

circonstances, quel est le milieu et quelles sont les conditions les plus propices à la formation et à l'entretien de ladite cellule. Nous ne le tenterons pas aujourd'hui, nous bornant à livrer aux méditations de nos lecteurs ce sujet d'une si réelle importance aux yeux des vrais sportsmen.

LES PRÉLIMINAIRES DU JIU-JITSU

Parmi les premiers adeptes européens du jiu-jitsu figure le champion du monde de lutte libre, A. Cherpillod qui, appelé à Londres dans le courant [de l'année 1901 comme professeur au Bartitsu-Club, s'y rencontra avec les maîtres japonais Uyenishi et Tani. Un échange d'enseignement se fit entre ces athlètes; ils s'initièrent réciproquement aux beautés de leur art. De retour en Suisse, Cherpillod apprit à quelques collègues les principes du jiu-jitsu et, lorsqu'en 1905 il fut chargé d'un cours de lutte aux officiers de la marine royale à Portsmouth, il y joignit des démonstrations tirées de la lutte japonaise ! Il s'y perfectionna lui-même et fit quelques bons élèves. L'année dernière enfin, Cherpillod aidé de son ami, le distingué professeur E. Richème, de Neuchâtel, prépara son petit manuel pratique de jiu-jitsu dont le succès fut considérable.

M. Cherpillod considère que le jiu-jitsu et la lutte libre européenne ont une origine commune et que le premier n'est qu'une manière de lutte libre partant du principe initial commun qui est de rechercher la défaite de l'adversaire sans aucune convention, tous les coups étant bons pourvu qu'ils tendent au résultat cherché. A l'époque grecque, écrit l'auteur « la lutte libre devint l'objet de concours publics et la civilisation croissante et certaines considérations sportives adoucirent peu à peu la brutalité des rencontres. » C'est ainsi que, dans le cours des siècles, les conventions firent leur apparition pour aboutir principalement à reconnaître comme fin du combat le toucher des épaules ou telle autre finale. Il s'ensuit de là que la lutte libre européenne aurait « perdu en devenant civilisée ou sportive tout ce que la lutte japonaise a gagné en science et en virtuosité par son indépendance

et sa liberté. » C'est cette virtuosité qui donne au jiu-jitsu « l'apparence d'un art mystérieux grâce au succès que ceux qui le pratiquent remportent invariablement sur tous les athlètes pénétrés des conventions modernes et incapables de se rendre compte de la portée d'un art qui ignore systématiquement les règles surannées dont ils sont imbus ». Ce jugement est intéressant; il nous semblerait un peu sommaire peut-être s'il méconnaissait certaines des originalités fondamentales de la méthode japonaise. Celle-ci se recommande en effet par deux points qui ne lui paraissent communs avec aucune autre sorte de lutte libre : le rôle que jouent les doigts et la main entière — et aussi l'intervention de l'anatomie scientifique,

Mais, bien entendu, M. Cherpillod n'a pas manqué d'apprécier l'importance de ces deux points quand il est devenu lui-même expert en jiu-jitsu et c'est pourquoi, si l'on peut s'étonner qu'il ne les ait pas davantage mis en relief en donnant dans son manuel un aperçu général de ce qu'est la lutte japonaise, par contre, lorsqu'il en vient à ce qu'on pourrait appeler la préparation préliminaire au jiu-jitsu, le célèbre athlète suisse inscrit au premier rang les exercices de la main et l'étude anatomique.

La gymnastique générale qu'il indique n'appelle aucun commentaire. A peine certains mouvements différent-ils de ceux qu'on a coutume d'enseigner pour obtenir un assouplissement de tout le corps. L'auteur n'a pas de préférence ; il le dit nettement. Nous tenons même à relever au passage cette théorie si nette, si contraire aux « emballements » du jour et pour laquelle nous avouons notre vive sympathie. « Tous les systèmes sont bons pourvu qu'on les applique avec régularité. Il n'est pas de maître de gymnastique qui ne puisse appliquer un programme rationnel d'entraînement capable de développer la robustesse des membres, la souplesse et la résistance de chaque partie du corps. Pour arriver à un résultat déterminé, il suffit de se créer un système et de le pratiquer chaque jour avec persévérance. »

Ceci dit, M. Cherpillod en vient à la préparation des mains et à l'indication des points vulnérables du corps humain : éléments essentiels du jiu-jitsu. Un Japonais entraîné peut, d'un simple coup de la tranche de la main sur la nuque, disloquer les vertèbres cervicales et amener la mort. C'est indiquer quelle force ce contact a acquis. Il n'existe pas plusieurs manières de s'entraîner à cet égard. Il faut, la main bien ouverte, les doigts serrés, frapper

de la tranche un objet très dur aussi violemment que possible, d'un coup sec et rebondissant ; il faut non seulement répéter cet exercice un très grand nombre de fois mais le varier en frappant de haut en bas, de bas en haut, de droite à gauche et de gauche à droite.

Les points vulnérables du corps humain ne sont pas tous applicables de la même façon. Les uns sont sensibles à la torsion, les autres à la pression; d'autres encore au coup sec donné par la main. Voici l'énumération qu'en fournit M. Cherpillod : 1° Points sensibles à la torsion ou au retournement se terminant à la fois par ta des articulation du membre saisi : les doigts — le poignet — le bras au coude — le bras à l'épaule. On pourrait citer encore le pied et le genou bien que les coups portés là soient à la fois moins efficaces et d'une exécution plus difficile ; 2° Points sensibles à la pression : les yeux — la dépression du nez à la base du front — le nez (refoulé de bas en haut ou les narines à l'intérieur) — les creux au-dessous des oreilles — la carotide — le muscle intérieur du bras immédiatement au-dessus du coude ou bien pincé à dix ou quinze centimètres de l'aisselle — le poignet au battement du pouls — le dos de la main dans l'intervalle entre les trois doigts du milieu — le petit doigt replié à la première jointure — la peau du ventre pincée directement au-dessous du creux de l'estomac — la cheville — 3° Points sensibles au coup donné par la main : la tempe — le nez de bas en haut — la pomme d'Adam — le côté du cou sous la mâchoire au-dessus de la clavicule — la nuque — la clavicule — le dos au-dessus des omoplates — le bas de la colonne vertébrale au creux lombaire — le creux de l'estomac — le flanc au-dessous des fausses côtes — l'aîne — le milieu du bras des deux côtés ainsi que le milieu de l'avant-bras et la jointure du poignet — le milieu du fémur en dedans et en dehors — le milieu du tibia devant — l'orteil.

On remarquera que, pratiquement, il y a un classement à opérer entre tous ces points, beaucoup d'entre eux se trouvent protégés par les vêtements alors qu'ils fourniraient d'excellentes attaques sur le corps nu. On remarquera également qu'ils ne sont pas tous faciles à déterminer autrement qu'en théorie. Il y a d'abord les déformations individuelles dont on aurait à tenir compte, l'anatomie réelle des hommes différant passablement de l'un à l'autre ; mais, même sur un homme normal, parfaitement structuré on n'atteint pas toujours du premier coup l'endroit visé, surtout s'il s'agit

d'opérer rapidement. Or, dans le jiu-jitsu comme dans toute autre forme de lutte, la rapidité de la prise est pour beaucoup dans le succès. De là les exercices de précision auxquels les Japonais attribuent une réelle importance et que le champion suisse semble laisser un peu de côté. On dit qu'au Japon on se sert parfois du procédé que voici : on trace sur une table une série de petits cercles au crayon puis l'homme s'écarte de la table d'abord d'un pas, puis de deux, puis de trois et il s'exerce eu un brusque mouvement du corps à aller poser le doigt dans celui des cercles choisis par lui. On peut faire la même chose avec un piano en s'imposant de réussir à atteindre telle ou telle touche. Bien entendu rien ne vaut de s'exercer sur le corps même de l'adversaire et, à vrai dire, nous ne croyons pas que, sans adversaire, personne puisse acquérir du jiu-jitsu une connaissance même sommaire. D'un autre côté, il est toujours bon de « faire des gammes » et tout travail musculaire doit débiter plus ou moins par là. Les gammes du jiu-jitsu, ce sont les exercices visant à l'endurcissement de la tranche de la main, à la force et à l'agilité des doigts ainsi qu'à la connaissance des points d'attaque et à la façon d'utiliser cette connaissance par la précision et la rapidité du geste.

CHRONIQUE DU MOIS

Les journaux ont passablement parlé ces temps ci de l'exposition cynégétique qui se tiendra à Vienne en 1910 sous le patronage de S. M. l'empereur François-Joseph. Deux ans nous en séparent. Plaise au ciel que le grand âge de l'auguste souverain ne le prive pas du plaisir d'ouvrir lui-même cette exposition où ses trophées personnels figureront assurément en bonne place accompagnés sans doute de ceux d'autres chefs d'État tels que S. M. l'empereur d'Allemagne ou le président Roosevelt.

Un sport éternel.

La vitalité de la chasse en tant que sport est véritablement