάτων, των ειδικών οδηγίων και άπονομής βραβείων και πειθαρχίας.

Ό Σύνδεσμος, ως ό κεντρικός οργανισμός του TAEKWONDO εις τή χώρα, είναι υπεύθυνος για τήν συλλογή και άποστολή εις τό έξωτερικό δασκάλων και ομάδων επιδείξεων, καθώς και διά προγράμματα ανάπτυξεως του TAEKWONDO διά μέσου ποικίλων εκδηλώσεων σ' όλη τήν χώρα.

### KUKKIWON

Τό KUKKIWON, τό Παγκόσμιο Κέντρο TAEKWONDO, είναι κτισμένο εις τή πλαγιά ενός λόφου εις τήν περιοχή YONGTONG εις τή Σεούλ, άκριβώς 5 λεπτά από τή 3η γέφυρα του ποταμού HAN.

Τό ένισχυμένο τιμεντένιο κτίριο κατασκευάστηκε τό 1972 για να διευκολύνει τήν μοντέρνα προαγωγή του TAEKWONDO. Επίσης και σαν ειδικός χώρος για προπόνηση και άγώνες εις τό TAEKWONDO. Τό πρώτο και μοναδικό γυμναστήριο του είδους του εις τό κόσμο, τό KUKKIWON εγκαινιάστηκε εις τίς 30 Νοεμβρίου του 1972 από τό Άνώτατο Πρόεδρο KIM JONG PIL και με τήν παρουσία πολλών αρχηγών σπόρ. Η κατασκευαστική εργασία του σχεδίου του 1.000.000 δολλαρίων άρχισε τίς 19 Νοεμβρίου του 1971 σε μία τοποθεσία 10.000 τ.μ. Η συμπλήρωση όφείλεται κυρίως εις τίς προσπάθειες του DR. UN YONG KIM, προέδρου του Κορεάτικου Συνέσμου TAEKWONDO και της Παγκόσμιας Όμοσπονδίας TAEKWONDO. Είναι αξιοσημείωτο ότι ό Γραμματέας της Παγκόσμιας Όμοσπονδίας TAEKWONDO και ή Τεχνική Έπιτροπή του Κορεάτικου Συνέσμου TAEKWONDO ήσαν επίσης τοποθετημένοι υπέρ του κτισίματος του KUKKIWON.

Τό KUKKIWON είναι έφοδιασμένο μ' όλες τίς μοντέρνες εύκολιες. Τό τριώροφο κτίριο περιλαμβάνει ένα στούντιο, μία αίθουσα άκροάσεων, ένα κοιτώνα, μία

αίθουσα άναμονής και ένα δωμάτιο ντουζ. Αναπτύσσεται δε σ' ένα ιδεώδη χώρο για προπόνηση και άγώνες, τέτοιο καθώς τό 1ο και τό 2ο Παγκόσμια Πρωταθλήματα TAEKWONDO, τό 1ο Ασιατικό Πρωτάθλημα TAEKWONDO και οι άλλοι έθνικοί Κορεάτικοι άγώνες, όσο και τό 1ο και 2ο Διεθνές Σεμινάριο Διαιτητών, Σεμινάρια άναπληρώσεως Έπιθεωρητών και ποικίλες επιδείξεις TAEKWONDO έγιναν εις τό KUKKIWON. Προπονητές και μαθητές από τήν Ουγκάντα, Σιγκαπούρη, Ιαπωνία, Ολλανδία, Σαουδική Αραβία και τήν Κίνα έχουν προπονηθεί έδώ.

Τό KUKKIWON συμπλήρωσε τίς έργασίες με τήν Κυβέρνηση της Δημοκρατίας της Κορέας και έγινε αυτοκυβέρνητο σώμα εις τίς 7 Ιουλίου 1974.

Έκτός από τήν ύπηρεσία σαν μία άρένα για προπόνηση και άγώνες στο TAEKWONDO, τό KUKKIWON είναι μία κυρίαρχη προσωπικότητα εις τίς διεξαγόμενες εξετάσεις προαγωγών διά ντάν και εκδότης πιστοποιητικών εις τους μαθητές TAEKWONDO σ' όλα τά μέλη των εθνικών συνδέσμων που σχετίζονται με τήν Παγκόσμια Όμοσπονδία TAEKWONDO.

### Κανόνες των τέστ προαγωγής

Τά τέστ προαγωγής είναι τό περισσότερο σπουδαίο κλειδί εις τήν τυποποιημένη και άναπτυσσομένη παιδεία εις τό TAEKWONDO και γι' αυτό έχουν παραδοθεί και εξετάζονται άυστηρά από τό KUKKIWON σε συμφωνία με τους κανόνες και κανονισμούς της Παγκόσμιας Όμοσπονδίας TAEKWONDO.

Έπιθεωρητές και άυστηρά τέστ προαγωγής είναι τά δύο κλειδιά παράγοντες διά τό μέλλον του TAEKWONDO. Όλα τά τέστ προαγωγής εις τή Κορέα διευθύνονται κάτω από τήν όρθη επίβλεψη και έλεγχο του Κορεάτικου Συνέσμου TAEKWONDO. Όλα τά τέστ προαγωγής διά μέλη Έθνικών Όμοσπονδιών εις τό έξωτερικό διευθύνονται από τήν Παγκόσμια Όμοσπονδία TAEKWONDO. Όλα τά πιστοποιητικά για τήν μαύρη ζώνη 1ο ντάν και άνω (1ο έως 3ο POOM κοκκινόμευρη ζώνη εις τό τμήμα JUNIOR) εκδίδονται εις τό όνομα του προέδρου του KUKKIWON.

Όλα τά άλλα πιστοποιητικά βαθμού εις τους ποιήλους τύπους ή όνόματα του "KWAN" ή "συχολών" είναι άκυρα και μη άναγνωρισμένα.

Τέστ προαγωγής διά 5 ντάν και πάνω δίνονται εις τό KUKKIWON μόνο. Αυτό τό τέστ περιλαμβάνει ένα γραπτό τέστ τόσο καλό όσο τό πρακτικό τέστ εις τή βασική τεχνική, POOMSE και KYORUGI.

### ΤΕΛΟΣ

Κεπενεκίδης Ευστάθιος, Σπυρόπουλος Σπύρος

(Σημ. Εύχαριστούμε τον επιθεωρητή της σχολής TAEKWONDO εις τήν Πάτρα και εκπαιδευτή της Έλληνικής Χωροφυλακής SANBHUM AN HEN KI, 6ο ντάν για τή βοήθεια του.)

