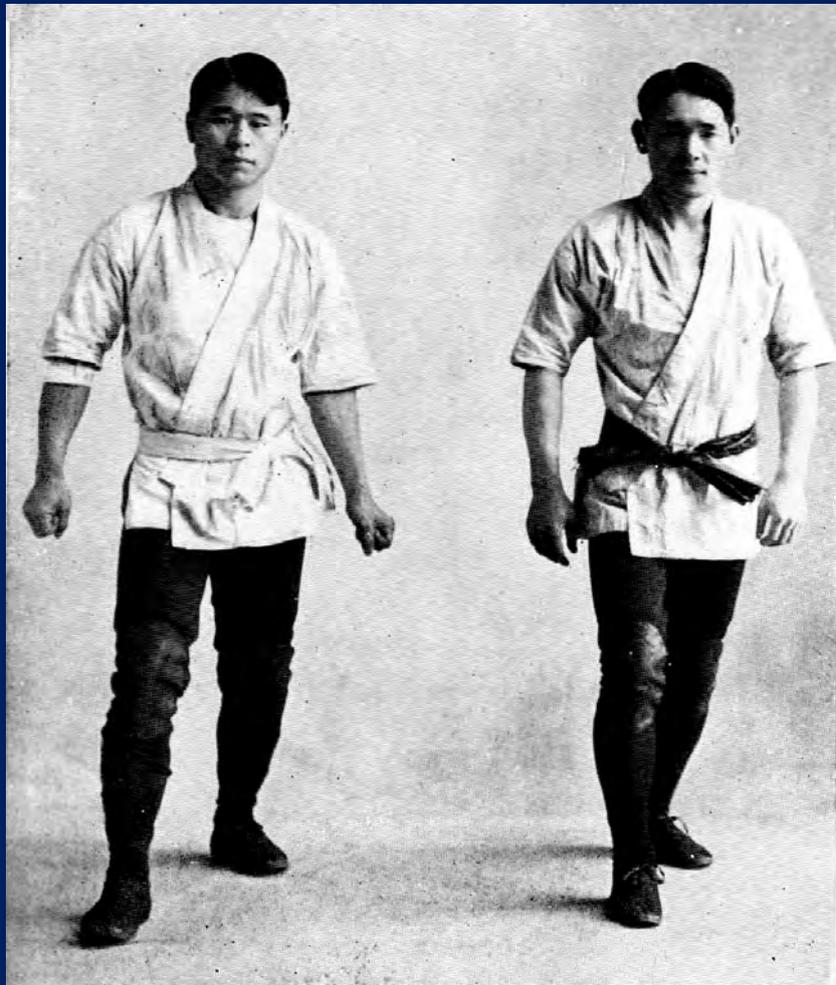


H. IRVING HANCOCK et KATSUKUMA HIGASHI

Traité complet
DE
JIU-JITSU
MÉTHODE KANO



1908

OUVRAGES DE H. IRVING HANCOCK

Traduction *FERRUS* et *PESSEAUD*

Volumes parus :

- Jiu-Jitsu. Méthode d'entraînement et de combat** *qui a fait des Japonais les adversaires les plus redoutables du monde* (Japanese Physical Training). 1906. Un vol. in-12, avec 19 planches photographiques d'après nature, broché sous couverture illustrée **3 fr. 50**
- Le Jiu-Jitsu et la Femme.** *Méthode japonaise d'entraînement physique pour les femmes* (Physical Training for Women). Préface du docteur LAGRANGE. 1906. Un vol. in-12, avec 32 planches photographiques d'après nature, broché **3 fr. 50**
- Traité complet de Jiu-Jitsu (Méthode Kano)** [*The complete Kano Jiu-Jitsu (Judo)*], par H. IRVING HANCOCK et KATSUKUMA HIGASHI. 1907. Un volume grand in-8 avec 505 planches photographiques d'après nature, broché. **12 fr. 50**

Volumes à paraître :

- L'Éducation physique des enfants** (*Physical Training for Children*).
- Les Coups de combat du Jiu-Jitsu** (*Jiu-Jitsu Combat Tricks*).
- L'Éducation physique dans la vie** (*The physical-culture Life*).
-

H. IRVING HANCOCK et KATSUKUMA HIGASHI

Traité complet

DE

JIU-JITSU

MÉTHODE KANO

Jiu-jitsu officiel du gouvernement japonais
Coups dangereux ou mortels
Kuatsu ou science du rappel à la vie

TRADUCTION DE

L. FERRUS

CHEF D'ESCADRON D'ARTILLERIE

J. PESSEAUD

CAPITAINE D'ARTILLERIE

Avec 505 photographies d'après nature

BERGER-LEVRAULT & C^{ie}, ÉDITEURS

PARIS

5, Rue des Beaux-Arts, 5

NANCY

18, Rue des Glacis, 18

1908

AVERTISSEMENT

DES TRADUCTEURS

Dans l'avertissement d'un ouvrage précédent de M. Irving Hancock (¹), nous avons essayé de montrer ce qu'était le jiu-jitsu et comment il constituait à la fois une méthode de gymnastique et une méthode de combat. Dans la préface qu'il a bien voulu consacrer à un autre livre, *Le Jiu-jitsu et la femme* (²), le docteur Fernand Lagrange a fait ressortir d'une façon lumineuse les qualités éducatives du jiu-jitsu au point de vue physique, même pour la femme, et il a montré que le jiu-jitsu avait devancé de bon nombre de siècles la gymnastique suédoise de Ling. La lecture des deux ouvrages précités a permis d'autre part à tous ceux que ces questions intéressent, et ils sont nombreux, de se faire une idée très nette des méthodes japonaises de culture physique.

Il restait à compléter ces notions générales, à leur donner un caractère plus précis, à permettre en un mot de passer à l'enseignement du jiu-jitsu. C'est ce que nous faisons au-

1. LE JIU-JITSU. *Méthode d'entraînement et de combat*. Paris, Berger-Levrault et Cie. 1905.
2. *Le Jiu-jitsu et la femme*. Paris, Berger-Levrault et Cie. 1906.

jourd'hui en présentant au lecteur la traduction du livre de M. Hancock sur la méthode Kano de jiu-jitsu.

Cette méthode a été élaborée, il y a un peu plus d'une trentaine d'années, par un lettré de l'université impériale de Tokio, le professeur Kano, et cela dans des conditions assez curieuses. A cette époque, vers 1870, lors de cette transformation politique et sociale de l'Empire du soleil levant qui coïncida avec la disparition de la féodalité, le Japon traversa une singulière période de mépris pour tout ce qui était exclusivement indigène. Les classes dirigeantes avaient été prises momentanément d'un engouement irréfléchi et souvent peu justifié pour tout ce qui était d'origine étrangère. Il semblait que rien n'eût existé jusque-là qui méritât la peine de retenir l'attention, et les Japonais parurent un instant renier toutes leurs traditions nationales, qu'elles fussent historiques, religieuses, artistiques ou autres.

Cet ostracisme s'étendait aux exercices physiques, y compris l'escrime et le *jiu-jitsu*, qui existaient cependant au Japon depuis de longs siècles.

Pendant quelques années, les intellectuels du Japon n'eurent d'autre ambition que de s'assimiler, parfois sans grand discernement, la science ou la pseudo-science des livres européens. Mais l'admirable bon sens de ce peuple fit bientôt justice de ces erreurs momentanées, et le Japon, délivré de la science *livresque*, revint aux saines traditions nationales qui avaient fait jusque-là sa grandeur et qui devaient la faire plus encore à l'avenir.

Aux Européens, les Japonais n'empruntèrent que ce qui constituait incontestablement un progrès dans l'ordre matériel : leurs usines, leurs procédés industriels, leurs fusils, leurs canons, leurs cuirassés (1), et ils firent en même temps revivre la science japonaise, la philosophie et l'histoire japo-

1. Quelques-uns d'entre eux leur empruntèrent aussi, hélas ! leurs inesthétiques vêtements et leurs pernicious alcools.

16 pages d'introduction ont été perdues

JIU-JITSU KANO

PREMIÈRE PARTIE

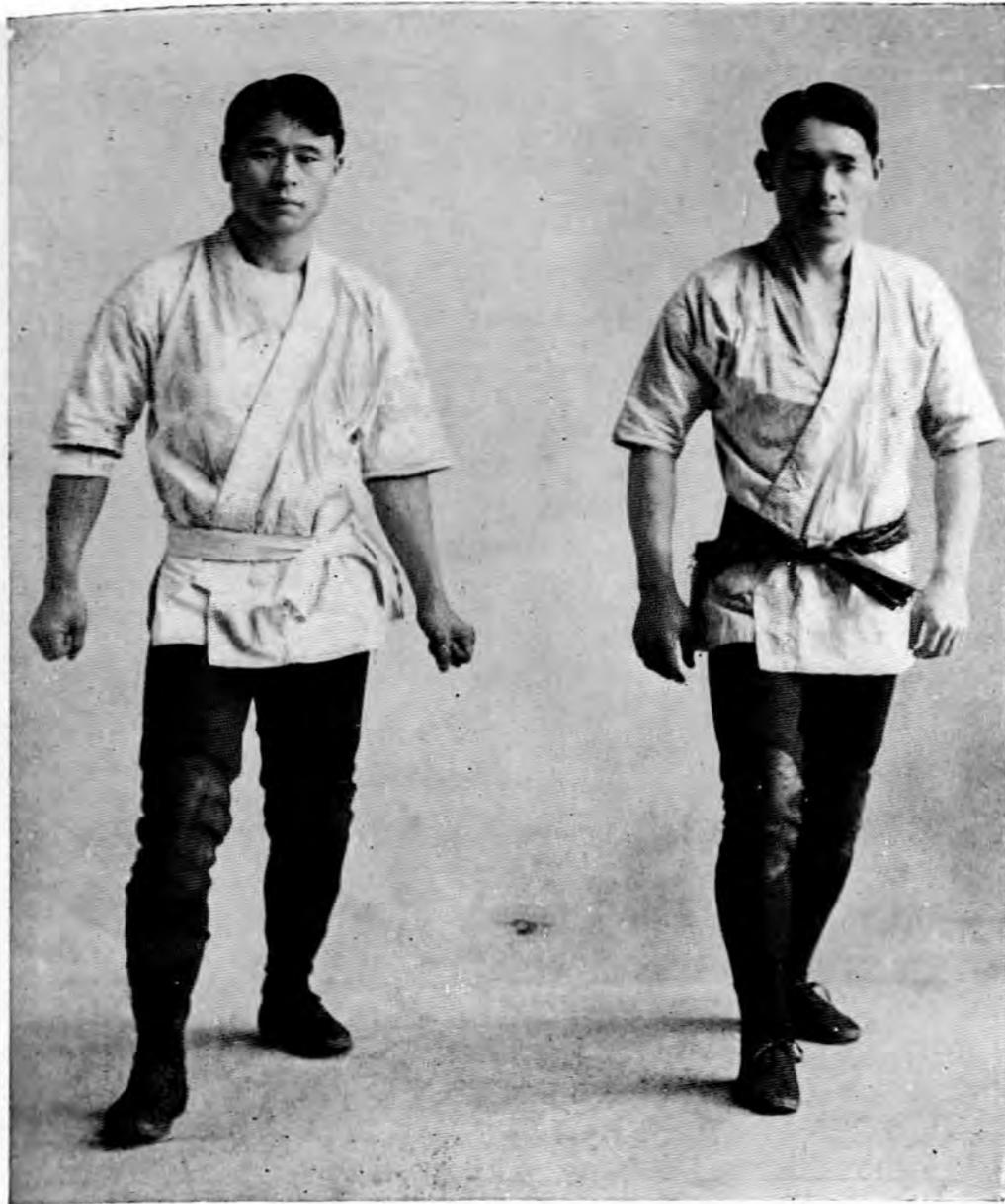


Fig. 1. — Coup n° 1 (1^{er} temps)

Il importe avant tout que l'élève apprenne à tomber correctement. La connaissance de l'art de se jeter à terre, en apparence si simple, le préservera de mainte blessure et lui rendra le travail plus facile à mesure qu'il progressera dans la pratique du *jiu-jitsu* (1). La figure 1 montre la position verticale de départ à prendre avant la chute.

1. Prononcez *djiou-djitss*.

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 1 (2^e temps)

Laissez-vous tomber légèrement sur la paume des mains, les pouces et les doigts *toujours* dirigés en avant. Cette position des mains pendant la chute évite les foulures ou les fractures des bras. Dans cette chute, il faut porter franchement le pied gauche en arrière, en même temps qu'on fait du pied droit un grand pas en avant. Le poids du corps repose surtout sur les *orteils* du pied droit, comme le montre la figure 2.

Coup n° 1 (3^e temps)

Ramenez vivement le pied droit à côté du gauche. Exécutez ce mouvement avec énergie, le poids du corps reposant sur les orteils et sur la paume des mains.

Jiu-Jitsu Kano

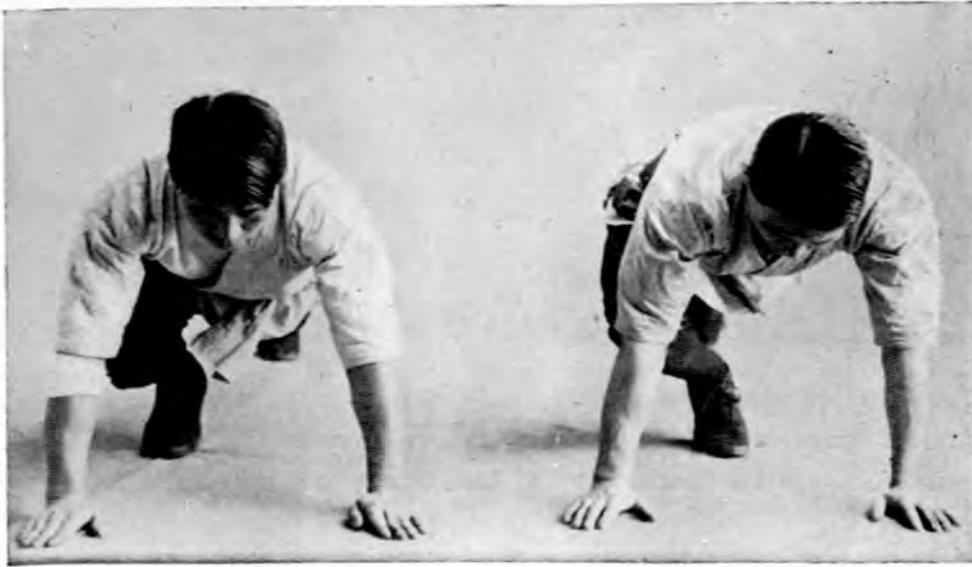


Fig. 2. — Coup n° 1 (2^e temps)



Fig. 3. — Coup n° 1 (3^e temps)

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 1 (4^e temps)

Élevez le dos aussi haut que possible, puis abaissez-le de nouveau, et répétez cet exercice aussi longtemps que vous pourrez le faire sans fatigue excessive. La figure 4 montre le dos à son maximum d'élévation.

Coup n° 1 (5^e temps)

Abaissez le corps, comme le montre la figure, jusqu'à ce qu'il repose à terre par la poitrine seulement. Aucune autre partie du tronc ne doit toucher le sol et, quant aux pieds, ils ne doivent porter que sur les orteils. Ne laissez point les genoux toucher terre.

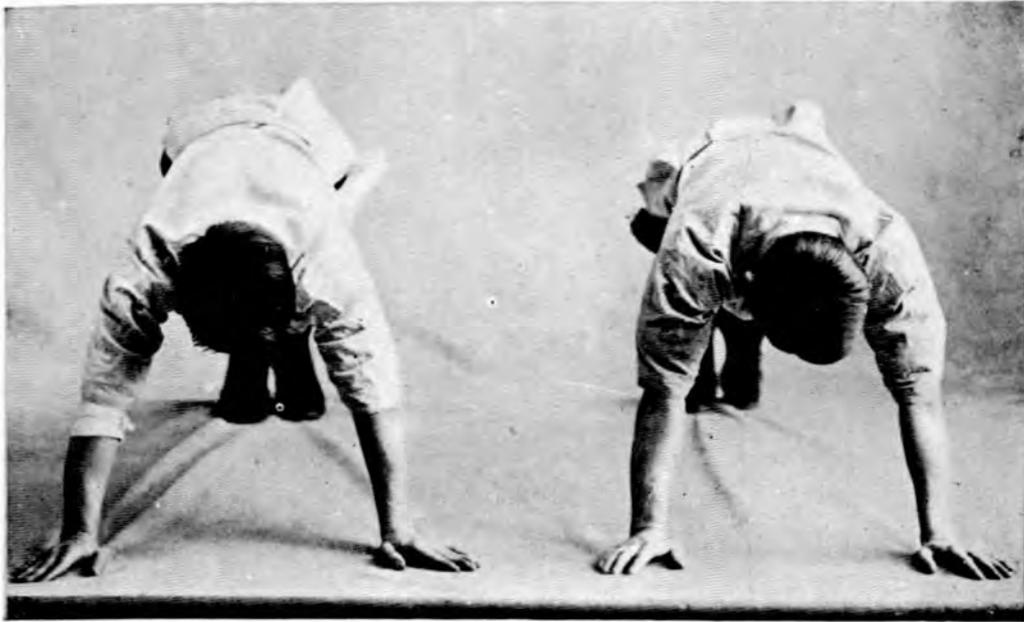


Fig. 4. — Coup n° 1 (4^e temps)



Fig. 5. — Coup n° 1 (5^e temps)

Coup n° 2 (1^{er} temps)

Prenez comme position de départ la position indiquée pour le 4^e temps du coup n° 1. Tombez vivement du côté droit (ou gauche), de façon que les épaules ne puissent toucher le sol. La figure 6 montre la manière de tomber à droite.

Coup n° 2 (2^e temps)

Exécutez la même chute à gauche, comme le montre la figure 7.

Nota. — L'élève de *jiu-jitsu* ne doit jamais négliger la pratique sérieuse et constante des deux coups qui précèdent. Pour vous recevoir sur la paume des mains, assurez-vous toujours que les doigts et les pouces sont dirigés en avant. En tombant sur les mains avec les doigts et les pouces dirigés de côté ou en arrière, on risque de se briser le poignet, le coude ou l'épaule (1).

1. Il sera souvent question, dans la description des coups de *jiu-jitsu*, d'articulations ou de membres fracturés ou brisés. Ces termes ne doivent pas être pris dans leur acception rigoureuse, car on les emploiera indifféremment, qu'il s'agisse d'une luxation, d'un déboîtement ou d'une fracture.



Fig. 6. — Coup n° 2 (1^{er} temps)

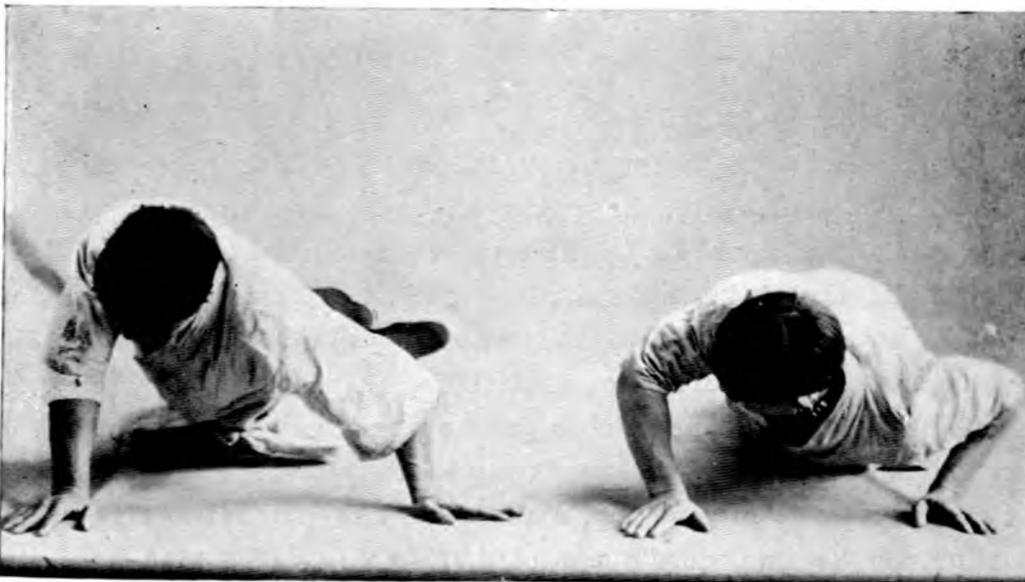


Fig. 7. — Coup n° 2 (2^e temps)



Fig. 8. — Coup n° 3 (2^e temps)

1^{er} temps, comme le premier temps du coup n° 1.

2^e temps. Exécutez ce temps d'abord lentement, puis avec une rapidité progressivement croissante. Le poids du corps reposant sur la jambe droite, portez franchement la jambe gauche en avant et fléchissez jusqu'à la position accroupie, les bras étendus en avant comme si vous vouliez faire passer un adversaire par-dessus votre épaule ou le renverser sur le côté. Exécutez ensuite l'exercice symétrique, en partant de la position où tout le poids du corps repose sur la jambe gauche et en tendant la jambe droite en avant au moment où vous vous accroupissez.

Ceci fait, répétez le même coup, d'abord avec le poids du corps reposant sur les orteils de l'un ou l'autre pied. Le talon de ce pied ne doit pas toucher le sol avant que l'on soit arrivé à la position accroupie, ainsi que le montre la figure 8. Le débutant devra arriver à posséder à fond ce genre de travail, sinon il ne parviendra point à exécuter avec sûreté nombre des coups indiqués par les figures et le texte qui vont suivre.

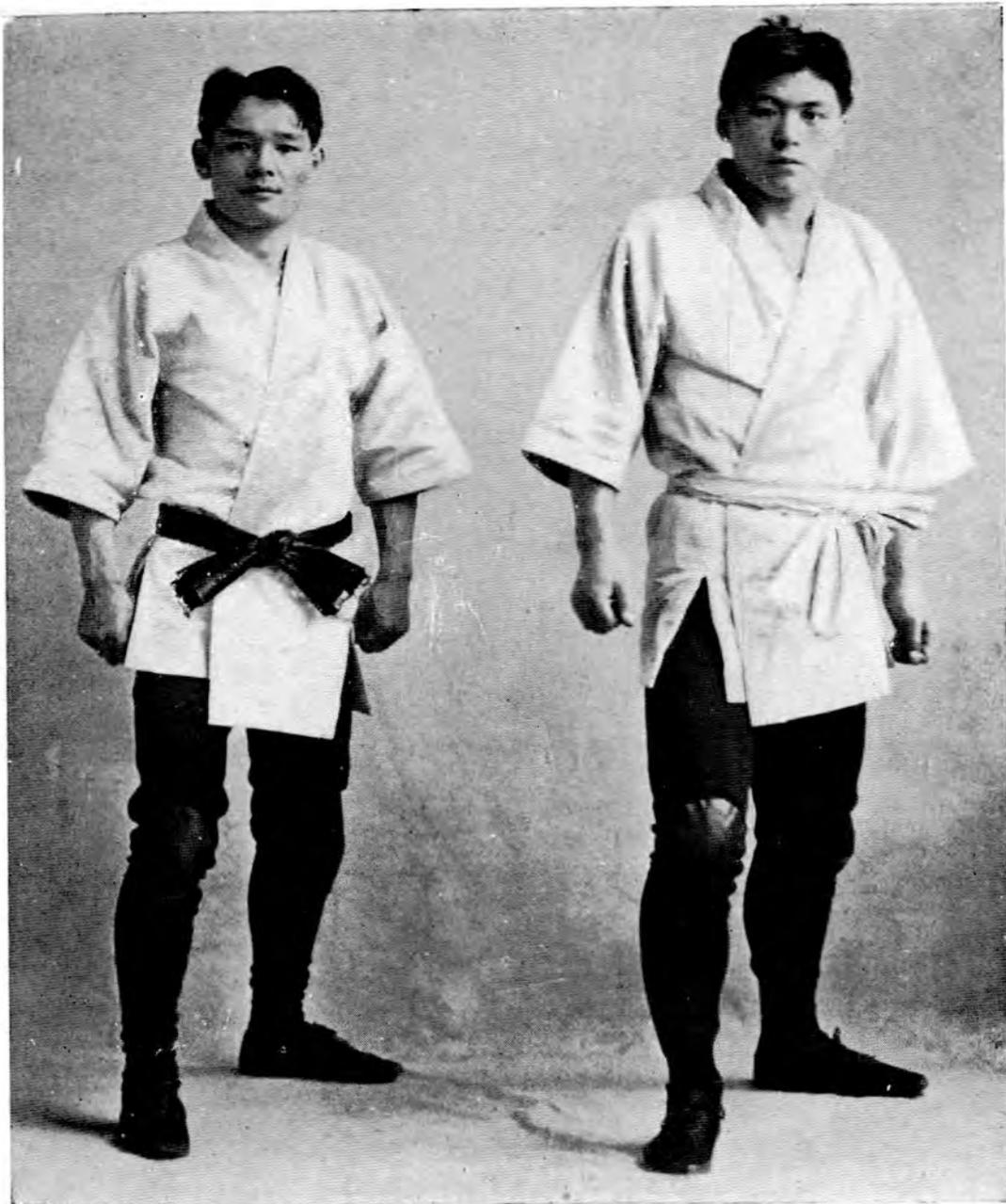


Fig. 9. — $\frac{1}{2}$ Coup n° 4 (1^{er} temps)

Tenez-vous debout, prêt à aller à terre comme si vous étiez tombé par votre adversaire. La figure 9 montre comment on doit porter franchement la jambe droite en avant, le haut du corps conservant une attitude aisée.



Fig. 10. — Coup n° 4 (2^e temps)

Tournez-vous du côté vers lequel vous voulez tomber. Penchez-vous franchement en avant sur la jambe de ce côté. Étudiez la position telle que la montre la figure 10. Il importe beaucoup, dès le début de la chute, de baisser la tête contre la poitrine et de la tourner du côté opposé à celui où l'on veut tomber.



Fig. 11. — Coup n° 4 (3^e temps)

Exécutez ensuite une culbute sur le dos de telle sorte que ni la tête ni la pointe de l'épaule ne touchent le sol. Prenez au contraire contact avec le sol par l'omoplate ^{scapula} (voir fig. 11).



Fig. 12. — Coup n° 4 (4^e temps)

Immédiatement après la culbute, relevez-vous dans la position que représente la figure ci-dessus. Vous devez reposer sur le genou qui se trouve du côté où vous êtes tombé, l'autre jambe restant légèrement étendue comme le montre la figure. La position relative des genoux ne doit jamais varier ; il faut prendre exactement en se relevant la position de la figure 12.

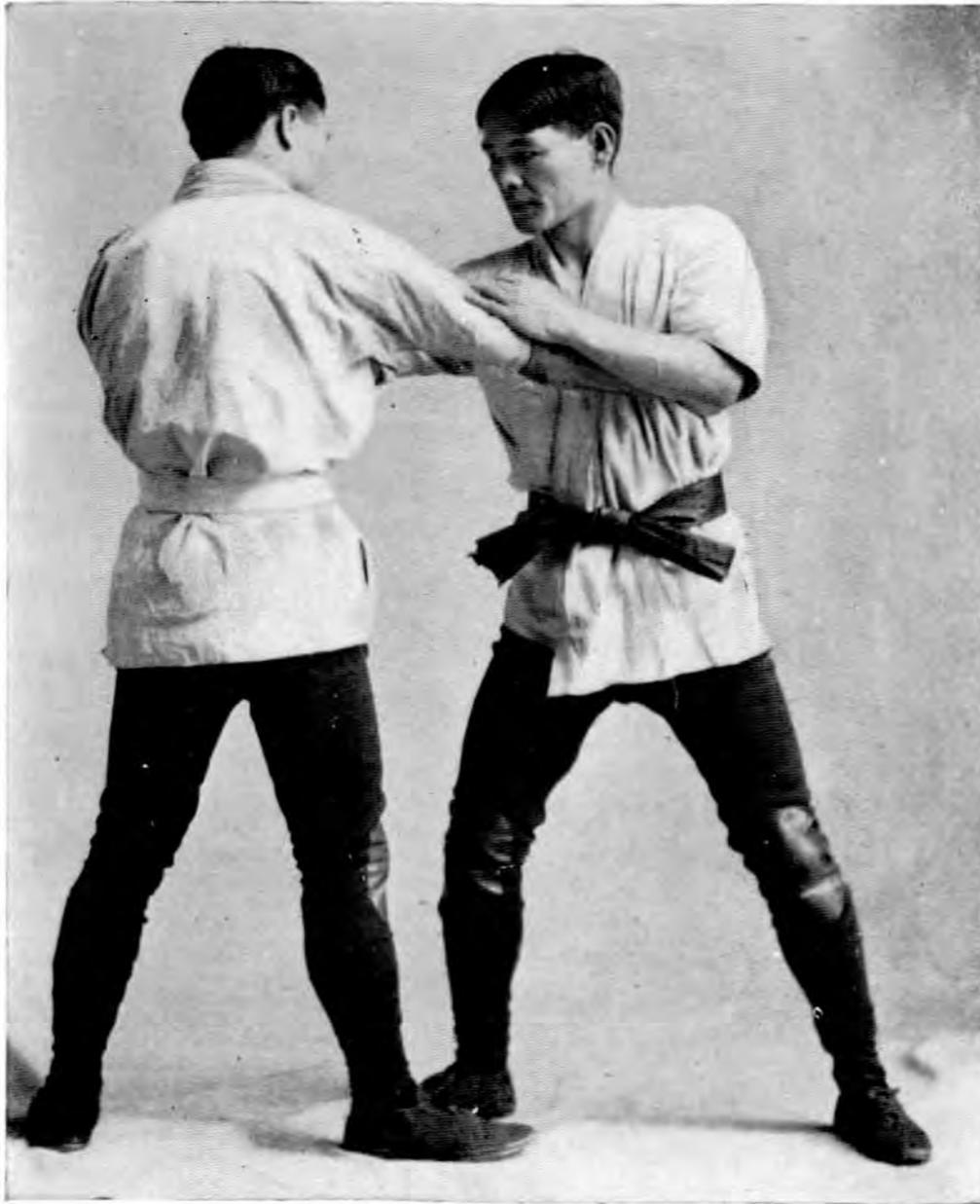


Fig. 13. — Coup n° 5 (1^{er} temps)

Prenez la position indiquée par la figure 13, la main gauche au coude de votre adversaire, et saisissez-le de la main droite au bras gauche (1).

1. En principe, les indications du texte se rapportent à celui des combattants que la figure correspondante représente avec une ceinture noire.

N. B. — Le mot *bras* désigne toujours la partie *supérieure* du membre, par opposition avec *l'avant-bras*.



Fig. 14. — Coup n° 5 (2^e temps)

Transformez vivement la prise de votre main gauche en une prise sous le coude de votre adversaire ; poussez-lui le coude vers le haut en tirant son bras à vous, ce qui le force à avancer le pied droit. Au moment précis où ce dernier va toucher le sol, portez-lui un coup de pied sur la malléole externe et amenez votre ennemi à terre (voir fig. 14).

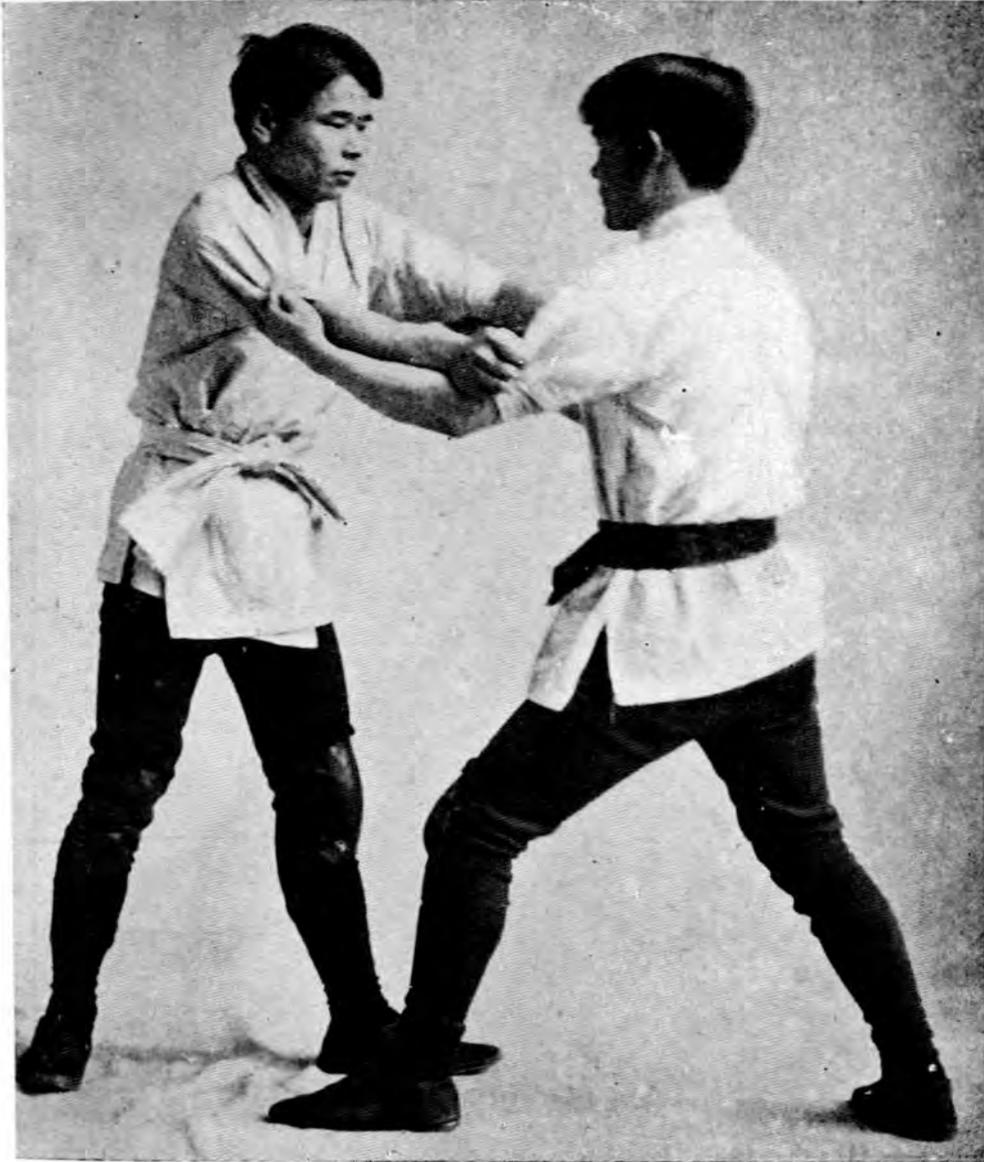


Fig. 15. — Coup n° 6 (1^{er} temps)

Quand votre adversaire vous saisit par le dessous des bras, exécutez un changement brusque de façon à l'empoigner lui-même par le dessous des bras (voir fig. 15).



Fig. 16. — Coup n° 6 (2^e temps)

Pendant le temps précédent, l'assaillant avait le pied gauche en avant. Il exécute maintenant avec prestesse un pas en arrière du pied gauche, tout en tirant violemment à lui le bras gauche de l'adversaire, ce qui force sa victime à porter le pied gauche en dedans du pied droit de l'assaillant ; celui-ci applique alors un coup de pied sur la cheville ainsi exposée, comme le montre la figure 16, et détermine la chute comme dans le coup n° 5.



Fig. 17. — Coup n° 7 (2^e temps)

1^{er} temps. — Tenez-vous comme au premier temps du coup n° 6.

2^e temps. — Déplacez-vous vers le côté. Votre adversaire, pour conserver l'équilibre, est obligé de déplacer ses pieds en même temps que vous. Si vous le forcez, par exemple, à se porter vers sa droite, observez le moment où il a déjà changé son pied droit et où il est sur le point de faire suivre ce dernier par le pied gauche. À l'instant précis où son pied gauche va toucher terre, frappez-le avec votre pied droit à la partie externe de la cheville, de façon à lui rapprocher de force les deux pieds, comme le montre la figure 17, et renversez-le aussitôt par-dessus votre pied droit allongé avant qu'il ait eu le temps d'écarter de nouveau les jambes.



Fig. 18. — Coup n° 8 (2^e temps)

1^{er} temps. — Même position de départ que pour le premier temps du coup n° 6.

2^e temps. — Tirez violemment à vous le bras gauche de l'adversaire, de façon à le forcer à faire avec le pied gauche un pas en avant. Allongez la jambe droite en avant, le jarret tendu. Appliquez un vigoureux coup de pied à la partie externe du genou gauche de votre adversaire, comme le montre la figure 18, et renversez vivement celui-ci vers sa gauche. Lorsque, en exécutant ce coup, l'on porte le coup de pied sur le genou de l'adversaire, il est d'une importance capitale d'exécuter ce mouvement avec la jambe parfaitement tendue.

On devra pratiquer longtemps ce coup, en portant le coup de pied d'abord avec le pied droit, puis avec le pied gauche.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 19. — Coup n° 9 (1^{er} temps)

Amenez votre adversaire à vous saisir à la ceinture avec la main droite. Empoignez-le aussitôt avec la main gauche sous le bras droit, juste au-dessus du coude. Saisissez en même temps avec la main droite le bord de son vêtement, juste au-dessous du revers, comme le montre la figure 19.



Fig. 20. — Coup n° 9 (2^e temps)

Déplacez la jambe droite vers la gauche de votre adversaire, par un large mouvement circulaire rasant le sol, en vous efforçant d'appliquer vigoureusement votre genou droit contre la partie externe de son genou gauche, de façon à le mettre dans l'impossibilité de déplacer rapidement son pied gauche. Puis, grâce à l'action que vous exercez sur lui au moyen de vos prises sur son bras droit et sur le bord gauche de son vêtement, renversez-le à terre par-dessus votre genou droit.



Fig. 21. — Coup n° 10 (1^{er} temps)

Donnez à votre adversaire l'occasion de vous saisir à l'épaule. A ce moment glissez votre pouce gauche à l'intérieur de sa manche et assurez-vous une prise aussi solide que possible. (S'il porte un vêtement de ville ordinaire, la prise peut s'effectuer aussi bien qu'avec un vêtement dont les manches descendent seulement jusqu'aux coudes.) Peu importe le point où vous le saisirez avec votre autre main (voir fig. 21).



Fig. 22. — Coup n° 10 (2^e temps)

Étant dans la position qui vient d'être décrite, abandonnez votre adversaire de la main droite. Passez vivement cette main, ouverte, devant sa figure, afin de le troubler. Élevez en même temps le pied droit *très haut* et portez-le au delà de sa cuisse droite, ce pied revenant se poser sur le sol franchement en arrière de lui. Puis tournez prestement le dos à votre adversaire, en amenant son bras droit, que vous tenez, sous votre épaule droite. Maintenant alors votre prise initiale de la main gauche, empoignez de votre main droite son poignet droit. Penchez-vous franchement en avant, comme le montre la figure 22, et raidissez le genou gauche en exerçant une forte pression contre la partie externe du genou droit de votre adversaire.



Fig. 23. — Coup n° 10 (3^e temps)

Inclinez-vous encore davantage en avant, poussez votre genou gauche contre le genou droit de votre adversaire, comme le montre la figure 23, tirez ferme sur son bras droit et forcez-le à faire la culbute par-dessus votre épaule droite.

Coup n° 10 (4^e temps)

Au moment où votre adversaire tombe, pivotez sur vous-même de façon à tomber avec lui dans la position indiquée. Tirez autour de vous, aussi loin que possible, le bras que vous tenez, en appuyant fortement votre bras droit contre le côté droit de son cou. En cas de besoin, on peut utiliser cette dernière pression (voir fig. 24) pour étrangler son adversaire.

Coup n° 11

1^{er} temps — Même position qu'au quatrième temps du coup n° 10.

2^e temps. — Voici un moyen de « réduire à merci » la victime. Modifiez votre position de façon que votre bras droit passe sous le bras droit de l'adversaire, juste au-dessus du coude. Utilisez comme point d'appui votre genou droit, que vous placez sous votre coude droit. Empoignez le poignet droit de votre victime avec votre main gauche et pliez-lui le bras droit « du mauvais côté » comme pour le briser. La douleur force la victime à se soumettre avant que cette pression ait pour le bras des conséquences fâcheuses.



Fig. 24. — Coup n° 10 (4^e temps)



Fig. 25. — Coup n° 11 (2^e temps)



Fig. 26. — Coup n° 12 (1^{er} temps)

L'assaillant ⁽¹⁾ empoigne de la main droite le devant ou le bord du vêtement de son adversaire. Celui-ci se défend en saisissant avec la main gauche le poignet droit de l'adversaire et exécutant en même temps du pied gauche un grand pas en arrière. Si l'assaillant fait une prise avec la main gauche, l'homme sur la défensive se garde en saisissant le bras gauche qui l'attaque.

⁽¹⁾ L'assaillant est placé à gauche sur la figure 26.



Fig. 27. — Coup n° 12 (2^e temps)

Saisissez la manche droite de votre adversaire, comme l'indique la figure 27, et portez le pied gauche au delà et en dehors du pied droit de ce dernier.



Fig. 28. — Coup n° 12 (3^e temps)

Faites demi-tour en tournant le dos à votre adversaire. Empoignez en même temps son poignet droit avec votre main gauche et tirez énergiquement par-dessus votre épaule droite le bras que vous avez ainsi saisi. Tout en exerçant une traction aussi énergique que possible sur le bras droit de votre adversaire, poussez fortement votre hanche en arrière contre son rein. En même temps, heurtez avec la face arrière de la jambe gauche la face externe de son genou droit, de façon à lui faire perdre l'équilibre et à l'envoyer à terre.



Fig. 29. — Coup n° 12 (4^e temps)

Si vous ne pouvez arriver à jeter votre adversaire par-dessus votre épaule en gardant la position verticale, laissez-vous brusquement aller sur le genou droit et allongez la jambe gauche, comme le montre la figure 29. Vous pourrez alors provoquer facilement la chute.

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 12 (5^e temps)

Quand étant vous-même dans la position verticale, vous avez tombé votre adversaire, il vous est facile de lui faire toucher les deux épaules. Si au contraire vous étiez à genou, comme au quatrième temps, la victime pourrait ne toucher terre que d'une seule épaule. C'est pourquoi il est très important de maintenir la prise de bras que vous avez. Ensuite, après avoir tombé votre victime, il sera nécessaire de recourir au coup n° 13.

Coup n° 13 (1^{er} temps)

Avancez votre jambe droite, le genou sous la face postérieure du bras de votre victime. Tout en maintenant de votre main gauche votre prise de poignet, ployez en arrière, comme pour le briser, le bras que vous tenez sur votre genou. Exercez en même temps avec le pouce une pression énergique contre le nerf situé à l'angle supérieur de la mâchoire et sous le lobe inférieur de l'oreille droite, tout en vous servant des doigts de la même main pour étouffer votre ennemi.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 30. — Coup n° 12 (5^e temps)



Fig. 31. — Coup n° 13 (1^{er} temps)



Fig. 32. — Coup n° 14 (1^{er} temps)

Pendant que vous tenez votre adversaire comme il a été expliqué au coup précédent, celui-ci peut, s'il est très habile, réussir à exécuter avec la main gauche une prise sur votre épaule droite. En pareil cas, assurez-vous, avec la main droite, une prise vigoureuse sur son bras gauche. Puis sautez vivement par-dessus son corps, étendez-vous par terre, à sa gauche, en passant, au moment du saut, votre bras gauche sous son cou et tenez ferme. Vous pouvez alors maintenir votre victime dans l'impuissance pendant une vingtaine de secondes, au bout desquelles elle sera considérée comme hors de combat.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 33. — Coup n° 15 (*1er temps*)

Quand votre adversaire vous saisit par le revers ou le bord de votre vêtement, faites-lui d'abord lâcher prise. Vous y arriverez en introduisant de force l'extrémité de votre pouce sous l'extrémité du sien, tandis qu'avec le second doigt vous comprimez énergiquement le dos de son pouce à la base. Forcez ainsi son pouce en arrière et il sera obligé de relâcher sa prise. À ce moment, saisissez-lui le poignet.



Fig. 34. — Coup n° 15 (2^e temps)

Pivotez vers la gauche de votre adversaire. S'il essaie de retirer son bras gauche, tenez ferme avec votre main gauche et appliquez avec force votre bras droit replié, formant crochet, en arrière de son coude gauche. Pivotez ensuite encore plus à gauche, en appuyant votre hanche contre le côté gauche de votre victime et pressant fortement avec la face postérieure du genou droit contre la face antérieure de son genou gauche. Au moment où vous pivotez ainsi, amenez le bras que vous tenez par-dessus votre épaule droite, en maintenant la paume de la main de l'adversaire dirigée vers le haut.



Fig. 35. — Coup n° 15 (3^e temps)

Faites passer votre victime par-dessus votre épaule en l'amenant dans la position que montre la figure ci-dessus. Ici, comme toutes les fois que vous faites passer l'adversaire par-dessus l'épaule, *n'oubliez pas de conserver la prise de poignet que vous avez !* Quand vous aurez amené votre adversaire à la position indiquée sur la figure 35, ne tombez pas à sa droite, ce qui pourrait lui donner la possibilité de se dégager. Laissez-vous aller, au contraire, de façon à vous asseoir sur lui, sur son côté gauche. Amenez votre genou gauche sous la face postérieure de son bras gauche. Forcez ce bras en arrière comme si vous vouliez le briser, en poussant en même temps vers le haut avec votre genou gauche pour augmenter la douleur causée à votre ennemi. Votre main gauche appuie en outre contre le côté gauche de sa figure de façon à lui renverser la tête à droite. Si vous le préférez, vous pouvez employer votre main gauche contre son maxillaire et sa gorge comme dans le coup n° 13.



Fig. 36. — Coup n° 16 (1^{er} temps)

Amenez votre adversaire à vous passer le bras droit autour du corps. Au moment où il exécute ce mouvement, saisissez de la main gauche la partie postérieure de son bras droit; jetez-lui votre bras droit autour de la taille, en saisissant sa ceinture à hauteur de son rein gauche.



Fig. 37. — Coup n° 16 (2^e temps)

Tirez ferme de la main droite sur la ceinture de votre adversaire, ce qui le force à tourner en avançant. A ce moment, faites vivement un pas en avant du pied droit, en levant le pied *très haut* de façon à le faire passer en dehors de la cuisse droite de l'adversaire et à le poser à terre derrière lui. Appuyez votre dos contre celui de votre victime. Fléchissez le corps en avant, tout en maintenant la prise initiale de vos deux mains, et vous serez prêt à tomber votre adversaire.



Fig. 38. — Coup n° 16 (3^e temps)

Si vous glissez, vous ne pourriez provoquer la chute. Ployez le corps en avant, en maintenant le flanc de votre adversaire contre votre dos, puis pivotez brusquement à gauche et envoyez votre adversaire à terre.



Fig. 39. — Coup n° 17 (1^{er} temps)

Dans le coup précédent, lorsque vous renversez votre adversaire, vous avez la main gauche sur son bras droit. Au moment où vous l'amenez à terre, laissez-vous tomber de façon à ce que votre genou gauche s'applique contre son cou, tandis que votre genou droit s'appuie solidement contre son rein droit. Introduisez de force votre bras gauche sous son coude droit et saisissez son vêtement avec la main gauche. Cette prise vous permettra de lui tordre facilement le coude droit. En vous penchant en avant, vous augmenterez l'effort sur son bras droit et vous briserez ce bras s'il est nécessaire. Votre main droite maintient contre terre le coude gauche de votre adversaire.



Fig. 40. — Coup n° 18 (1^{er} temps)

Ici, les deux adversaires débutent de la même façon, chacun effectu
même prise que l'autre.



Fig. 41. — Coup n° 18 (2^e temps)

Changez la position de votre main en faisant une prise sous le bras droit de votre adversaire et tirez violemment ce bras à vous. En même temps, faites un grand pas de côté vers votre gauche. Tandis que vous tirez à vous le bras de votre adversaire, changez votre prise de son bras gauche en une prise sous le bras. Au moment où vous tirez à vous son bras droit, poussez franchement vers le haut son coude gauche. Levez *très haut* votre pied droit, passez-le au delà de sa cuisse droite et, au moment où ce pied arrive à terre, tournez le dos à votre victime. Vous devez appuyer votre hanche contre son flanc droit et avoir ses deux bras au-dessus de votre épaule droite.



Fig. 42. — Coup n° 18 (3^e temps)

En provoquant la chute, il est très important de ployer le genou droit et de tendre la jambe gauche presque complètement raide. Tirez en même temps, aussi énergiquement que vous pouvez, sur le bras gauche de votre victime, et vous l'amènerez à terre.



Fig. 43. — Coup n° 18 (4^e temps)

Après l'avoir projeté à terre, vous devez conserver sur votre adversaire exactement les mêmes prises qu'auparavant. Pour compléter votre victoire, il faut maintenant recourir au coup n° 19.



Fig. 44. — Coup n° 19 (1^{er} temps)

Après vous être assuré la position décrite au quatrième temps du coup précédent, sautez à droite de votre victime en maintenant sa main droite entre vos jambes. L'articulation de son coude est alors placée de telle sorte que vous pouvez la ployer, à l'envers, sur votre jambe droite. Renversez-vous sur le dos et continuez à exercer le même effort sur le bras droit de votre adversaire jusqu'à ce que la douleur oblige ce dernier à se rendre.



Fig. 45. — Coup n° 20 (1^{er} temps)

Le combattant qui porte ici (fig. 45) une ceinture blanche a une position initiale très avantageuse. Il a effectué de la main droite une prise à l'intérieur de la manche de son adversaire et, avec la main gauche, une prise sous le bras. Le combattant à la ceinture noire saisit les deux revers du vêtement de son adversaire.



Fig. 46. — Coup n° 20 (2^e temps)

L'homme à la ceinture noire pousse son adversaire en arrière avec les deux mains. Puis il le tire à lui de nouveau et lui place un pied sur l'estomac.



Fig. 47. — Coup n° 20 (3^e temps)

L'homme à la ceinture noire tire maintenant à lui les épaules de son adversaire, tout en le repoussant avec le pied qu'il lui a appuyé sur l'estomac ; il se laisse tomber à la renverse en se recevant sur les omoplates. La victime est projetée par-dessus la tête de l'assaillant. On continue en exécutant le coup n° 21.



Fig. 48. — Coup n° 21 (1^{er} temps)

La victime du coup précédent va à terre sur le dos. L'assaillant s'assied sur lui et saisit les revers de son vêtement. Si la victime essaie de s'assurer la même prise, l'assaillant tord ses bras vers l'extérieur contre les bras de sa victime et rompt ainsi la prise. En empoignant les revers, il importe que l'assaillant saisisse le revers gauche bien en haut et le revers droit franchement en bas. Amenez alors avec force le revers gauche à droite en l'appuyant énergiquement en travers de la gorge de la victime et tirez le revers droit vers la gauche. Vous pourrez ainsi étrangler efficacement votre adversaire.



Fig. 49. — Coup n° 22 (1^{er} temps)

Quand votre adversaire vous saisit par le bras, ripostez en fourrant votre pouce à l'intérieur de sa manche et en enroulant vos doigts dans son vêtement. Assurez cette prise le plus solidement possible.



Fig. 50. — Coup n° 22 (2^e temps)

Ayant ainsi saisi le bras droit de votre adversaire, rompez la prise de sa main gauche. (Cette rupture constitue un coup très utile et peut être effectuée de deux manières. Quand vous voulez rompre la prise de l'adversaire, abandonnez son bras de la main qui le tient ; puis, appliquez avec le poing un coup violent sous l'os du coude (1). Ou bien encore relâchez votre main et frappez violemment la face interne de l'avant-bras de l'adversaire avec la pointe de votre coude. On doit pratiquer très fréquemment ces deux procédés.)

Fléchissez en avant, en amenant brusquement le bras droit de votre adversaire par-dessus votre cou et en travers et engagez votre bras droit en arrière de son genou droit.

1. C'est l'os que les Américains appellent *funny bone*, littéralement *os rigolo*, à cause des résultats qu'on obtient en s'en prenant à lui. (Note du traducteur.)



Fig. 51. — Coup n° 22 (3^e temps)

Penchez-vous encore davantage en avant, tirez énergiquement sur le bras droit de votre victime et soulevez-lui brusquement le genou droit.



Fig. 52. — Coup n° 22 (4^e temps)

Projetez votre victime à terre dans la position indiquée par la figure 52. Engagez de force votre genou droit sous son épaule droite. Empoignez-le au collet et poussez sur sa gorge. Recourez ensuite au coup n° 13 (1) [p. 32].

1. Le coup n° 13 auquel on a très fréquemment recours est en réalité une *clef au bras*.



Fig. 53. — Coup n° 23 (1^{er} temps)

Quand l'adversaire vous attaque du côté droit, jetez-lui le bras droit autour de son cou et saisissez son coude droit avec votre main gauche.



Fig. 54. — Coup n° 23 (2^e temps)

Tirez à vous avec force le bras droit de votre adversaire, en enroulant en même temps votre jambe droite autour de sa jambe gauche comme le montre la figure 54.



Fig. 55. — Coup n° 23 (3^e temps)

Abandonnez brusquement la feinte précédente et placez vos pieds en avant de ceux de votre adversaire, vos jarrets appuyant contre ses genoux et votre hanche gauche pressant contre son rein droit.



Fig. 56. — Coup n° 23 (4^e temps)

Penchez-vous franchement en avant, le bras droit toujours par-dessus la nuque de votre adversaire et renversez celui-ci par-dessus votre dos. S'il le faut, soulevez-lui le genou gauche avec votre main gauche.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 57. — Coup n° 24 (2^e temps)

1^{er} temps. — Effectuez la même prise que dans le coup n° 23, 2^e temps.

2^e temps. — En jetant le bras droit autour du cou de votre adversaire, saisissez son coude droit avec votre main gauche. Cela ne lui permet de vous porter d'autre prise qu'une ceinture. Puis, changez brusquement votre bras droit, qui vient se placer autour du cou de votre adversaire par devant, lui renversant ainsi la tête en arrière. Appuyez en même temps votre genou droit, contre son jarret gauche (1) et laissez-vous tomber en arrière. Cette chute provoque celle de votre adversaire en arrière et, lorsqu'il tombe, vous pouvez avec votre bras droit l'étrangler d'une façon énergique.

1. Ce coup est une sorte de « passément de jambe ».

Coup n° 25

1^{er} temps. — Effectuez la prise décrite au 2^e temps du coup n° 23 (fig. 54, p. 56).

2^e temps (pas de figure). — Votre bras droit étant passé autour du cou de votre adversaire, et votre pied droit restant toujours enroulé autour de la partie inférieure de sa jambe gauche, saisissez-vous à vous-même le poignet droit avec la main gauche. Tirez vigoureusement votre avant-bras droit vers votre épaule, de façon à comprimer énergiquement la mâchoire de votre adversaire entre votre épaule droite et votre avant-bras droit, comme dans un étau solide. Cet écrasement de la mâchoire est un supplice terrible. Dès que vous l'aurez commencé, laissez-vous tomber sur les genoux, en entraînant votre adversaire à terre avec vous. Maintenez la compression de la mâchoire jusqu'à ce que l'adversaire fasse sa soumission.



Fig. 58. — Coup n° 26 (2^e temps)

1^{er} temps (pas de figure). — Votre adversaire vous a saisi au bras gauche avec la main droite, et avec la main gauche au coude droit.

2^e temps. — Tirez à vous le bras droit de votre assaillant et en même temps faites franchement un pas en arrière du pied gauche. Votre adversaire est forcé d'avancer son pied droit. Abandonnez alors votre prise de la main droite sur son bras gauche ; appuyez votre main droite contre son épaule droite, et frappez simultanément avec le derrière de votre mollet droit le jarret de votre adversaire. En même temps, tirez sur son bras droit, poussez sur son épaule droite et vous le ferez ainsi tomber à la renverse.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 59. — Coup n° 27 (1^{er} temps)

Lorsque votre adversaire vous a saisi au bras, effectuez une prise de coude comme le montre la figure 59 et dégagez votre bras droit par l'un des procédés de rupture indiqués précédemment (fig. 50. — Coup n° 22).

Tous les mouvements qui suivent doivent être exécutés d'une façon à peu près simultanée. De la main gauche, tirez à vous le bras droit de votre adversaire ; de la main droite, saisissez-lui l'épaule gauche, que vous repoussez. Votre adversaire, lorsque vous tirerez sur son bras droit, avancera le pied droit. Portez votre jambe droite en avant et au delà de la face externe de son genou. Laissez-vous tomber sur le genou gauche et renversez votre adversaire par-dessus votre jambe droite étendue (1).

1. Ce passément de jambe est spécial aux Japonais.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 60. — Coup n° 28 (1^{er} temps)

Lorsque votre adversaire a l'intention de vous tomber vers sa gauche, il feint de vouloir vous renverser à droite. A ce moment, crochez-le avec votre pied droit en arrière de la cheville droite, ce qui l'empêchera de lever le pied droit et de placer celui-ci de façon à vous tomber.



Fig. 61. — Coup n° 28 (2^e temps)

Poursuivez votre avantage en dégageant votre bras droit par une rupture de prise. De la main droite, saisissez votre adversaire à l'épaule droite. Tirez énergiquement à vous son bras droit avec votre main gauche et jetez votre jambe droite en arrière de la sienne comme pour le frapper par derrière d'un coup de pied. Mais cela n'est qu'une feinte pour l'*amuser*.



Fig. 62. — Coup n° 28 (3^e temps)

Tirez de nouveau à vous le bras droit de votre adversaire avec votre main gauche et poussez de nouveau avec la main droite sur son épaule droite. En même temps, laissez-vous tomber sur le genou gauche et allongez la jambe droite, bien tendue, au delà et en dehors de sa jambe droite, juste au-dessous de son genou. Faites ensuite basculer votre adversaire vers sa droite (1).

1. Voir à propos de ce « passément de jambe » la note I de la page 62.



Fig. 63. — Coup n° 29 (1^{er} temps)

Une fois votre adversaire basculé au moyen du coup précédent, conservez la prise par laquelle vous l'avez tombé. De votre main gauche, qui lui maintient le coude, poussez énergiquement celui-ci comme si vous vouliez forcer le bras à « ployer du mauvais côté ». De votre main droite, qui tient l'épaule droite de votre ennemi, appuyez sur la veine jugulaire de ce dernier pour l'étrangler.



Fig. 64. — Coup n° 29 (2^e temps)

Engagez maintenant de force votre genou droit sous l'épaule droite de votre victime. Vous allez avoir recours à une prise d'étranglement : introduisez votre main droite sous le col du vêtement de l'adversaire, en la poussant vers votre gauche, aussi loin que vous pouvez le faire sans compromettre la prise. Passez votre bras gauche sous votre bras droit et saisissez la partie gauche du col de l'adversaire.

Il importe beaucoup, en effectuant cette prise, d'avoir le dos de vos mains tourné vers votre victime et la paume de votre côté. Cela fait, tout en maintenant la prise, rapprochez vos mains l'une de l'autre, de façon à obtenir la strangulation. Dans cette prise d'étranglement, il faut mettre en jeu la force musculaire à partir des coudes.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 65. — Coup n° 30 (1^{er} temps)

Vous avez rompu la prise de votre adversaire d'un côté, comme il a été expliqué dans le coup 22 (page 52). Au moment d'effectuer la prise, votre pied gauche était en avant. Maintenant, faites franchement un pas en arrière du pied gauche. *N'étendez pas le bras qui a saisi le revers de votre adversaire. Sinon, ce dernier pourrait avoir l'occasion de vous briser le bras.* Laissez donc le bras avec lequel vous attaquez ployé comme le montre la figure 65.



Fig. 66. — Coup n° 30 (2^e temps)

Pivotez légèrement et portez votre pied gauche juste en dehors du pied gauche de votre adversaire. Cela l'amènera à croire que vous voulez le faire basculer vers sa gauche et lui donnera aussi la possibilité de vous faire basculer vers votre droite. Mais soudain, avant que votre adversaire puisse profiter de cette rentrée, pivotez de nouveau de façon à porter votre jambe droite rigidement tendue en dehors et au delà de sa jambe droite et, du même brusque mouvement, laissez-vous tomber sur le genou gauche.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 67. — Coup n° 30 (3^e temps)

Penchez-vous franchement en avant en portant le poids du corps sur le genou gauche. Votre main droite est déjà au revers du vêtement de votre adversaire ; avec votre main gauche, saisissez le bord droit de son vêtement au-dessous du revers. Faites passer votre victime par-dessus votre épaule droite.

Jiu Jitsu Kano



Fig. 68. — Coup n° 30 (4^e temps)

Ici encore, comme toutes les fois que vous tombez votre adversaire, ayez soin de ne pas relâcher la prise que vous aviez au moment de la chute. Votre genou gauche est tout près de la tête de votre victime ; votre jambe droite, encore étendue, est sous la jambe droite de votre victime. Maintenez solidement sur votre cuisse gauche son bras droit captif. De votre main droite, crampez-vous énergiquement à son revers, tout prêt à employer le coup qui suit.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 69. — Coup n° 31 (1^{er} temps)

Ce coup est encore une prise d'étranglement. Exécutez-le exactement comme le montre la figure 69. Si vous avez les coudes ployés, votre victime a la possibilité de vous les relever et d'échapper en grande partie à l'étranglement. Remarquez comment les bras sont placés dans la figure 69 : ils ne sont que très peu ployés et le coude gauche est très rapproché du flanc gauche. La seconde articulation du deuxième doigt de la main droite fait saillie sur celles des autres doigts et comprime la veine jugulaire de la victime. La main gauche, placée juste au-dessous de la main droite, saisit le revers gauche de la victime et le tire violemment vers son épaule droite, ce qui complète la strangulation.

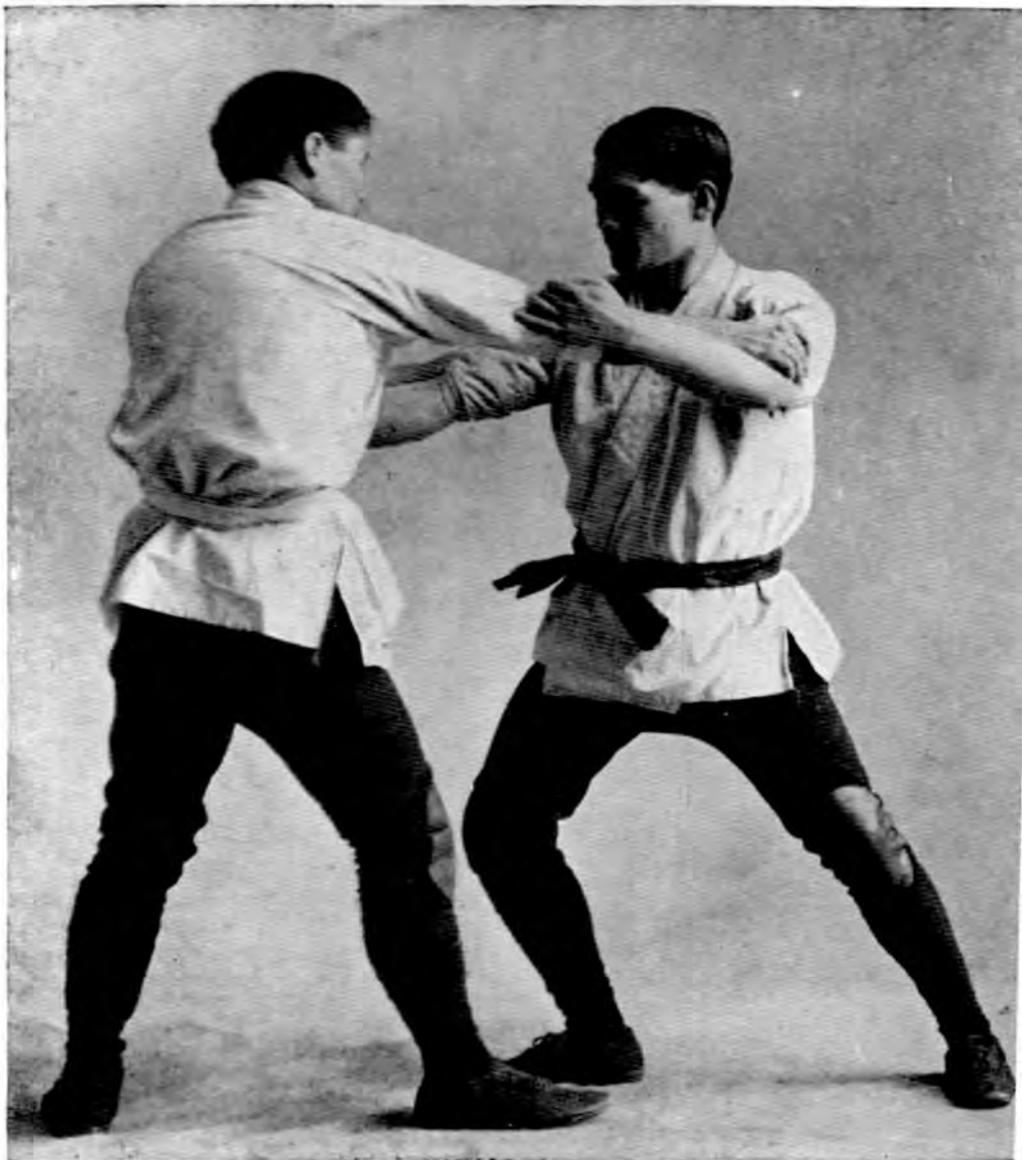


Fig. 70. — Coup n° 32 (1^{er} temps)

Votre adversaire (1) vous a empoigné et a porté son pied droit en avant et en dedans du vôtre. Sa main gauche vous a fait au bras droit une prise en dessous. Déplacez votre main droite de façon à faire à son bras gauche une prise en dessous.

1. L'adversaire est à gauche, dans la figure 70. On le reconnaît à sa ceinture blanche.



Fig. 71. — Coup n° 82 (2^e temps)

Faites un pas de côté du pied gauche. Cela oblige votre adversaire (1) à porter son pied gauche en avant et en dehors de votre pied droit, sans quoi sa position serait telle qu'il pourrait être aisément tombé. Au moment où votre adversaire porte le pied gauche en avant, écrasez-lui énergiquement les orteils avec votre pied droit. Exercez en même temps, avec la main droite, une poussée sur son cou.

1. Ici, l'adversaire est placé à droite, la photographie n'ayant pas été prise du même côté que la précédente.



Fig. 72. — Coup n° 32 (3^e temps)

Votre adversaire essaiera naturellement de retirer le pied ainsi emprisonné et il peut y réussir. De votre côté, pour parer à ce mouvement, levez le pied droit et frappez vivement avec le mollet droit la face externe de sa jambe droite. En même temps, élevez votre main droite en abandonnant son cou et assénez-lui avec vigueur un coup violent sur le côté de la tête ; vous l'enverrez ainsi à terre par-dessus votre jambe droite (1).

1. Il s'agit encore ici d'un « passément de jambe ».



Fig. 73. — Coup n° 33 (1^{er} temps)

Il ne faut pas oublier qu'un jiu-jitsuan malin semble toujours offrir à son adversaire des occasions superbes. Ici, vous avez fourni à votre adversaire l'occasion de vous saisir à la ceinture. Empoignez-lui le bras droit comme le montre la figure 73, votre jambe droite se trouvant en avant.



Fig. 74. — Coup n° 33 (2^e temps)

Faites franchement un pas en arrière du pied droit, ce qui vous fournira l'occasion de jeter le bras droit autour de la taille de votre adversaire en le saisissant à la ceinture.



Fig. 75. — Coup n° 33 (3^e temps)

Amenez votre pied gauche tout contre le pied droit de votre adversaire, en fléchissant légèrement la jambe gauche. Tirez ferme sur sa manche droite. Portez brusquement votre jambe droite en dehors de la sienne, de façon à lui appuyer sur le genou droit, comme le montre la figure 75.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 76. — Coup n° 33 (4^e temps)

Votre jambe droite étant ainsi placée, halez ferme sur la ceinture de votre adversaire, avec la main droite ; de la gauche, tirez violemment son bras droit autour de vous ; du pied droit, frappez sa jambe droite par en dessous et tombez-le.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 77. — Coup n° 34 (1^{er} temps)

Ici les deux contestants sont en position de feinte — de « tromperie », disent les Japonais. Chacun attend une occasion. Votre adversaire vous a saisi au bras avec la main droite, et vous l'avez empoigné au coude. La prise de l'autre côté n'a aucune importance. Portez votre jambe droite en dehors de la jambe gauche de votre adversaire, sur laquelle repose le poids de son corps.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 78. — Coup n° 34 (2^s temps)

Pour se tirer d'affaire, votre adversaire porte le pied droit en avant. Au moment précis où il exécute ce mouvement, portez par un mouvement circulaire votre jambe gauche en dehors de sa jambe droite, de façon que votre genou gauche appuie contre son genou droit. Au même instant, changez la prise de votre main gauche en une prise par derrière à l'épaule droite. Tombez votre adversaire en le faisant pivoter de force par-dessus votre genou gauche. Vous faciliterez ce mouvement en l'accompagnant d'une torsion accentuée du haut du corps.



Fig. 79. — Coup n° 35 (1^{er} temps)

Votre ennemi s'est rapproché tout contre vous et a passé brusquement derrière votre cuisse une des siennes pour vous faire basculer en arrière par-dessus. Déjouez cette attaque en vous dégageant vivement de votre adversaire (1). Placez votre main droite sous son enfourchure en saisissant son vêtement en arrière de cette région. Votre main gauche saute sur son épaule gauche.

1. Sur la figure 79 l'adversaire est à droite.



Fig. 80. — Coup n° 35 (2^e temps)

Servez-vous de la main placée à l'enfourchure de votre adversaire comme levier (1), poussez ferme de la main gauche contre son épaule gauche et renversez-le sur vos genoux comme le montre la figure 80.

1. Ce coup constitue ce que les lutteurs appellent « un enfourchement ».



Fig. 81. — Coup n° 35 (3^e temps)

Quand votre adversaire arrive à terre, réduisez-le à merci en vous laissant tomber, le genou gauche sur son bras droit, tirant sur sa ceinture vers le haut avec la main droite et vous servant de la main gauche pour comprimer avec l'extrémité du deuxième doigt de cette main le nerf situé sous le lobe inférieur de l'oreille droite, tandis que le pouce s'enfonce dans la veine jugulaire.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 82. — Coup n° 36 (1^{er} temps)

Observez la position prise ici, telle que la montre la figure 82.



Fig. 83. — Coup n° 36 (2^e temps)

Abandonnez votre prise autour de la ceinture de votre adversaire (1). De la main gauche, saisissez son poignet droit et tirez-le violemment vers votre gauche. Votre main droite doit empoigner la face postérieure de son bras droit.

1. L'adversaire se trouve à droite sur la photographie 83, qui a été prise du côté opposé à la précédente.



Fig. 84. — Coup n° 36 (3^e temps)

Pivotez vivement de façon à tomber sur le genou droit, en allongeant la jambe gauche bien tendue devant la jambe gauche de votre adversaire (1). Au moyen d'une pression énergique sur son bras droit (pression que vous pouvez exercer grâce à la prise que vous venez de faire sur ce bras), culbutez votre ennemi sur le dos. Ce coup, s'il est exécuté avec beaucoup de force, fracturera le bras de la victime. Il importe de s'y exercer beaucoup et d'y penser toujours au moment du besoin.

1. Passement de jambe spécial aux Japonais. (Voir la note 1 de la page 62.)



Fig. 85. — Coup n° 37 (1^{er} temps)

Quand vous avez tombé votre adversaire par le coup n° 36 (1), c'est le cas d'employer un coup dont nous allons parler. Votre genou droit est du côté gauche de la victime. Renversez son bras gauche en arrière sur votre jambe droite, en maintenant son poignet gauche avec votre main gauche. Appuyez la paume de votre main droite contre le côté gauche de sa figure, de façon à écarter sa tête et à la maintenir du côté opposé à vous. L'effort exercé sur le bras gauche de votre adversaire et qui tend à le briser forcera votre victime à faire sa soumission.

1. Le coup 37 fait suite au coup 36; mais les deux adversaires sont placés, sur la figure 85, dans une position *symétrique* de celle qui résulterait du 3^e temps du coup 36.



Fig. 86. — Coup n° 38 (1^{er} temps)

Quand votre adversaire vous passe un collier, comme le montre la figure 86, jetez votre bras droit autour de sa taille, en empoignant sa ceinture ou son vêtement par derrière. De votre main gauche, saisissez son poignet droit. Vous vous garantirez contre l'étouffement en inclinant le plus possible le menton sur votre poitrine et en contractant les muscles du cou autant que vous le pourrez.



Fig. 87. — Coup n° 38 (2^e temps)

Vous vous êtes emparé du poignet droit de votre adversaire en le saisissant juste au point de jonction des os du poignet avec ceux de la main. Maintenez solidement vos prises des deux mains. Laissez votre jambe droite entre les deux jambes de votre adversaire. Servez-vous de votre jambe gauche pour appuyer contre sa jambe droite, comme le montre la figure 87. Renversez-vous alors en arrière. Dès que vous êtes parvenu au milieu de votre culbute en arrière — en d'autres termes, dès que vous avez fait perdre l'équilibre à votre adversaire et que vous avez amorcé le mouvement commun de culbute — abandonnez votre prise à sa ceinture et saisissez-le également de votre main droite au poignet droit.



Fig. 88. — Coup n° 38 (3^e temps)

Quand vous vous trouvez dans la nécessité de fracturer le poignet de votre adversaire, commencez par lui renverser le pouce en arrière. Il faut ployer le pouce comme si vous vouliez l'amener contre le bord externe de l'avant-bras, et appliquer l'effort contre l'extrémité du pouce comme si c'était l'ongle de ce doigt que vous vouliez d'abord faire toucher contre l'avant-bras. Il faut étudier avec soin cette direction à donner au pouce pour le renverser. Quand vous avez culbuté votre adversaire comme le montre la figure 88, appuyez énergiquement la base du crâne et le cou contre son épaule. Enlacez en même temps votre pied droit autour du sien afin d'assurer plus complètement votre prise sur votre victime. Tout est prêt maintenant pour obtenir la « soumission ». De votre main gauche, faites effort comme pour briser le pouce de l'adversaire, ainsi qu'il a été expliqué plus haut. Repliez les doigts de votre main droite sur la paume de votre victime et appuyez la pulpe de votre pouce droit contre le dos de la main que vous tenez en un point que nous allons indiquer. Suivez en descendant avec le bout du pouce la ligne qui sépare à leur naissance les deux doigts du milieu ; presque à mi-chemin de la base de la main, l'extrémité de votre pouce parviendra en un point où les os semblent se joindre. Un effort énergique exercé en ce point avec votre pouce produira une vive souffrance (bien entendu, il faut de la pratique avant de pouvoir trouver instantanément ce point). Utilisez la prise que vous vous êtes assurée avec votre pouce droit et vos doigts pour tordre le poignet de l'adversaire jusqu'à ce qu'il fasse sa soumission. Étudiez soigneusement la figure.



Fig. 89. — Coup n° 39 (1^{er} temps)

De la main droite, empoignez votre adversaire au bras gauche, votre pouce introduit dans sa manche. De votre main gauche, saisissez son revers gauche, servez-vous ensuite de votre coude gauche pour appuyer avec force contre le côté droit de sa poitrine, juste en dedans de l'épaule. Cela empêche votre adversaire de se mettre en contact immédiat avec vous.



Fig. 90. — Coup n° 39 (2^e temps)

Abandonnez brusquement votre prise de la main droite, en vous dégageant s'il est nécessaire du bras de votre adversaire comme il a été expliqué au coup 22. Votre main droite saisit alors le revers gauche de votre adversaire. Lâchez-le tout à fait de la main gauche. Puis, pivotez vivement de façon à présenter le côté gauche à votre ennemi. De la main droite, hissez-le sur votre épaule et, de la main gauche, saisissez-le en arrière du genou droit.



Fig. 91. — Coup n° 39 (3^e temps)

Votre adversaire croit qu'il va être projeté par-dessus votre épaule et naturellement il tire en arrière pour résister. Profitez-en pour vous renverser vous-même en arrière. Cela amène votre ennemi à terre sur le dos et vous place vous-même sur le dos en travers de lui.



Fig. 92. — Coup n° 40 (1^{er} temps)

Votre adversaire peut vous saisir par le côté, en passant les deux bras autour de votre ceinture comme le montre la figure 92. Jetez alors votre bras droit par-dessus l'épaule droite de l'assaillant et, de votre main droite, empoignez-le par la patte du pantalon, un des coins du pantalon ou par la partie arrière de sa ceinture. De votre main gauche, saisissez son avant-bras droit. Enroulez votre jambe droite autour de sa jambe gauche comme le montre la figure.



Fig. 93. — Coup n° 40 (2^e temps)

Baissez-vous en saisissant de la main gauche la face interne du genou droit de votre adversaire.



Fig. 94. — Coup n° 40 (3^e temps)

Relâchez maintenant la jambe droite, que vous aviez enroulée autour de la jambe gauche de votre adversaire, et faites un grand pas du pied droit en dehors de sa jambe gauche. Renversez-vous en arrière, en soulevant en même temps son genou droit que vous tenez. Au moment où vous touchez le sol, votre bras droit administre forcément au cou de votre victime un choc violent, mais il peut être nécessaire de poursuivre votre avantage en recourant au coup n° 41.



Fig. 95. — Coup n° 41 (1^{er} temps)

Quand vous avez renversé votre adversaire au moyen du coup précédent, vous êtes tombé le genou droit appuyé contre le derrière de sa tête. Votre bras droit est passé autour de son cou et le haut de ce bras lui comprime énergiquement le maxillaire supérieur juste au-dessous du nez. Enroulez votre bras gauche autour du sien de façon que votre main s'appuie sur son dos. Votre ennemi est ainsi maintenu impuissant et l'effort exercé contre sa mâchoire supérieure le force à faire sa soumission.



Fig. 96. — Coup n° 42 (1^{er} temps)

Étudiez les positions exactes des contestants dans la figure 96, où ils se trouvent face à face avant le combat.

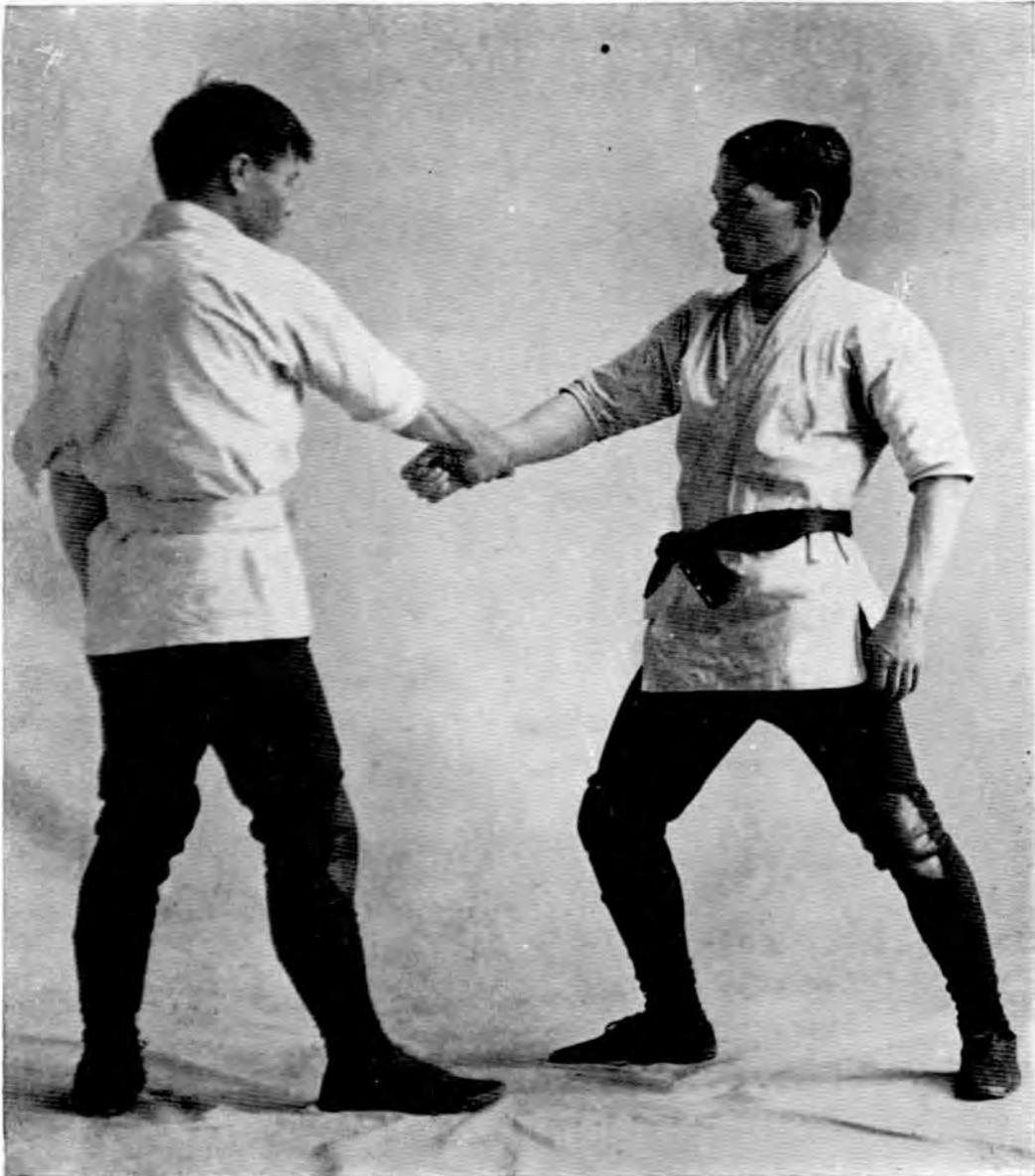


Fig. 97. — Coup n° 42 (2^e temps)

Au moment où vous essayez d'empoigner le revers de votre adversaire, il contre-attaque en vous saisissant le poignet comme le montre la figure 97.

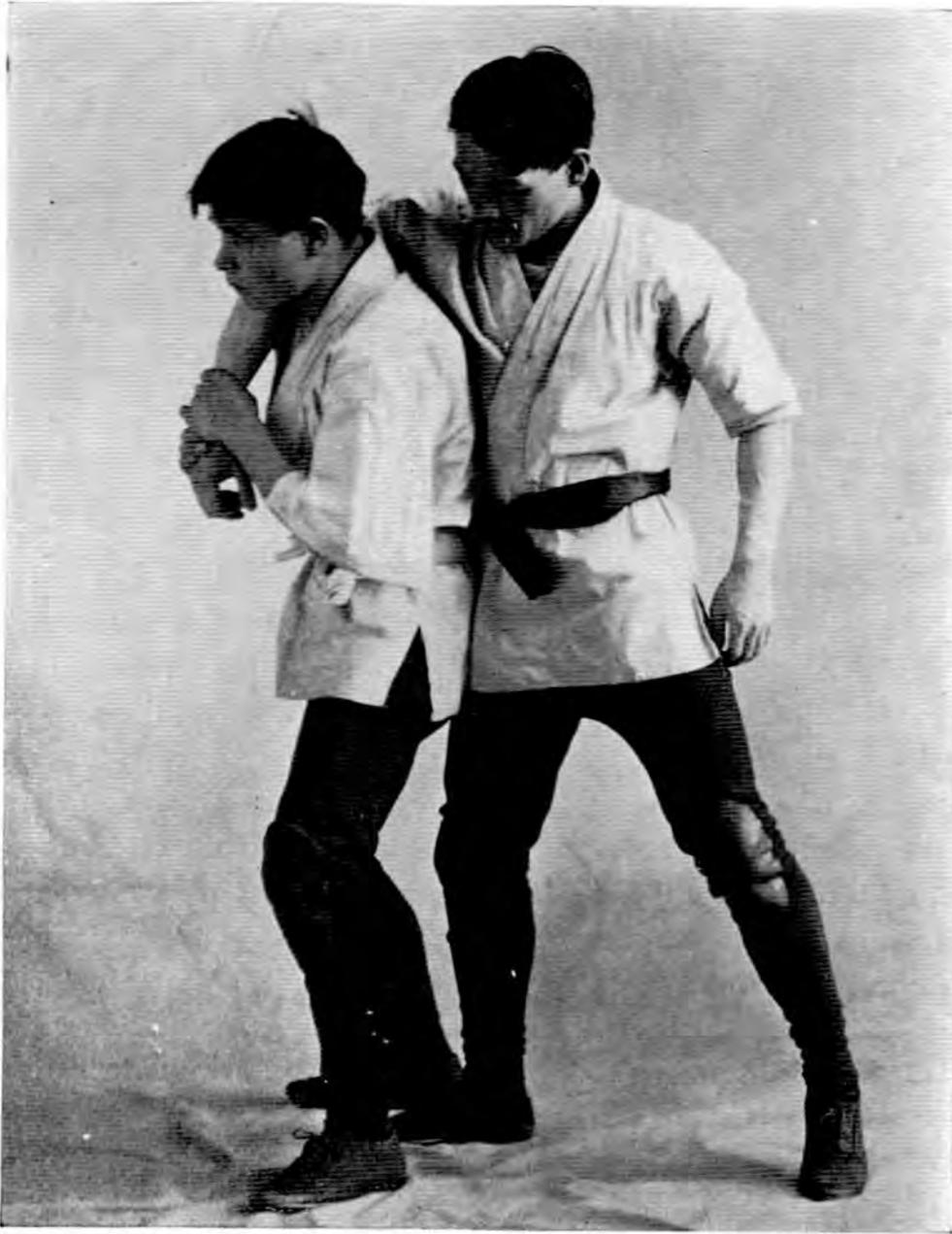


Fig. 98. — Coup n° 42 (3^e temps)

Votre adversaire pivote maintenant, en amenant le bras qu'il tient par dessus son épaule, comme s'il voulait vous tomber au moyen du coup connu des lutteurs sous le nom de *tour de bras à la volée*. Ce coup n'a aucune valeur comme coup de jiu-jitsu. Les Japonais l'emploient seulement comme feinte. Vous constaterez sur la figure 98 que votre adversaire a saisi la main qu'il tient de manière à pouvoir la fléchir sur le poignet en vous causant une vive souffrance.

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 42

4^e temps (pas de figure). — Votre adversaire feint de vouloir vous embarquer par-dessus son épaule. Vous résistez par une traction en sens contraire et fléchissez en arrière en faisant effort pour le renverser. A ce moment précis, votre adversaire glisse brusquement sa tête en dehors sous votre bras et, tout en conservant votre main en son pouvoir, se dérobe derrière vous. Aussitôt qu'il est derrière vous, par un effort d'écrasement, il vous fléchit la main sur le poignet. En même temps, il étend sa jambe droite, son pied droit calé contre le derrière du vôtre. Puis, ayant ainsi calé votre pied droit, il vous culbute aisément, grâce à l'effort de flexion qu'il exerce sur votre main droite, et, s'il le fait avec rudesse, il vous brise le poignet et le coude droits (1).

1. Voir à ce sujet ce qui a été dit page 8, note 1.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 99. — Coup n° 43 (1^{er} temps)

En supposant que votre adversaire essaie réellement de vous tomber par un *tour de bras à la volée*, ne résistez point par une traction en arrière. Si vous le faites, votre adversaire emploiera contre vous le coup précédent. *C'est là un avertissement dont il est extrêmement important de tenir compte.*

Au moment où il s'efforce de vous embarquer par-dessus son épaule, enlevez-vous comme pour aller du côté où il veut vous envoyer. Mais appuyez-lui avec force l'extrémité de votre pouce gauche au sommet de l'os de la hanche gauche ; vous lui causerez ainsi une douleur telle qu'il faiblira et ne pourra vous faire basculer.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 100. — Coup n° 43 (2^e temps)

Au moment où votre adversaire faiblit et laisse vos pieds revenir sur le sol, portez votre pied gauche en dehors et en avant du sien. Au même instant, tirez en arrière votre bras droit qu'il tient et, de votre main gauche, saisissez votre ennemi sous le jarret gauche, de façon à le soulever et à le culbuter. Il peut être nécessaire maintenant de recourir au coup n° 44.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 101. — Coup n° 44 (1^{er} temps)

Au moment où vous arrivez à terre, à la suite du coup précédent, enrroulez vos jambes autour de la taille de votre ennemi en exerçant sur lui un effort d'écrasement. Saisissez les revers de son vêtement avec vos mains croisées et pratiquez sur lui la strangulation comme le montre la figure 101. Fléchissez en même temps la tête en avant, en appuyant le haut de votre poitrine contre le derrière de la tête de votre adversaire ⁽¹⁾, ainsi qu'on le voit sur la figure 101.

1. En insistant on peut produire ce que les lutteurs appellent « l'allongement de la moelle ».

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 102. — Coup n° 45 (1^{er} temps)

Si votre adversaire vous empoigne la manche gauche avec sa main droite et jette son bras gauche autour de votre ceinture, jetez à votre tour votre bras droit autour de son cou et, de votre main gauche, empoignez-le au coude droit. Dans la figure 102, le combattant à ceinture blanche a placé sa jambe gauche derrière la jambe droite de son adversaire, avec l'intention de faire basculer celui-ci en arrière.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 103. — Coup n° 45 (2^e temps)

Votre assaillant recourra maintenant à la meilleure prise qui semble s'offrir à lui ; il empoignera votre ceinture du côté gauche avec ses deux mains. Faites alors glisser votre main gauche vers le bas, de façon à lui saisir le poignet droit. En même temps, pour lui donner le change sur vos intentions, enroulez votre jambe droite autour de sa jambe gauche, comme le montre la figure 103.



Fig. 104. — Coup n° 45 (3^e temps)

Pendant que votre adversaire est occupé à se garder contre l'étreinte dans laquelle vous avez enveloppé sa jambe gauche, dégagez votre jambe droite et portez-la vivement en dehors de sa jambe droite, en amenant en même temps votre jambe gauche (1) entre ses deux jambes, comme le montre la figure 104. De votre main gauche, saisissez-lui la face externe du genou gauche.

1. Ces indications s'adressent à celui des combattants dont les jambes se trouvent au premier plan sur la figure 104.



Fig. 105. — Coup n° 45 (4^e temps)

Laissez-vous tomber vivement et avec force sur le genou droit; vous faites ainsi basculer votre adversaire, qui se trouve reposer sur le sommet de la tête. Au moyen de votre bras droit, qui presse vigoureusement contre sa nuque, et de votre genou droit, qui s'appuie sur le côté de sa tête, faites-lui faire la culbute sur le dos.



Fig. 106. — Coup n° 45 (5^e temps)

La chute s'étant produite comme le montre la figure 106, renversez de force le bras droit de votre adversaire en arrière sur votre genou droit, comme pour le lui briser, et maintenez cet effort jusqu'à ce que votre ennemi fasse sa soumission.



Fig. 107. — Coup n° 46 (1^{er} temps)

Ici, l'assaillant (à ceinture blanche) a enroulé ses deux bras autour de la taille de son antagoniste et a permis à son adversaire (à ceinture noire) de lui passer un collier. L'homme à la ceinture blanche a l'intention de renverser son adversaire en arrière au moyen du coup n° 38. Lorsque vous vous trouvez attaqué de cette façon, abandonnez le collier avec votre bras droit et, de votre main droite, saisissez votre adversaire par la patte de son pantalon ou l'arrière de sa ceinture. Enroulez votre jambe droite autour de sa jambe gauche, en forçant son pied à quitter le sol, comme le montre la figure 107. Ployez quelque peu les genoux, portez-vous vers la droite et renversez-vous en arrière. Tombez avec votre victime sous vous, votre bras droit lui écrasant le cou. Dans la seconde partie de cet ouvrage, nous exposerons nombre de coups dont l'un quelconque vous permettra de vous rendre maître de votre adversaire quand vous l'aurez ainsi culbuté.



Fig. 108. — Coup n° 47 (1^{er} temps)

Si votre adversaire essaie de vous embarquer par le coup n° 9, abandonnez votre prise du bras gauche autour de sa ceinture et jetez ce bras gauche autour de son bras droit comme le montre la figure 108. Il faut une étude sérieuse pour arriver à bien posséder cette prise du bras gauche. Votre bras doit former en quelque sorte un V, avec le poing en haut et la pointe du V derrière le bras de votre adversaire, juste au-dessus de son coude. Vous vous saisissez alors à vous-même le poignet gauche avec la main droite. Il n'est pas toujours nécessaire de faire intervenir votre autre main pour vous saisir le poignet ; vous devez sur ce point vous laisser guider par les circonstances.



Fig. 109. — Coup n° 47 (2^e temps)

Laissez-vous tomber, avec la rapidité de l'éclair, sur le genou droit (1) et allongez votre jambe gauche, bien tendue, devant le pied gauche de votre adversaire. De votre bras gauche, vous exercez sur son bras droit une action qui peut être extrêmement énergique. Faites brusquement sentir cette action, en portant légèrement le corps vers la gauche par un mouvement circulaire, et basculez votre adversaire par-dessus votre pied gauche. Ce coup tout entier doit être exécuté avec une extrême rapidité. Votre assaillant ayant été ainsi culbuté, vous devrez employer le coup n° 48.

1. En exécutant ce passément de jambe avec un genou à terre, on a beaucoup plus de facilité à faire basculer l'adversaire. On obtient le même résultat que si l'on avait un poids notablement plus élevé.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 110. — Coup n° 48 (1^{er} temps)

Au moyen du coup précédent, vous avez culbuté votre adversaire comme le montre la figure 110. Votre bras gauche, formant un V, se trouve toujours autour de son bras droit. Enroulez, si possible, votre pouce gauche dans son revers et appuyez les doigts de la main gauche sur sa « pomme d'Adam », pour l'étrangler. Appuyez votre genou droit derrière son coude droit et exercez avec votre bras gauche, sur son bras droit, un effort de torsion qui le lui brisera s'il ne fait promptement sa soumission. En même temps que vous exécutez cette prise, penchez-vous sur votre victime comme le montre la figure et appuyez votre main droite contre son épaule gauche pour l'empêcher de se retourner.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 111. — Coup n° 49 (1^{er} temps)

Si votre adversaire empoigne de sa main droite votre revers gauche et de sa main gauche votre épaule droite, exécutez alors la prise que montre la figure 111, avec la main gauche enroulée dans sa manche droite et la main droite saisissant son revers *droit*. Ce n'est là qu'un stratagème, car, de ce que vous avez saisi son revers *droit*, votre adversaire conclut que vous avez l'intention de le faire basculer vers sa droite.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 112. — Coup n° 49 (2^e temps)

Faites un brusque mouvement vers la gauche de votre adversaire, en passant votre jambe gauche en arrière de la sienne, comme le montre la figure 112. En même temps, engagez de force votre tête sous le bras gauche de votre ennemi et, de votre main gauche, saisissez-le à la face interne de la cuisse gauche. Puis, changez instantanément de position, de façon à ramener votre jambe gauche en avant de celle de votre adversaire, votre pied gauche entre ses deux pieds. Cette manœuvre est destinée à tromper votre adversaire qui, lorsque votre jambe gauche était en arrière de la sienne, avait la possibilité de vous renverser en arrière.



Fig. 113. — Coup n° 49 (3^e temps)

Penchez-vous vivement en avant et, grâce à la prise indiquée par la figure ci-contre, faites passer votre victime par-dessus votre épaule. Employez alors un des coups qui vous seront enseignés au début de la seconde partie.



Fig. 114. — Coup n° 50 (1^{er} temps)

Ici, l'adversaire (1) vous a saisi de la main droite autour du cou et vous l'avez empoigné vous-même à l'épaule droite avec la main gauche. S'il tente de vous saisir avec la main gauche, écartez celle-ci d'un coup sec asséné sur le tranchant du poignet avec le tranchant du petit doigt de la main droite.

1. Sur la figure 114 l'adversaire se trouve à droite.



Fig. 115. — Coup n° 50 (2^e temps)

Il ne doit pas s'écouler un temps appréciable entre le deuxième et le troisième temps. Tous deux doivent être exécutés avec la rapidité de l'éclair. Dégagez-vous du bras droit de votre adversaire en lui frappant l'os du coude (os rigolo) avec votre poing gauche.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 116. — Coup n° 50 (3^e temps)

Retournez-vous brusquement en jetant la jambe gauche derrière votre adversaire et entre ses deux jambes, ainsi que le montre la figure 116. En même temps, passez rapidement votre avant-bras droit derrière sa jambe droite et empoignez-vous le poignet droit avec la main gauche.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 117. — Coup n° 50 (4^e temps)

Redressez-vous alors vivement en relevant avec vous la jambe droite de votre adversaire. Appuyez en même temps avec énergie votre coude gauche contre son estomac et passez votre pied gauche à l'extérieur et autour du sien que vous enfermez ainsi. Puis, renversez-vous en arrière en embarquant votre adversaire de telle sorte qu'il se trouve pris sous vous. Pour achever de le réduire, employez le coup n° 51.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 118. — Coup n° 51 (1^{er} temps)

Dès que votre adversaire est arrivé à terre, entortillez vos pieds autour de son pied gauche comme le montre la figure 118. Saisissez-lui le pied droit exactement comme l'indique la figure. Ployez son genou en appuyant contre lui votre poitrine, et ce mouvement, aidé par la torsion du pied, lui tordra en même temps le genou. Une torsion de ce genre peut fracturer la cheville. (On emploie ce coup dans la lutte, mais non contre un boxeur. Si la victime voulait utiliser sa main libre pour frapper au cou son vainqueur, l'angoisse produite par la torsion du pied et du genou lui causerait une faiblesse telle qu'elle renoncerait bien vite à essayer de frapper.)

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 119. — Coup n° 52 (1^{er} temps)

De la main droite, saisissez votre adversaire au revers droit de son vêtement, comme si vous vouliez l'étrangler.

Jiu-Jitsu Kano

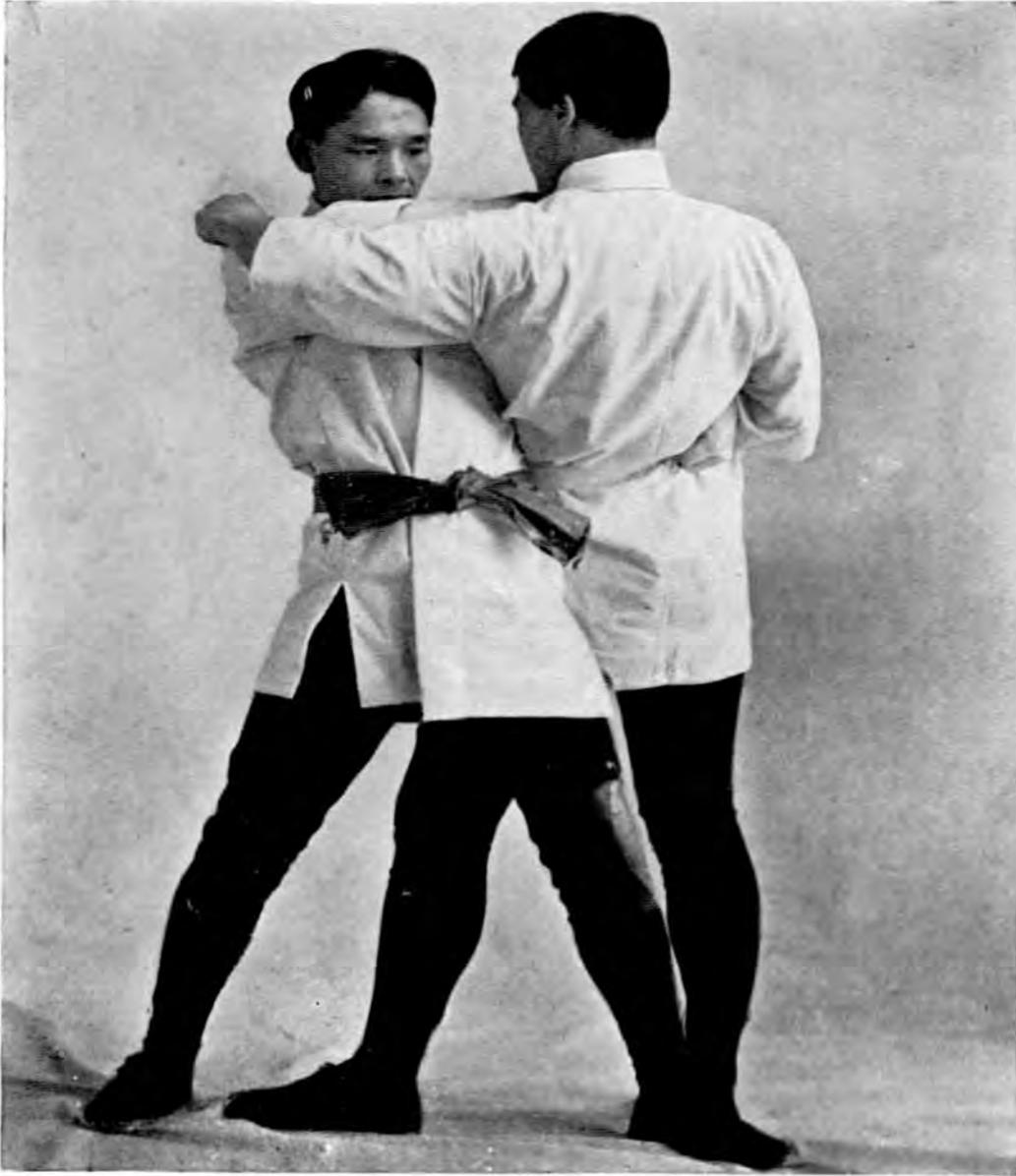


Fig. 120. — Coup n° 52 (2^e temps)

Engagez alors le corps-à-corps avec votre adversaire et, de votre main gauche, saisissez le revers gauche de son vêtement plus bas que vous n'avez saisi le droit. Vous êtes maintenant en position pour l'étrangler. Tout en effectuant votre prise, vous avez dû jeter votre jambe gauche franchement au delà de celle de votre adversaire (¹), comme le montre la figure 120.

1. Sur la figure 120 l'adversaire se trouve à droite.

Jiu-Jitsu Kano

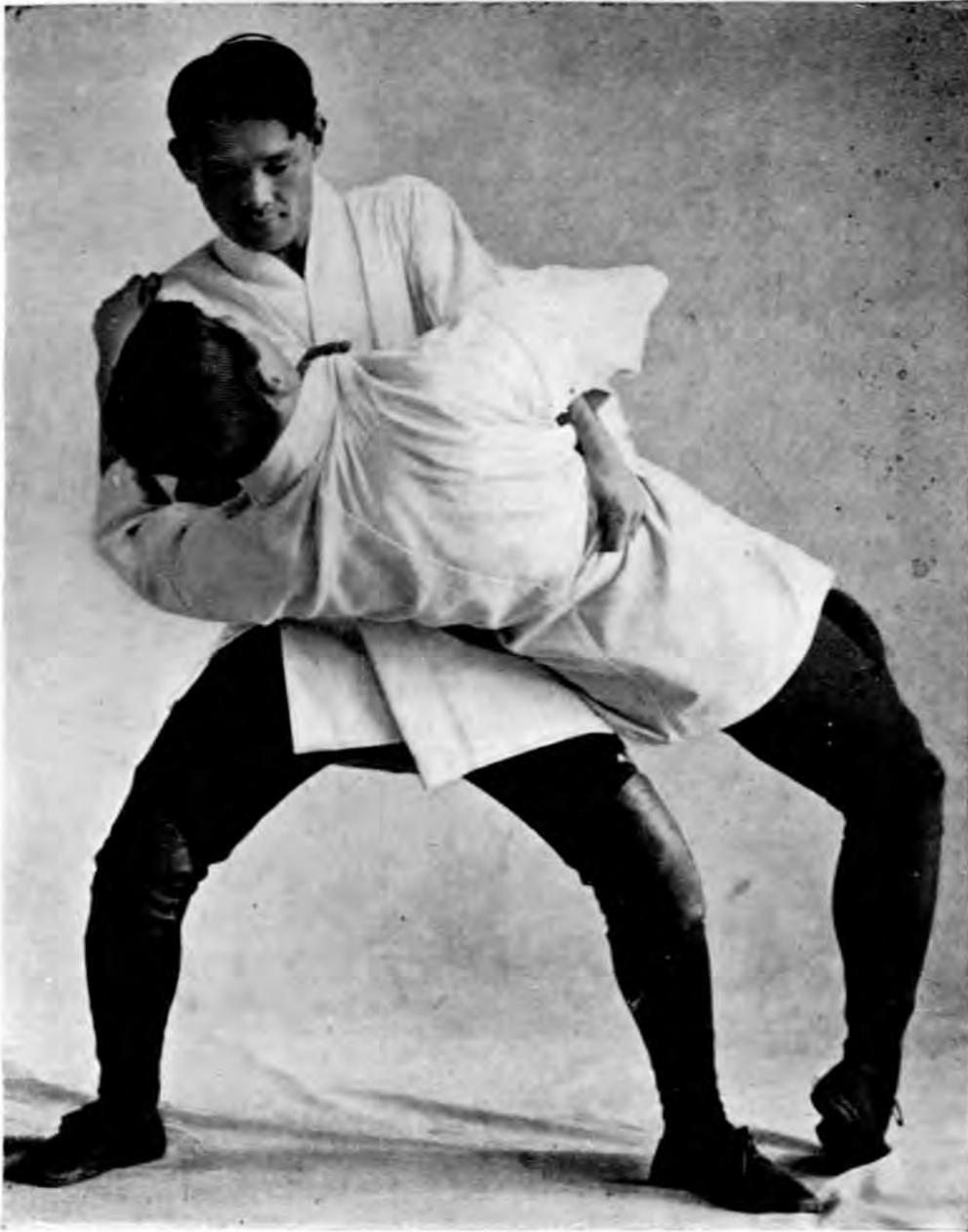


Fig. 121. — Coup n° 52 (3^e temps)

Fléchissez vivement de côté et abandonnez la prise que vous aviez faite au revers avec la main gauche pour exécuter une autre prise au côté droit de votre adversaire, ainsi que le montre la figure 121. Faites-le basculer devant vous, en conservant toujours de votre main droite la prise d'étranglement par laquelle vous aviez commencé. Réduisez votre victime à se soumettre en recourant à l'un des coups du début de la deuxième partie.

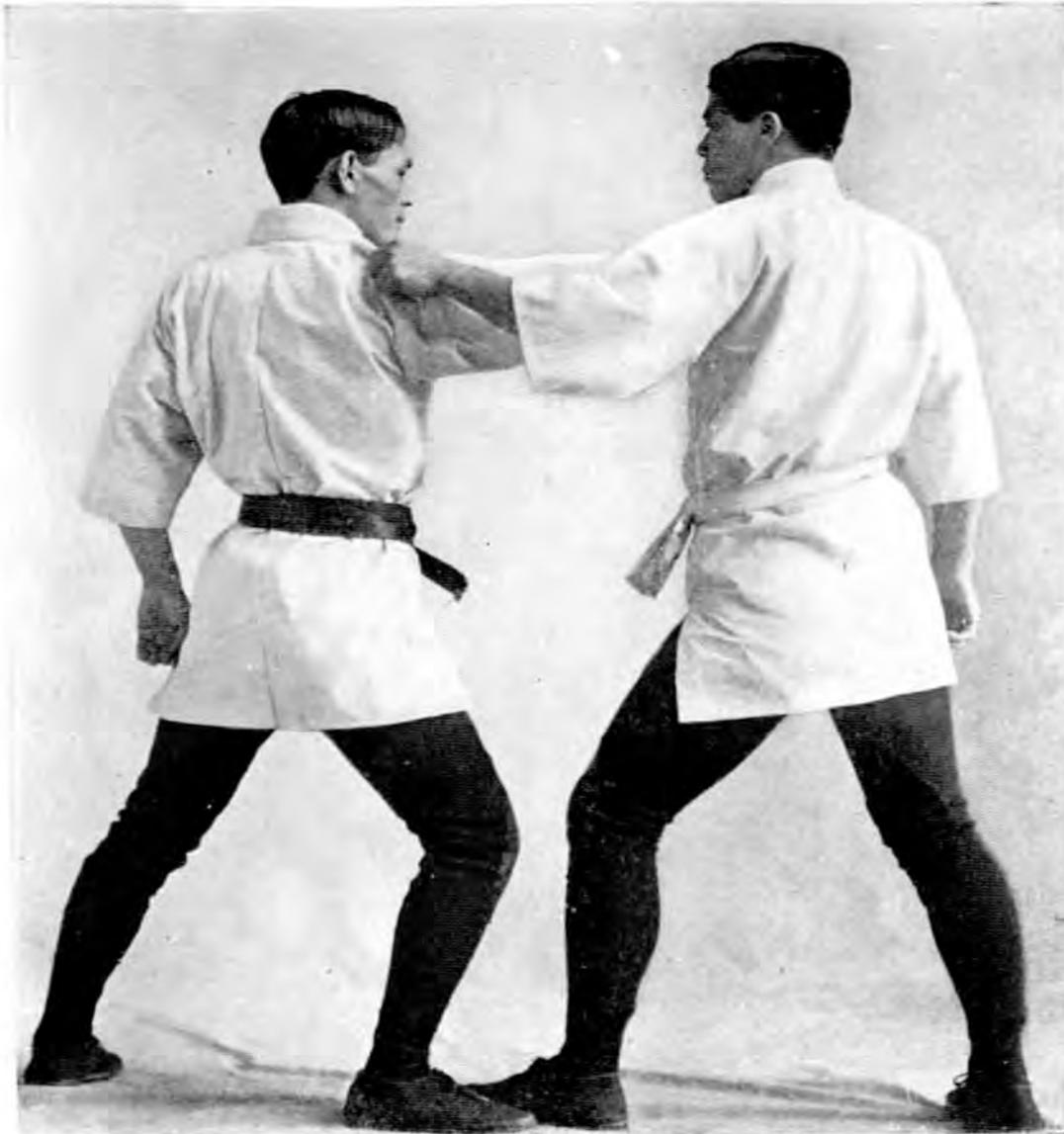


Fig. 122. — Coup n° 53 (1^{er} temps)

Lorsque l'adversaire (¹), comme le montre la figure 122, vous saisit avec la main gauche derrière l'épaule droite, servez-vous de votre main droite pour empoigner vivement son revers droit. Ne lui permettez pas de vous saisir avec sa main droite. (S'il tente de vous saisir au coude, écartez sa main en la frappant avec votre coude au moment précis où il vous empoigne. S'il essayait de vous saisir le bras plus haut, frappez-lui le tranchant du poignet d'un coup sec avec le tranchant de votre propre main.)

1. Sur la figure 122 l'adversaire se trouve à droite.

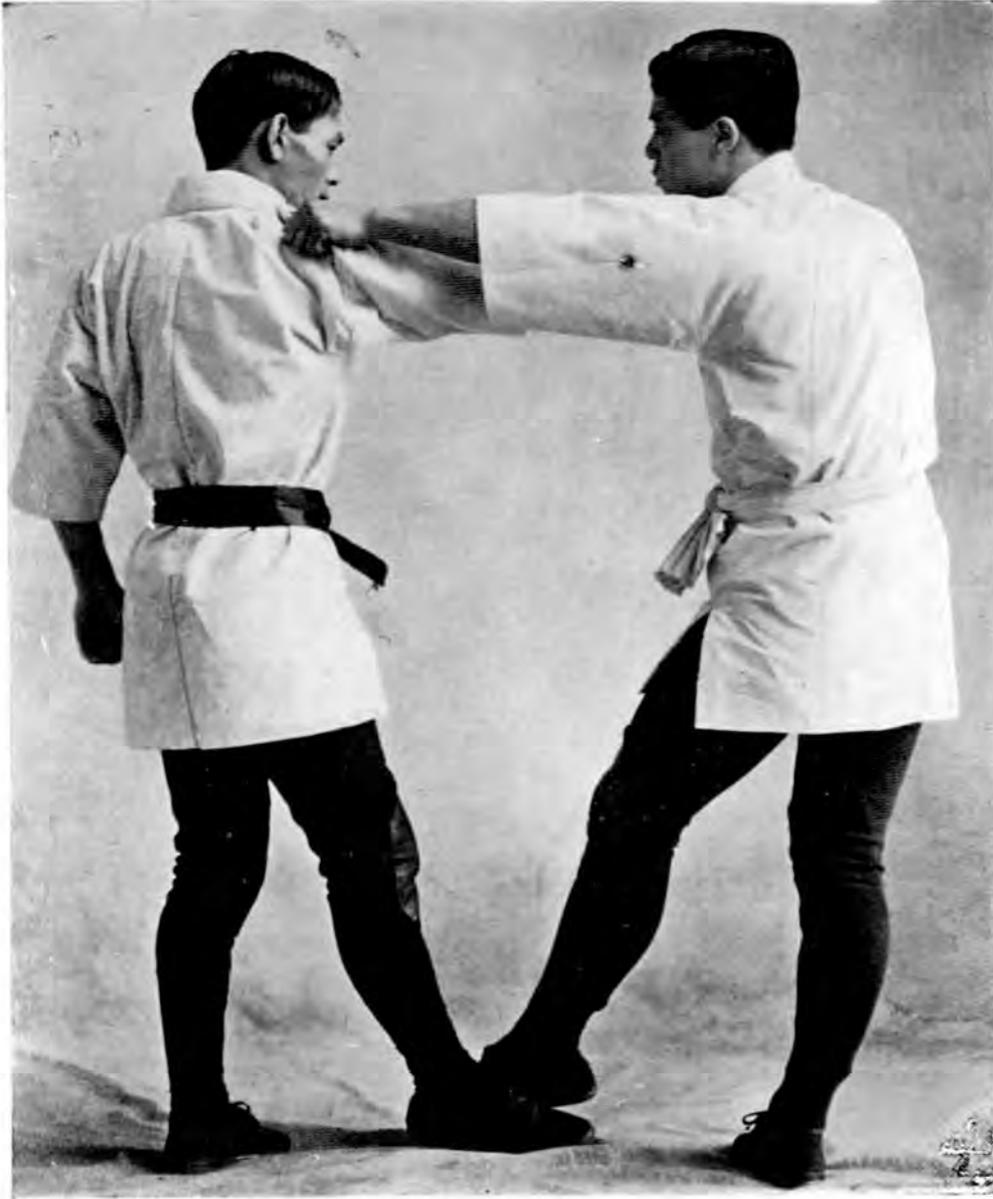


Fig. 123. — Coup n° 53 (2^e temps)

Exercez une traction en arrière, en raidissant la jambe droite et en attirant légèrement votre adversaire à vous. Ce mouvement lui fait croire qu'il se présente une bonne occasion, et, tandis que vous l'attirez à vous, il glisse son pied gauche en dehors de votre pied droit et se prépare à vous culbuter vers votre droite. Changez vivement votre pied droit, en le portant en dehors de son pied gauche.



Fig. 124. — Coup n° 53 (3^e temps)

En même temps que vous en venez au corps-à-corps et que vous saisissez votre adversaire à la ceinture, laissez-vous tomber sur le genou droit (1) et caliez votre genou gauche contre la face externe du sien.

1. Voir à ce sujet ce qui a été dit page 113, note 1.



Fig. 125. — Coup n° 53 (4^e temps)

Ce mouvement doit être exécuté avec autant de rapidité que de vigueur. De la main droite, toujours au revers droit de votre adversaire, tirez à vous et vers le bas et, de votre main gauche appliquée au côté droit de sa ceinture, donnez une violente secousse vers le haut. Jetez-vous à terre en avant sur l'épaule droite et, avec votre épaule gauche, poussez vers le haut le genou gauche de votre adversaire. Faites-le basculer par-dessus votre épaule gauche. Poursuivez ensuite votre avantage en recourant au coup n° 54.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 126. — Coup n° 54 (1^{er} temps)

Après avoir tombé votre adversaire au moyen du coup précédent, conservez votre prise primitive à son revers et à sa ceinture. De la main droite, tirez son revers par-dessus sa gorge de façon que les secondes articulations de vos premier et deuxième doigts pressent durement sur sa « pomme d'Adam ». En même temps, de votre main gauche, qui tient la ceinture de votre adversaire, agissez en remontant sur son estomac avec les articulations de la base des doigts. Le mouvement est difficile à expliquer sur le papier. C'est un mouvement à la fois de piochage et de pétrissage. Malaxez rudement l'estomac de votre victime comme pour le forcer à remonter. Ce coup peut causer un violent malaise à l'adversaire. Si vous cherchiez seulement à lui couper la respiration en l'étouffant avec la main droite, il lui serait possible de se dégager, mais, en ajoutant l'attaque à l'estomac, vous lui enlevez toute ressource et il est obligé de se soumettre.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 127. — Coup n° 55 (1^{er} temps)

Quand l'adversaire vous saisit autour de la ceinture, passez votre bras droit autour de lui et empoignez son coude droit avec votre main gauche. Puis, dégagez-vous vivement du bras gauche de votre adversaire avec votre coude droit et jetez le bras droit autour de son cou ; prolongez et complétez le mouvement en saisissant son revers droit avec votre main droite.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 128. — Coup n° 55 (2^e temps)

Donnez avec votre jarret droit un coup sec sur le jarret droit de votre adversaire (1) et forcez-le ainsi à s'asseoir par terre.

1. Ce coup est encore une sorte de *passement* de jambe.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 129. — Coup n° 55 (3^e temps)

Votre adversaire tombera comme le montre la figure 129. Votre bras droit se trouve déjà autour de son cou ; saisissez maintenant votre poignet droit avec votre main gauche et en même temps laissez-vous tomber à genou à la droite de votre adversaire. Son cou se trouve juste sous votre épaule. Resserrez alors le « V » que forme votre bras droit et jetez tout votre poids sur la nuque de votre adversaire, en même temps que vous l'étranglez grâce à la pression que votre avant-bras droit exerce par devant sur son cou. Cette action simultanée du poids et de la pression, si on la pousse trop loin, peut rompre le cou de la victime.



Fig. 130. — Coup n° 56 (1^{er} temps)

Quand votre assaillant vous saisit le poignet, il est aisé de rompre sa prise. Fermez le poing de la main saisie, le pouce en dessus, et fléchissez le poignet et l'avant-bras vers le haut, du côté de l'épaule, en conservant toujours le pouce en dessus. De cette façon, vous pouvez toujours briser la prise faite par un adversaire à votre poignet. Au moment où vous rompez la prise, saisissez à votre tour le poignet de l'assaillant.



Fig. 131. — Coup n° 56 (2^e temps)

Avec la rapidité de l'éclair, votre adversaire essaie de vous frapper au visage avec sa main droite restée libre. Poussez sous son poing droit son poing gauche, que vous tenez.



Fig. 132. — Coup n° 56 (3^e temps)

Saisissez avec vos deux mains les poignets croisés de votre adversaire, pivotez sur vous-même en amenant ses deux bras par-dessus votre épaule droite et embarquez-le.

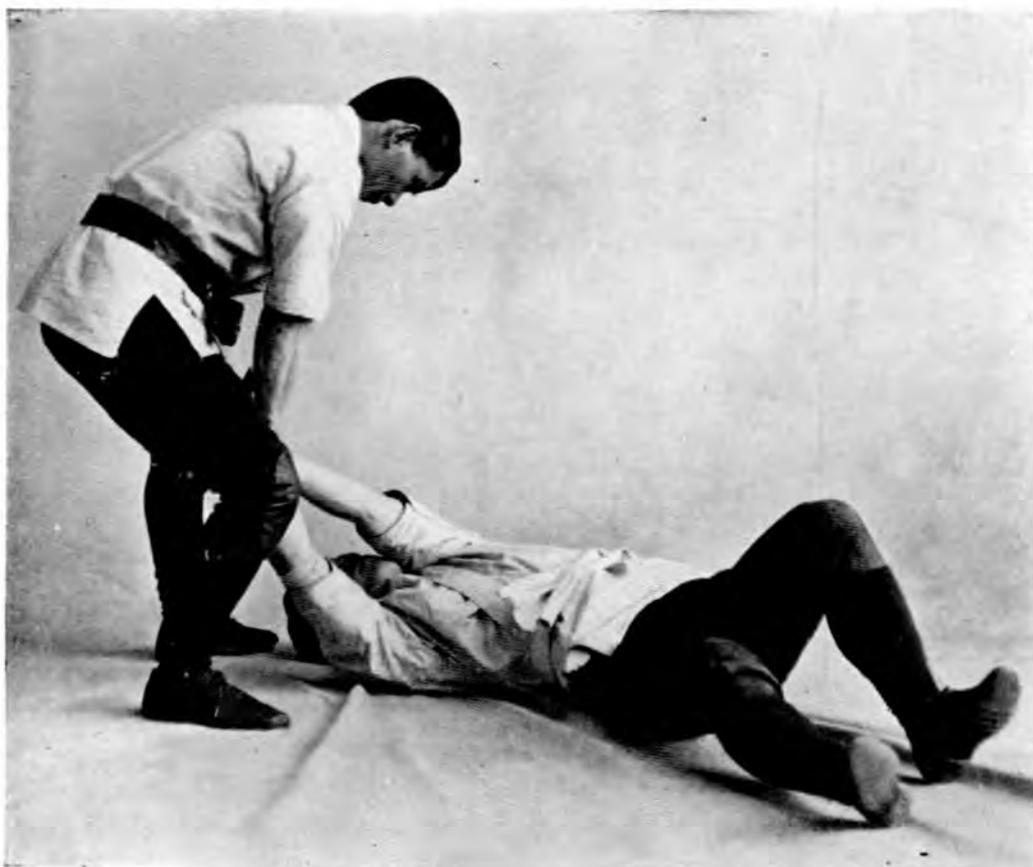


Fig. 133. — Coup n° 56 (4^e temps)

Lorsque votre homme est à terre, vos positions respectives sont celles que représente la figure 133. Tandis que les mains de la victime sont encore croisées, saisissez l'un de ses pouces et employez alors le coup n° 57.



Fig. 134. — Coup n° 57 (1^{er} temps)

Ici, l'assaillant a saisi le pouce droit et l'a tordu en dehors et en arrière. Il a conservé jusque-là sa prise sur les deux mains de la victime. Abandonnez maintenant brusquement le pouce droit et saisissez le poignet gauche de la victime avec vos deux mains. En même temps, placez vivement le pied gauche contre son bras gauche et asseyez-vous rapidement sur son épaule gauche. Appuyez sur son coude gauche avec votre genou gauche et tirez vers le haut son bras gauche. On peut, de cette manière, fracturer le bras que l'on tient.



Fig. 135. — Coup n° 58 (1^{er} temps)

Ici, l'assaillant vous a saisi par les deux poignets.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 136. — Coup n° 58 (2^e temps)

Si votre adversaire est très fort, il vous faudra pousser fortement en bas et en avant vos mains capturées, de façon à le forcer à allonger les bras tendus et raidis et à fléchir en même temps un peu en arrière. Conservant les pouces en dessus, fléchissez alors les poignets, dégagez-les de son étreinte et saisissez-lui instantanément les siens.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 137. — Coup n° 58 (3^e temps)

Croisez les poignets de votre adversaire, tirez ses deux bras par-dessus votre épaule et embarquez-le.



Fig. 138. — Coup n° 59 (1^{er} temps)

Si votre adversaire se penche en avant et enroule ses deux bras autour d'une de vos jambes, saisissez-le dans le dos par sa ceinture, comme le montre la figure 138.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 139. — Coup n° 59 (2^e temps)

Faites un pas en avant du pied gauche et attrapez avec la main gauche le genou droit de l'adversaire.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 140. — Coup n° 59 (3^e temps)

Avec la rapidité de l'éclair, laissez-vous tomber sur le genou qu'on vous a saisi, en même temps que vous poussez en l'air le genou que vous tenez, et basculez votre adversaire (1). Dans un combat sérieux, ce dernier se recevra sur la figure, au grand dommage de celle-ci, et, lorsque vous lui ferez faire la culbute sur le dos, il se fracturera le coude droit.

1. La photographie 140 a été prise du côté opposé à la précédente.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 141. — Coup n° 60 (1^{er} temps)

Lorsque votre adversaire vous a fait une prise à l'épaule, engagez votre bras en dedans du sien et empoignez-le derrière le cou.



Fig. 142. — Coup n° 60 (2^e temps)

Votre main droite restant toujours derrière le cou de votre adversaire, foutez votre bras gauche entre ses jambes et saisissez-lui la jambe gauche par derrière. Laissez-vous tomber vivement sur le genou droit (1), appuyez le sommet de votre tête contre sa poitrine et étendez votre jambe gauche entre ses deux jambes, en calant votre pied gauche derrière son talon gauche. Si vous ne caliez point ainsi le pied gauche de votre opposant, il aurait la possibilité d'échapper au piège que vous venez de tendre.

1. En mettant un genou à terre, on a beaucoup plus d'action sur l'adversaire. Voir à ce sujet la note 1 de la page 113. Ici le coup se complique d'un *enfouchement*.



Fig. 143. — Coup n° 60 (3^e temps)

Penchez-vous en avant, en tirant sur le col de votre adversaire et sur sa jambe gauche, comme le montre la figure 143. Puis, faites-lui faire la culbute sur le dos devant vous, ses pieds décrivant dans ce mouvement un arc de cercle.

DEUXIÈME PARTIE

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 144. — Coup n° 1 (1^{er} temps)

Vous employez ce coup lorsque vous trouvez nécessaire ou utile de vous mettre vous-même à terre sur le dos pour triompher de votre adversaire. Si celui-ci avance le pied gauche, tournez-vous sur le côté droit, le pied droit sur le sol et le pied gauche en l'air, à peu près à hauteur du genou de votre adversaire. Si votre antagoniste avançait en portant le pied droit en avant, vous devriez avoir le pied droit en l'air et le pied gauche sur le sol. S'il vous faut pivoter rapidement pour opposer toujours vos pieds à votre adversaire, déplacez-vous à l'aide de vos deux mains appuyées à terre de chaque côté. Lorsque vous vous attendez à voir votre adversaire rentrer, s'il se trouve que votre pied droit soit sur le sol et votre pied gauche en l'air, conservez alors la main gauche à terre sur le côté, tandis que vous élevez légèrement la main droite comme le montre la figure 144. Vos mains sont ainsi toujours prêtes à vous aider à répondre rapidement à toutes les attaques possibles.



Fig. 145. — Coup n° 1 (2^e temps)

Donnez à votre adversaire un semblant d'occasion de rentrer. S'il rentre avec le pied gauche en avant, accrochez votre pied droit derrière sa cheville gauche et appuyez ferme avec le pied gauche sur la face externe de son genou gauche. Ce mouvement, s'il est exécuté avec vigueur, renversera brutalement votre victime sur le derrière de la tête.



Fig. 146. — Coup n° 2 (1^{er} temps)

Voici maintenant le moyen de venir à bout d'un antagoniste qui emploie le coup précédent. Lorsque votre adversaire est couché et attend votre attaque, le pied gauche en l'air, avancez vous-même le pied gauche comme si vous aviez l'intention de le poser brusquement du côté droit de l'opposant. Mais, au lieu de faire ainsi, franchissez-le vivement pour sauter à sa gauche, en rabattant son genou gauche vers le bas, d'un coup porté avec votre main gauche, comme le montre la figure 146.

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 2 (2^e temps)

La poussée que vous exercez sur le genou de votre adversaire le met dans l'impossibilité d'employer sa jambe. Jetez-vous instantanément à genoux, votre genou gauche calant le haut de la cuisse de votre adversaire. En même temps, avec votre main droite, saisissez son poignet gauche.

Coup n° 2 (3^e temps)

Amenez de force contre le sol le poing gauche de votre adversaire en lui sautant sur le corps et en calant votre genou gauche sous son coude droit. Encerclez étroitement de votre bras gauche le cou de votre ennemi. Puis, tout en maintenant solidement sa main gauche contre le sol, poussez ferme avec votre genou gauche contre son coude droit et comprimez-lui étroitement le cou. Vous maintenez ainsi votre adversaire dans l'impuissance et le forcez à faire sa soumission.

Jiu-Jitsu Kano

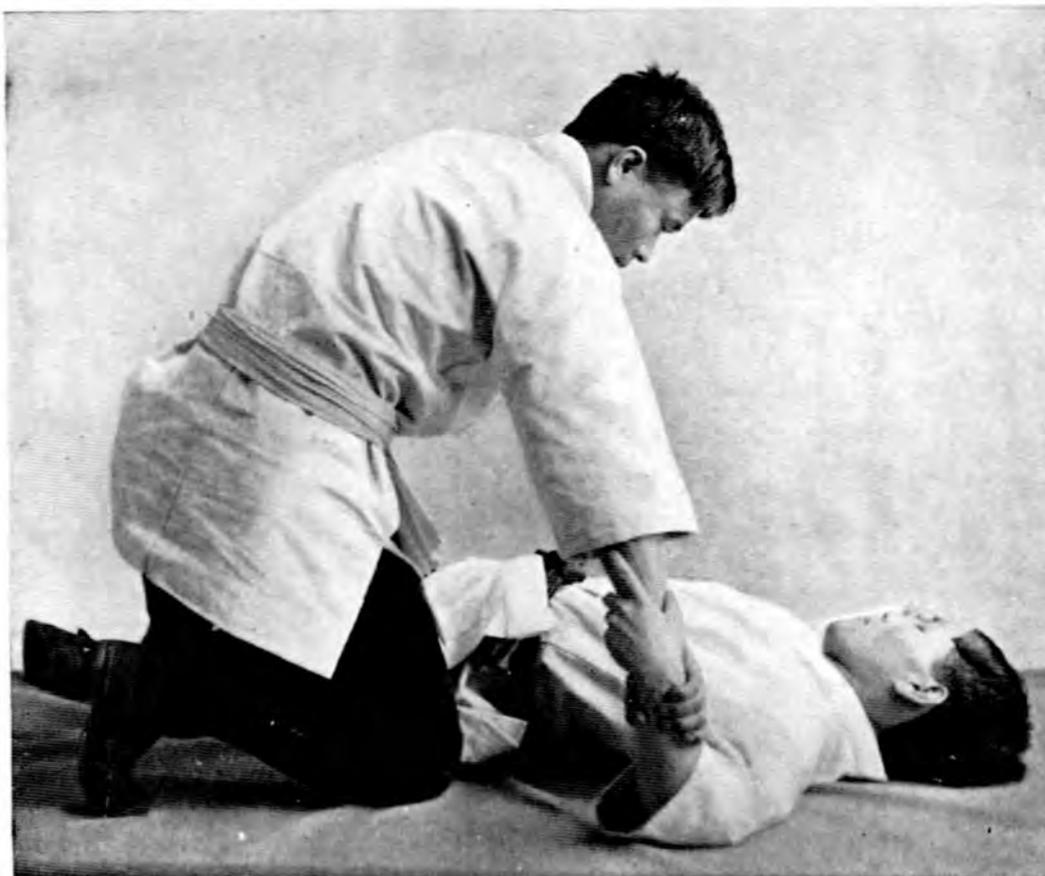


Fig. 147. — Coup n° 2 (2^e temps)



Fig. 148. — Coup n° 2 (3^e temps)

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 3 (1^{er} temps)

Lorsque vous êtes étendu sur le côté, si votre adversaire réussit à rentrer de votre côté droit, comme le montre la figure 149, il frappera votre genou gauche de son pied droit, ira ensuite à terre sur son genou gauche placé à votre droite et se disposera à vous réduire.

Coup n° 3 (2^e temps)

Au moment où il arrive en bas, poussez votre genou gauche contre son corps, attrapez son poignet droit avec votre main gauche et enroulez votre bras droit autour de son mollet droit. Maintenant, avec votre bras droit, vous êtes à même de lui tordre la jambe droite en la soulevant contre votre poitrine. En même temps, vous repoussez son corps avec votre genou gauche. L'attaque de votre adversaire est ainsi déjouée, et il est impuissant à s'assurer la victoire.

Jiu-Jitsu Kano

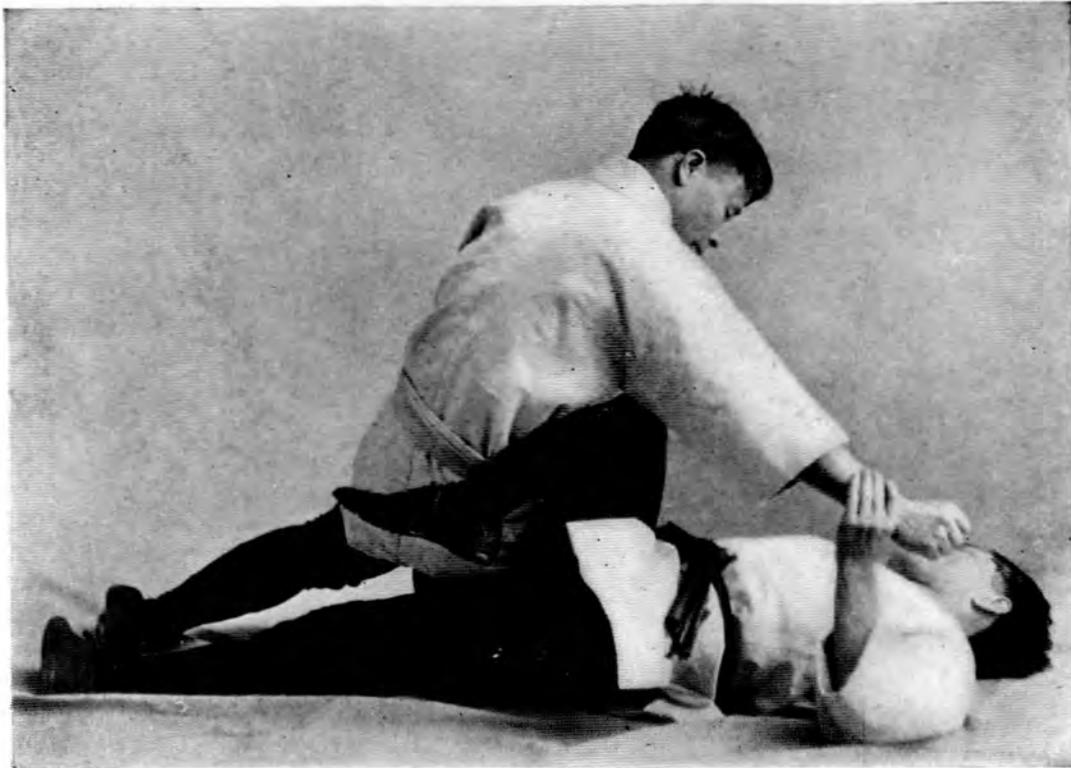


Fig. 149. — Coup n° 3 (1^{er} temps)



Fig. 150. — Coup n° 3 (2^e temps)

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 151. — Coup n° 4 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire a essayé de vous tromper. Il a avancé du pied gauche, ce qui vous amène à lever votre jambe gauche en l'air, et tout en faisant ainsi, il pose son pied droit à terre entre vos jambes, comme le montre la figure 151. A cet instant précis, saisissez de la main gauche la cheville droite de votre adversaire et de la main droite le bout de son pied droit. Tordez énergiquement le pied ainsi capturé et, avec votre pied gauche, poussez sur son genou droit. Le résultat de ce mouvement est de renverser l'assaillant en arrière.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 152. — Coup n° 4 (2^e temps)

Poursuivez votre avantage en vous relevant prestement dans la position assise pendant que votre adversaire culbute. Passez votre bras droit autour de sa jambe gauche, juste à la base du mollet, au point où la saillie musculaire vient se confondre avec le tendon. Ici le muscle est sensible. Fixez son pied droit sous votre aisselle droite et tordez le membre à l'aide de la pression exercée à la base du mollet. Votre genou droit se trouve sous celui de l'adversaire et votre pied repose au fond de son enfourchure ou, s'il est nécessaire, appuie carrément contre cette enfourchure. Continuez à tordre (1) la jambe droite de votre adversaire et rendez la pression exercée par votre pied droit aussi dure qu'il est nécessaire pour le forcer à se rendre.

1. En réalité, c'est plutôt un *effet de levier* qu'on exerce. Le point d'appui de l'effort étant une région extrêmement sensible de la jambe, la douleur produite est très violente. (Note du traducteur.)

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 153. — Coup n° 5 (1^{er} temps)

Ici, tandis que vous êtes étendu à terre, votre adversaire a réussi à dépasser vos pieds à votre droite. Vous êtes maintenant forcé de laisser votre ennemi exécuter la prise qu'il juge à propos.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 154. — Coup n° 5 (2^e temps)

Pour commencer, votre adversaire s'est décidé à saisir de la main droite votre revers gauche. A ce moment, de la main droite saisissez son genou droit et, de la main gauche, empoignez sa manche droite, tandis qu'avec votre pied gauche vous poussez contre sa poitrine.



Fig. 155. — Coup n° 5 (3^e temps)

Votre assaillant essaiera maintenant d'avancer du pied gauche en amenant sa tête contre la vôtre. Tout en maintenant de votre main gauche la prise que vous lui avez faite au coude, servez-vous de votre main droite pour lui saisir le poignet droit. Puis, retournez-vous prestement sur le côté droit, en vous relevant.

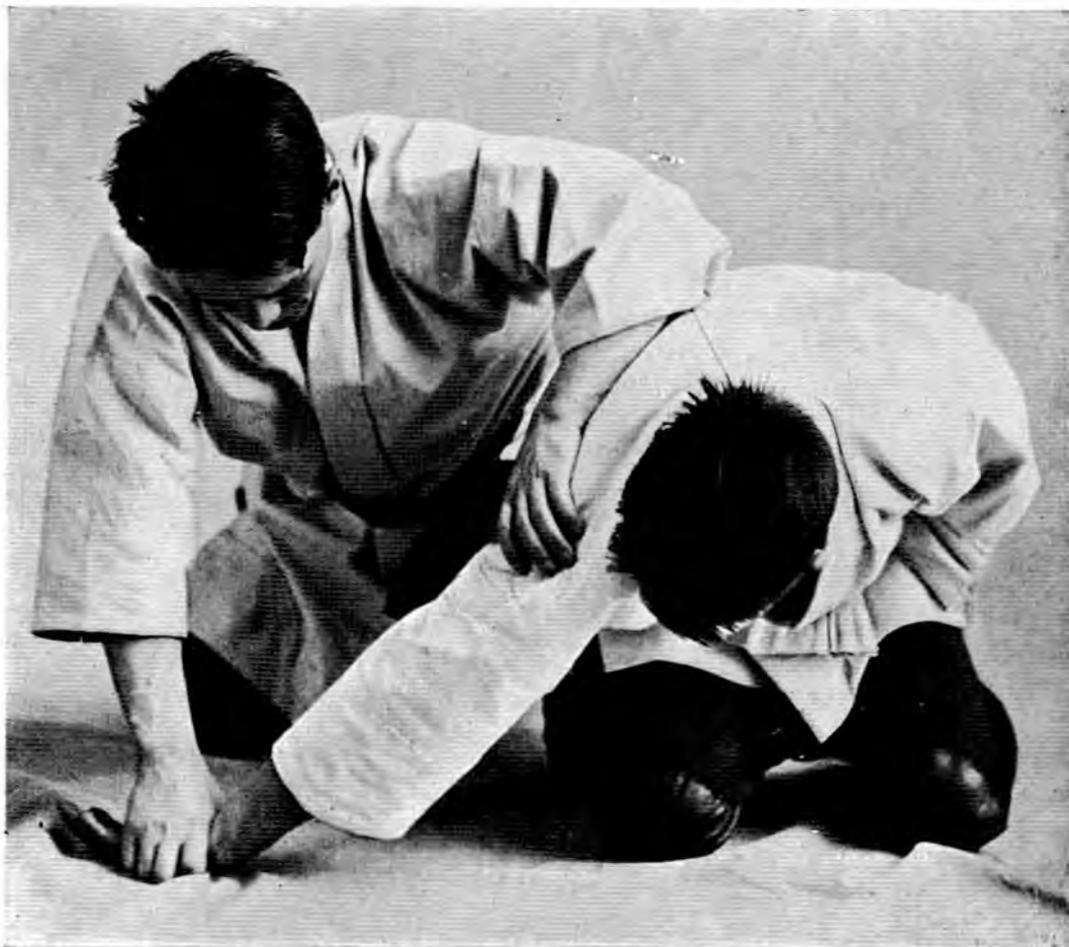


Fig. 156. — Coup n° 5 (4^e temps)

Ce mouvement de retournement vous amène à la position que représente la figure 156. Tordez le poignet de votre adversaire que vous tenez. De l'autre main, saisissez votre ennemi à l'épaule, en maintenant votre coude sur son dos. Poussez alors sur son épaule et sur son dos, et forcez-le à aller sur l'autre épaule.



Fig. 157. — Coup n° 5 (5^e temps)

Calez votre genou gauche sous l'épaule droite de votre adversaire, ou contre son coude. Faites glisser, en même temps, votre main gauche de son épaule à son coude. Puis, avec votre main droite, repliez la main droite de votre adversaire sur son poignet, en lui fracturant le poignet si le combat est assez sérieux pour rendre la chose nécessaire.



Fig. 158. — Coup n° 6 (1^{er} temps)

Étant à terre, laissez votre adversaire avancer au-dessus de vous, pour faire une prise, le corps juste à l'aplomb de vos genoux et les pieds à l'extérieur de vos jambes. Au moment où avec sa main droite il saisit un de vos revers, servez-vous de la main gauche pour lui empoigner le coude droit. Puis, fléchissez la jambe gauche en fourrant votre pied gauche entre ses genoux.

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 6 (1^e temps)

La première chose à faire est de rompre la prise faite par la main gauche de votre adversaire. Faites-le, en pliant vivement le bras qu'il tient, le pouce en dessus (comme il a été expliqué dans plusieurs des coups précédents), et arrachant votre main de sa prise. De votre main droite ainsi libérée, saisissez son revers gauche et amenez-lui votre pied gauche dans l'estomac.

Coup n° 6 (3^e temps)

Étendez maintenant vigoureusement la jambe gauche, en rapprochant en même temps les deux mains de votre poitrine. Ce mouvement envoie brusquement votre adversaire sur la tête, ce qui par soi-même constitue une victoire, car votre assaillant se trouvera étourdi par le choc de sa tête contre le sol ; mais, si vous voulez lui faire toucher les deux épaules, retournez-vous sur lui du côté droit au moment où il se reçoit sur la tête et il tombera sur les deux épaules.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 159. — Coup n° 6 (2^e temps)



Fig. 160. — Coup n° 6 (3^e temps)

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 7 (1^{er} temps)

Ici, tandis que vous êtes étendu à terre, l'adversaire s'est assuré sur vous un excellent genre de prise. De la main droite il a saisi votre revers gauche et il le ramène de force en travers de votre « pomme d'Adam » pour vous étouffer. De sa main gauche il a empoigné votre coude droit.

Coup n° 7 (2^e temps)

Exécutez une torsion de corps vers la gauche et amenez votre genou droit contre la face externe de la fesse gauche de votre adversaire. En même temps, débarrassez-vous de la menace d'étouffement en saisissant avec la main gauche la manche droite de l'assaillant. Repoussez avec la main droite l'épaule gauche de votre adversaire, retournez-vous sur le côté gauche en vous relevant et, par cette attaque combinée, vous amènerez votre adversaire à terre à votre gauche en le faisant passer par-dessus vous.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 161. — Coup n° 7 (1^{er} temps)

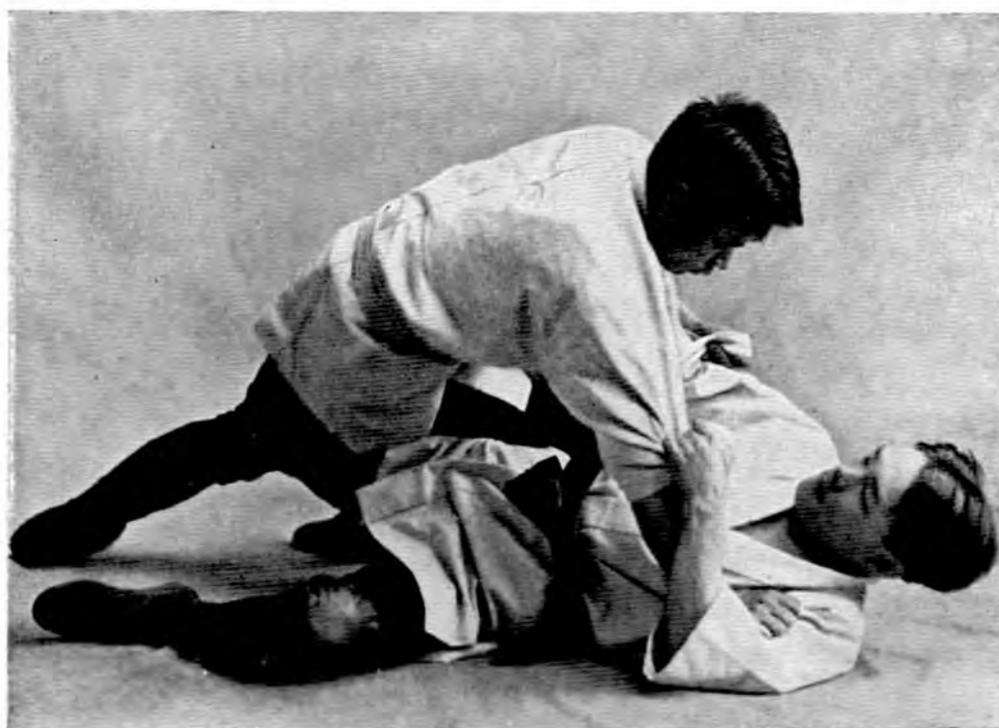


Fig. 162. — Coup n° 7 (2^e temps)



Fig. 163. — Coup n° 7 (3^e temps)

Au moment où votre adversaire roule par-dessus vous et tombe sur les épaules, poursuivez votre avantage en vous relevant et en vous mettant à genou sur lui. Vous continuez à tenir son coude droit avec la main gauche. Relevez votre genou gauche sous son épaule droite, de façon à la caler solidement. Tirez ferme sur sa manche droite. Au moment où vous tombez sur lui, vous enfoncez votre genou droit dans son estomac et, de votre main droite, vous saisissez son revers gauche que vous ramenez de force en travers de sa gorge de façon à l'étouffer.



Fig. 164. — Coup n° 8 (1^{er} temps)

Ici, votre assaillant s'est mis en devoir de vous étouffer. Fourrez votre pied droit dans sa ceinture, comme le montre la figure, et repoussez-le en étendant la jambe droite. Bien entendu, on n'emploie en général ce coup que lorsque les combattants portent les jaquettes et les ceintures du costume de *jiu-jitsu*. Une variante consiste à pousser avec le pied sous le bord inférieur d'une jaquette ou d'une veste boutonnée.

Coup n° 9 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire, qui est sur vous, s'est assuré une prise croisée pour vous étouffer, sa main gauche tenant votre revers gauche et sa main droite votre revers droit.

Coup n° 9 (2^e temps)

Supposons que ce soit l'avant-bras droit de votre ennemi qui se trouve par-dessus, alors qu'il est en train de vous étouffer avec les deux mains croisées devant votre gorge. Faites effort avec votre bras droit au-dessus de son bras gauche et au-dessous de son bras droit à hauteur du coude. Appuyez votre main gauche contre votre main droite. (Si c'était son bras gauche qui se trouvât par-dessus, vous devriez faire l'inverse, et amener votre bras gauche au-dessus de son bras droit et au-dessous de son bras gauche.)



Fig. 165. — Coup n° 9 (1^{er} temps)

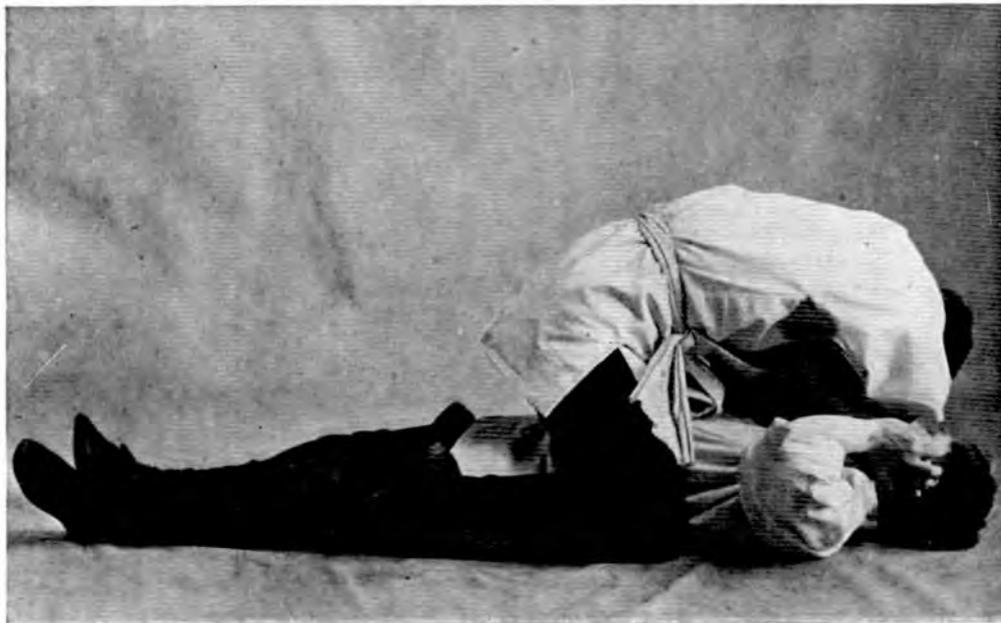


Fig. 166. — Coup n° 9 (2^e temps)

Coup n° 9 (3^e temps)

Ici intervient un détail d'exécution tellement important que, si on le néglige, le coup ne peut être exécuté. Votre assaillant a toujours les mains de part et d'autre de votre gorge. Tournez la tête vers la droite, en vous servant du maxillaire pour emprisonner la main droite de l'adversaire, de façon à la maintenir ainsi solidement contre votre cou. Si cela vous est possible, enrroulez votre jambe gauche autour de la jambe droite de l'assaillant. Puis, retournez-vous rapidement vers la droite, en entraînant votre adversaire avec vous et le forçant à toucher des deux épaules.

Coup n° 9 (4^e temps)

Si votre assaillant parvient à contrarier votre tentative pour le mettre sur le dos et ne se reçoit que sur une épaule seulement, comme le montre la figure 168, exercez un violent effort contre la face postérieure de son coude droit, comme pour lui déboîter l'articulation. Il sera alors forcé de retirer sa main gauche.



Fig. 167. — Coup n° 9 (3^e temps)



Fig. 168. — Coup n° 9 (4^e temps)



Fig. 169. — Coup n° 9 (5^e temps)

Au moment où l'adversaire vous abandonne de la main gauche, redressez-vous en sautant sur lui, saisissez de la main droite son poignet droit et de la main gauche son bras droit. En même temps, appuyez votre genou droit contre la face postérieure de son coude. Si cela est nécessaire, vous pouvez lui briser le bras au moyen de la pression exercée par votre genou.



Fig. 170. — Coup n° 10 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire a saisi les revers de votre jaquette et il est en train de vous étouffer. De la main droite, il tient votre revers gauche et le force en travers et contre votre « pomme d'Adam ». De la main gauche, il a empoigné votre revers droit, plus bas que le revers gauche, et il le tire obliquement vers votre gauche.

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 10 (2^e temps)

Saisissez les deux poignets de l'assaillant de telle façon que le bout de vos doigts s'enfonce énergiquement dans la partie interne de chaque poignet, juste au delà de l'emplacement du pouls et à peu près sur la ligne médiane du poignet. (Apprenez à pratiquer cette prise de manière à causer une violente douleur.)

Coup n° 10 (3^e temps)

Élevez un de vos genoux en appuyant de force la cuisse de ce côté contre le dos de votre adversaire, de façon à l'obliger à se pencher en avant sur vous, et contribuez en outre à l'exécution de ce mouvement par l'effet de votre prise des poignets.

Jiu-Jitsu Kano

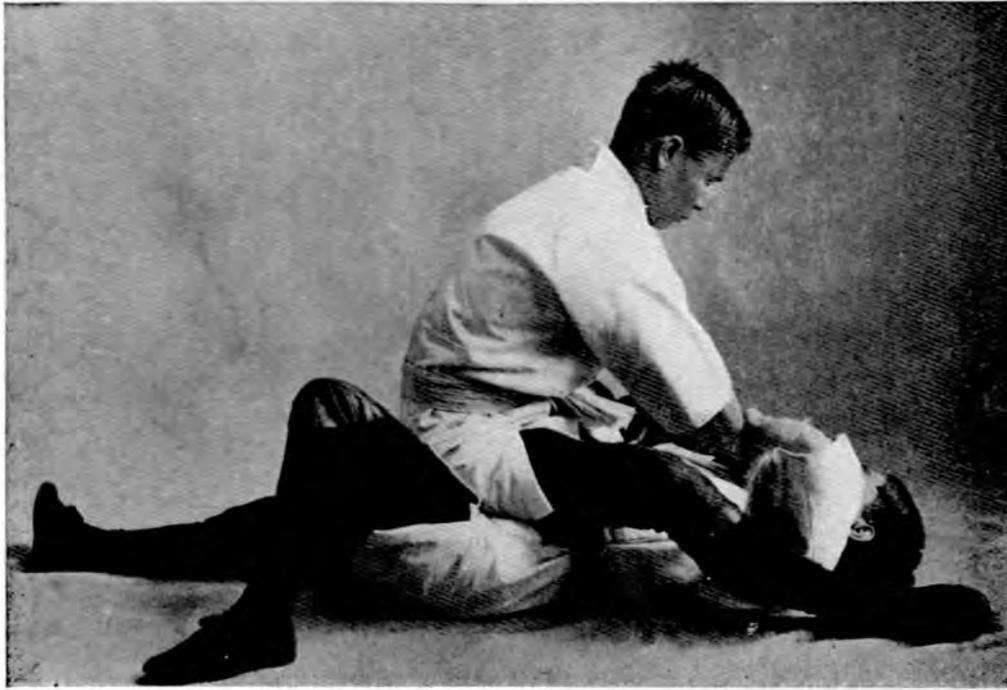


Fig. 171. — Coup n° 10 (2^e temps)



Fig. 172. — Coup n° 10 (3^e temps)



Fig. 173. — Coup n° 10 (4^e temps)

Retirez brusquement le genou mis en jeu, revenez à la position allongée et retournez-vous vivement à droite, d'une seule secousse. En même temps, changez prestement la position de votre main droite, que vous portez au poignet droit de votre adversaire et, avec votre main gauche, assurez-vous une prise sur la face postérieure de son bras droit, juste au-dessus du coude. Cette prise au bras droit a pour but de faciliter votre mouvement rapide de pivotement à droite. Grâce au levier que vous vous procurez ainsi, vous êtes à même de renverser votre assaillant sur le dos.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 174. — Coup n° 10 (5^e temps)

Votre adversaire tombe sur l'épaule gauche. De la main gauche, continuez à tenir son coude droit. Glissez votre main droite en travers, de façon à empoigner son pouce droit.



Fig. 175. — Coup n° 10 (6^e temps)

La « rupture de prise » et la torsion du pouce sembleront vraisemblablement embarrassantes à une cervelle européenne. Il faut apporter une attention particulière à ce temps de *jiu-jitsu*. Lorsque le pouce de votre adversaire est étroitement agrippé à votre vêtement, commencez par appuyer la pulpe de votre pouce contre l'extrémité de l'ongle de ce pouce, en faisant effort comme si vous vouliez renverser ce pouce sur lui-même. Quand cet effort s'exerce à l'extrême bout de l'ongle du pouce, la douleur est suffisante pour forcer l'adversaire à relâcher la prise de son pouce. Poussez ensuite vivement l'extrémité de votre pouce contre la face interne de celui de votre adversaire, en entourant la base de ce pouce avec le tranchant de votre petit doigt. La torsion doit être dirigée transversalement à la paume de la main. À cette phase du mouvement, poussez le coude de votre homme vers le bas et complétez la torsion du pouce en amenant la paume de sa main vers le haut.



Fig. 176. — Coup n° 11 (1^{er} temps)

Ici, l'homme qui est dessus a fait une chute très avantageuse. De la main gauche, il a une prise solide à la manche droite de son adversaire. Remarquez la prise de l'assaillant autour du cou de sa victime, dont sa main droite tient l'épaule droite. L'avantage de l'assaillant est tel que, en resserrant le « V » formé par son bras droit et en appuyant en même temps vigoureusement sa tête contre la joue gauche de sa victime, il se trouve maintenant en mesure de lui écraser la mâchoire et de lui causer une douleur épouvantable.

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 11 (2^e temps)

Avant que votre assaillant puisse s'assurer le bénéfice complet de la prise indiquée au temps précédent, — c'est-à-dire avant qu'il ait eu le temps de compléter sa victoire en appuyant de force sa tête contre votre joue gauche, — envoyez vivement vos pieds en l'air par-dessus son corps, aussi haut que vous pourrez, exactement comme l'indique la figure 177.

Coup n° 11 (3^e temps)

Juste au moment où votre adversaire est prêt à résister au mouvement qu'il suppose que vous avez en vue en levant vos pieds en l'air, laissez vos pieds revenir vivement à terre et votre corps « s'affaisser » aussi complètement que possible. En même temps, poussez de force votre bras gauche libre devant la gorge de votre ennemi et amenez ce dernier en travers de vous.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 177. — Coup n° 11 (2^e temps)



Fig. 178. — Coup n° 11 (3^e temps)*

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 11 (*4^e temps*)

Il vous est maintenant facile de prendre le dessus sur votre adversaire de la façon qu'indique la figure 179. Votre genou droit presse fortement contre son épaule droite. De la main gauche, saisissez le côté gauche de son col, en exerçant avec votre bras une pression en travers de sa « pomme d'Adam ». Votre main droite contribue simplement à lui maintenir le corps allongé à terre.

Coup n° 12 (*1^{er} temps*)

Si votre adversaire vous a amené à terre comme dans le coup précédent, voici une autre manière de vous rendre maître de lui : de votre main gauche restée libre, poussez contre le côté droit de son cou.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 179. — Coup n° 11 (4^e temps)

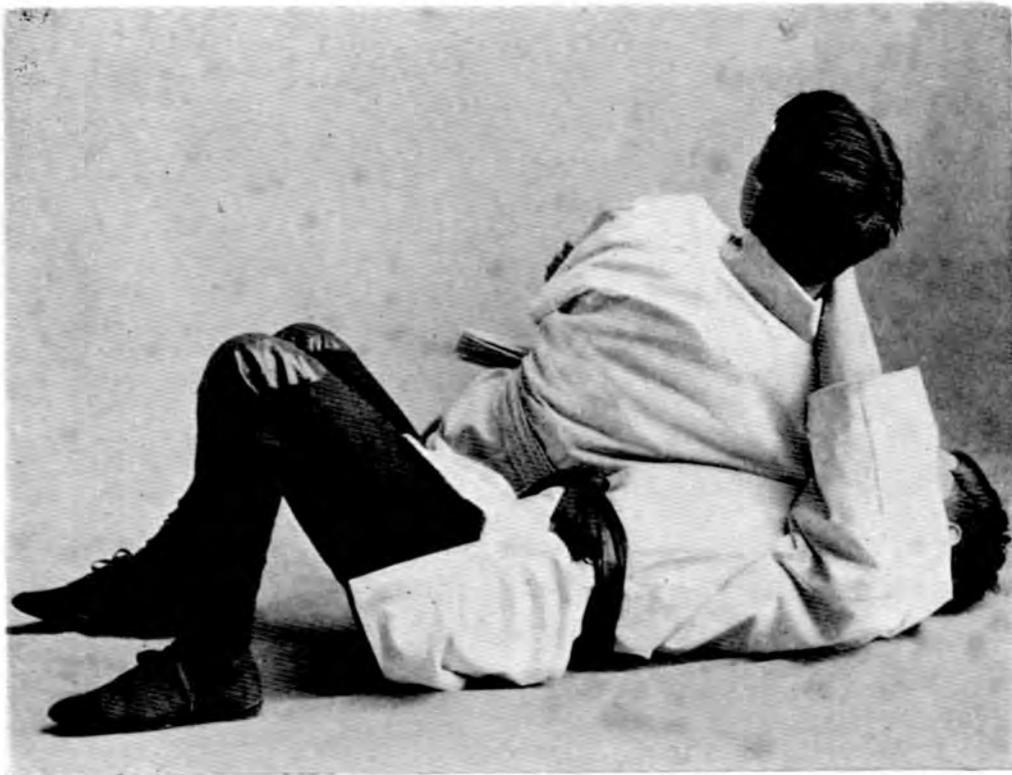


Fig. 180. — Coup n° 12 (1^{er} temps)

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 12 (2^e temps)

Passez la jambe gauche par-dessus le cou de votre adversaire, que vous rabattez vers le bas comme le montre la figure 181.

Coup n° 12 (3^e temps)

De la main gauche, empoignez le bord gauche du vêtement de votre ennemi un peu au-dessous du revers et, de votre main droite, saisissez son poignet gauche. Puis, vous servant de votre bras gauche comme point d'appui, ployez en arrière le bras gauche de votre adversaire de façon à pouvoir le briser. En même temps, serrez-lui le cou entre vos jambes.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 181. — Coup n° 12 (2^e temps)

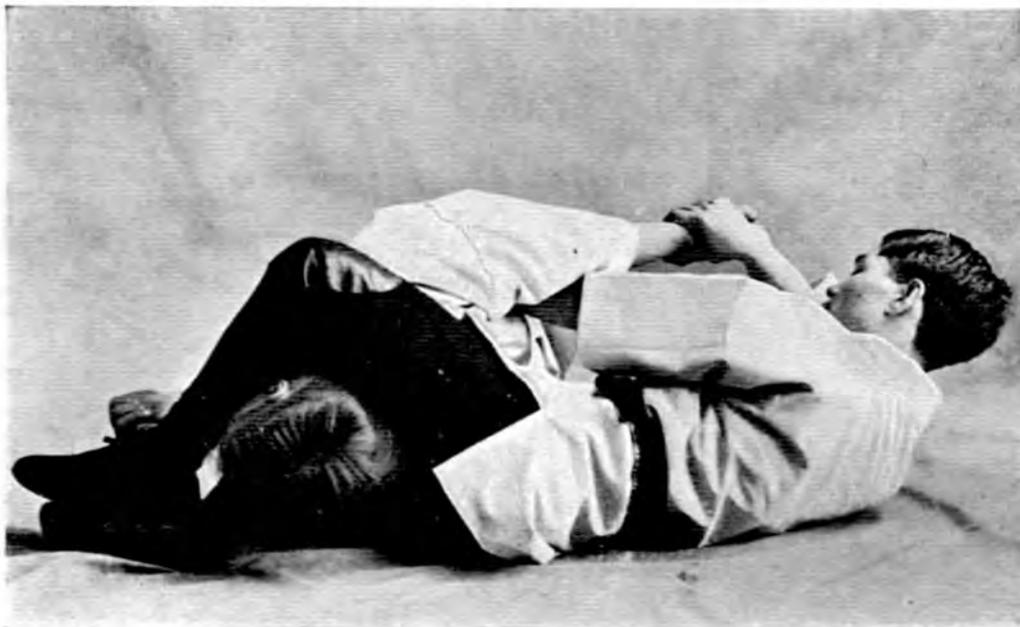


Fig. 182. — Coup n° 12 (3^e temps)

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 13 (*1^{er} temps*)

Voici pour les deux adversaires une autre manière de tomber. L'homme qui est dessus a son bras droit autour du cou de l'autre et tient l'épaule droite de ce dernier ; son genou droit appuie contre le sol le bras droit de son ennemi.

Coup n° 13 (*2^e temps*)

S'il vous arrive d'être dessous, poussez vers le haut avec la main droite le genou droit de votre adversaire. En même temps, relevez de force votre genou droit, de façon à l'appuyer contre son rein droit. Comprimez avec votre bras gauche sa « pomme d'Adam » en saisissant son vêtement à l'épaule gauche.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 183. — Coup n° 13 (1^{er} temps)



Fig. 184. — Coup n° 13 (2^e temps)

Coup n° 13 (3^e temps)

Il vous est maintenant facile d'amener votre adversaire à la position de la figure 185 : tirez sur votre bras gauche en appuyant brutalement contre sa « pomme d'Adam ». De votre main droite, saisissez son revers droit. S'il essaie de vous faire face, renoncez à la pression exercée par votre bras gauche et appuyez par contre son revers droit sur sa « pomme d'Adam » en l'étouffant.

Coup n° 14 (1^{er} temps)

Voici encore une autre manière de se tirer de la position indiquée au premier temps du coup n° 11. Introduisez de force un de vos pieds dans la ceinture de votre adversaire. S'il est en costume de ville, vous pouvez introduire le pied dans la patte de derrière ou la ceinture de son pantalon (1).

1. Voir un coup de ce genre page 171 (fig. 164).

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 185. — Coup n° 13 (3^e temps)



Fig. 186. — Coup n° 14 (1^{er} temps)

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 14 (2^e temps)

Poussez votre adversaire vers le sol en l'écartant de vous. Puis, attrapez son pouce droit et tordez-le en le renversant en travers sur le dos de la main. Cela oblige les doigts de la main ainsi prise à suivre le mouvement du pouce. Continuez à exercer cette pression jusqu'à ce que vous puissiez appuyer contre la seconde articulation du petit doigt de votre adversaire, en tordant toujours. Dans ce mouvement, vous commencez avec la main gauche la prise sur la main que vous avez saisie et vous la terminez en appuyant le pouce de votre main droite sur la seconde articulation du petit doigt de la main droite de votre adversaire, de la façon que nous venons de décrire.

Coup n° 14 (3^e temps)

Maintenant, sans interrompre le mouvement de torsion, placez-vous sur votre adversaire. Conservant toujours votre prise sur sa main droite, calez votre genou droit juste sous son coude droit. Appuyez votre pouce gauche dans la dépression qui se trouve sous le lobe inférieur de son oreille droite.

Jiu Jitsu Kano

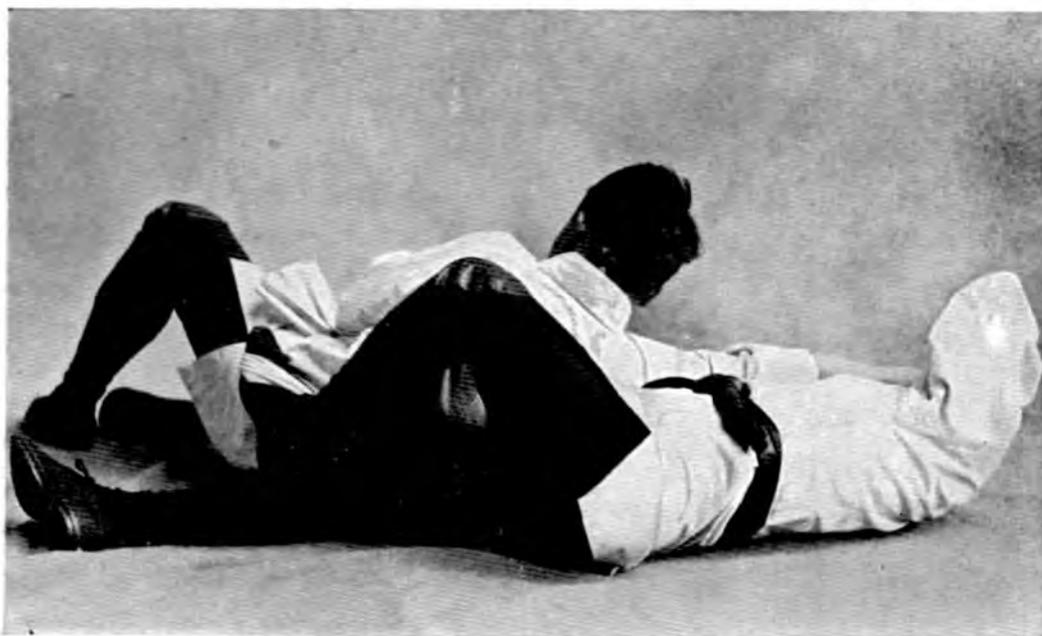


Fig. 187. — Coup n° 14 (2^e temps)



Fig. 188. — Coup n° 14 (3^e temps)

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 15 (*1^{er} temps*)

Ici, votre adversaire vous a amené à terre et il est en train de vous étouffer. Il a saisi un de vos revers et cherche à saisir l'autre. Avant qu'il ait pu y réussir, fourrez une de vos mains entre les deux siennes et empoignez vous-même le revers qu'il se proposait de prendre. Tenez ferme votre revers et abaissez avec force le menton. Il ne peut plus maintenant vous étouffer.

Coup n° 15 (*2^e temps*)

Servez-vous de votre main gauche restée libre pour saisir le poignet gauche de votre adversaire ; il vous saisira alors le poignet gauche avec la main droite.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 189. — Coup n° 15 (1^{er} temps)



Fig. 190. — Coup n° 15 (2^e temps)

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 191. — Coup n° 15 (3^e temps)

Appuyez ferme maintenant votre genou droit contre les fesses de votre adversaire et retournez-vous sur le côté gauche en le renversant comme le montre la figure 191. Maintenez l'effort exercé par votre genou droit de façon que votre adversaire ne puisse se rasseoir. En même temps, poussez avec votre main droite contre son coude gauche et maintenez sa main calée avec le côté gauche de votre maxillaire. Votre ennemi ne peut plus bouger.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 192. — Coup n° 16 (1^{er} temps)

Ici, l'assaillant est placé sur vous. De la main droite, il a saisi votre revers gauche. De la main gauche, il tient le bord droit de votre vêtement juste au-dessous du revers. Il s'apprête à vous étouffer en appuyant votre revers gauche en travers de votre « pomme d'Adam », en même temps qu'il tire obliquement vers la gauche le bord droit de votre vêtement.



Fig. 193. — Coup n° 16 (2^e temps)

Engagez vos deux mains entrelacées entre les deux bras de votre adversaire. Ramenez vivement vos mains ainsi croisées en arrière et au-dessus de votre tête, en écartant en même temps les coudes. Vous rompez la prise qu'on vous a faite à la gorge. Recourez maintenant au coup n° 17.

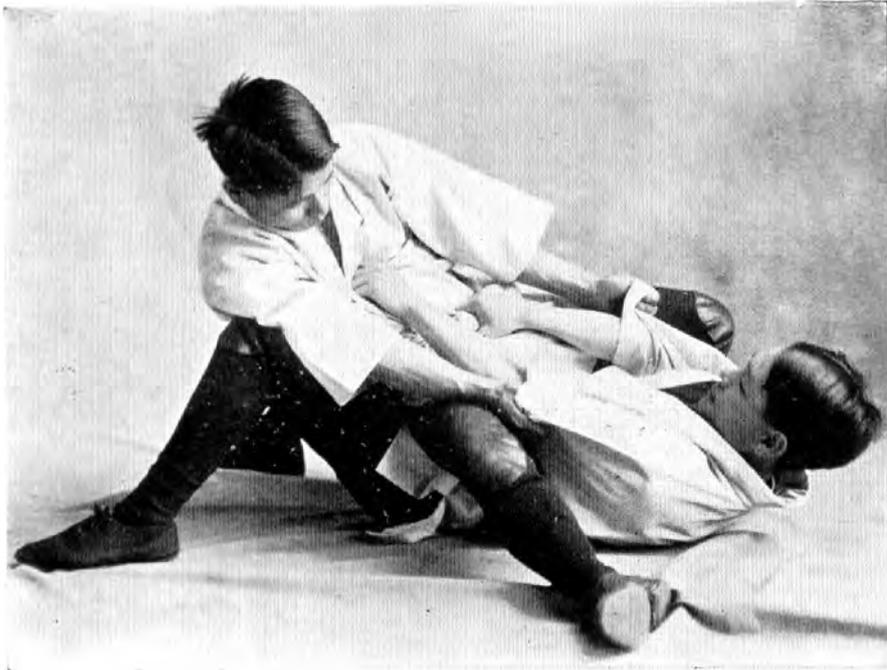


Fig. 194. — Coup n° 17 (1^{er} temps)

Relevez vivement les genoux et saisissez votre adversaire au revers de son vêtement et à la ceinture comme le montre la figure 194. Poussez contre l'estomac de votre homme et soulevez-vous en même temps sur les épaules. Vous pourrez ainsi renverser votre adversaire en arrière.



Fig. 195. — Coup n° 17 (2^e temps)

Pour se garantir, votre adversaire est obligé d'abandonner sa prise. Saisissez ses jambes comme le montre la figure 195. Renversez son genou gauche en haut et en dehors aussi loin que vous pourrez. Tout en opérant ainsi, vous maintenez le corps de votre adversaire serré entre vos genoux. Écartez-lui les jambes, puis abaissez vos genoux avec la rapidité de l'éclair et tirez-vous de dessous lui afin de vous relever. De cette façon, vous renverserez votre homme en arrière, si bien que ses épaules toucheront le sol.



Fig. 196. — Coup n° 17 (3^e temps)

Si ses deux épaules ne touchent pas au moment de la chute, jetez le bras gauche autour du genou droit de votre adversaire et soulevez de force sa jambe gauche, ce qui l'obligera à toucher des deux épaules.

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 18 (1^{er} temps)

Ici, l'assaillant, s'il est suffisamment habile, a d'excellentes chances pour vaincre l'homme qui est dessous. Si vous êtes tombé par une attaque de ce genre, servez-vous de votre main libre — la droite dans le cas présent — pour saisir votre assaillant par son revers ou par l'épaule et le maintenir aussi éloigné de vous que possible.

Coup n° 18 (2^e temps)

Retournez-vous vivement à gauche, en engageant votre main gauche dans le jarret de votre adversaire que vous accrochez. Avec votre main droite, poussez contre son genou comme le montre la figure 198. Il y a un truc important à attraper en ce qui concerne cette prise de la main droite. La pointe du pouce droit presse contre un nerf qui se trouve sur la face interne de la jambe, juste au-dessous du pli du genou. On trouvera ce nerf après avoir quelque peu pratiqué sur sa propre jambe. A une compression énergique de ce nerf répond une brusque et violente douleur.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 197. — Coup n° 18 (1^{er} temps)



Fig. 198. — Coup n° 18 (2^e temps)

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 199. — Coup n° 18 (3^e temps)

Jetez maintenant votre jambe droite par-dessus votre assaillant, comme le montre la figure 199. Votre jambe maintient son bras abaissé et votre pied repose sur sa poitrine. En même temps, vous maintenez sous votre bras gauche le pied droit de votre adversaire, de telle façon qu'en conservant ce pied emprisonné et exerçant avec votre avant-bras un effort vers le haut, il vous est possible de le tordre.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 200. — Coup n° 19 (1^{er} temps)

Ici, l'assaillant s'est assuré une excellente prise. Il a jeté à terre son adversaire et il est tombé sur lui de façon à lui emprisonner les bras avec ses genoux ; il a saisi de la main droite son revers gauche et il a agrippé sa main gauche dans le col de l'homme à terre, tout en appuyant son pouce contre la « pomme d'Adam » de ce dernier.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 201. — Coup n° 19 (2^e temps)

Vous vous délivrez de la strangulation en abaissant avec force le menton contre la main de l'assaillant. Saisissez ses manches comme le montre la figure 201 et tirez-lui vivement et vigoureusement les bras en les lui écartant du corps. Cela n'a d'autre but que de tromper votre adversaire, car, ne connaissant pas vos intentions, il déploiera beaucoup de vigueur avec ses bras dans le but de résister. Élevez alors vivement vos genoux comme le montre la figure 201, en frappant votre adversaire dans le dos et en le précipitant en avant sur vous.



Fig. 202. — Coup n° 19 (3^e temps)

Au temps précédent, vous avez tiré votre assaillant sur vous, assez loin pour qu'il suffise d'un léger mouvement pour le jeter en avant sur la tête. Vous lui communiquez l'impulsion nécessaire en amorçant vous-même une culbute.



Fig. 203. — Coup n° 19 (4^e temps)

Lorsque votre adversaire culbute, il est forcé de toucher des deux épaules. Tirez-le alors violemment à vous, en maintenant ses genoux contre vous avec les deux bras.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 204. — Coup n° 20 (1^{er} temps)

Dans quelques-uns des coups précédents, l'assaillant a été vaincu parce que la meilleure prise d'étranglement qu'il connaissait ne s'appliquait pas au cas considéré. La figure ci-dessus représente un excellent mode d'étranglement. De votre main droite, saisissez le col de votre adversaire aussi loin que vous pouvez aller. Aussitôt cette prise faite, calez votre avant-bras sous son menton, comme le montre la figure 204 ; glissez votre bras gauche sous votre bras droit et saisissez le côté gauche du col. Ici, le bras droit sert seulement à maintenir levé le menton de l'adversaire, tandis que l'étranglement s'obtient par la pression du bras gauche. En effectuant cette prise, abaissez vos bras et votre corps tout près de votre adversaire ; il importe que vos coudes touchent presque vos genoux. Les bras de votre adversaire se trouvant immobilisés et la prise faite comme nous venons de l'indiquer, il lui reste peu de chances de salut. S'il tente de rouler de côté avec vous, suivez le mouvement, en continuant toujours à l'étrangler. Ses efforts l'épuiseront et la strangulation lui fera perdre connaissance.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 205. — Coup n° 21 (1^{er} temps)

Voici une très utile prise d'étranglement. De votre main droite, empoignez le revers gauche de votre adversaire et, de votre main gauche, le bord droit de son vêtement au-dessous du revers. Tirez obliquement ce bord droit en travers de sa poitrine, en enfonçant en même temps les secondes articulations des deux premiers doigts de votre main droite dans le côté droit de sa « pomme d'Adam ».

2^e temps (pas de figure). — Prévenez l'intention de votre adversaire de rouler d'un côté ou de l'autre, en roulant vous-même sur le côté avant qu'il ait eu la possibilité de vous y contraindre. Si c'est avec la main droite que vous exercez la pression destinée à l'étouffer, laissez-vous rouler du côté droit ; si c'est de la main gauche, laissez-vous aller à gauche. Au moment où vous vous retournez sur le côté, jetez celle de vos jambes qui se trouve en l'air autour de votre adversaire. Lorsque vous vous êtes retourné sur le côté tout en conservant votre prise d'étranglement, effectuez la strangulation en tenant votre victime à bout de bras.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 206. — Coup n° 22 (1^{er} temps)

Lorsque vous amenez votre adversaire à terre dans la position ci-dessus (1), ayez soin que votre corps se trouve aussi loin que possible au delà de sa tête, de façon à ce qu'il n'ait aucune chance de vous faire faire la culbute avec lui. Cette précaution est essentielle au succès du coup.

2^e temps (*pas de figure*). — La marche à suivre résulte de l'étude de la photographie du temps précédent. Votre adversaire est forcé de desserrer l'étreinte de son bras autour de votre cou. S'il essaie de s'assurer une prise sous votre genou, dans le but de vous faire rouler, appuyez de force son bras droit sur votre genou droit et ployez-le en arrière pour le briser.

3^e temps (*pas de figure*). — Étudiez la figure du 1^{er} temps. Ce qui est le plus vraisemblable, c'est que votre adversaire va essayer d'appuyer son bras droit contre le côté droit de votre cou en faisant effort pour vous écarter. S'il tente ce mouvement, laissez-le amener son bras entre sa tête et vous, mais à ce moment servez-vous de votre main gauche pour pousser sur son coude droit, comprimant ainsi brutalement avec son avant-bras droit sa lèvre supérieure et son nez. Puis, appuyant votre épaule droite contre son avant-bras droit et saisissant solidement de la main gauche votre poignet droit, étranglez-le en même temps que vous achevez de lui écraser la lèvre supérieure et le nez avec son avant-bras droit.

1. Voir le coup n° 45, fig. 106, p. 110.

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 23 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire, après avoir été jeté à terre, a réussi à libérer sa main droite et à la placer sous votre corps. Il se propose de vous forcer à rouler sur le côté avec lui. Penchez-vous légèrement sur lui et faites supporter à son nez et à sa lèvre supérieure tout le poids de votre épaule. De la main gauche, saisissez-vous le poignet droit et serrez avec énergie en portant tout le poids que vous pouvez sur le nez et la lèvre supérieure de votre adversaire.

Coup n° 24 (1^{er} temps)

La figure 208 fait comprendre ce procédé d'étranglement. Mais, quand vous saisissez votre adversaire de cette manière, il est très important de croiser vos mains de la bonne façon. Placez votre pouce gauche entre la paume et le pouce droits. Enveloppez le dos de votre main droite avec les doigts de la main gauche et votre pouce gauche avec les doigts de la main droite. Vous ne laissez ainsi à votre adversaire aucune chance de vous séparer les mains de force. En effectuant l'étranglement, tirez à vous vos mains entrelacées et, en même temps, penchez-vous franchement en avant en appuyant votre poitrine contre le sommet de la tête de votre victime.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 207. — Coup n° 23 (1^{er} temps)



Fig. 208. — Coup n° 24 (1^{er} temps)

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 25 (*1^{er} temps*)

Si vous essayez le procédé d'étranglement qu'indique la figure 209, votre adversaire, ayant les mains libres, pourra s'assurer une prise sur vos jambes et rouler sur le côté avec vous, déjouant ainsi vos projets. Étendez vivement vos jambes le long de son corps, en enfonçant vos genoux dans la région molle qui se trouve juste au-dessus des hanches. Penchez-vous ensuite en arrière et portez au maximum la pression exercée sur la gorge de votre victime et au-dessus de ses hanches.

Coup n° 26 (*1^{er} temps*)

Parfois, au moment où vous essayez d'amener votre adversaire à se soumettre (¹), il sera assez agile pour tourner son bras de façon que vous ne puissiez le plier en arrière sur votre genou. Pour y parer, employez le procédé qu'indique la figure 210. En tombant sur votre homme, poussez de force un de vos genoux sous le bras que vous tenez. Tordez le poignet de votre ennemi de façon qu'il soit forcé de placer son bras le dos contre votre genou. Appuyez en même temps votre autre genou sur le poignet capturé de votre adversaire et pressez sur ce poignet à la fois avec votre genou et avec votre main.

1. Voir figures 31, 35 et 44.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 209. — Coup n° 25 (1^{er} temps)



Fig. 210. — Coup n° 26 (1^{er} temps)

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 27 (1^{er} et 2^e temps)

1^{er} temps (pas de figure). — Votre adversaire a été jeté à terre et vous êtes assis en travers de son corps.

2^e temps. — Votre adversaire étend le bras pour empoigner un de vos revers : vous devez lui saisir le pouce ou le poignet. Tordez ce pouce ou ce poignet et renversez-vous en arrière sur le côté de votre victime. En même temps, enrroulez vos jambes autour du bras dont vous tenez la main, ainsi que le montre la figure 211, et ployez ce bras en arrière comme pour le briser sur une de vos jambes.

Coup n° 28 (1^{er} et 2^e temps)

1^{er} temps. — Comme le 1^{er} temps du coup précédent.

2^e temps. — Votre adversaire essaie d'effectuer une prise autour de votre corps, dans le but de vous faire rouler avec lui et de vous culbuter sur le côté. Avec votre main droite, par exemple, saisissez le pouce ou le poignet droit de votre adversaire et tordez-le ; ce faisant, forcez son bras droit en arrière sur votre jambe droite comme pour le briser. Avec la main gauche, employez un quelconque des modes de strangulation déjà décrits.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 211. — Coup n° 27 (2^e temps)



Fig. 212. — Coup n° 28 (2^e temps)

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 213. — Coup n° 29 (2^e temps)

1^{er} temps (pas de figure). — Si vous saisissez votre adversaire par derrière pour le tomber, accrochez votre bras droit autour de sa gorge. De la main gauche, saisissez son coude gauche. En même temps, appliquez-lui un de vos genoux dans le bas du dos. Asseyez-vous vivement et tirez-le en arrière dans votre enfourchure.

2^e temps. — Accrochez votre bras gauche autour de la gorge de votre adversaire comme le montre la figure 213. L'extrémité des deux premiers doigts de votre main gauche doit s'enfoncer dans sa veine jugulaire droite. De la main droite, saisissez un de ses revers en avant de votre main gauche. De cette façon, votre main droite est prête à repousser toute attaque que l'adversaire pourrait essayer sur votre main gauche.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 214. — Coup n° 30 (2^e temps)

1^{er} temps (pas de figure). — Au moment où vous amenez votre adversaire à terre et vous penchez sur lui pour effectuer une prise, il allonge la main gauche et saisit votre vêtement au coude droit. De la main droite, il empoigne votre revers droit. En effectuant ces prises, il applique son pied droit contre votre abdomen. Il est maintenant en position pour rouler vers sa gauche en vous culbutant.

2^e temps. — Saisissez le pied de votre adversaire et avancez vivement votre pied gauche vers son épaule. Puis, renversez-vous en arrière et enlacez solidement avec votre jambe droite la jambe que vous tenez. Avec les deux mains, empoignez le pied capturé comme le montre la figure 214. Tordez ce pied jusqu'à ce que votre adversaire fasse sa soumission.

3^e temps (pas de figure). — Au lieu de vous renverser en arrière comme pour le temps précédent, asseyez-vous simplement à terre avec votre bras droit autour de la jambe capturée, de façon que votre avant-bras droit presse contre le bas du mollet. Votre bras droit forme ainsi un V, votre poing droit se trouvant en avant de votre abdomen. C'est le côté osseux de votre avant-bras, le côté du pouce, qui appuie contre le bas du mollet de votre adversaire. De votre main gauche, saisissez-vous le poignet droit, ce qui vous permettra de serrer davantage l'étau dans lequel vous avez enfermé le mollet. Renversez-vous alors sur le dos et vous pourrez encore augmenter votre effort. Cette pression sur le tissu musculaire sensible causera une très vive douleur et forcera votre adversaire à faire sa soumission.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 215. — Coup n° 31 (2^e temps)

1^{er} temps (pas de figure). — Votre adversaire a entrepris de vous tomber par un *tour de bras à la volée* (voir première partie, coup n° 12 ou 43). Au moment où il essaie de vous embarquer par-dessus son épaule droite, imprimez à votre corps un certain élan sur vos pieds comme dans le coup n° 12 (première partie) et souvenez-vous qu'il est essentiel de ne pas résister à votre adversaire. Mais, au moment où celui-ci vous fait quitter terre, cognez votre pouce gauche contre le sommet de sa hanche gauche assez violemment pour lui causer de la douleur. Lorsqu'il faiblit et que vous retombez sur vos pieds, prenez terre avec le pied gauche franchement en avant de son pied gauche et avec le pied droit en arrière de ce dernier.

2^e temps. — Jetez aussitôt votre bras gauche autour du jarret gauche de votre adversaire, faites vivement un pas en arrière, afin de le déséquilibrer, et renversez-vous en arrière. Vous amenez ainsi votre adversaire à terre avec son genou gauche fortement pressé contre son épaule gauche. De la main droite, saisissez-vous alors le poignet gauche et complétez la pression exercée sur son genou gauche. En même temps, vous pouvez avec l'avant-bras droit produire sur sa veine jugulaire droite un effet d'étranglement.



Fig. 216. — Coup n° 32 (1^{er} temps)

Ici, les contestants ont fait une prise de lutte ordinaire. L'assaillant (en ceinture noire) a poussé sur sa victime comme pour lui placer un pied sur l'abdomen et se renverser lui-même en arrière. L'homme à la ceinture blanche a riposté en avançant un genou pour envoyer un coup de pied dans le genou le plus rapproché de l'adversaire.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 217. — Coup n° 32 (2^e temps)

Lorsque, dans ce coup, vous jouez le rôle d'assaillant, laissez-vous tomber vivement sur le genou gauche et calez avec votre genou droit le genou droit de votre adversaire.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 218. — Coup n° 32 (3^e temps)

Avec la rapidité de l'éclair, relevez-vous à demi, avancez le pied gauche et plantez-le dans le côté droit de votre adversaire. Ne cherchez pas dans ce mouvement à revenir à la position verticale. Le tout doit être exécuté assez vite pour que vous vous renversiez déjà en arrière au moment où votre pied est en place.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 219. — Coup n° 32 (4^e temps)

Peu importe que vous ayez saisi votre adversaire aux manches ou aux revers. Le résultat sera le même. Amenez-le à la position que montre la figure 219.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 220. — Coup n° 32 (5^e temps)

Tirez sur la manche gauche ou le revers gauche de votre adversaire, appuyez durement votre pied gauche contre son flanc droit et culbutez-le derrière vous par-dessus votre épaule droite. S'il ne touche pas des deux épaules, employez parmi les coups décrits jusqu'ici dans la seconde partie celui qui conviendra le mieux au résultat cherché.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 221. — Coup n° 33 (1^{er} temps)

Ici, vous avez tous les deux une prise rompue d'un côté et votre adversaire a placé sa jambe gauche en dehors de la vôtre, dans le but de vous culbuter vers votre gauche. Déjouez cette tentative en vous penchant vivement. Engagez en même temps le bras gauche sous son enfourchure en saisissant son vêtement en arrière de celle-ci. Votre bras droit se trouvait à l'épaule gauche de votre adversaire, mais, au moment où vous faites la prise d'enfourchure, abandonnez votre prise de la main droite et appuyez votre avant-bras droit contre la gorge de votre adversaire, ce qui l'amène à terre en arrière.



Fig. 222. — Coup n° 33 (2^e temps)

Au moment précis où votre adversaire est en train d'aller au tapis, abandonnez de la main gauche son enfourchure et saisissez le bord droit de son vêtement. Laissez-vous aller en avant sur votre victime en appliquant vigoureusement votre genou droit dans son flanc gauche. De votre main droite, saisissez très haut la partie droite de son col et tirez-la avec force en travers de sa « pomme d'Adam » afin de l'étrangler.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 223. — Coup n° 34 (1^{er} temps)

Quand l'adversaire vous attaque par derrière, en passant ses bras sous les vôtres et autour de votre ceinture, jetez votre bras droit autour de son cou, comme le montre la figure 223.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 224. — Coup n° 34 (2^e temps)

Passez ensuite votre bras droit le long du maxillaire de l'adversaire. De la main gauche, saisissez-vous le poignet droit et comprimez l'os maxillaire aussi énergiquement que vous pourrez. Cette pression peut avoir pour effet de causer à la victime une douleur atroce. Au moment d'agir, fléchissez les genoux comme le montre la figure 224.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 225. — Coup n° 34 (3^e temps)

Jetez-vous à terre, en serrant la mâchoire de votre victime entre votre bras droit et la partie de votre corps située au-dessous de votre épaule droite. Vous pouvez rendre la douleur assez intolérable pour que l'homme le plus résistant soit contraint de se soumettre. Quand vous tenez votre adversaire dans cette position, une faible torsion en dehors peut lui rompre le cou.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 226. — Coup n° 35 (1^{er} temps)

Ici, l'adversaire vous a saisi avec la main gauche à la ceinture, du côté droit. De la main droite, il a pu vous empoigner en un point quelconque du bras gauche. Dégagez-vous de la main droite de votre adversaire de la façon indiquée dans les coups de la première partie et saisissez soit son poignet droit, soit son pouce droit. Du bras droit, vous empoignez votre adversaire en un point quelconque de la face postérieure de l'épaule gauche.



Fig. 227. — Coup n° 35 (2^e temps)

Pivotez maintenant de côté comme le montre la figure 227. Empoignez de votre main gauche le coude gauche de votre adversaire en accrochant votre bras droit autour de son bras gauche et vous saisissant le poignet gauche. Frappez en même temps son genou gauche avec la face postérieure de votre jambe droite. Faites basculer votre adversaire en avant par-dessus votre jambe droite. Quand vous avez culbuté votre homme, forcez-le à faire sa soumission en recourant à l'un des coups du début de la seconde partie qui s'appliquent au cas considéré.



Fig. 228. — Coup n° 36 (1^{er} temps)

Ici, l'assaillant a exécuté la prise connue en termes de lutte sous le nom de « Nelson » (1). Il a fourré ses bras sous ceux de son adversaire et a croisé ses mains derrière le cou de ce dernier.

1. C'est la « double prise de tête » en-dessus des lutteurs français.



Fig. 229. — Coup n° 36 (2^e temps)

Lorsque vous êtes pris de cette façon, saisissez-vous le poignet gauche aussi vivement que possible. Abaissez de force vos coudes contre vos flancs et fléchissez franchement en avant en portant vos fesses bien en arrière.



Fig. 230. — Coup n° 36 (3^e temps)

Frappez avec l'un ou l'autre pied. La figure 230 représente l'homme attaqué portant un coup avec le pied gauche, qu'il place en arrière de celui de son adversaire. Le coup doit être détaché bien nettement sur la cheville, par un large mouvement fauchant dirigé vers l'avant. Saisissez la jambe gauche de votre adversaire de la façon indiquée par la figure. Avec la rapidité de l'éclair, glissez votre main gauche vers le bas sur le bout de son pied, en même temps que, de la main droite, vous lui empoignez la cheville. Soulevez brusquement son pied du sol, tordez-le violemment et renversez-vous en arrière, ce qui a pour résultat d'amener votre adversaire à terre sous vous.



Fig. 231. — Coup n° 36 (4^e temps)

Vous tombez sur votre adversaire comme le montre la figure 231. Votre poids porte sur son genou droit et presse contre son genou gauche, qui est ainsi maintenu en place tandis que vous lui tordez le pied gauche jusqu'à ce qu'il fasse sa soumission.



Fig. 232. — Coup n° 36 (5^e temps)

Si votre adversaire tente de se servir de son pied droit pour se défendre, laissez-vous glisser en travers de ses jambes comme le montre la figure. Asseyez-vous sur sa cuisse gauche, vos genoux immobilisant le bas de sa jambe gauche. Tordez-lui le pied gauche jusqu'à ce que vous ayez obtenu sa soumission.



Fig. 233. — Coup n° 37 (1^{er} temps)

Étudiez avec soin la prise faite par l'assaillant telle que la représente la figure correspondant au 1^{er} temps du coup précédent, et comparez-la avec le « Nelson » que montre la figure 233. Dans ce dernier cas, l'assaillant a effectué sa prise de façon que ses coudes soient très en avant. Quand on vous attaque de cette façon, jetez vos bras autour de ceux de votre adversaire au-dessus de ses coudes, puis saisissez un de vos poignets et appliquez vivement et énergiquement vos mains contre votre abdomen. Mais, si vous ne pouvez pas passer vos bras autour de ceux de votre adversaire au-dessus des coudes, il n'est pas prudent de recourir à ce procédé.



Fig. 234. — Coup n° 37 (2^e temps)

Faites un pas en avant, du pied que vous voudrez. Puis, exécutez une culbute avec votre adversaire. S'il est carrément sur votre dos, jetez-vous droit en avant. S'il est un peu à votre droite, faites la culbute vers votre gauche — pas franchement à gauche, mais à gauche de la direction à laquelle vous faites face. Si votre adversaire est derrière vous, mais un peu à votre gauche, faites la culbute légèrement vers la droite. Une pratique assidue des premiers coups de la première partie vous permettra d'exécuter cette culbute avec adresse.

Coup n° 37 (3^e temps)

Vous tomberez, avec votre adversaire sous vous, comme le montre la figure 235. Sa prise est rompue. Si cela est nécessaire pour le contenir, enrroulez une de vos jambes autour d'une des siennes. Maintenez-le dans cette position.

Coup n° 37 (4^e temps)

Empoignez une des mains de votre adversaire. Dans la figure 236, c'est la main gauche qui a été prise. Saisissez cette main avec les deux vôtres, vos pouces appuyant contre la face postérieure de l'articulation du poignet. Faites vivement glisser vos pouces jusqu'au milieu du dos de la main, et fléchissez cette main sur le poignet, de façon à produire de la douleur. Exécutez rapidement un changement de prise. Croisez vos poignets, saisissez avec l'une de vos mains les deux premiers doigts et avec l'autre les deux autres doigts de votre ennemi. Tirant alors ces deux paires de doigts de façon à les séparer, tordez brutalement en cercle le poignet de votre victime, que vous forcerez ainsi à se rendre.

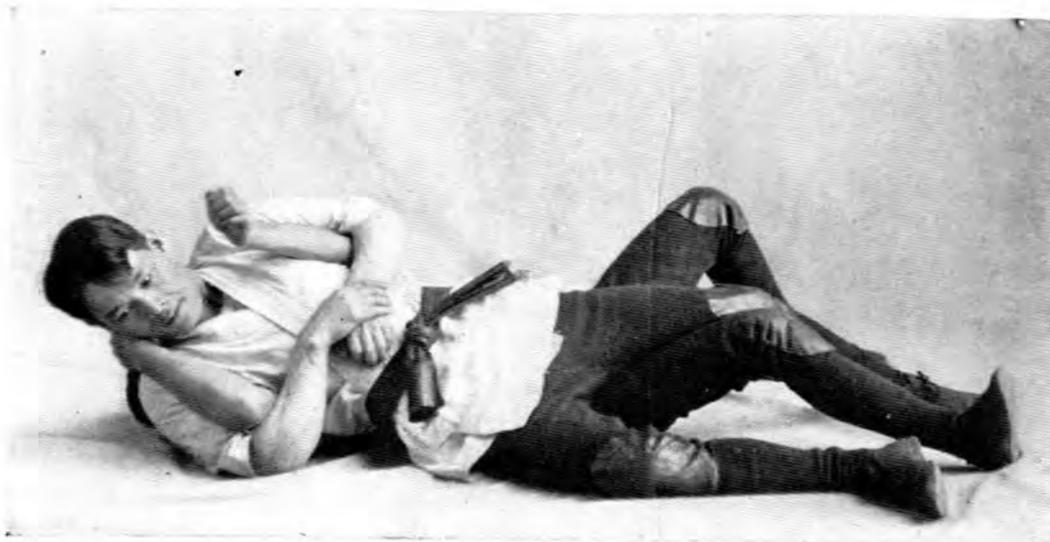


Fig. 235. — Coup n° 37 (3^e temps)



Fig. 236. — Coup n° 37 (4^e temps)



Fig. 237. — Coup n° 38 (1^{er} temps)

Ici, votre assaillant vous a fait par derrière une prise autour du cou. Appuyez de force le menton contre l'un de ses bras, aussi énergiquement que vous pourrez. N'oubliez pas cette pression avec le menton ! Elle est essentielle au succès de votre défense.



Fig. 238. — Coup n° 38 (2^e temps)

De votre main droite, saisissez le vêtement de votre adversaire au coude droit. Jetez votre main gauche derrière vous en empoignant son vêtement aux reins. Faites un pas en avant du pied droit. Remarquez les positions relatives des pieds.



Fig. 239. — Coup n° 38 (3^e temps)

Penchez-vous vivement en avant, en faisant perdre terre à votre adversaire. Se sentant ainsi enlever, il est obligé de relâcher une de ses mains pour se garantir. Dans la figure 239, c'est la main gauche qu'il a cessé de maintenir autour de votre cou. A ce moment, saisissez de la main gauche le poignet droit de votre ennemi et maintenez-le contre votre poitrine. En vous penchant en avant pour lui faire faire la culbute, assurez-vous que le milieu de son corps repose sur vos fesses.



Fig. 240. — Coup n° 38 (4^e temps)

Ne relâchez en rien votre prise, et votre victime va à terre exactement comme le montre la figure 240.



Fig. 241. — Coup n° 38 (5^e temps)

Lorsque votre adversaire essaye de se tirer de ce mauvais pas, étendez vivement et vigoureusement celui de ses bras que vous tenez ; asseyez-vous en même temps à terre et appuyez respectivement vos pieds contre sa tête et contre sa poitrine. Ployez le bras capturé en arrière sur un de vos genoux jusqu'à ce que votre victime fasse sa soumission.



Fig. 242. — Coup n° 39 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire vous a saisi par derrière, en vous immobilisant les bras. Comme le montre la figure, la prise est faite autour de la partie supérieure des bras. En pareil cas, faites un pas en avant du pied droit et portez le bras droit obliquement en avant et en haut dans l'attitude familière aux orateurs de carrefour.



Fig. 243. — Coup n° 39 (2^e temps)

Mais, si votre assaillant vous a immobilisé les bras au niveau des coudes, faites au contraire un pas en arrière, en fourrant votre jambe gauche entre les deux siennes. De votre main droite, saisissez le vêtement de votre adversaire à l'épaule droite. Passez votre bras gauche autour de son genou gauche par l'extérieur.



Fig. 244. — Coup n° 39 (3^e temps)

Après avoir effectué la prise que nous venons de décrire, fléchissez franchement en avant, en basculant votre adversaire par-dessus votre épaule droite. Pendant qu'il fait la culbute, mettez le genou droit à terre.

Coup n° 39 (4^e temps)

Votre victime tombe comme le montre la figure 245. Conservez votre prise initiale et placez votre genou droit sous son épaule droite.

Coup n° 39 (5^e temps)

Étudiez soigneusement la position représentée par la figure 246. Abaissez vivement la main droite de votre adversaire et asseyez-vous sur elle avec la fesse gauche. Introduisez de force votre pied droit sous son bras droit pour caler le poignet capturé. Accrochez en même temps votre main droite sous le bras droit de votre adversaire, juste au-dessus du coude. Saisissez de votre main gauche votre poignet droit et ramenez vos mains vers le haut dans la direction de votre poitrine. Ces efforts combinés vous permettent de fracturer le bras de votre adversaire. Pour l'empêcher de se retourner sur vous, appuyez votre pied gauche contre sa tête, ainsi que le montre la figure.



Fig. 245. — Coup n° 39 (4^e temps)



Fig. 246. — Coup n° 39 (5^e temps)



Fig. 247. — Coup n° 40 (1^{er} temps)

Ici, votre assaillant vous a saisi par derrière autour du corps, mais sans vous immobiliser les bras.



Fig. 248. — Coup n° 40 (2^e temps)

Saisissez de la main gauche les mains croisées de votre adversaire et empoignez de la main droite au coude droit l'étoffe de son vêtement. Pivotez rapidement vers la gauche.



Fig. 249. — Coup n° 40 (3^e temps)

En pivotant vers la gauche, vous déséquilibrez suffisamment votre adversaire pour lui faire faire un pas en avant du pied gauche. De votre pied gauche, frappez la cheville et la face externe de ce pied. Ce coup est un coup de pied tournant, destiné à chasser vers la droite le pied gauche de votre adversaire.



Fig. 250. — Coup n° 40 (4^e temps)

En chassant à droite d'un coup de pied le pied gauche de votre adversaire, vous forcez ce dernier à fléchir le genou gauche. De la main gauche, amenez de force ce genou en dehors et vers la gauche ainsi que le montre la figure 250. Poussez en même temps votre genou gauche contre sa cuisse gauche. Puis, au moment où votre ennemi perd l'équilibre, laissez-vous tomber à gauche, en le renversant avec vous.



Fig. 251. — Coup n° 40 (5^e temps)

Lorsque votre victime tombe, maintenez son genou gauche avec votre main gauche et votre genou gauche, et de la main droite empoignez-lui le talon gauche.



Fig. 252. — Coup n° 40 (6^e temps)

Lorsque votre adversaire tente de se dégager, jetez-vous à terre en travers de lui, de l'autre côté de son corps, en appuyant votre pied droit contre sa cuisse droite. Votre main droite restant toujours au talon gauche de votre ennemi, saisissez de la main gauche le bout de son pied gauche ; puis, tirez vigoureusement vers votre poitrine le pied que vous tenez, et forcez ainsi votre adversaire à faire sa soumission.



Fig. 253. — Coup n° 41 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire vous a saisi par derrière à bras-le-corps (ceinture arrière) en entourant votre jambe gauche avec sa jambe droite. Son intention est de vous faire basculer vers la droite. De la main droite, empoignez son vêtement sous le coude droit et, de la main gauche, saisissez son poignet droit.



Fig. 254. — Coup n° 41 (2^e temps)

Passez vivement votre jambe gauche derrière la jambe droite de votre adversaire.



Fig. 255. — Coup n° 41 (3^e temps)

Supportez le poids de l'adversaire avec votre jambe gauche, fléchissez en avant et vers la droite et envoyez votre ennemi à terre par un mouvement circulaire autour de votre corps.



Fig. 256. — Coup n° 41 (4^e temps)

Votre adversaire ira à terre dans la position indiquée par la figure 256.



Fig. 257. — Coup n° 41 (5^e temps)

Voici le moment de tromper votre adversaire. Étant donnée la situation où nous l'avons laissé au temps précédent, il s' imagine que vous allez lui tordre la main droite. Il a en conséquence fermé énergiquement le poing. Changez vivement de position pour prendre celle que représente la figure 257 et, de la main droite, saisissez son pouce gauche. De la main gauche, empoignez la main gauche de votre ennemi, vos doigts sur la paume de la main tandis que votre pouce comprime le dos de cette main. Calez votre pied gauche contre son épaule droite. Puis, tordez en la fléchissant sur le poignet la main que vous tenez, pour forcer votre victime à faire sa soumission.



Fig. 258. — Coup n° 42 (1^{er} temps)

Ici, l'assaillant vous a, au début, saisi par devant. Il a placé sa main droite à votre épaule et de la main gauche empoigné le bas de votre manche droite en y introduisant son pouce. Faites vivement demi-tour, de façon à lui présenter le dos et à amener son bras droit sur votre épaule droite. La chose est facile à faire. La prise que votre adversaire avait faite avec la main gauche se trouve ainsi dénouée et, avec cette main, il s'assure une nouvelle prise quelque part sur votre côté gauche.



Fig. 259. — Coup n° 42 (2^e temps)

Saisissez aux coudes les manches de votre adversaire et retournez-vous avec prestesse de façon à amener votre jambe gauche derrière sa jambe droite.



Fig. 260. — Coup n° 42 (3^e temps)

Redressez-vous, fléchissez le corps en arrière, puis jetez-vous à la renverse, de façon à retomber sur votre adversaire.

Coup n° 42 (4^e temps)

La figure 261 représente les positions relatives que vous et votre adversaire occuperez une fois à terre.

Coup n° 42 (5^e temps)

Saisissez avec votre main droite la main droite de votre adversaire sous le bout des doigts, et faites-lui lâcher prise.



Fig. 261. — Coup n° 42 (4^e temps)



Fig. 262. — Coup n° 42 (5^e temps)

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 263. — Coup n° 42 (6^e temps)

(C'est par erreur que la prise du vainqueur sur les doigts de la victime se trouve modifiée dans la figure 263 : cette prise devait être celle qui est représentée par la figure précédente [fig. 262]). Relevez-vous dans la position qu'indique la figure ci-dessus et saisissez de la main droite le poignet de votre victime. Puis, tordez ce poignet jusqu'à ce que vous obteniez la soumission.



Fig. 264. — Coup n° 43 (1^{er} temps)

La position prise est celle que montre la figure 264, l'assaillant tenant sa victime à bras-le-corps, mais sans que les deux adversaires se trouvent serrés étroitement l'un contre l'autre. Quand vous êtes attaqué de cette façon, assurez-vous une prise sur le bras droit de votre adversaire et avancez votre pied droit entre ses deux pieds.



Fig. 265. — Coup n° 43 (2^e temps)

Les bras de votre adversaire étant passés autour de vous, jetez vos deux bras par-dessus les siens, à hauteur des coudes, et saisissez un de vos poignets avec votre autre main comme le montre la figure 265. Serrez l'un vers l'autre les bras de votre adversaire de façon qu'il ne puisse se dégager ; tirez en même temps vos bras à vous vers le haut aussi près de vous que possible. Élevez votre genou gauche, que vous appuyez avec vigueur contre l'estomac de votre adversaire.



Fig. 266. — Coup n° 43 (3^e temps)

Laissez-vous tomber directement à la renverse, en lançant votre adversaire par-dessus vous et en le débarquant au-delà de vous sur les épaules. S'il faut se défendre avec sauvagerie, étendez quelque peu la jambe attaquante et envoyez un coup de pied dans les parties intimes de votre ennemi. Mais c'est là un expédient auquel on ne doit jamais recourir que dans le cas d'une évidente nécessité.



Fig. 267. — Coup n° 43 (4^e temps)

Si vous débarquez votre adversaire sur la tête, mais que vous ne puissiez arriver à le faire passer par-dessus votre propre tête de façon à ce qu'il tombe sur les épaules, donnez avec une de vos jambes un coup sur celle de ses jambes qui est en l'air, de façon à l'envoyer à terre à côté de vous.



Fig. 268. — Coup n° 43 (5^e temps)

Pendant toute la durée de ce coup, on suppose que vous avez conservé les bras de votre assaillant emprisonnés contre vos flancs, exactement comme au début du 1^{er} temps. Lorsque vous avez renversé votre homme sur le côté, vous vous installez sur lui dans cette position. Ses bras sont immobilisés par la prise que vous avez effectuée au 1^{er} temps. Vous ramenez maintenant vos coudes aussi près l'un de l'autre que vous pouvez et aussi près que possible de votre propre corps. Cette pression qui tend à fracturer les bras de votre adversaire le force à se rendre.



Fig. 269. — Coup n° 44 (1^{er} temps)

La prise que montre la figure ci-dessus est connue des lutteurs sous le nom de « Nelson » (1). Les adeptes du *jiu-jitsu* regardent cette prise comme une véritable folie. Votre assaillant, debout derrière vous, jette ses deux bras sous les vôtres, entre vos coudes et vos épaules, et croise ensuite ses mains derrière votre cou. En exerçant un effort énergique sur votre nuque, il peut vous forcer à baisser la tête; en portant ses coudes en dehors latéralement, il peut forcer vos bras à s'élever vers le haut. Lorsque vous êtes ainsi attaqué, étendez vos bras horizontalement sur les côtés.

1. Cette prise est notre « double prise de tête » en dessus.



Fig. 270. — Coup n° 44 (2^e temps)

Fléchissez en avant et jetez votre jambe gauche en arrière entre les jambes de votre adversaire. Ce mouvement subit enlève à votre antagoniste la possibilité de vous contraindre à relever les bras. Saisissez vivement un de vos poignets avec votre autre main.



Fig. 271. — Coup n° 44 (3^e temps)

Si cela est nécessaire, enroulez votre jambe gauche autour de celle de votre adversaire et arrachez cette jambe du sol. Vous avez ainsi déséquilibré votre homme.



Fig. 272. — Coup n° 44 (4^e temps)

Jetez-vous à terre à droite, en entraînant votre homme, comme le montre la figure 272. Recevez-vous à terre avec votre victime au-dessous de vous.

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 44 (5^e temps)

Ici, la figure montre la position relative des combattants au moment de la chute. Remarquez que ni l'un ni l'autre n'a modifié la position de ses mains.

Coup n° 44 (6^e temps)

Pivotez sur vous-même jusqu'à la position que montre la figure 274, en abandonnant votre prise sur le bras gauche de votre adversaire. De la main gauche, saisissez son poignet droit en le ployant en arrière en travers de votre jambe droite. Augmentez l'intensité de l'effort en empoignant votre poignet gauche avec votre main droite. S'il le faut, rendez encore plus douloureuse la pression que vous exercez sur le bras capturé, en appuyant de haut en bas sur sa main droite avec votre jambe gauche. Cela amènera la soumission.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 273. — Coup n° 44 (5^e temps)



Fig. 274. — Coup n° 44 (6^e temps)

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 275. — Coup n° 45 (1^{er} temps)

Nous avons montré dans la première partie la possibilité d'appliquer ce coup. Ici, votre adversaire a la main gauche à votre poignet droit et la main droite à votre coude droit. Avec son pied droit il frappe la face postérieure de votre pied droit, en chassant votre jambe de dessous vous, et vous embarque.



Fig. 276. — Coup n° 45 (2^e temps)

Ne résistez pas, mais laissez votre adversaire vous embarquer. Tout en cédant, dégagez-vous par une torsion de corps de droite à gauche, comme le montre la figure 276, et de votre main gauche empoignez votre ennemi derrière le genou gauche.



Fig. 277. — Coup n° 45 (3^e temps)

Cette attaque fait perdre l'équilibre à votre adversaire et il est obligé de relâcher sa main gauche pour se tirer d'affaire. Croisez maintenant vos deux mains derrière son genou gauche, votre pied droit en dehors de celui de votre adversaire.



Fig. 278. — Coup n° 45 (4^e temps)

Tout en maintenant le poids du corps de votre adversaire sur votre dos, relevez-vous et fléchissez en arrière, en même temps que vous élevez de force en l'air le genou gauche que vous tenez. Laissez-vous tomber en arrière en culbutant votre homme.

Jiu-Jitsu Kano

Coup n° 45 (5^e temps)

La figure 279 montre la position relative des combattants au moment de la chute. S'il est nécessaire, enrroulez votre jambe droite autour de celle de votre adversaire. Serrez sa jambe gauche capturée aussi étroitement que possible contre votre corps, en enfonçant la pointe de votre coude gauche dans le creux de son estomac.

Coup n° 45 (6^e temps)

Votre adversaire a exécuté la seule prise qui se présentait à lui. De sa main gauche il a saisi le derrière de votre col et de sa main droite votre ceinture ou le côté de votre vêtement. Son intention est de vous renverser vers la droite. Allez où votre adversaire désire vous mener, mais remontez votre main droite vers votre col et empoignez le poignet gauche de votre ennemi. De votre main gauche, saisissez-lui le poignet droit et ployez son bras en arrière sur votre jambe droite. Jetez votre jambe gauche sur le poignet que vous tenez, de façon à accroître l'effort qui tend à lui fracturer le bras.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 279. — Coup n° 45 (5^e temps)



Fig. 280. — Coup n° 45 (6^e temps)

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 281. — Coup n° 46 (1^{er} temps)

Au début de ce coup, vous avez saisi à deux mains le poignet gauche de votre ennemi et vous avez amené son bras gauche par-dessus votre épaule en forçant l'articulation du coude à ployer en arrière et vers le bas. Penchez-vous en même temps en avant comme pour faire passer votre adversaire par-dessus votre épaule. Mais ce mouvement n'a d'autre but que de le tromper. Il tire en arrière avec sa main prise et, de sa main droite, saisit votre coude droit par-dessous, en jetant en même temps sa jambe droite derrière la vôtre. Il est maintenant en position de vous faire tomber à la renverse en vous faisant faire une chute dangereuse.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 282. — Coup n° 46 (2^e temps)

Surprenez votre adversaire en cédant et exécutant une culbute rapide en arrière.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 283. — Coup n° 46 (3^e temps)

Cette culbute vous ramène, vous et votre adversaire, à la position verticale, comme le montre la figure 283. Bien que cette performance paraisse difficile, elle est d'une exécution simple pour un gymnaste entraîné.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 284. — Coup n° 46 (4^e temps)

Votre main droite est en ce moment inoccupée, mais attend d'être employée. Votre main gauche est solidement accrochée au coude droit de votre adversaire.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 285. — Coup n° 46 (5^e temps)

Saisissez maintenant de votre main droite le poignet droit de votre adversaire. Arrivez vivement à terre sur le genou droit, en étendant la jambe gauche.



Fig. 286. — Coup n° 46 (6^e temps)

6^e temps. — Faites passer votre adversaire par-dessus votre épaule droite et tombez sur lui. La figure 286 indique vos positions relatives. Attrapez avec la main droite le poignet gauche de votre ennemi.

7^e temps. — (Voir la figure du coup n° 45, 6^e temps). De votre main gauche, saisissez le poignet droit de votre adversaire et ployez son bras en arrière sur votre jambe droite ; augmentez encore la pression exercée en jetant votre genou gauche sur son poignet droit.



Fig. 287. — Coup n° 47 (1^{er} temps)

Parfois, lorsque vous êtes culbuté comme le montre la figure 287, votre assaillant se jette contre vos jambes avant qu'elles aient eu le temps de retomber à terre, de sorte qu'il les maintient en l'air. En même temps, il saisit de la main gauche votre poignet droit et de la main droite votre coude droit. Il est maintenant en situation de vous tordre le coude en le ramenant vers votre figure et de vous briser le bras. Pour parer ce coup, commencez par allonger votre main gauche de façon à appuyer vos deux premiers doigts contre le sommet de son maxillaire, juste sous l'oreille. Il y a là un nerf sensible, dont la compression est très douloureuse. Cette pression de vos doigts forcera votre assaillant à se renverser sur le côté.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 288. — Coup n° 47 (2^e temps)

Au moment où votre adversaire se renverse sur le côté, appuyez votre main gauche sur le sol et faites vivement la culbute.



Fig. 289. — Coup n° 47 (3^e temps)

Vous vous trouverez alors dans la position indiquée par la figure 289 pour l'homme à la ceinture noire. La main droite de votre adversaire conserve toujours sa prise à votre coude droit. De la main gauche, maintenez-lui le poignet droit. Puis, employez le coup n° 27, 2^e temps.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 290. — Coup n° 48 (1^{er} temps)

La figure 290 montre votre adversaire employant pour vous tomber un moyen habile. Au moment où vous essayez de saisir son revers avec votre main droite, il empoigne votre poignet droit avec sa main gauche et jette son bras droit par-dessus le vôtre à hauteur de la saignée. Puis, avec la main gauche, il relève de force en l'air votre poignet droit, en tirant vers lui le coude capturé, de façon que la pointe de ce coude prenne appui sur sa poitrine. Tenant ainsi votre coude, il ramène de force votre main droite par-dessus votre épaule, en portant en même temps sa jambe droite derrière la vôtre. Il vous renverse alors en arrière et cherche le moyen de vous faire toucher des deux épaules.



Fig. 291. — Coup n° 48 (2^e temps)

La figure 291 montre l'adversaire vous tordant le coude contre la figure pour forcer votre épaule à toucher le sol. Appliquez vigoureusement contre le côté droit de son abdomen celui de vos pieds ou de vos genoux qui vous conviendra le mieux.



Fig. 292. — Coup n° 48 (3^e temps)

Poussez vivement avec la main gauche sur le coude droit de votre adversaire.



Fig. 293. — Coup n° 48 (4^e temps)

Échappez-vous à gauche de dessous votre adversaire, en continuant à pousser sur son coude droit.



Fig. 294. — Coup n° 48 (5^e temps)

Sautez sur votre adversaire comme le montre la figure 294, en posant le genou gauche sur son bras (1). De votre main droite, saisissez-lui les doigts de la main droite, en les fléchissant sur le poignet, et vous le contraindrez à faire sa soumission.

1. Il s'agit bien entendu ici de la partie supérieure du membre.

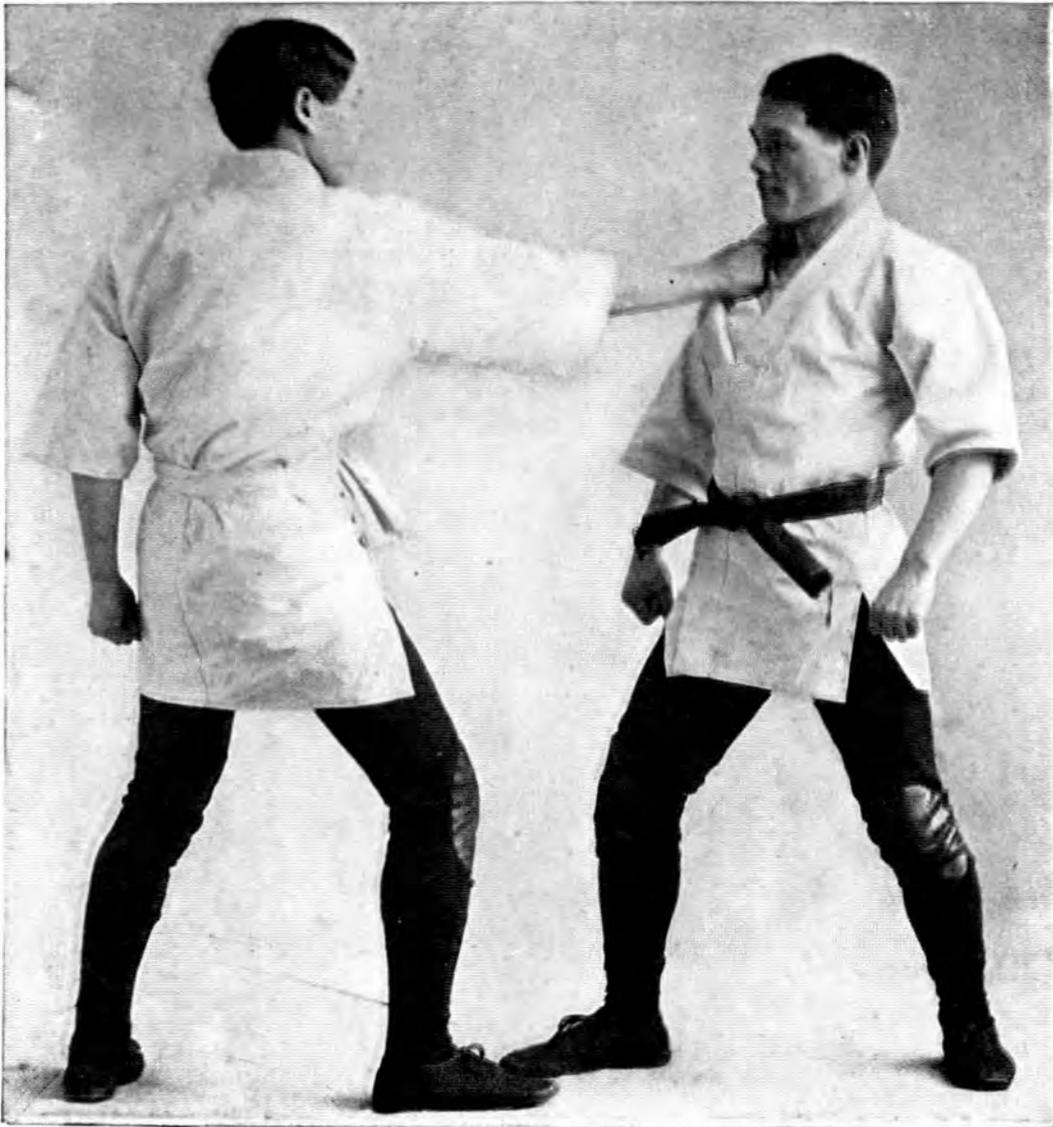


Fig. 295. — Coup n° 49 (1^{er} temps)

Votre adversaire donne le signal en saisissant de sa main droite votre revers droit.

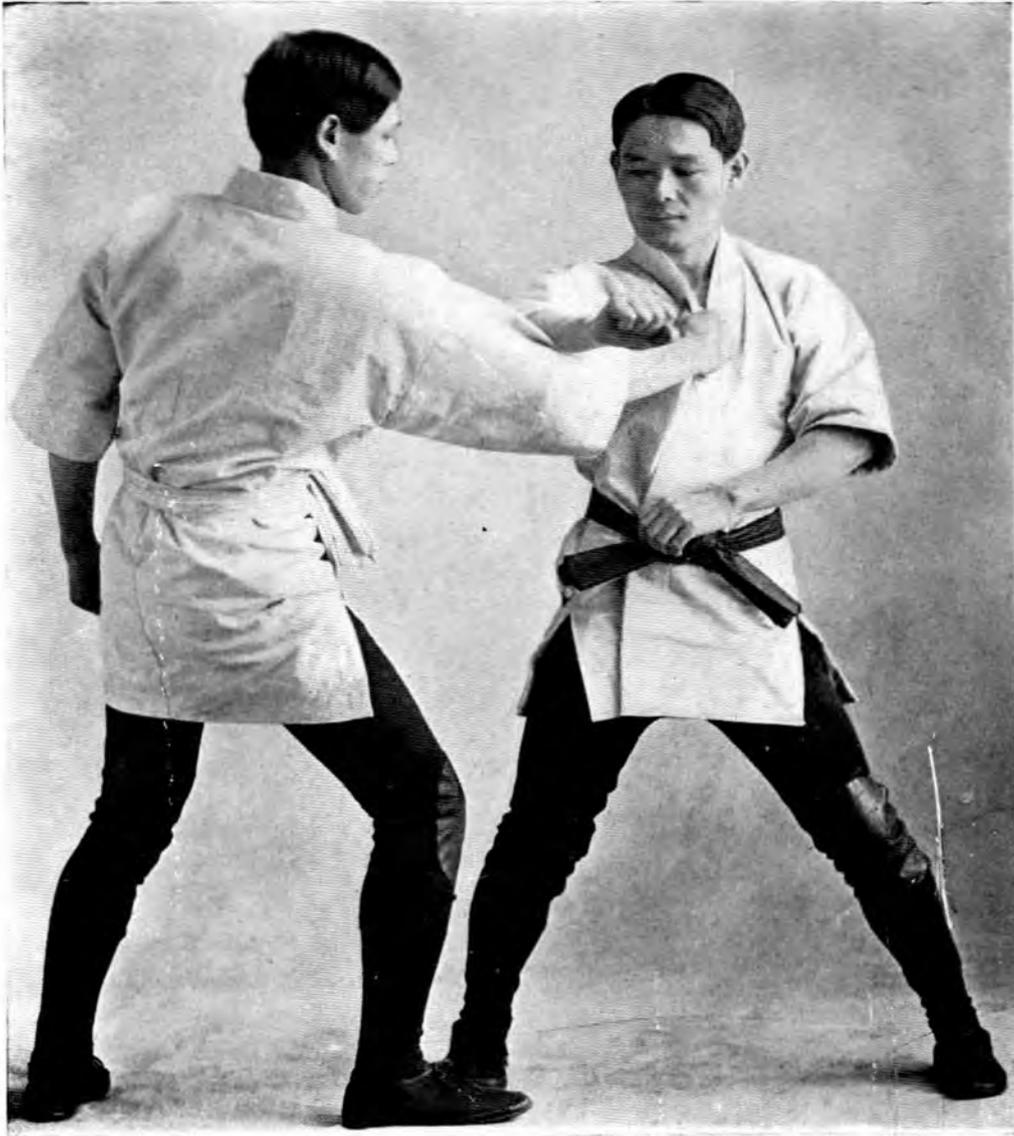


Fig. 296. — Coup n° 49 (2^e temps)

Si cela est nécessaire, faites lâcher prise à votre ennemi en tordant et écartant son pouce comme il a été expliqué à propos des coups antérieurs (1). Portez votre pied droit en avant, juste en dedans du pied droit de l'adversaire.

1. Voir en particulier les numéros 33, 88 et 175, p. 35, 91 et 182.

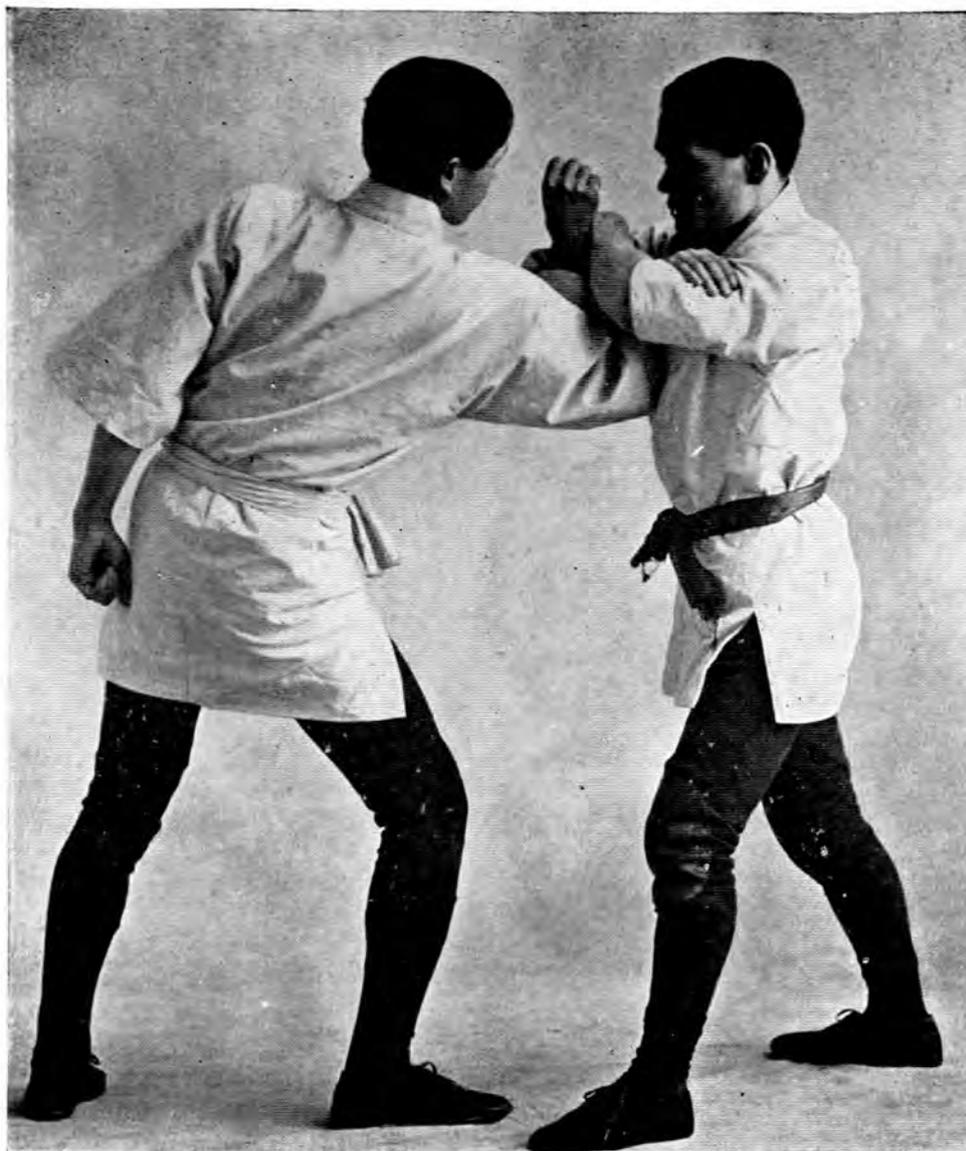


Fig. 297. — Coup n° 49 (3^e temps)

Vous vous êtes servi de la main droite pour rompre la prise de la main droite de votre adversaire. Maintenant, avec votre pouce qui entoure le sien et le bout de vos doigts qui appuient contre la base de l'articulation de ce pouce, repoussez de force en arrière vers son épaule la main de votre adversaire, comme le montre la figure 297. Pendant l'exécution de ce mouvement, substituez votre main gauche à votre main droite pour lui tenir le pouce. En même temps que vous effectuez ce changement, abaissez prestement l'avant-bras droit dans la saignée de son coude pour vous aider à replier le bras droit ainsi capturé.

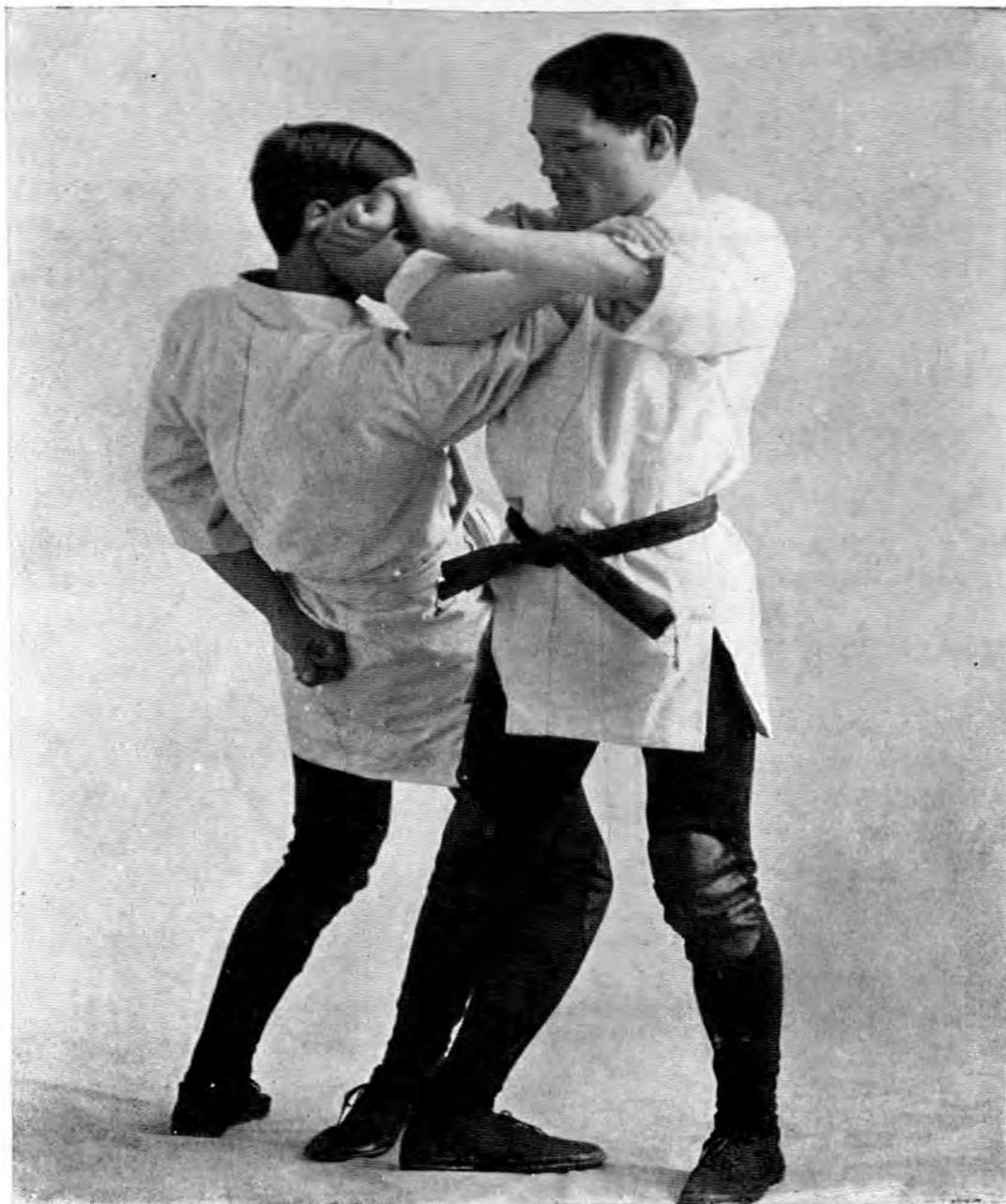


Fig. 298. — Coup n° 49 (4^e temps)

Maintenant que vous avez renversé de force en arrière la main droite de l'assaillant par-dessus son épaule, changez votre prise du pouce en une prise de poignet comme l'indique la figure 298. De la main droite, saisissez-vous le coude gauche. Avec la face postérieure de votre jambe droite, envoyez sur le jarret droit de votre adversaire un coup qui le fera culbuter. Allez à terre avec lui.

Coup n° 49 (5^e temps)

Une fois dans la position représentée par la figure 299, tordez vers l'extérieur la main droite de votre adversaire. Avec votre bras gauche aidé de la pression qu'exerce votre épaule gauche, amenez de force son coude droit en travers de sa poitrine. En même temps, vous enfoncez vigoureusement le genou droit dans la partie charnue et molle de son flanc droit. Il pourrait tenter de vous échapper en roulant de côté avec vous vers sa gauche : vous devrez donc maintenir solidement contre le sol le dos de sa main droite capturée, et lui fléchir énergiquement les doigts sur le poignet. Il vous faut absolument lui infliger une violente douleur pour assurer votre propre sécurité.

Coup n° 49 (6^e temps)

Voici un mode de torture qui amènera une soumission rapide. Votre main droite tient captif le poignet droit de votre adversaire, tandis que votre main gauche, enveloppant le dos de sa main capturée, lui fléchit les doigts sur le poignet. Votre genou droit s'enfonce maintenant dans son estomac, et votre avant-bras droit renverse de force son bras droit contre sa figure.



Fig. 299. — Coup n° 49 (5^e temps)



Fig. 300. — Coup n° 49 (6^e temps)



Fig. 301. — Coup n° 50 (1^{er} temps)

Lorsque votre adversaire effectue cette prise par derrière (*ceinture arrière*), sans vous emprisonner les bras, il applique le plus étroitement possible son corps contre le vôtre.



Fig. 302. — Coup n° 50 (2^e temps)

De la main gauche, saisissez le pouce droit de votre adversaire et poussez-le en arrière, vos doigts à la base de l'articulation de ce pouce, comme il a été expliqué pour quelques-uns des coups précédents.



Fig. 303. — Coup n° 50 (3^e temps)

Jetez votre bras droit par-dessus celui de l'assaillant et saisissez-vous le coude gauche. Profitant de la prise que vous avez faite sur son pouce droit, forcez votre adversaire à étendre le bras droit, comme le montre la figure 303.



Fig. 304. — Coup n° 50 (4^e temps)

Penchez-vous en avant, comme le montre la figure 304, les bras étendus vers le bas et aussi raidis que possible.



Fig. 305. — Coup n° 50 (5^e temps)

Fourrez votre pied droit en dehors de celui de votre adversaire et votre pied gauche entre ses deux pieds ; fléchissez obliquement en avant et vers la droite et culbutez-le par-dessus votre épaule. Assurez sa soumission par l'un quelconque des coups précédents de la deuxième partie.

TROISIÈME PARTIE

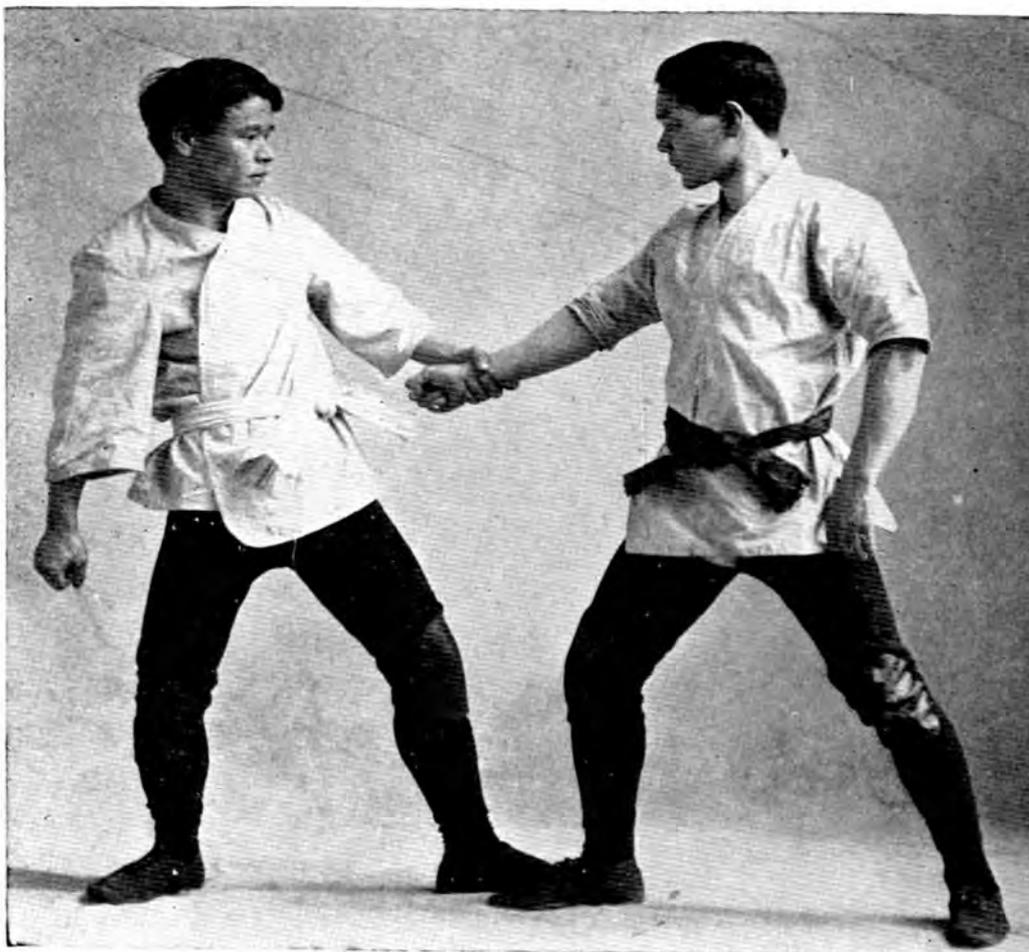


Fig. 306. — Coup n° 1 (1^{er} temps)

Supposons que l'adversaire vous ait saisi un poignet, comme le montre la figure 306.

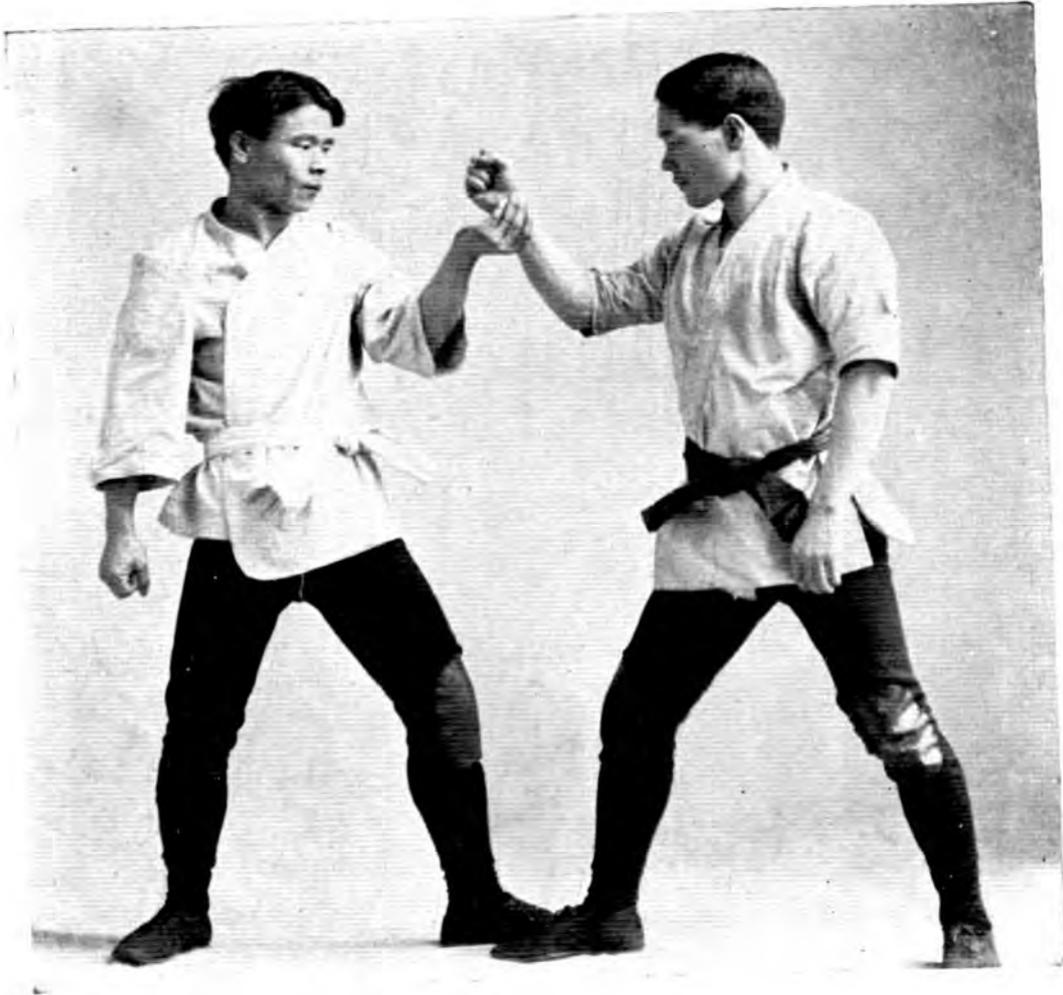


Fig. 307. — Coup n° 1 (2^e temps)

Ployez le bras capturé, le côté du pouce dirigé vers le haut, ainsi que le montre la figure 307.



Fig. 308. — Coup n° 1 (3^e temps)

Dans cette position, l'adversaire ne maintenant votre poignet que par la pression du pouce, il vous est facile d'arracher votre main de son étreinte. Mais, en commençant ce mouvement, vous devez toujours tenir votre main le côté du pouce tourné vers le haut.



Fig. 309. — Coup n° 2 (1^{er} temps)

Supposons que l'adversaire vous saisisse un poignet avec ses deux mains.



Fig. 310. — Coup n° 2 (2^e temps)

Si vous n'êtes pas assez fort pour arracher des deux mains de votre adversaire le poignet ainsi capturé, en faisant usage du coup précédent, il vous faut alors vous servir de vos deux mains. Supposons que le poignet saisi soit le poignet droit. Allongez votre main gauche par-dessus, la paume de la main au-dessus de l'extrémité de votre poignet droit, et les doigts de cette main sous ce poignet, comme le montre la figure 310.



Fig. 311. — Coup n° 2 (3^e temps)

Maintenant, avec l'aide de votre main gauche, contentez-vous de ramener vivement votre poignet droit vers le haut dans la direction de votre épaule, votre main droite restant le côté du pouce dirigé vers le haut, pendant que vous ployez le bras droit.

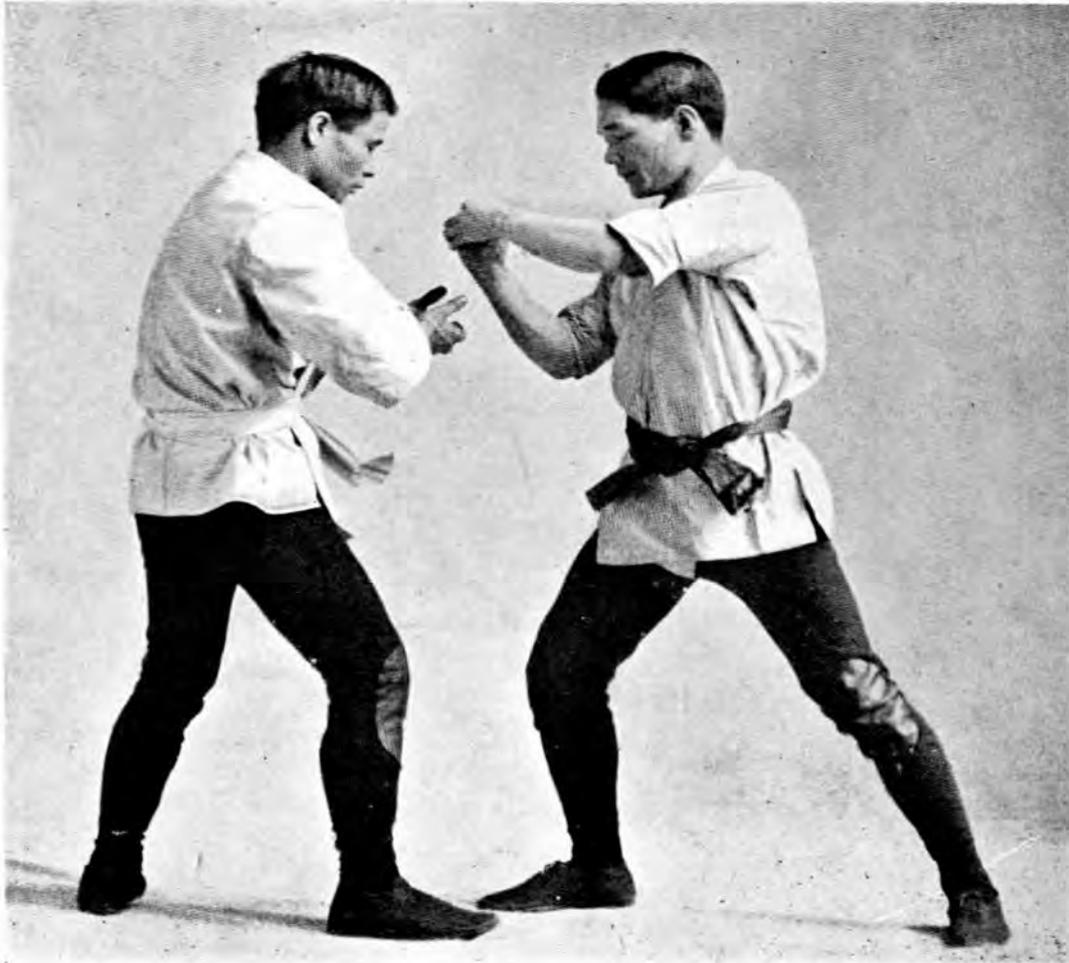


Fig. 312. -- Coup n° 2 (4^e temps)

Tirez vivement votre poing droit vers le haut dans la direction de l'épaule, comme il a été indiqué précédemment, et la prise est rompue.

Nota bene. — Si l'assaillant est un homme très vigoureux et qu'il vous soit, par suite, difficile de fléchir le bras, commencez par abaisser un peu votre épaule vers le poignet, et la flexion deviendra plus aisée,

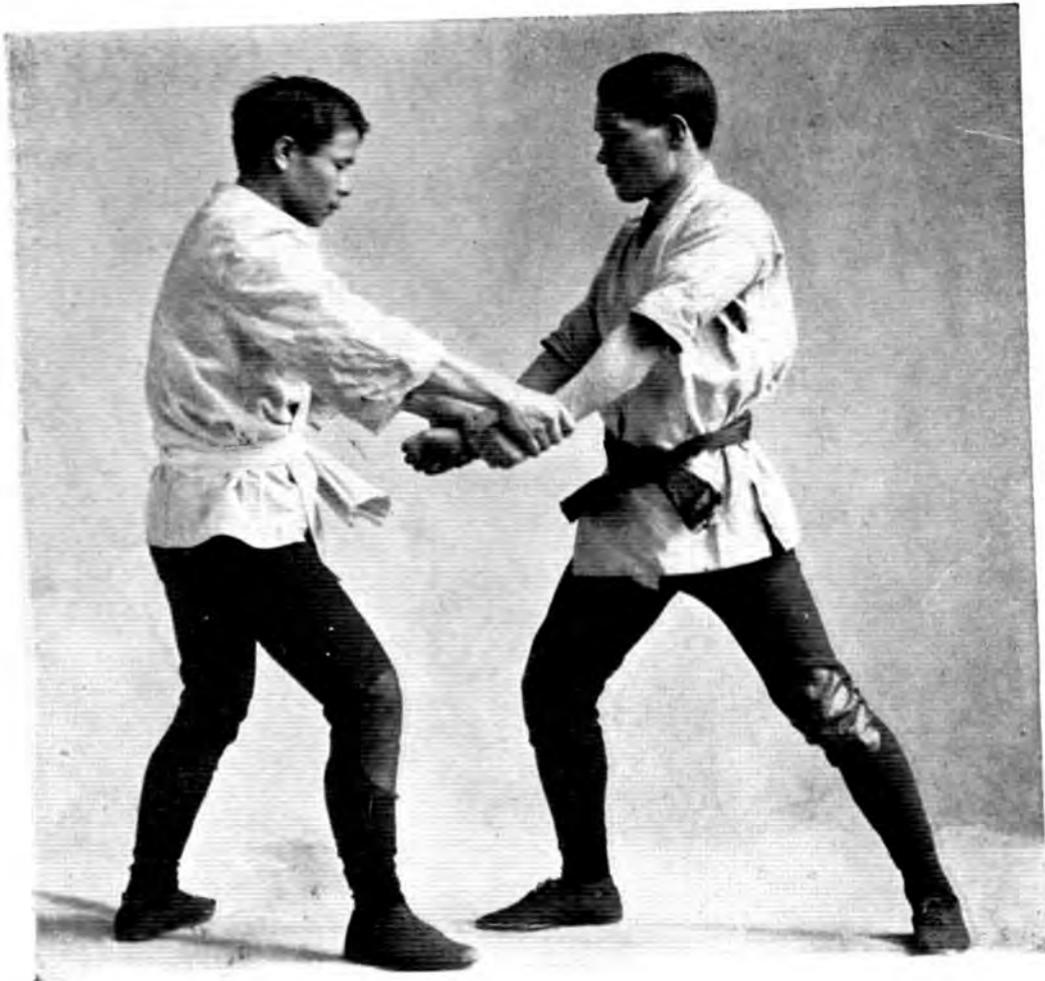


Fig. 313. — Coup n° 3 (1^{er} temps)

Parfois, votre assaillant vous saisira les deux poignets, comme le montre la figure 313.

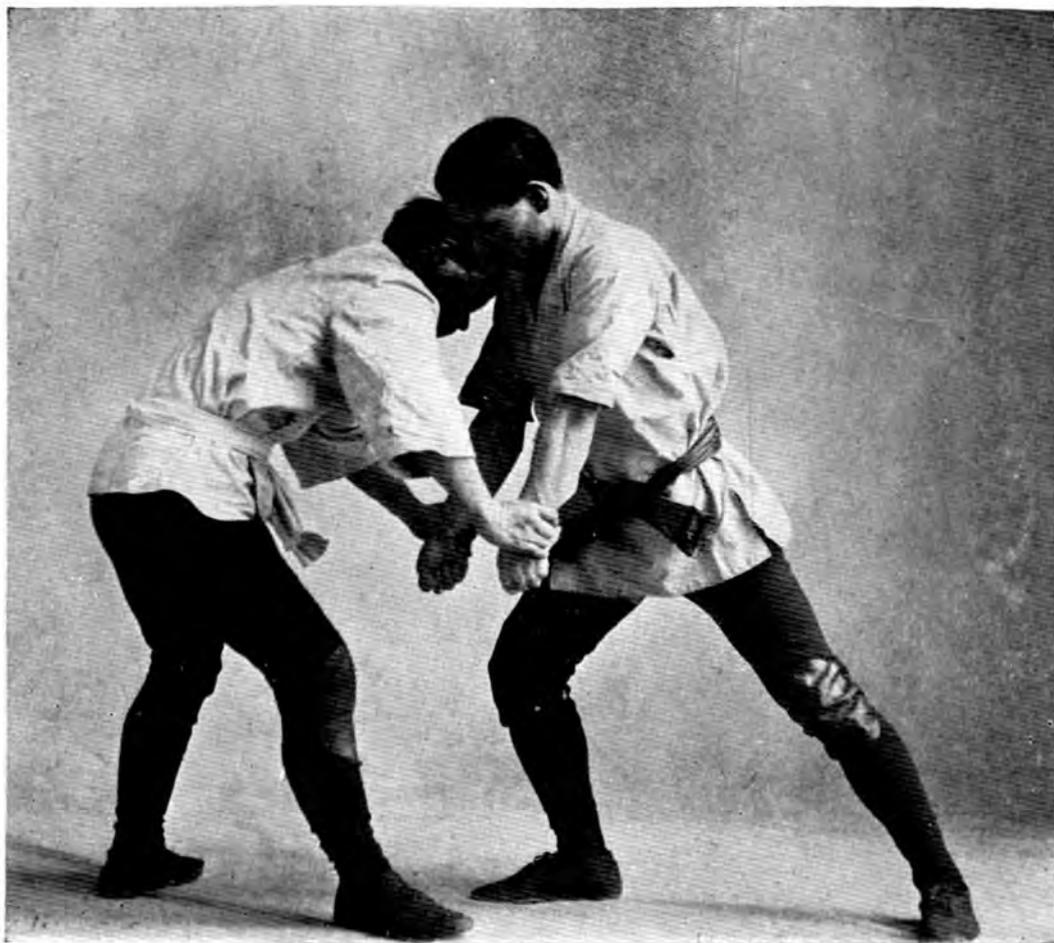


Fig. 314. — Coup n° 3 (2^e temps)

Allongez alors devant vous, vers le sol, vos deux bras raidis et penchez-vous en avant, en abaissant les poings.

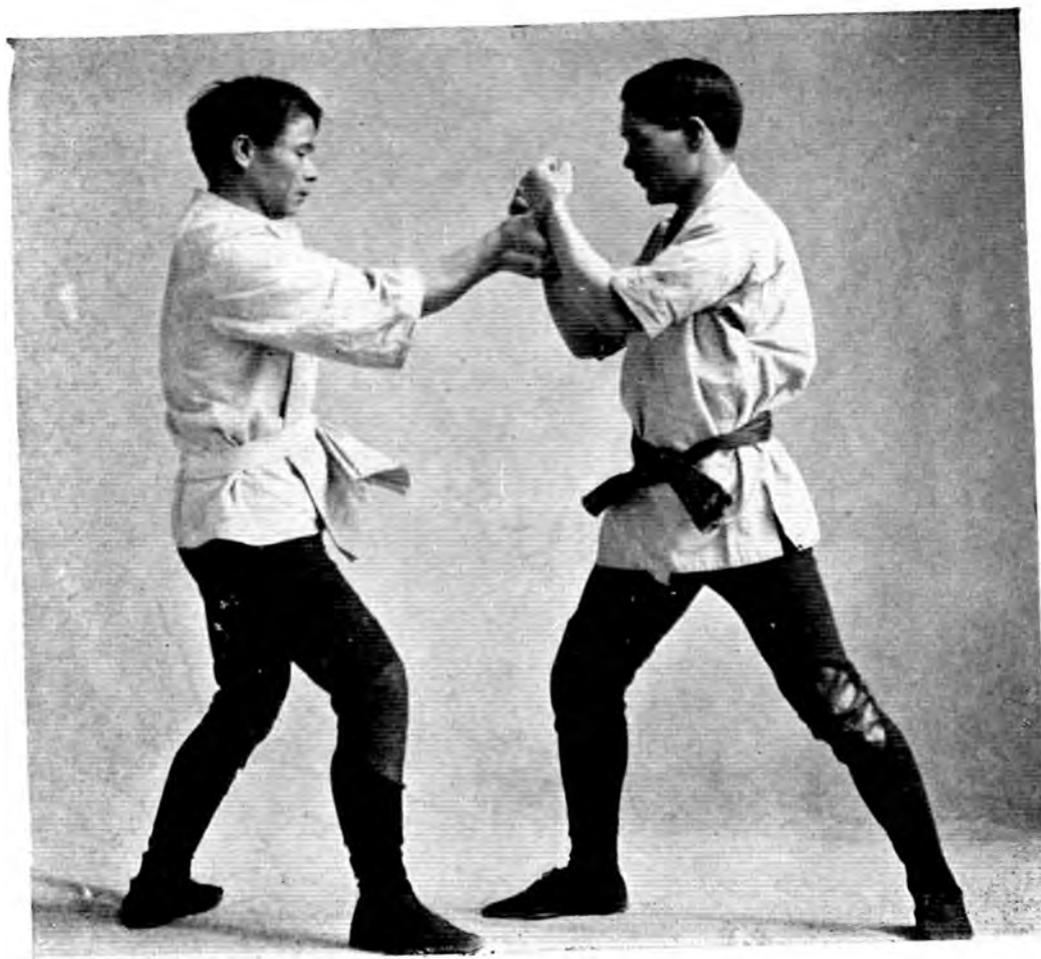


Fig. 315. — Coup n° 3 (3^e temps)

Cela force votre assaillant à ployer les poignets, ce qui desserre son étreinte. Tordez alors vos poings en dehors et fléchissez les bras, les pouces en dessus, comme pour le coup n° 1.



Fig. 316. — Coup n° 3 (4^e temps)

À ce moment, une torsion combinée avec une flexion des avant-bras libérera vos poignets en les arrachant à l'adversaire.

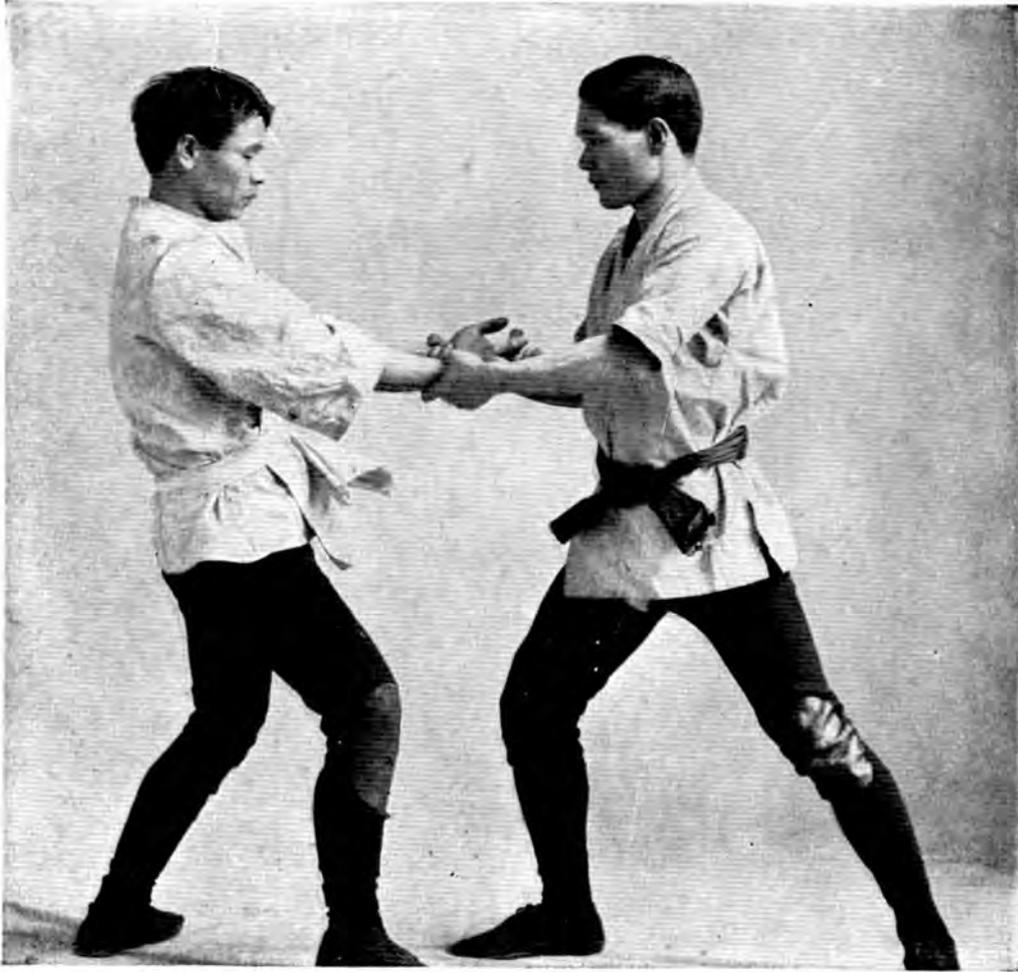


Fig. 317. — Coup n° 3 (5^e temps)

Dans le cas où vous voudriez poursuivre en saisissant les poignets de votre adversaire, n'élevez pas les mains trop haut en fléchissant les bras, mais faites une torsion et, au moment où vous libérez vos poignets par arrachement, encerclez avec vos mains les poignets de l'adversaire. En lui saisissant les mains, vous avez la faculté, si vous le désirez, de l'empoigner par un pouce ou un doigt et de le lui tordre.

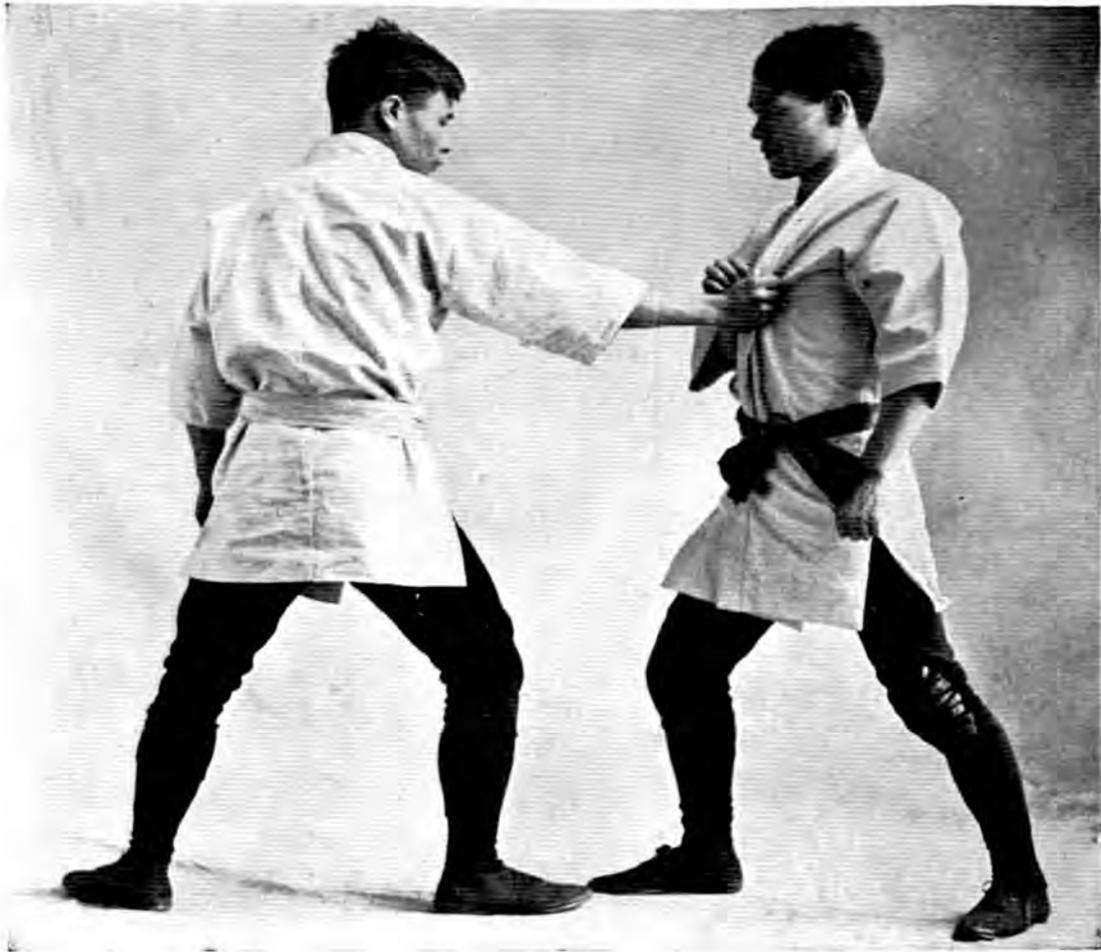


Fig. 318. — Coup n° 4 (1^{er} temps)

Ici, l'assaillant saisit de la main droite le bord de votre vêtement. Dans ce cas, vous devez lui empoigner le pouce de la façon que nous allons indiquer. Il importe d'étudier ce procédé et de s'en rendre maître. Il s'agit de faire fléchir le pouce de l'assaillant jusqu'à le replier sur lui-même. L'effort doit être appliqué tout à fait à l'extrémité de l'ongle, de façon à doubler en quelque sorte le pouce. Si l'effort est appliqué plus haut sur l'ongle, on ne pourra causer autant de douleur. (On se rendra compte de la façon suivante de l'effet de cet effort sur l'extrémité de l'ongle : Fermez la main gauche, puis, avec votre main droite, pressez sur l'extrémité de l'ongle du petit doigt, en faisant effort pour forcer le petit doigt à se fermer encore davantage.) Il faut bien posséder la pratique de cette pression sur l'ongle, qui présente une importance extrême pour la pratique du *jiu-jitsu*.

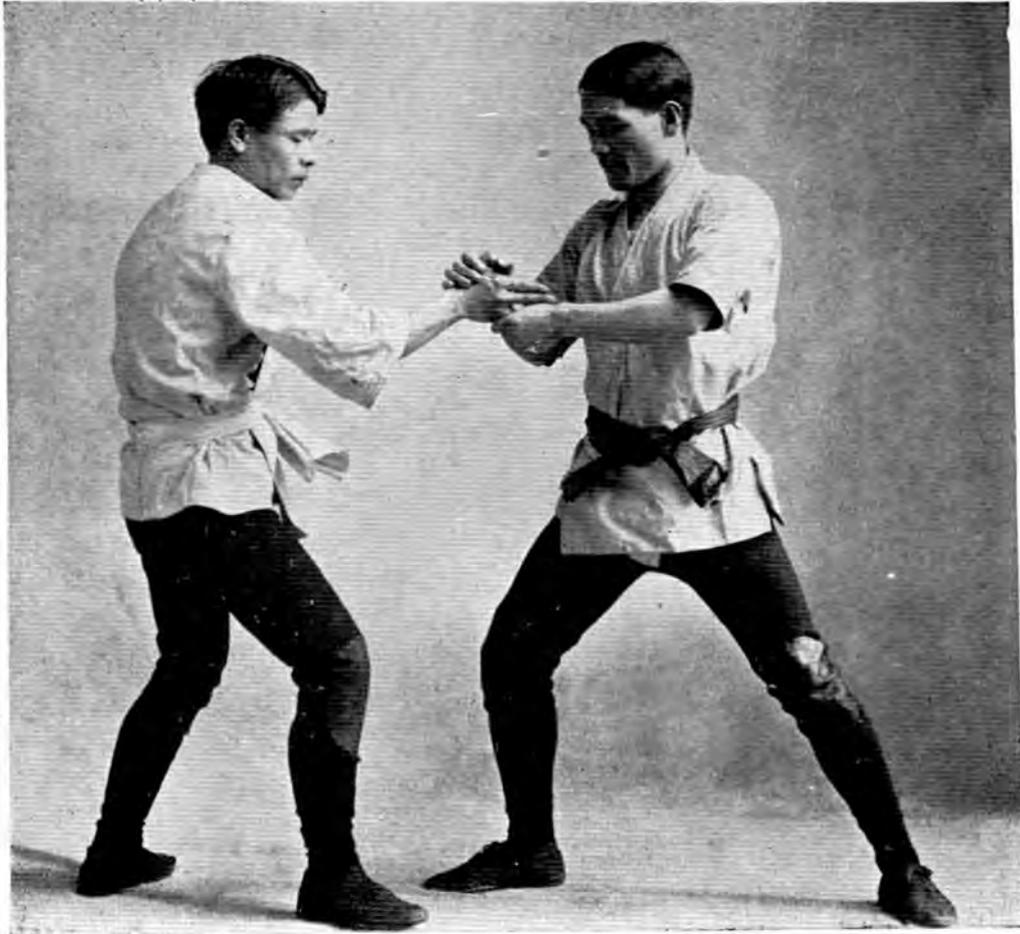


Fig. 319. — Coup n° 4 (2^e temps)

En même temps que vous effectuez la prise que nous venons d'indiquer, enfoncez la pulpe de votre pouce gauche dans le dos de la main droite de l'assaillant et, au moment où vous le forcez à relâcher cette main, tenez-vous prêt à en saisir les troisième et quatrième doigts avec votre main gauche, et à les écarter des autres doigts.



Fig. 320. — Coup n° 4 (3^e temps)

La figure ci-dessus montre encore un autre moyen de faire lâcher prise à la main de l'assaillant. S'il saisit le bord de votre vêtement avec la main droite, appuyez la pulpe de votre pouce gauche contre la pulpe de son pouce droit. Entourez avec les doigts de votre main droite le pouce capturé. Poussez alors ce pouce en arrière avec votre pouce gauche, en saisissant en même temps la main avec votre main droite, de façon à pouvoir faire passer la prise de votre main gauche à votre main droite. Dans la situation que représente la figure 320, le changement a été fait. Appuyez maintenant, avec le pouce gauche, sur les extrémités des ongles des deux derniers doigts de la main droite de votre adversaire, ainsi qu'il a été indiqué précédemment. Cela le met à votre merci. S'il tente de vous atteindre avec sa main gauche restée disponible, vous pouvez lui envoyer un coup de pied dans l'abdomen et terminer la lutte.



Fig. 321. — Coup n° 4 (4^e temps)

Si vous voulez culbuter votre adversaire vers sa droite, renversez son pouce droit en arrière avec votre pouce gauche, ainsi que le montre la figure 321. Avec votre pouce droit, appuyez contre le dos de la main capturée, de façon à la ployer en dedans.



Fig. 322. — Coup n° 4 (5^e temps)

Si votre opposant est très fort, appliquez vivement votre main gauche exactement de la même façon que votre main droite, comme le montre la figure 322, et, en tordant franchement la main de votre adversaire vers sa droite, tombez-le. S'il est nécessaire, calez votre pied droit contre la face externe de son pied droit pour faciliter la chute.

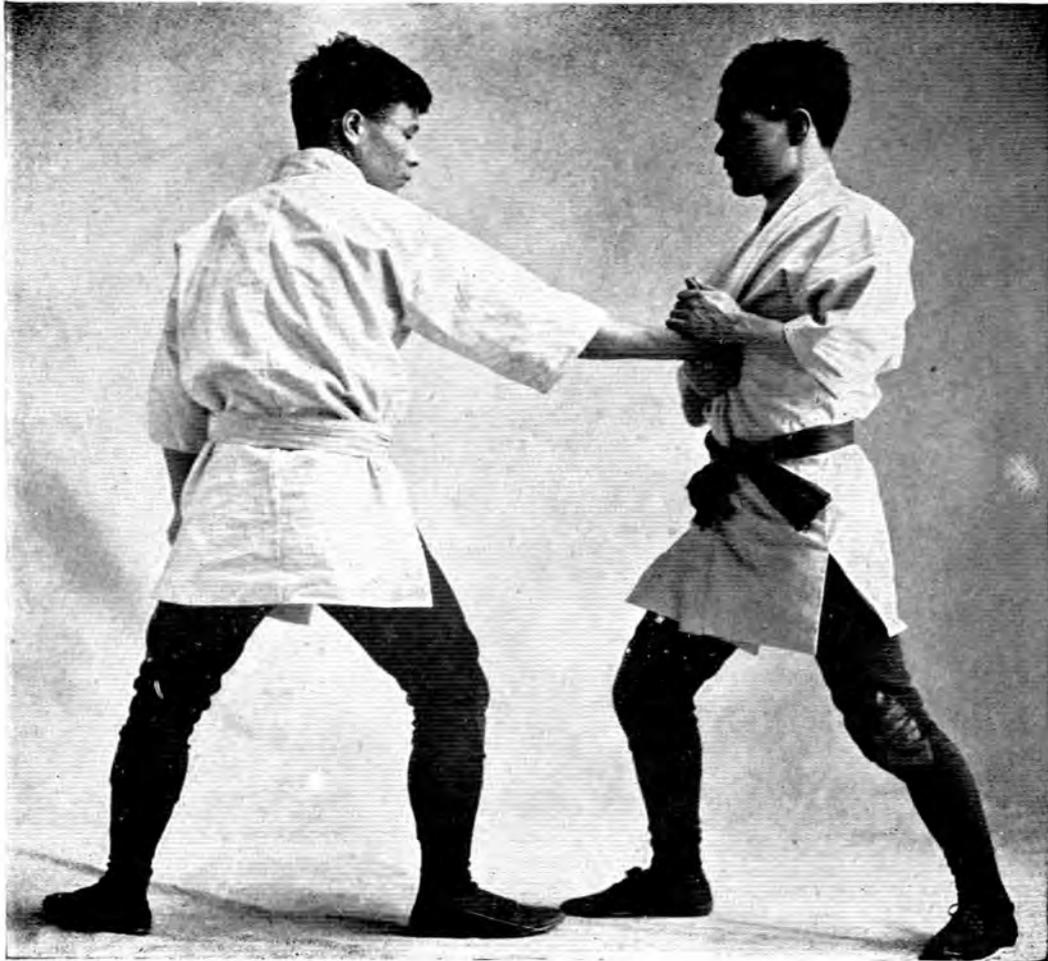


Fig. 323. — Coup n° 5 (1^{er} temps)

Faites lâcher prise, de la façon déjà expliquée, à la main avec laquelle l'adversaire vous attaque, une de vos mains renversant de force son pouce en arrière, et l'autre exerçant avec le bout des doigts une pression sur les deux derniers doigts de cette main.

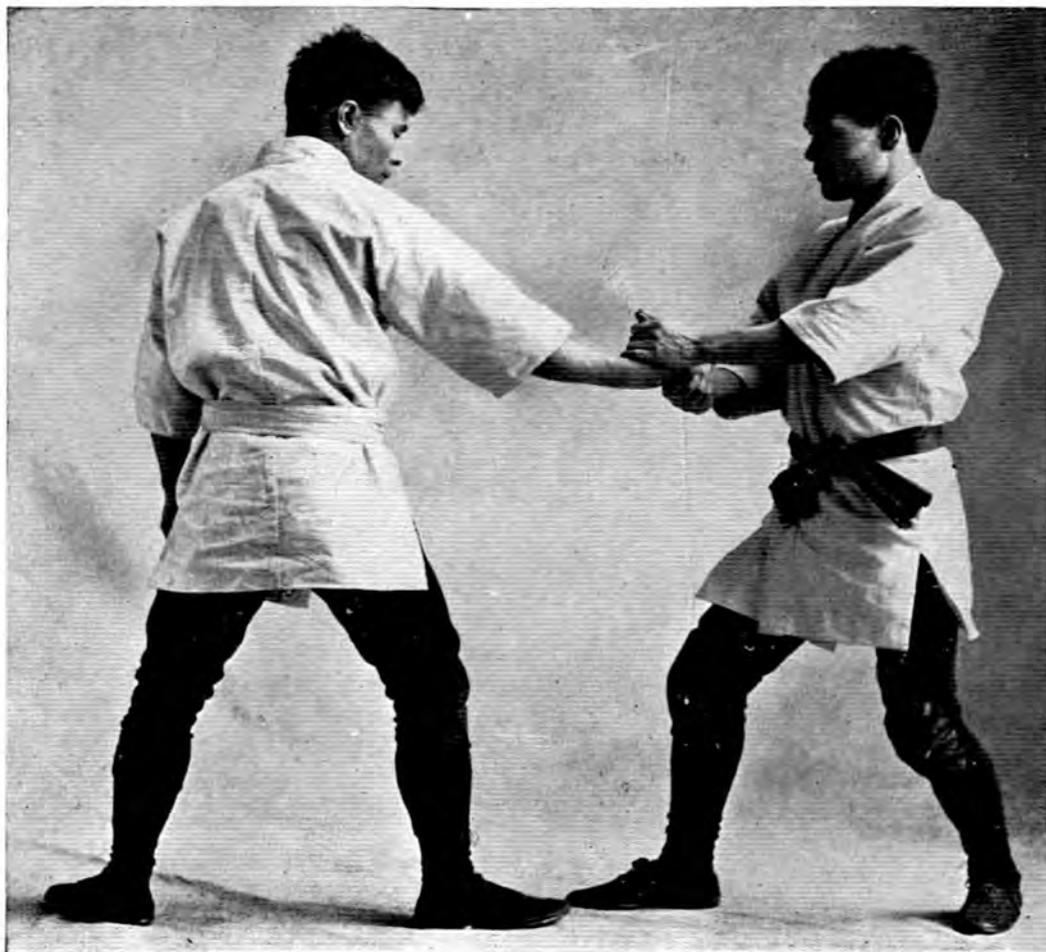


Fig. 324. — Coup n° 5 (2^e temps)

Faites lâcher prise à la main qui vous attaque et prenez la position que représente la figure 324.



Fig. 325. — Coup n° 5 (3^e temps)

Tout en conservant la prise effectuée sur la main de l'adversaire, pivotez vivement devant lui.

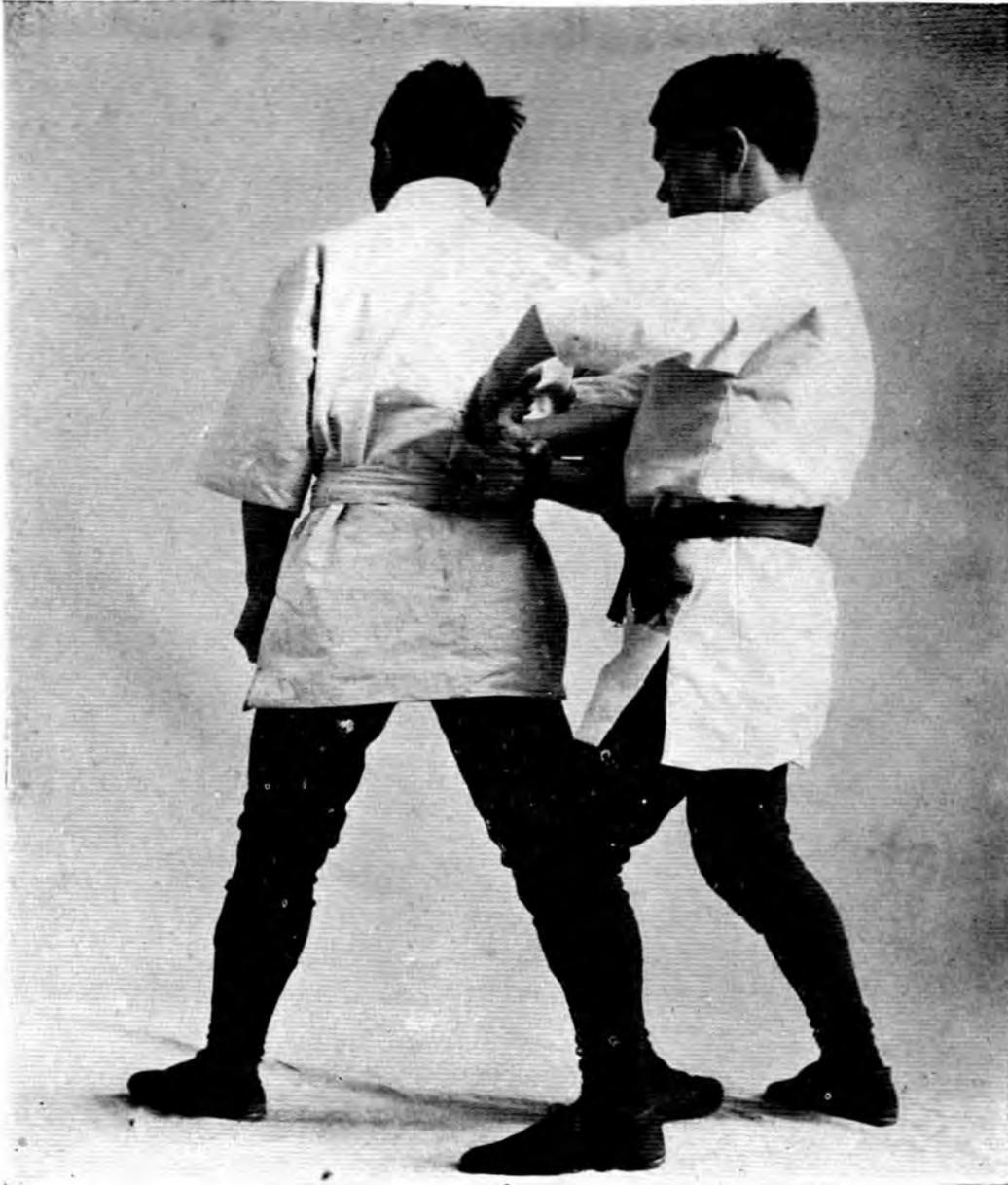


Fig. 326. — Coup n° 5 (4^e temps)

Portez-vous derrière votre victime en faisant un effort de torsion et placez vos pieds comme l'indique la figure 326.

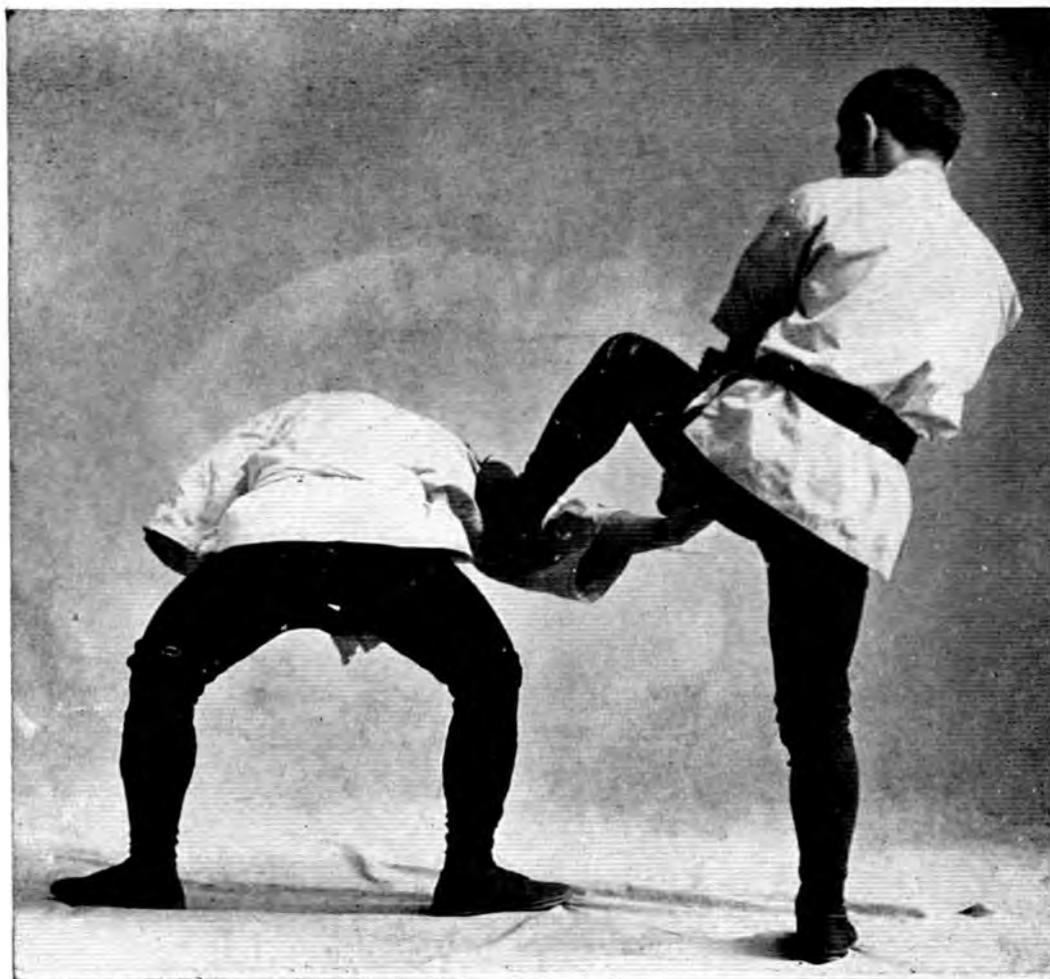


Fig. 327. — Coup n° 5 (5^e temps)

Si votre adversaire continue à résister, tirez vivement en arrière son bras capturé, appuyez votre pied gauche contre la face postérieure de son bras et culbutez votre ennemi.

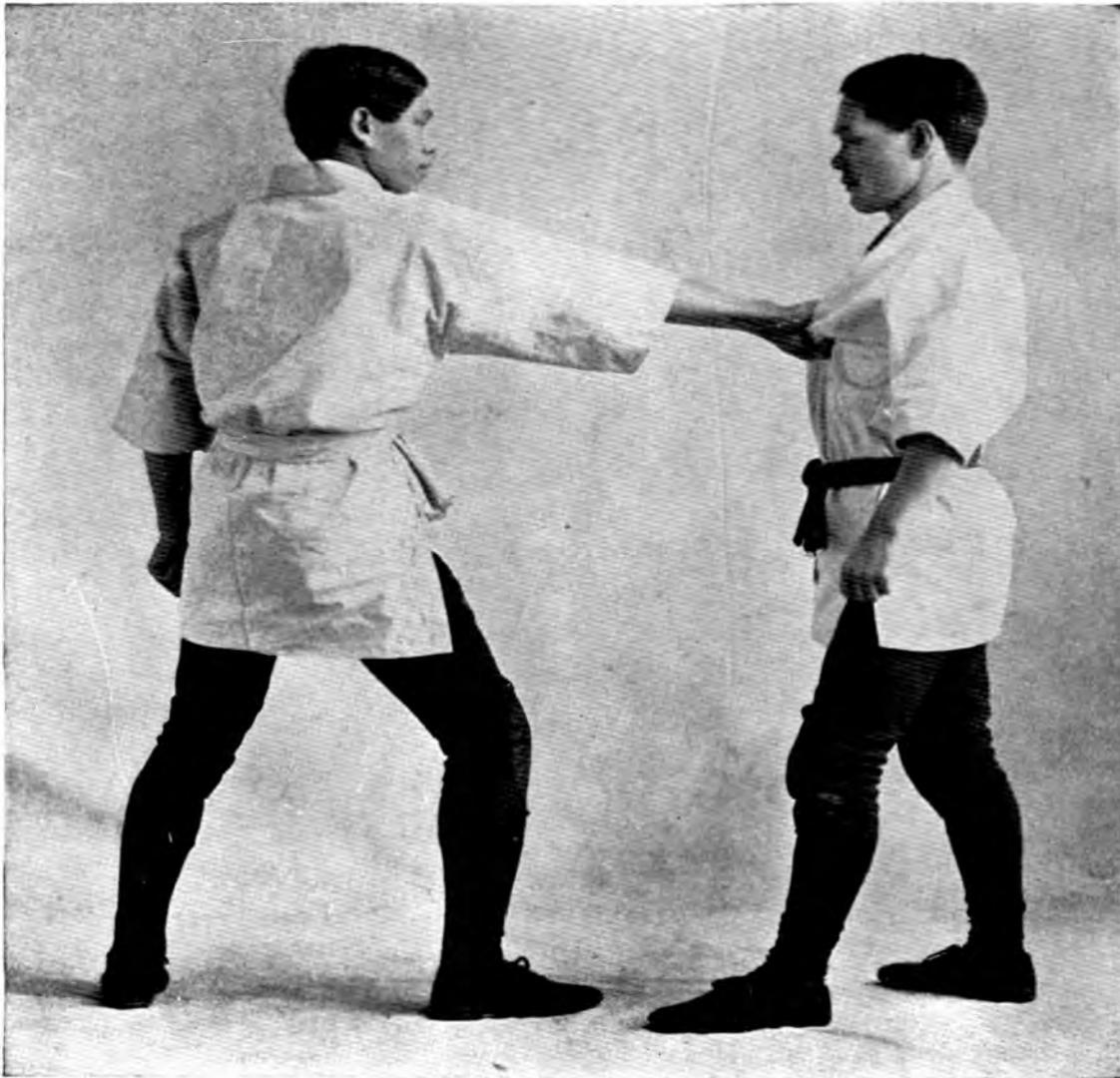


Fig. 328. — Coup n° 6 (1^{er} temps)

Cette fois-ci, l'assaillant s'est décidé à saisir le bord de votre vêtement, avec le dos de la main en dessus.

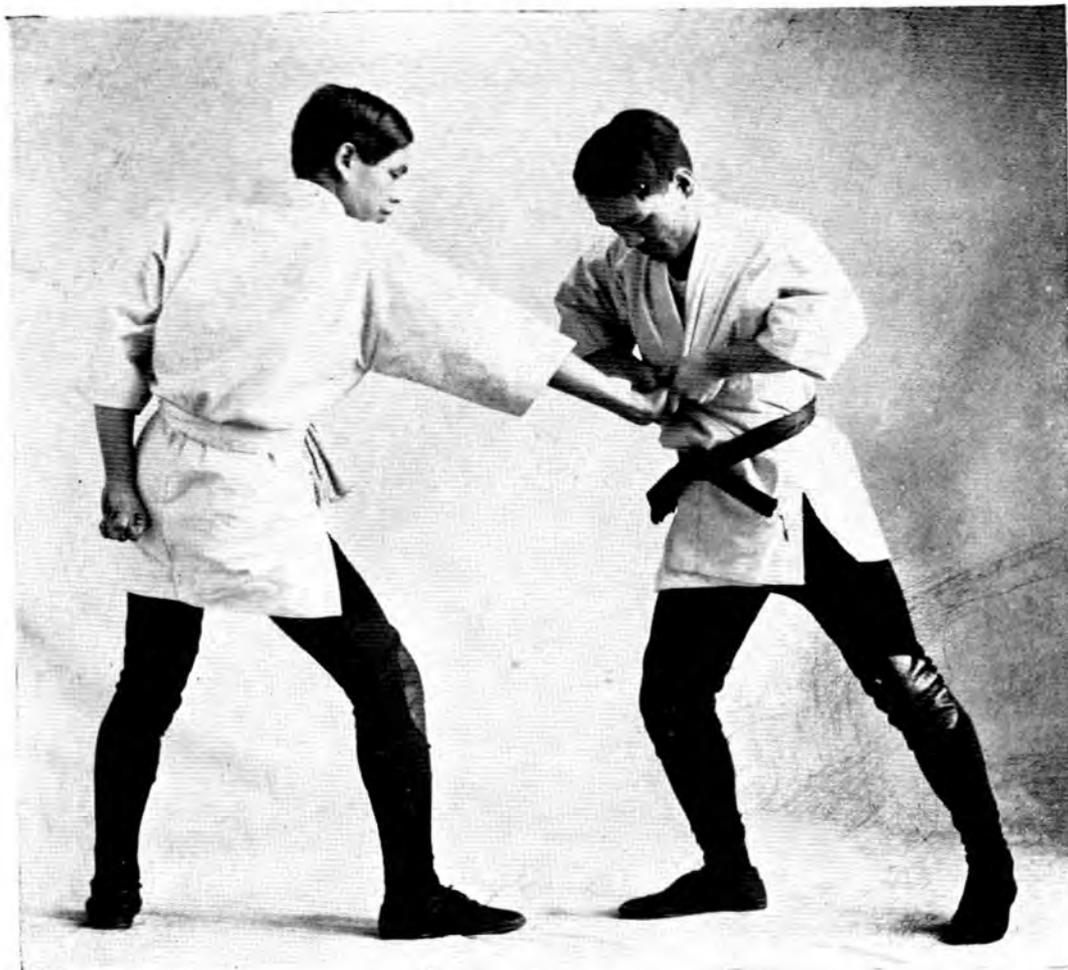


Fig. 329. — Coup n° 6 (2^e temps)

Appuyez vigoureusement avec les pouces sur le dos de la main qui attaque, entre les deux doigts du milieu, juste à leur naissance, et appliquez en même temps vos doigts sur la face inférieure de cette main.

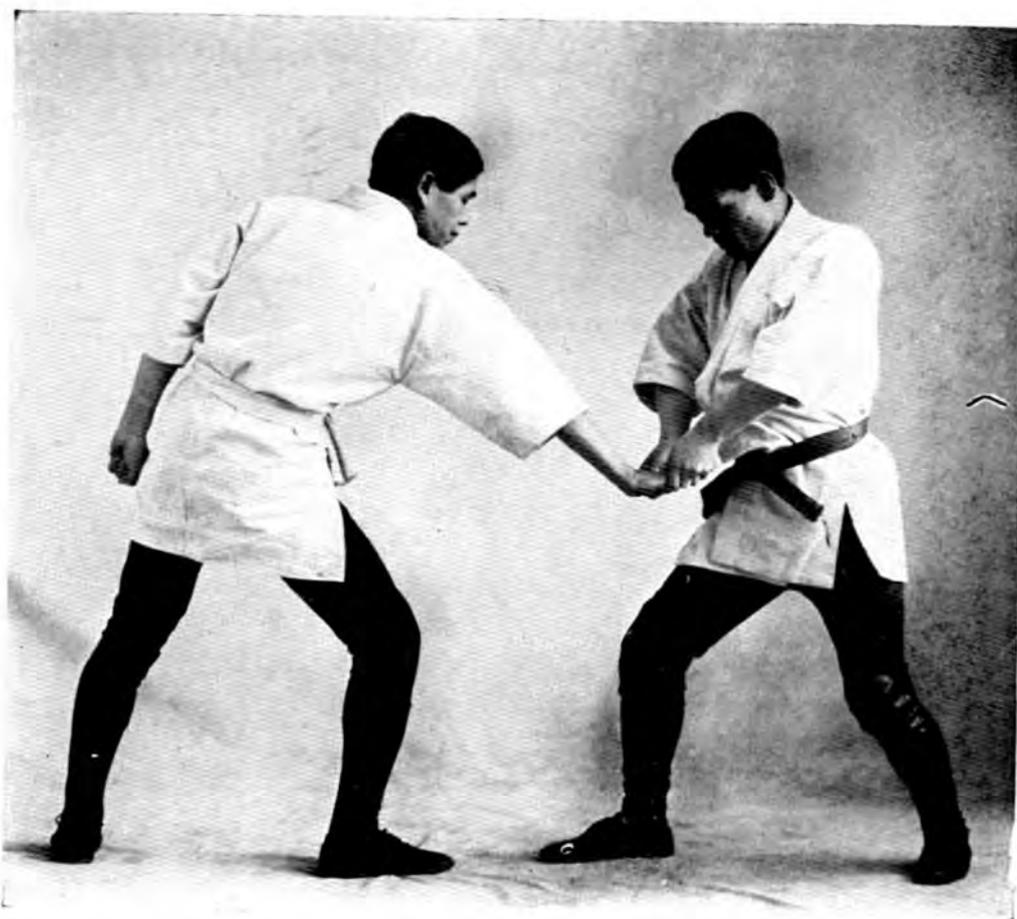


Fig. 330. — Coup n° 6 (3^e temps)

Appuyez durement sur la main capturée de votre adversaire, en la poussant de force vers le bas, et faites-lui ainsi lâcher prise.

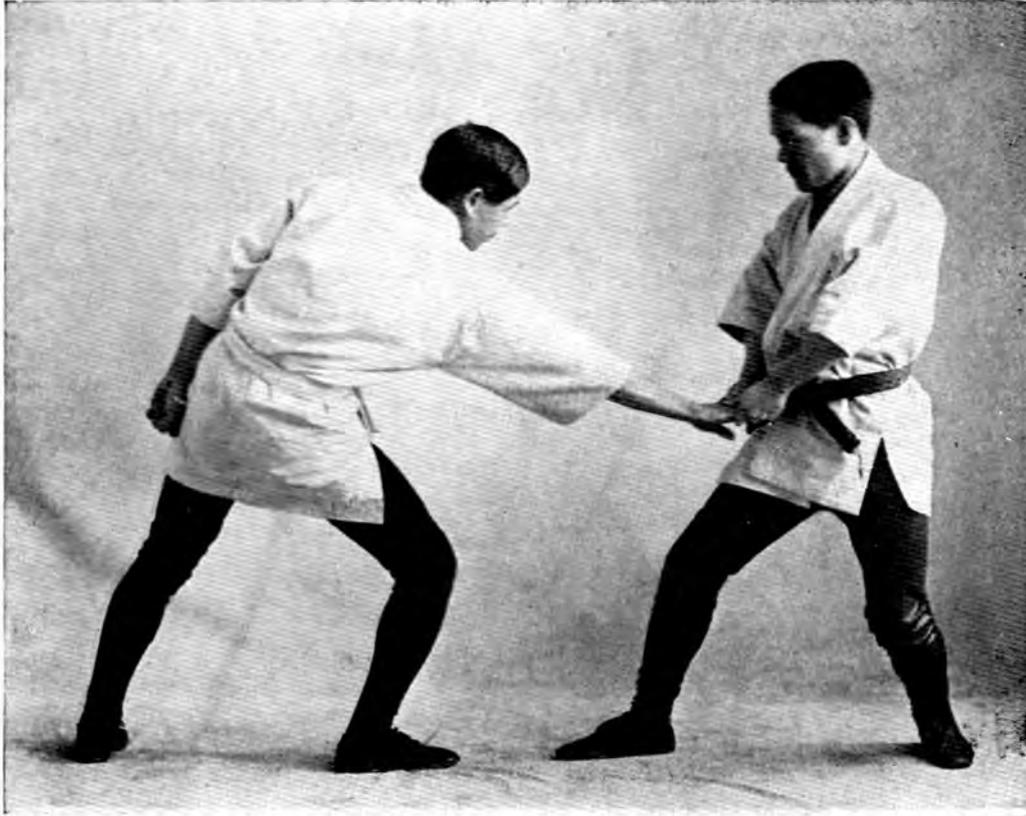


Fig. 331. — Coup n° 6 (4^e temps)

Saisissez avec chacune de vos mains deux des doigts de votre adversaire et écartez l'une de l'autre ces deux paires de doigts, comme si vous vouliez déchirer cette main en deux.

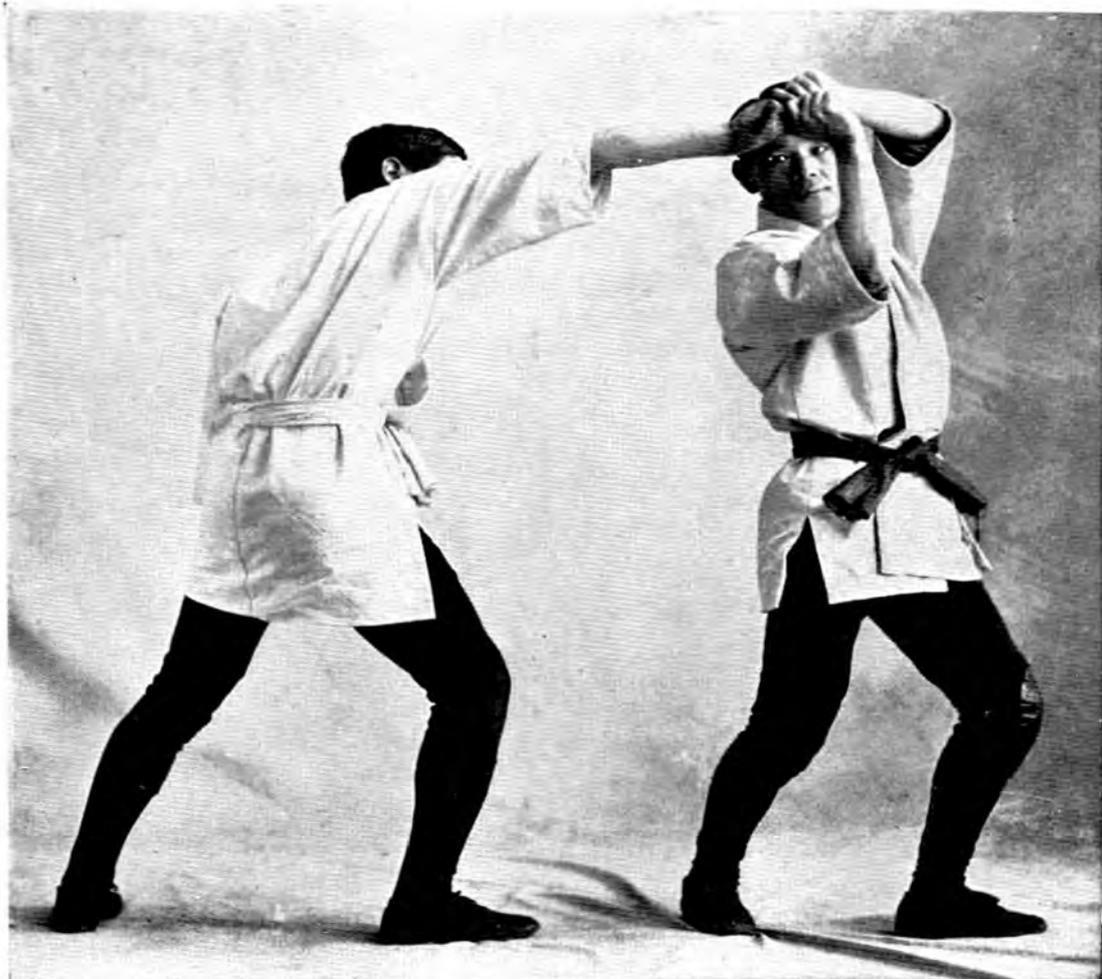


Fig. 332. — Coup n° 6 (5^e temps)

Tournez vivement le dos à votre victime, mais sans essayer de lui tordre l'articulation du coude.

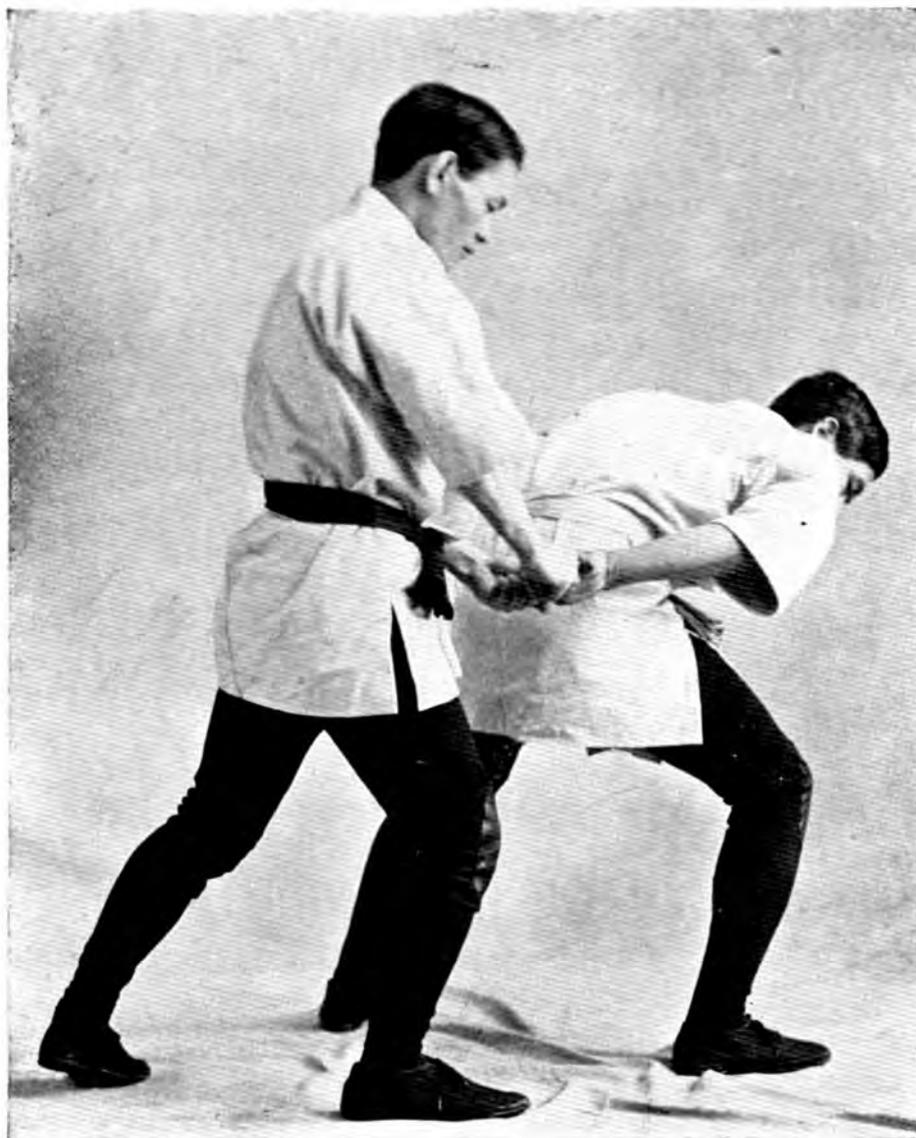


Fig. 333. — Coup n° 6 (6^e temps)

Sautez derrière votre adversaire, comme le montre la figure 333. Si celui-ci résiste encore, placez votre pied droit en dehors de son pied gauche et culbutez-le vers sa gauche. Cette chute lui brisera le bras droit.

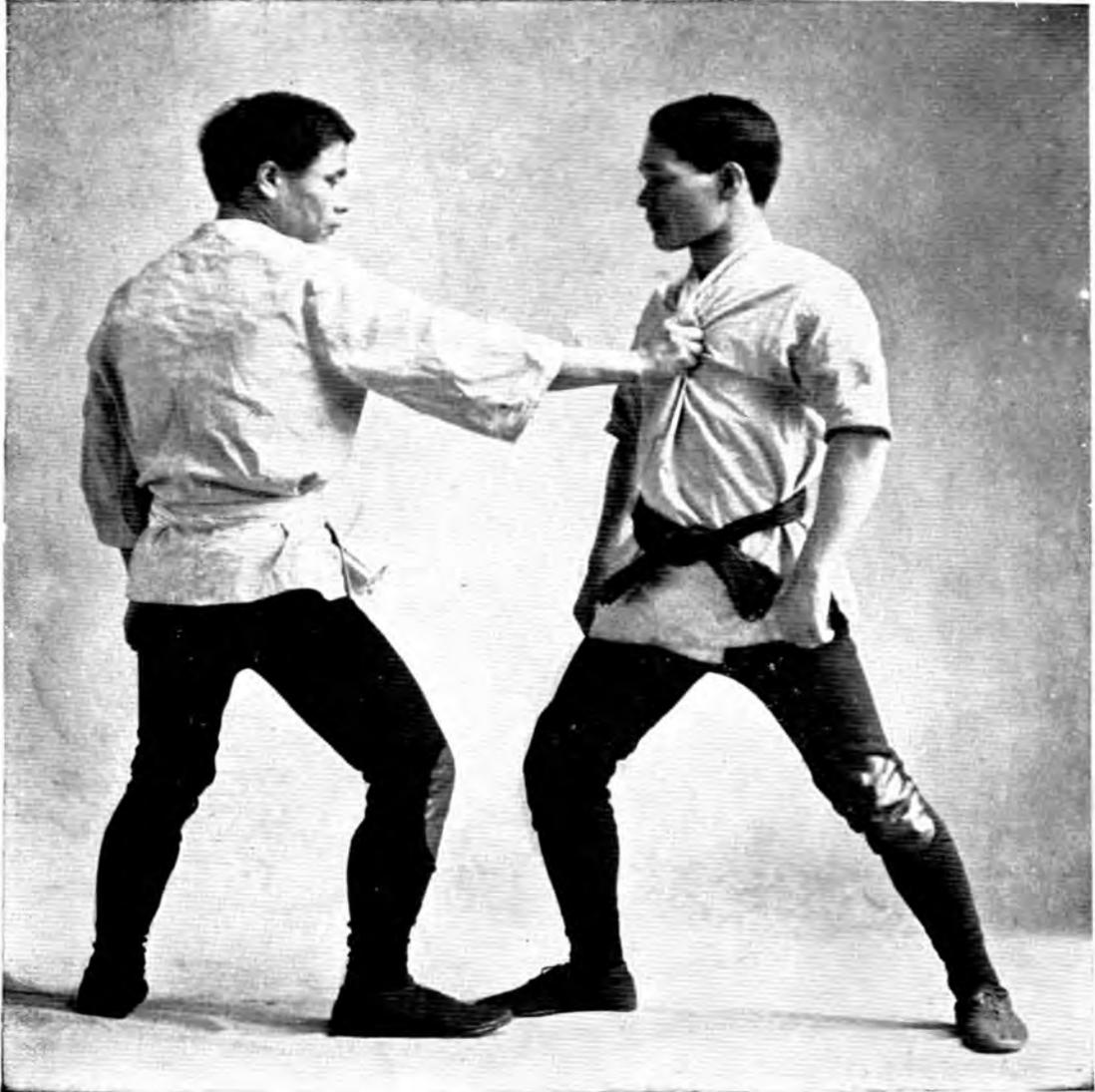


Fig. 334. — Coup n° 7 (1^{er} temps)

Ici, votre assaillant saisit les revers ou le bord de votre vêtement en employant une quelconque des nombreuses prises possibles.

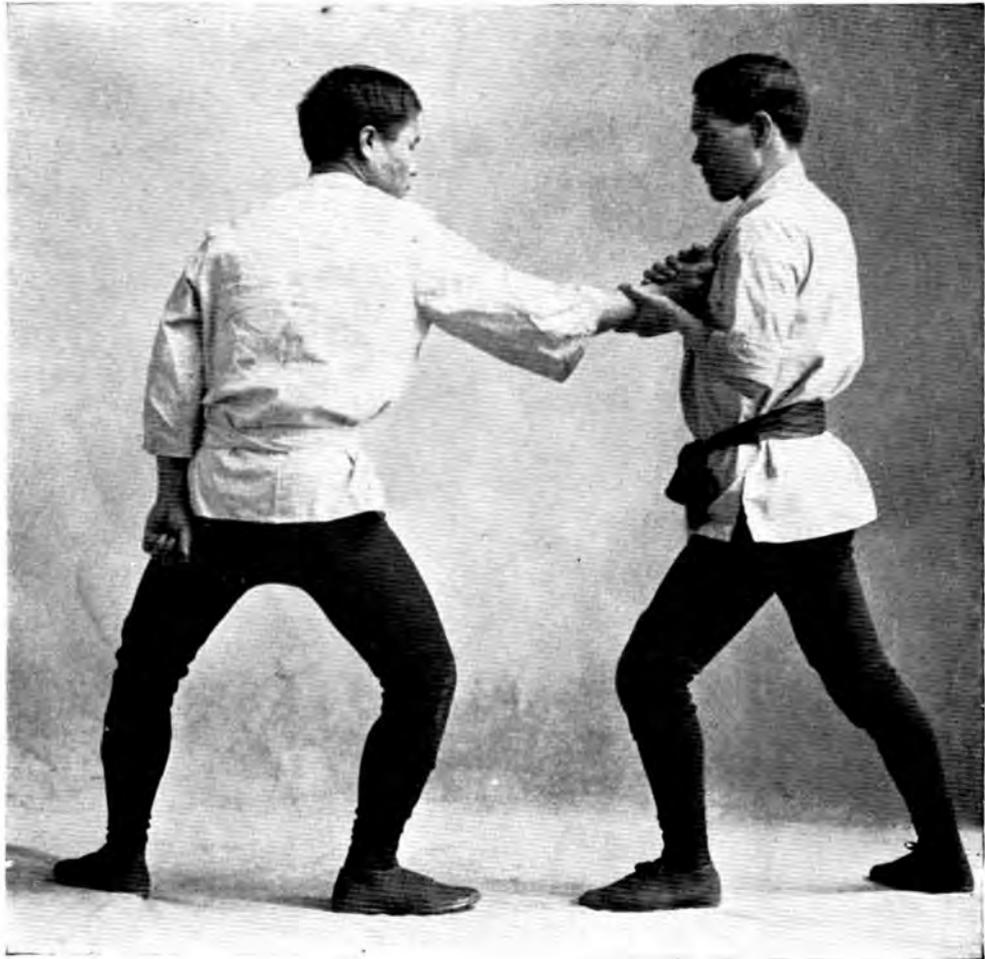


Fig. 335. — Coup n° 7 (2^e temps)

Faites lâcher prise à l'assaillant en effectuant la prise de pouce que nous avons déjà indiquée. Tordez-lui le pouce et avec l'autre main saisissez-lui la main ou le poignet. Vous n'avez besoin, à ce deuxième temps, que de forcer la main de l'adversaire à abandonner votre vêtement.

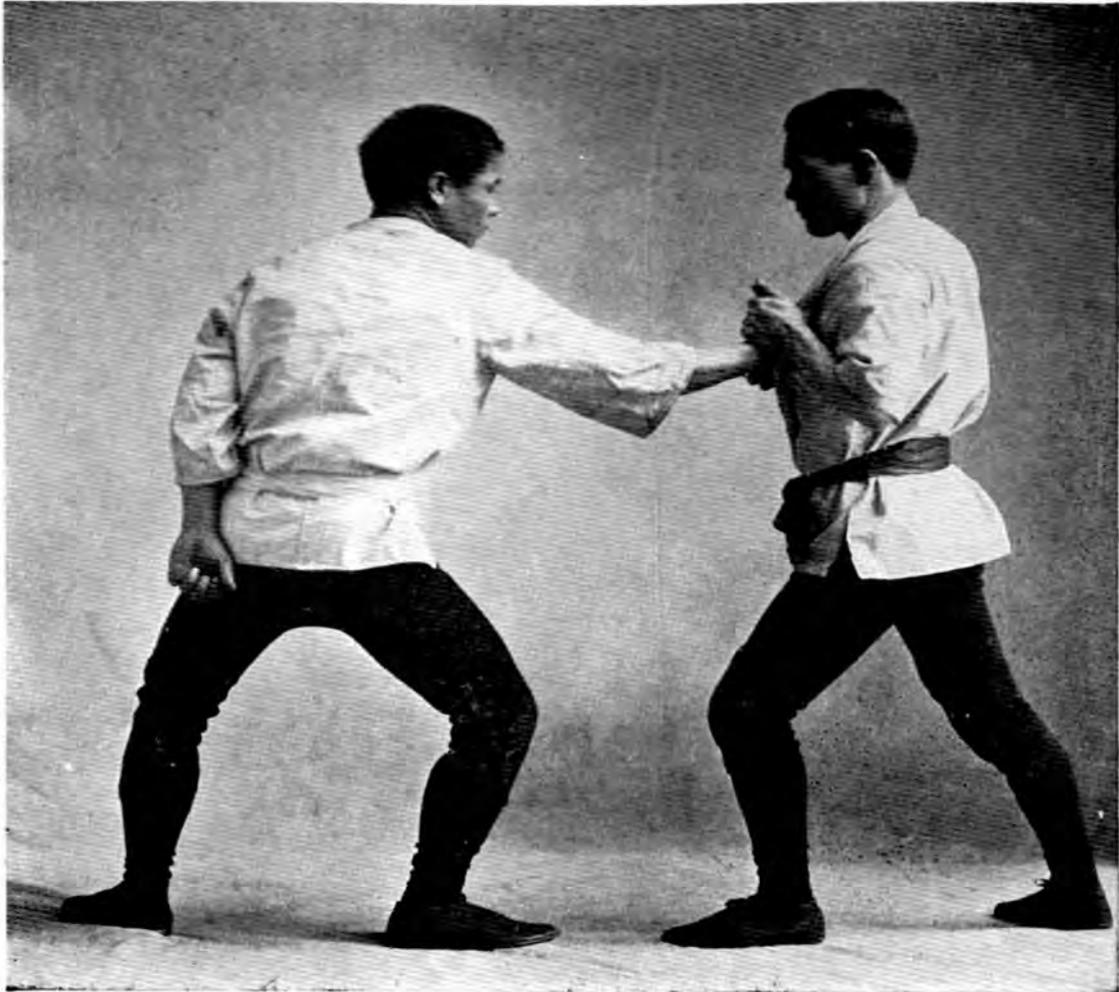


Fig. 336. — Coup n° 7 (3^e temps)

Juste au moment où votre adversaire renonce à sa prise sur votre vêtement, changez la position de vos mains et saisissez de la main gauche le pouce de la main qui attaque. Vous pouvez maintenant vous servir de votre main droite pour effectuer sur sa main la prise que vous préférerez.

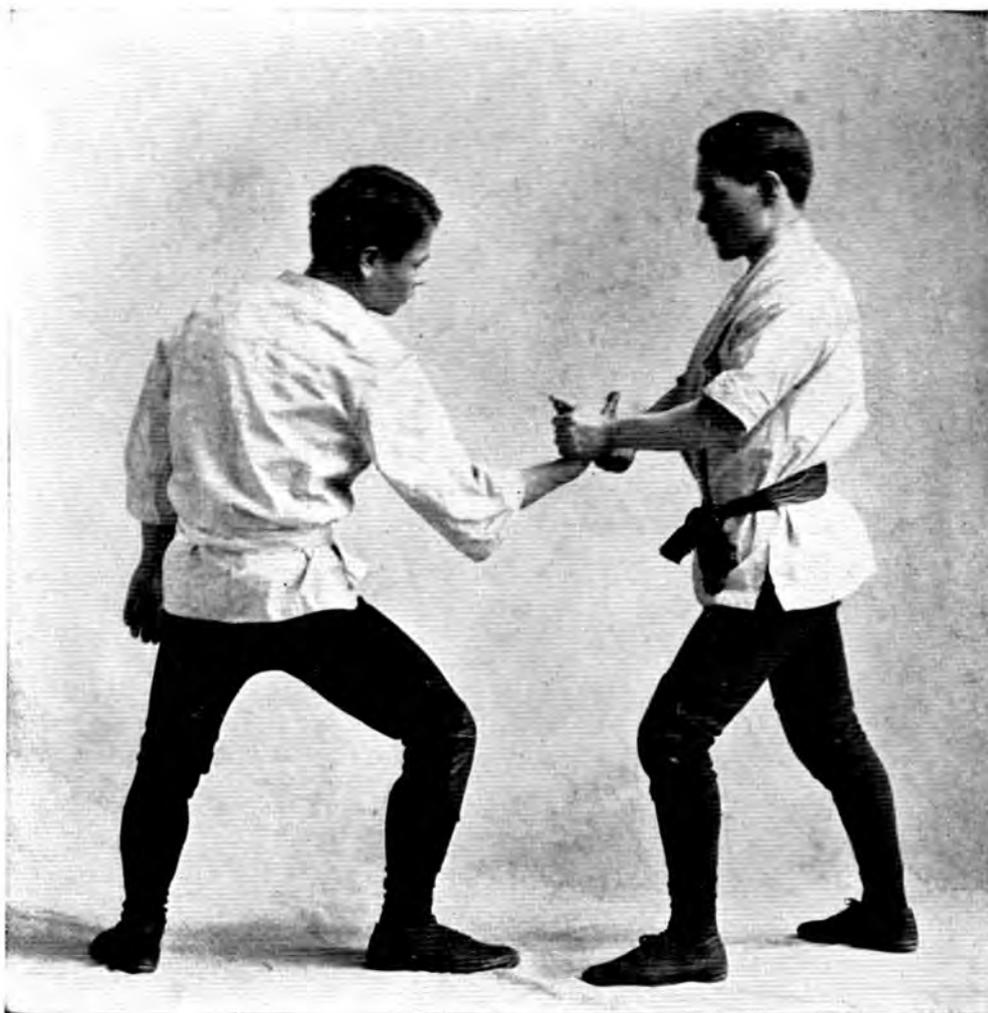


Fig. 337. — Coup n° 7 (4^e temps)

Vous pouvez, si vous voulez, ployer la main de votre adversaire sur son poignet, tout en lui tordant le pouce, de la façon indiquée par la figure 337. Appliquez en même temps avec vigueur la pointe de votre pied gauche dans l'abdomen de votre ennemi, — et il se trouvera hors de combat.

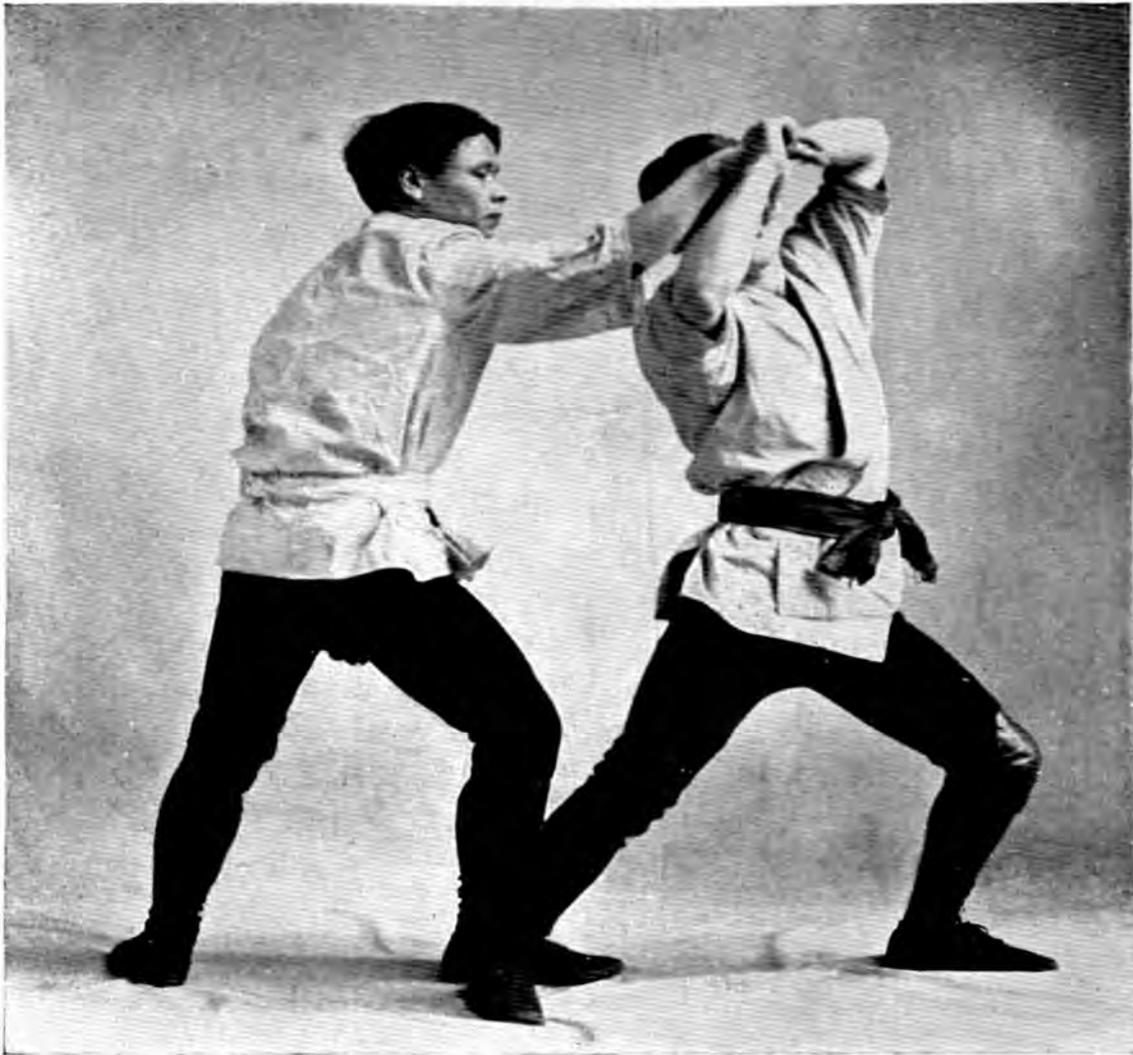


Fig. 338. — Coup n° 7 (5^e temps)

Au lieu d'envoyer un coup de pied, vous pouvez continuer l'exécution du coup en tirant par-dessus votre épaule le bras de votre adversaire et en tombant ce dernier par le coup de lutte dit *tour de bras à la volée*. (Ce coup a été expliqué à propos de coups antérieurs.) Dans le *tour de bras à la volée*, la paume de la main se trouve en dessous. Si vous voulez rendre plus douloureuse la défaite de votre adversaire, amenez son bras par-dessus votre épaule avec la paume de la main en dessus, de telle sorte que toute pression exercée sur ce bras le forcera à « plier dans le mauvais sens », ce qui peut amener une fracture.

Coup n° 7

6^e temps (pas de figure). — A moins que vous ne vouliez donner à la chute un caractère tout à fait dangereux, il importe peu que la paume de la main capturée se trouve tournée en dessus ou en dessous. Dans l'un et l'autre cas, vous feindrez de vouloir jeter votre adversaire par-dessus votre épaule, et tout naturellement il résistera à l'effort exercé pour le culbuter. En même temps qu'il tire son bras en arrière, il jettera son bras libre autour de votre cou dans le but de vous renverser en arrière. Ne résistez pas, mais laissez-vous aller vivement sur le genou droit, en ayant soin de toucher terre derrière votre adversaire. Tordez-lui alors le pouce et ployez-lui la main et, privé de tout moyen de salut, il sera trop heureux de faire sa soumission. Si vous voulez maintenant le tomber, vous pouvez employer n'importe lequel des différents coups décrits au début de la deuxième partie.



Fig. 339. — Coup n° 8 (1^{er} temps)

Lorsque votre adversaire vous saisit par le revers ou par le bord de votre vêtement, employez le même coup de dégagement pour vous emparer de son pouce, mais, ici, ne dénouez pas la prise faite sur votre vêtement. Tout ce qu'il faut, c'est vous assurer une prise avec torsion sur son pouce.



Fig. 340. — Coup n° 8 (2^e temps)

Prenez la position indiquée par la figure 340, votre jambe droite allongée contre le tibia droit de votre ennemi. En prenant cette position, tirez violemment à vous le bras capturé de votre adversaire et, de votre main restée libre, saisissez ce bras juste en arrière du coude, comme le montre la figure.



Fig. 341. — Coup n° 8 (3^e temps)

Renversez votre adversaire en avant, par-dessus votre jambe allongée (1), dans la position qu'indique la figure 341, et posez votre genou droit sur la face postérieure de son bras. Avec le genou et la main droite, appuyez son épaule vers le bas, tandis que, de la main gauche, vous soulevez de force la main capturée. Si cet effort vers le haut est suffisamment énergique, il brisera le pouce et le bras de votre victime.

1. Ce coup constitue le « passément de jambe » avec un genou en terre, que nous avons déjà signalé comme spécial aux Japonais.

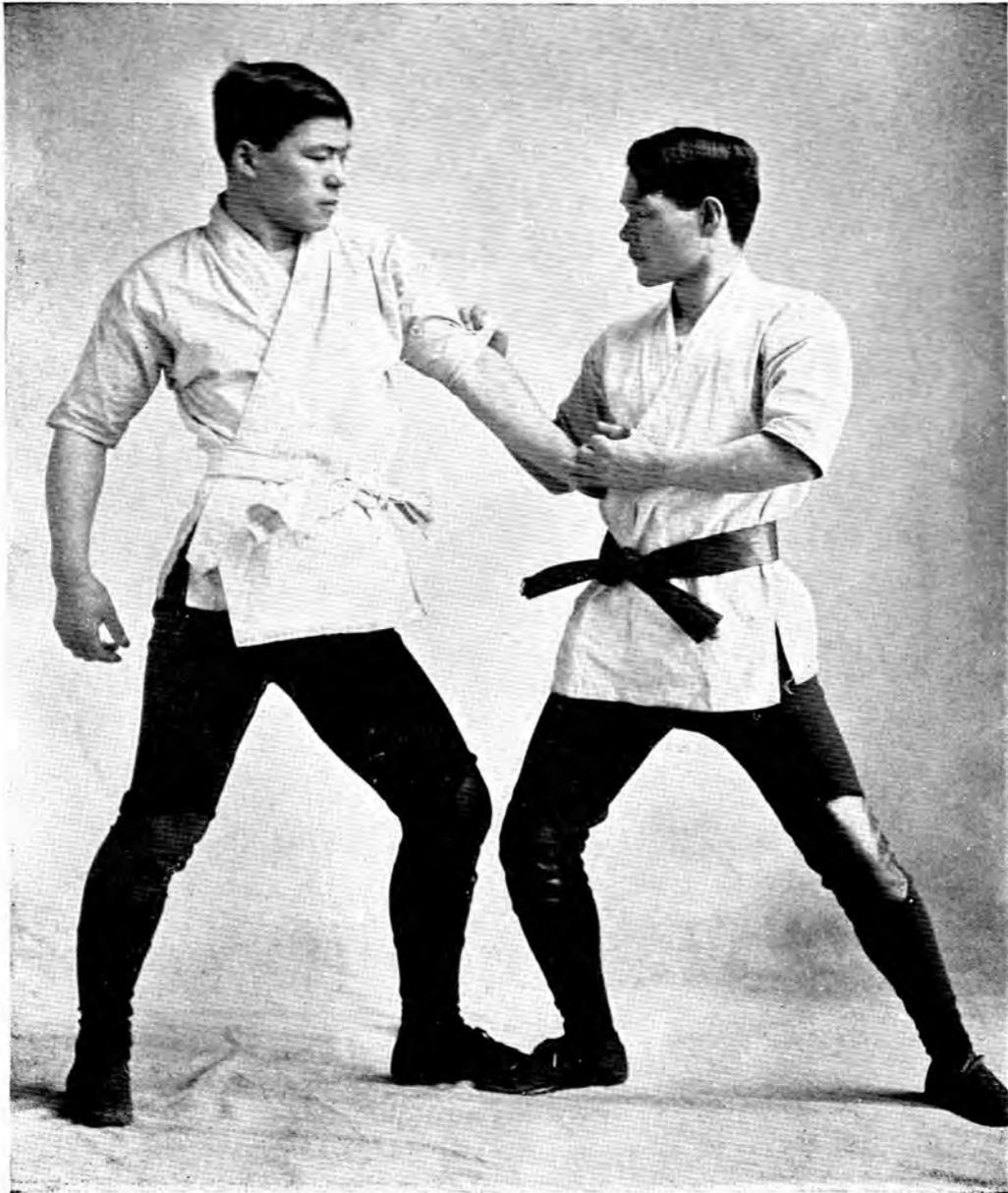


Fig. 342. — Coup n° 9 (1^{er} temps)

Si votre adversaire, placé sur le côté et non plus en face de vous, vous empoigne par le bord de votre vêtement, rompez sa prise par le procédé indiqué précédemment et, de votre autre main, saisissez sa manche comme le montre la figure 342. (Nous avons expliqué, en décrivant d'autres coups, qu'il importe peu que votre adversaire porte des manches longues ou des manches s'arrêtant au coude. La prise de la manche se fait de la même façon dans l'un ou l'autre cas.)



Fig. 343. — Coup n° 9 (2^e temps)

Immobilisez brusquement le pied de votre adversaire le plus rapproché de vous avec celui de vos pieds qui est le plus rapproché de lui. Faites alors en sorte d'écarter sa main de votre vêtement. Tirez violemment son bras en travers de vous, en accompagnant ce mouvement d'une poussée exercée sur le coude que vous tenez.

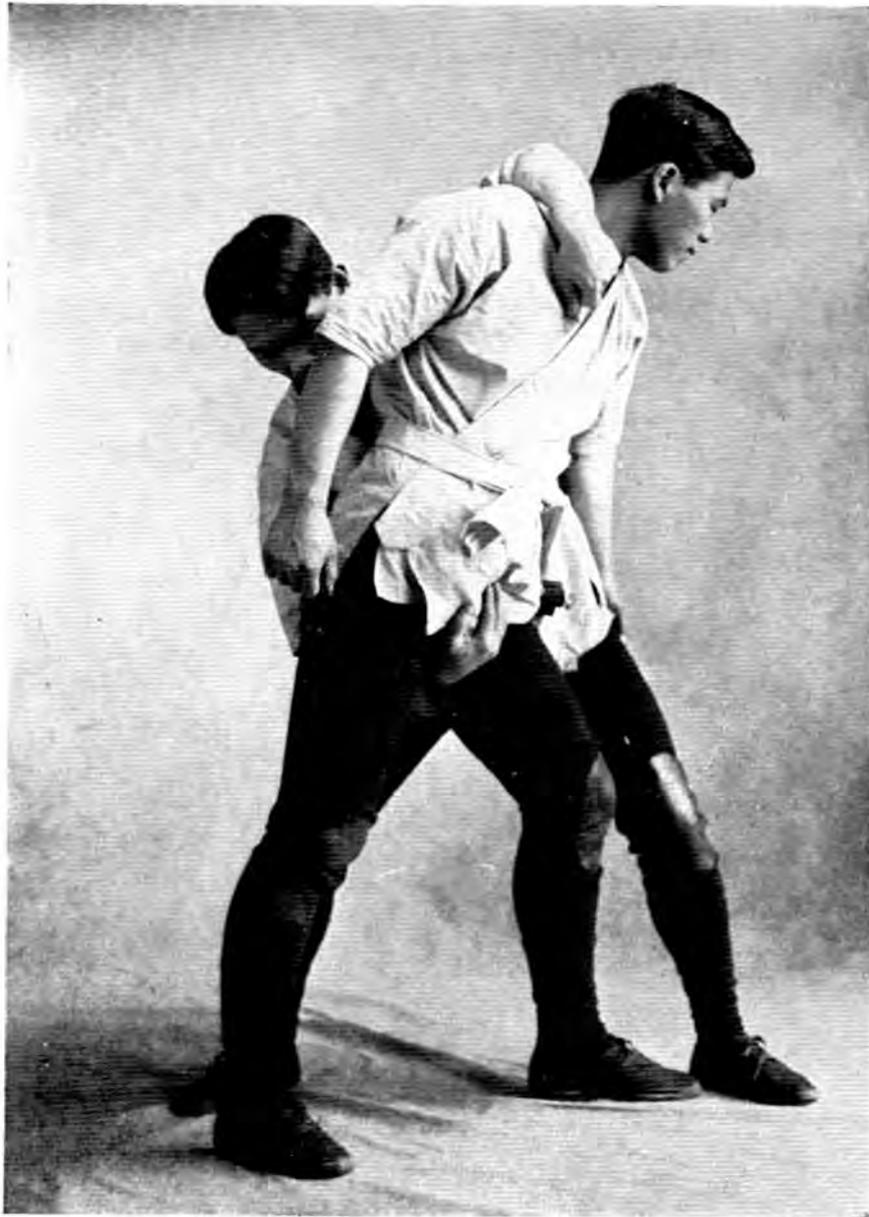


Fig. 344. — Coup n° 9 (3^e temps)

Au moment où vous amenez ainsi votre adversaire devant vous, jetez votre bras gauche autour de son cou comme le montre la figure 344 et glissez votre bras droit sous son enfourchure en empoignant par devant l'étoffe du vêtement. Le coup peut s'arrêter là si vous amenez de force en avant, avec votre bras gauche, la tête de votre ennemi, en même temps que votre bras droit le tire en arrière et vers le haut. La conséquence de ce dernier mouvement est une pression horriblement douloureuse qui peut devenir assez violente pour faire perdre connaissance à votre victime.



Fig. 345. — Coup n° 9 (4^e temps)

Dans le cas d'une lutte courtoise, la prise sur l'étoffe du vêtement en avant de l'enfourchure est remplacée par une prise sur la face interne de la cuisse, comme le montre la figure 345. Mais, dans un combat réel et dangereux, c'est à la prise précédemment indiquée que l'on doit avoir recours; les parties intimes de la victime sont alors violemment comprimées, en même temps que son corps se trouve soulevé en l'air et sa tête projetée vers le bas.



Fig. 346. — Coup n° 9 (5^e temps)

Au moment où vous tombez votre adversaire, celui-ci cherche naturellement à résister, de sorte que la chute se produira comme le montre la figure 346. De votre main gauche, saisissez le vêtement de votre ennemi en avant de sa « pomme d'Adam » et tirez-le en arrière, en travers de sa veine jugulaire droite, de façon à l'étouffer. Votre main droite n'ayant pas lâché le vêtement qu'elle a saisi en avant de l'enfourchure, vous pourrez exercer une traction en arrière avec le bras correspondant, augmentant ainsi la pression exercée, que vous rendrez plus douloureuse encore en allongeant assez ce bras pour empoigner et maintenir le poignet droit de votre adversaire. Avec le genou droit vous appuierez énergiquement sur la crête de l'os de la hanche (os iliaque), pour augmenter la douleur causée.

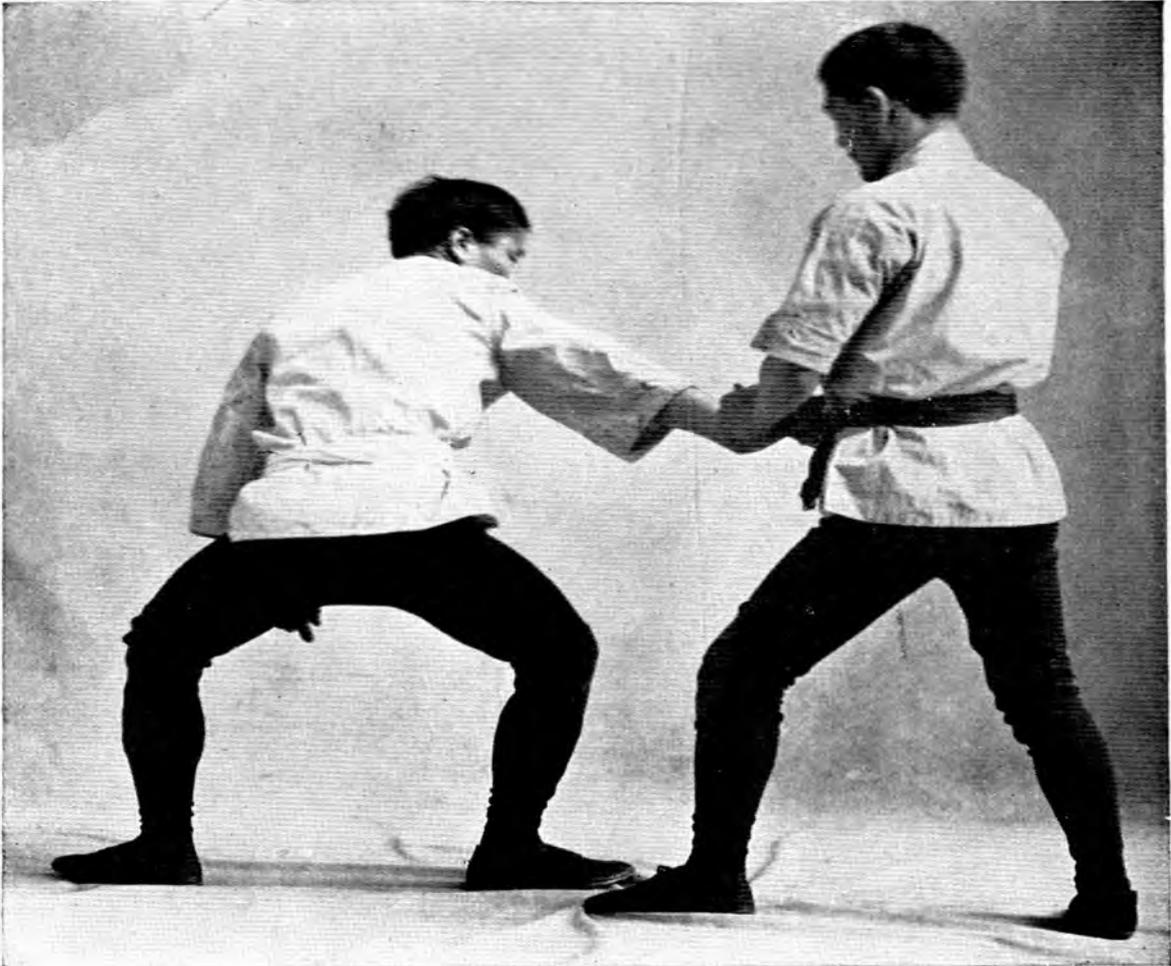


Fig. 347. — Coup n° 10 (1^{er} temps)

Lorsque vous faites lâcher votre vêtement à la main gauche de votre assaillant, votre main droite entoure son pouce droit. De la main gauche vous lui saisissez le dos de la main droite.

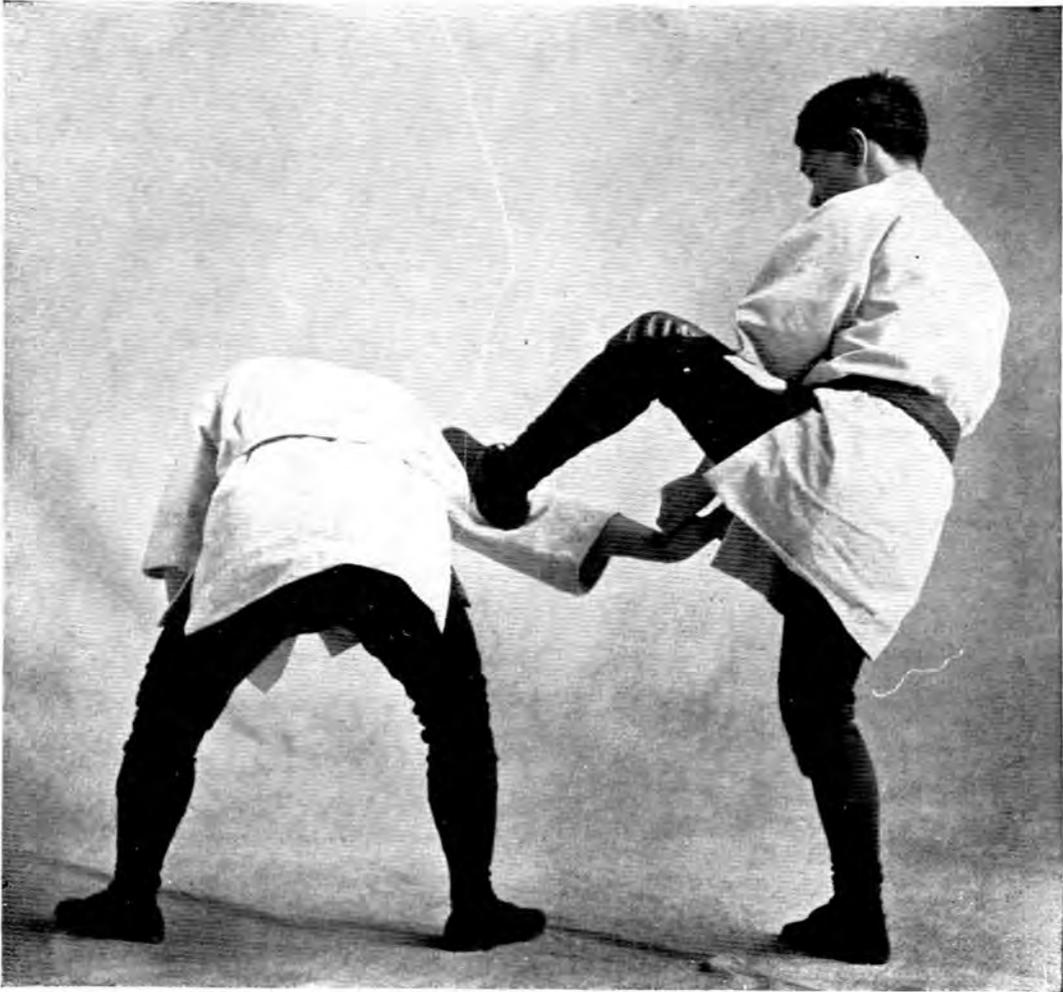


Fig. 348. — Coup n° 10 (2^e temps)

Exécutez une brusque torsion combinée avec un effort de traction, de façon à retourner la main de votre adversaire. Permutez alors brusquement vos deux mains, votre main gauche venant entourer le pouce de votre ennemi et votre main droite effectuant une prise au dos de la main capturée. En même temps que vous le tordez, exercez une vigoureuse traction sur le bras capturé et plantez carrément votre pied gauche sur la face postérieure du bras (1) de votre victime.

1. Il s'agit toujours, bien entendu, du *bras* proprement dit, c'est-à-dire de la partie supérieure du membre.

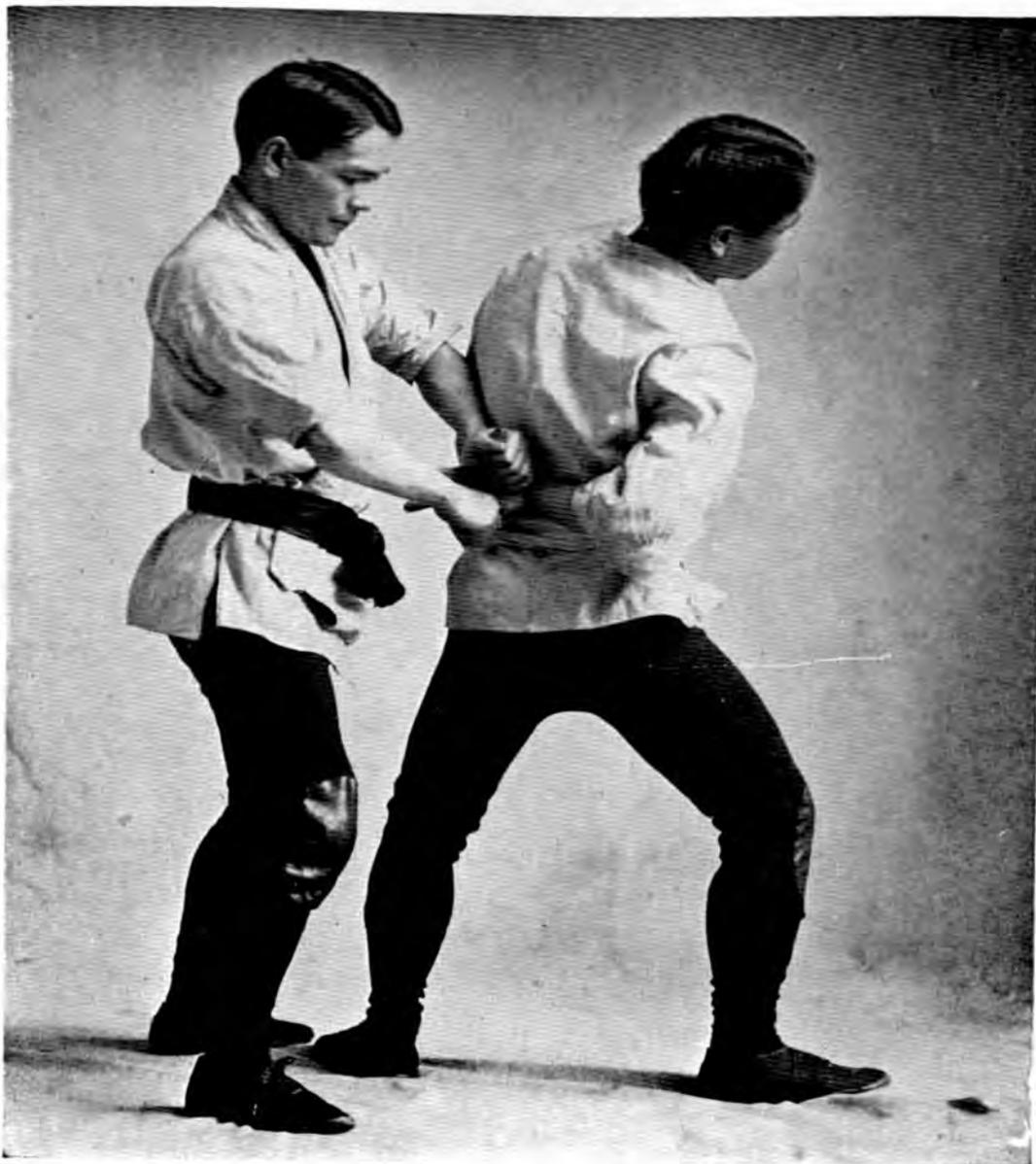


Fig. 349. — Coup n° 10 (3^e temps)

Si votre adversaire tente de se dégager en fléchissant le bras capturé, laissez-le plier ce bras et passez vivement derrière lui, en prenant la position représentée par la figure 349 et continuant à lui tordre la main.



Fig. 350. — Coup n° 10 (4^e temps)

Passez alors votre bras droit autour du cou de votre adversaire, en saisissant son revers gauche et exerçant sur sa « pomme d'Adam » un vigoureux effort d'étouffement. Conservez votre prise primitive de la main gauche et appliquez le genou contre l'avant-bras capturé. Votre victime est alors obligée de faire sa soumission. Ce genre de coup porte le nom de « soumission debout », par opposition avec celui où il faut tomber l'adversaire pour pouvoir s'assurer la victoire.



Fig. 351. — Coup n° 11 (1^{er} temps)

Ici, vous écartez d'abord de la façon habituelle le pouce de l'assaillant. Vous saisissez ensuite le bras qui vous attaque, par une prise exécutée sous le coude avec votre autre main, les articulations de vos doigts comprimant vigoureusement le nerf de la gouttière cubitale (1).

1. C'est-à-dire que ces articulations cherchent à s'enfoncer dans l'os appelé par les Américains l'« os rigolo ».



Fig. 352. — Coup n° 11 (2^e temps)

Abaissez le pouce de votre adversaire, tout en lui relevant le coude de force.



Fig. 353. — Coup n° 11 (3^e temps)

Au moment où vous tordez la main de votre adversaire et où cette main se retourne, changez votre prise sur la main ennemie de façon que vos doigts entourent celle-ci du côté du petit doigt, et que le bout de votre pouce s'enfonce dans la base du pouce de votre adversaire.

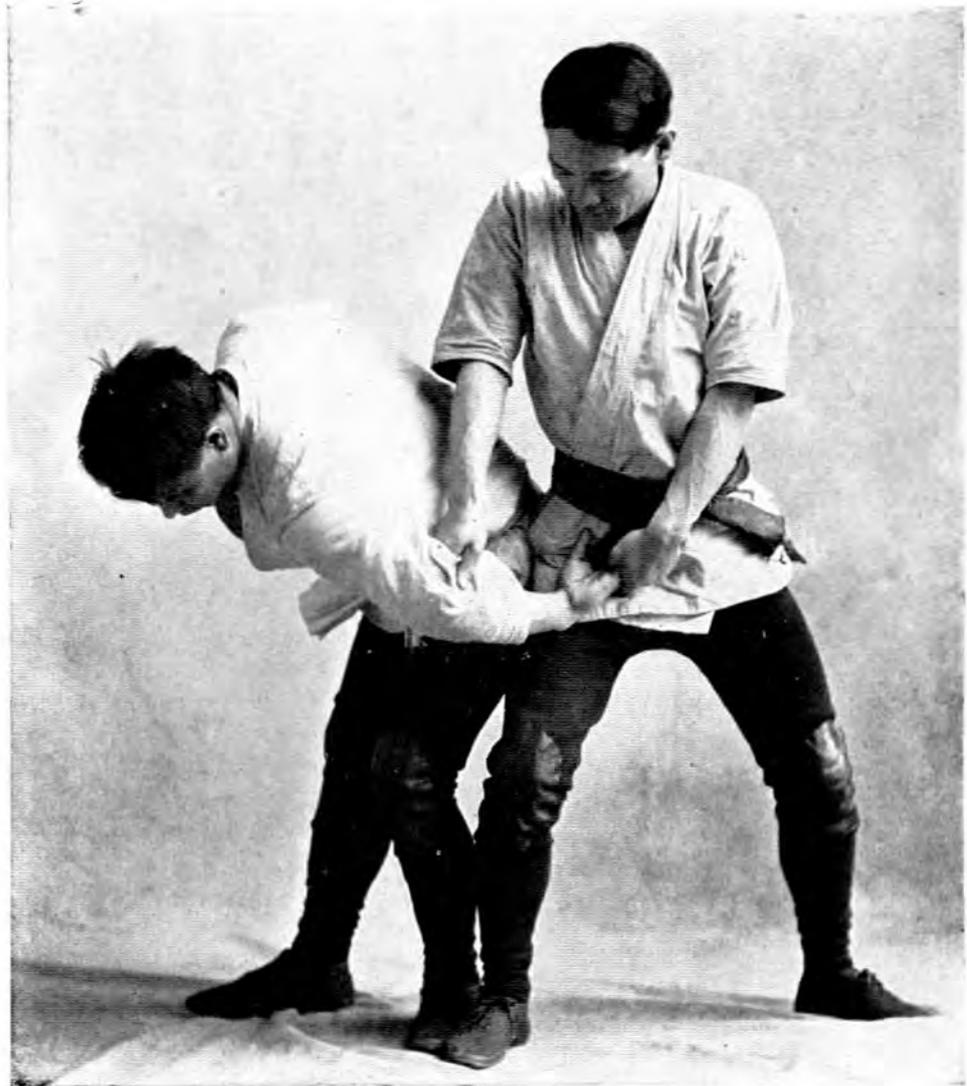


Fig. 354. — Coup n° 11 (4^e temps)

Placez votre cuisse droite de façon à caler la main capturée de votre adversaire et appuyez votre jambe droite contre la face postérieure de son mollet gauche. Pesez brutalement sur le coude capturé. Si vous voulez pousser la chose encore plus loin, appliquez un coup de pied sur la face postérieure de la jambe gauche de votre adversaire, de façon à tomber ce dernier.

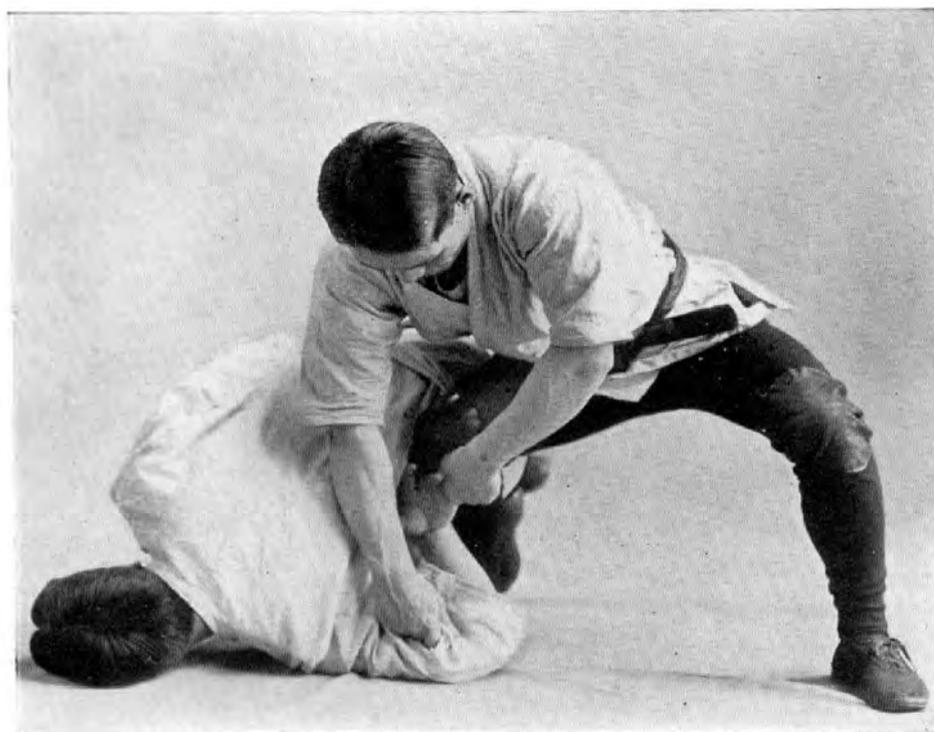


Fig. 355. — Coup n° 11 (5^e temps)

La figure 355 montre les positions relatives des combattants au moment de la chute. Appuyez de force contre le sol l'épaule de votre adversaire et, avec le genou droit, pressez contre le dos de la main capturée, de façon à forcer votre ennemi à faire sa soumission. Bien entendu, la pression exercée par votre genou contre le dos de la main de votre adversaire peut être poussée assez loin pour amener la fracture de celle-ci.

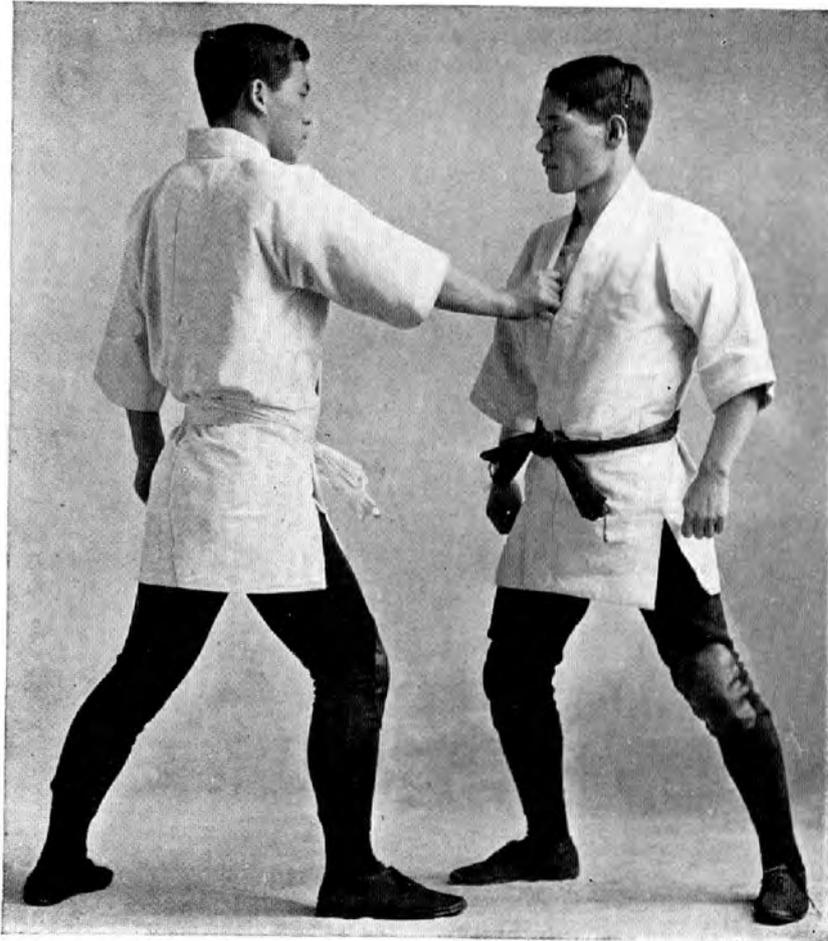


Fig. 356. — Coup n° 12 (1^{er} temps)

L'assaillant commence son attaque en saisissant le bord du vêtement de son adversaire.

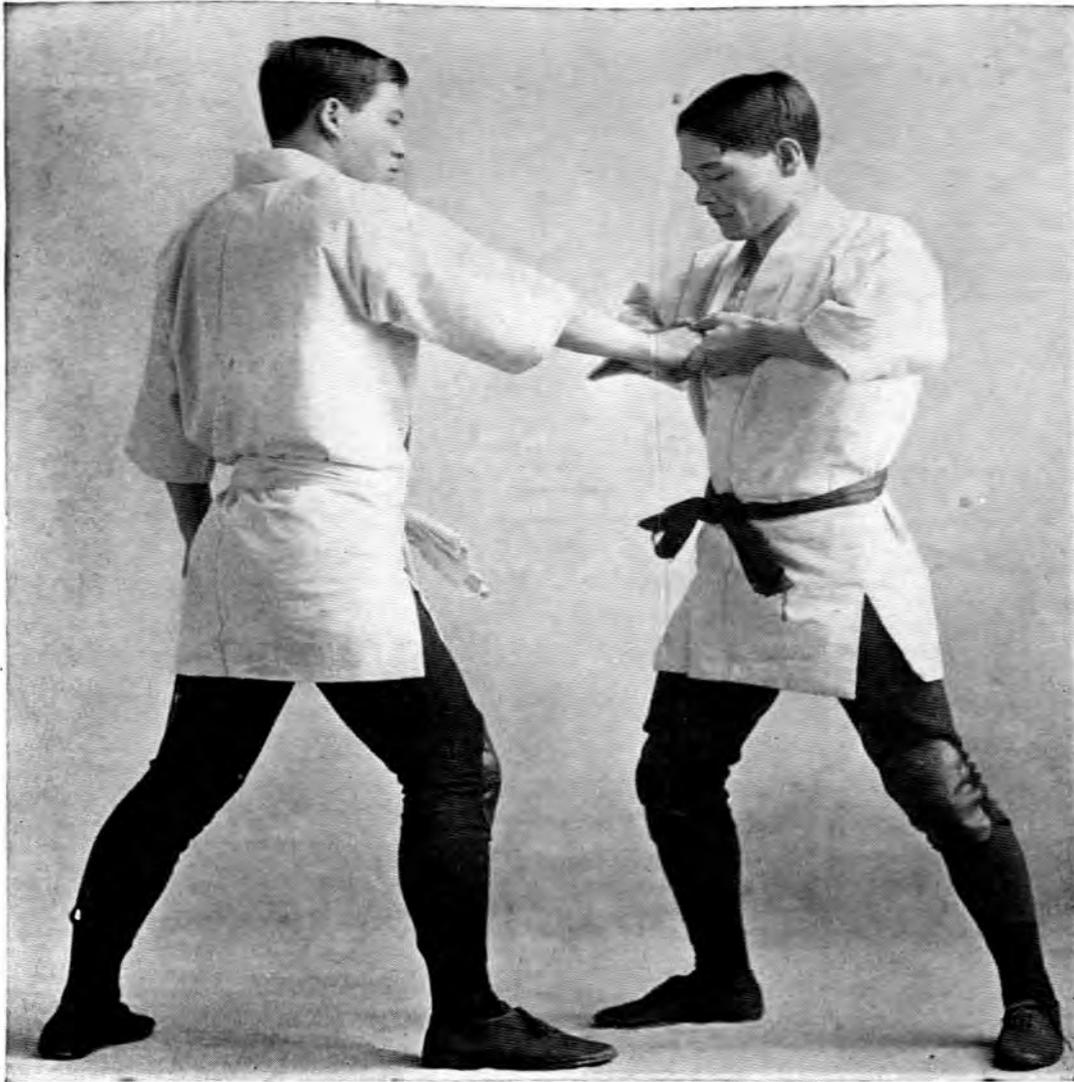


Fig. 357. — Coup n° 12 (2^e temps)

La méthode de défense employée ici demande à être étudiée avec très grand soin. Vous enfoncez vos deux pouces dans le dos de la main droite de l'assaillant, juste au-dessous de la naissance des deux doigts du milieu, les doigts de votre main droite comprimant la paume de sa main. Appuyez durement avec vos pouces et servez-vous des doigts de la main droite pour aider à tordre la main de l'adversaire en la retournant vers votre gauche.

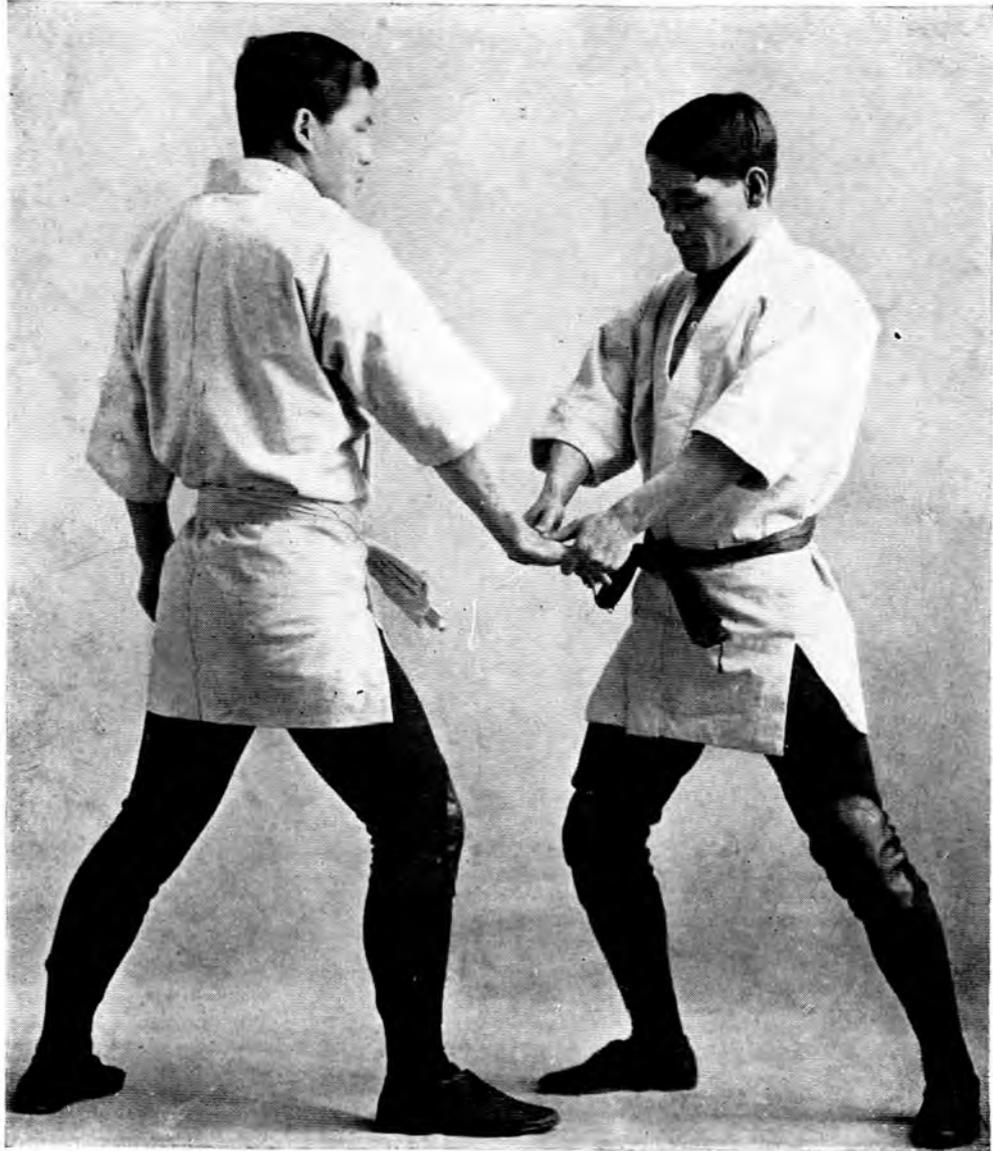


Fig. 358. — Coup n° 12 (3^e temps)

Tout en continuant à appuyer énergiquement avec vos pouces, relevez de force la main de votre adversaire en la retournant sur le poignet. Pendant tout ce temps, vous devez garder son pouce emprisonné entre vos doigts.



Fig. 359. — Coup n° 12 (4^e temps)

Appuyez, aussi énergiquement que vous le pouvez, avec vos pouces, en forçant votre adversaire à conserver ouverte la main capturée. Abandonnez vivement son pouce et empoignez de chaque main deux de ses doigts allongés. Relevez alors de nouveau sa main en la renversant en arrière sur le poignet.

Coup n° 12 (5^e temps)

Tout en conservant votre prise et forçant votre adversaire à fléchir le corps en avant, appliquez le pied droit sur son épaule gauche.

Coup n° 12 (6^e temps)

Laissez-vous tomber brusquement sur le genou gauche et, en exécutant ce mouvement, portez vivement votre pied droit, de la position qu'il occupe, contre la face externe du genou droit de votre adversaire. Tirez alors à vous sa main capturée et, tout en le calant avec votre pied droit appuyé sur son genou droit, renversez-le vers votre gauche dans la position que représente la figure 361. Puis, sautez sur votre adversaire étendu à terre, en appliquant vigoureusement votre genou droit contre sa veine jugulaire gauche. Vous avez conservé votre prise sur sa main droite et, s'il essaie maintenant de vous échapper, vous êtes en position de lui renverser la main capturée sur le poignet, assez en arrière pour fracturer ce dernier.

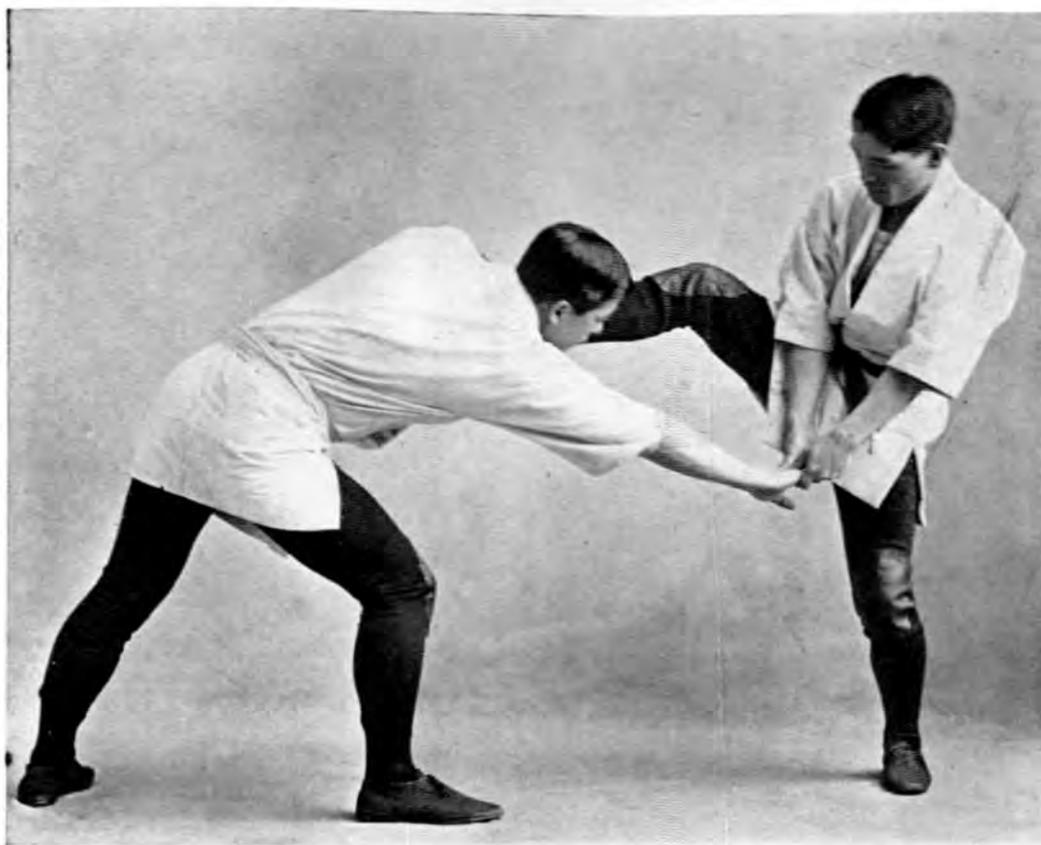


Fig. 360. — Coup n° 12 (5^e temps)



Fig. 361. — Coup n° 12 (6^e temps)



Fig. 362. — Coup n° 13 (1^{er} temps)

Il faut arriver à posséder à fond tous les détails du coup qui suit, car la moindre variation dans la manière de procéder le rend inefficace. Au premier temps, vous saisissez votre adversaire derrière la tête avec vos deux mains croisées. Il supposera que vous voulez faire une tirade à la nuque, en avant et vers le bas, et il résistera. Laissez-le se redresser.



Fig. 363. — Coup n° 13 (2^e temps)

Vous abaissez alors brusquement la tête de votre ennemi et vous amenez lestement votre genou droit contre le sommet de sa poitrine. On utilise aussi quelquefois le genou pour porter un coup sous le menton de l'adversaire.

Coup n° 13

3^e temps (pas de figure). — Ici, il existe deux manières d'amener la chute. Si votre adversaire a la jambe droite très en avant, alors, au moment précis où vous lui avez appliqué votre genou dans la poitrine, exécutez une torsion du tronc, portez vivement votre jambe droite derrière la sienne par l'extérieur et culbutez-le vers sa droite. Mais, s'il a les deux pieds en avant, au moment où vous venez de lui porter le genou contre la poitrine, lancez votre pied, — qui est justement placé pour cela, — contre l'enfourchure de votre victime, de façon à lui frapper les testicules. Puis, votre genou restant toujours appliqué contre la poitrine de votre antagoniste, renversez-vous en arrière et faites passer votre ennemi par-dessus votre tête. En effectuant cette culbute, avec le genou droit contre la poitrine de votre adversaire, il vous sera loisible, si vous le voulez, de frapper avec votre pied droit la face interne de son genou au moment de la chute, ce qui vous permettra d'amener votre ennemi à terre à votre droite.



Fig. 364. — Coup n° 14 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire a passé ses deux bras autour de vous, en croisant ses mains sur vos reins. Son intention est de vous écraser les vertèbres lombaires et de vous renverser en arrière. S'il est très vigoureux et habile lutteur, il compte sur une victoire facile. Et cependant, c'est là une des positions dont il vous est le plus facile de vous dégager.



Fig. 365. — Coup n° 14 (2^e temps)

Jetez brusquement vos bras autour du cou de votre adversaire, comme le montre la figure 365 ; sautez en même temps en l'air et enroulez vos jambes autour de sa ceinture, en vous en servant de votre mieux pour lui couper la respiration. Dès que vous avez croisé vos mains derrière son cou, appuyez la base de vos mains contre la base de son crâne, revenez sur vos pieds et fourrez votre jambe droite derrière sa jambe droite, ou votre jambe gauche derrière sa jambe gauche, et tombez-le du côté correspondant.

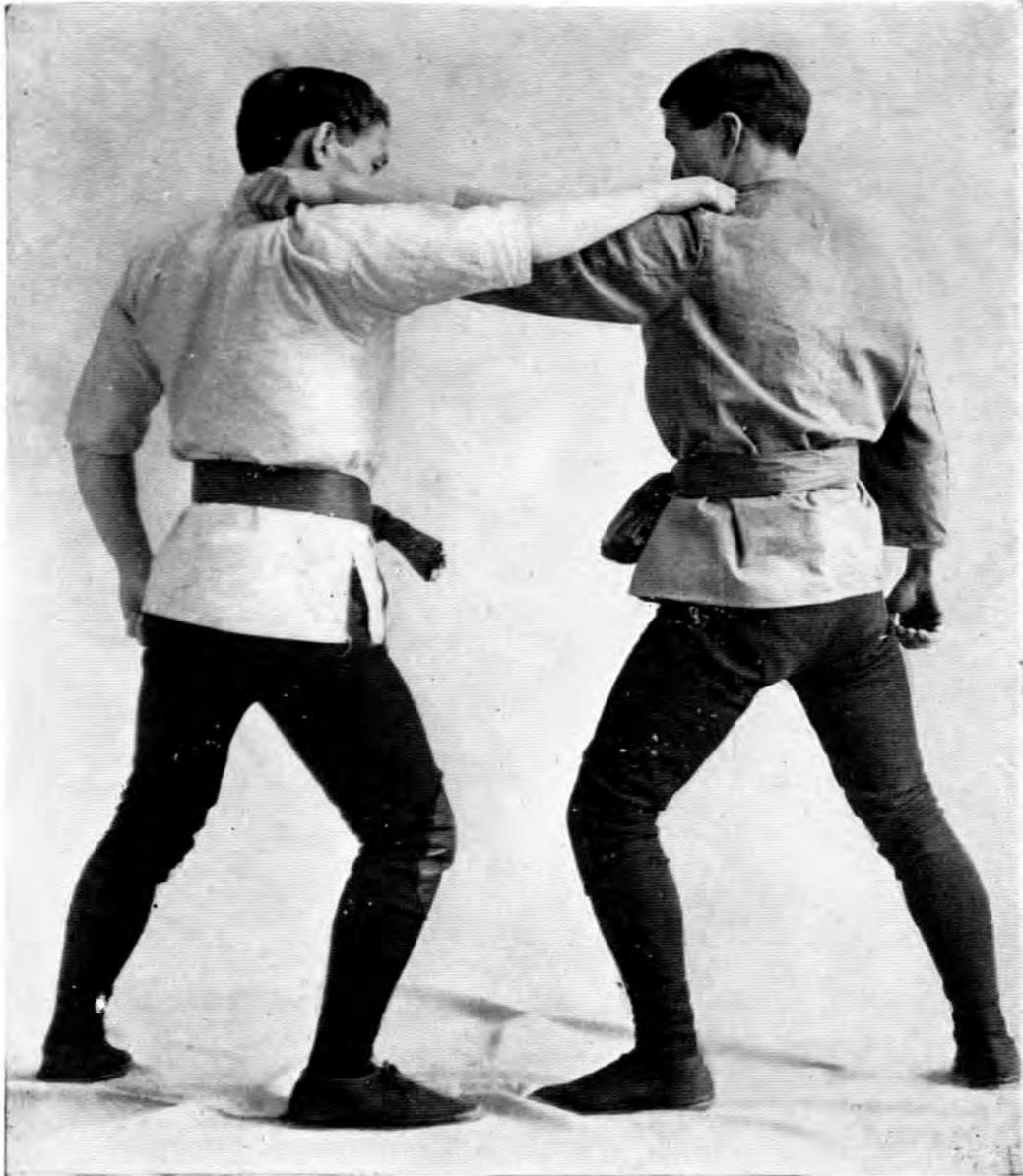


Fig. 366. — Coup n° 15 (1^{er} temps)

Si votre adversaire vous saisit l'épaule, saisissez-lui à votre tour l'épaule par l'extérieur.

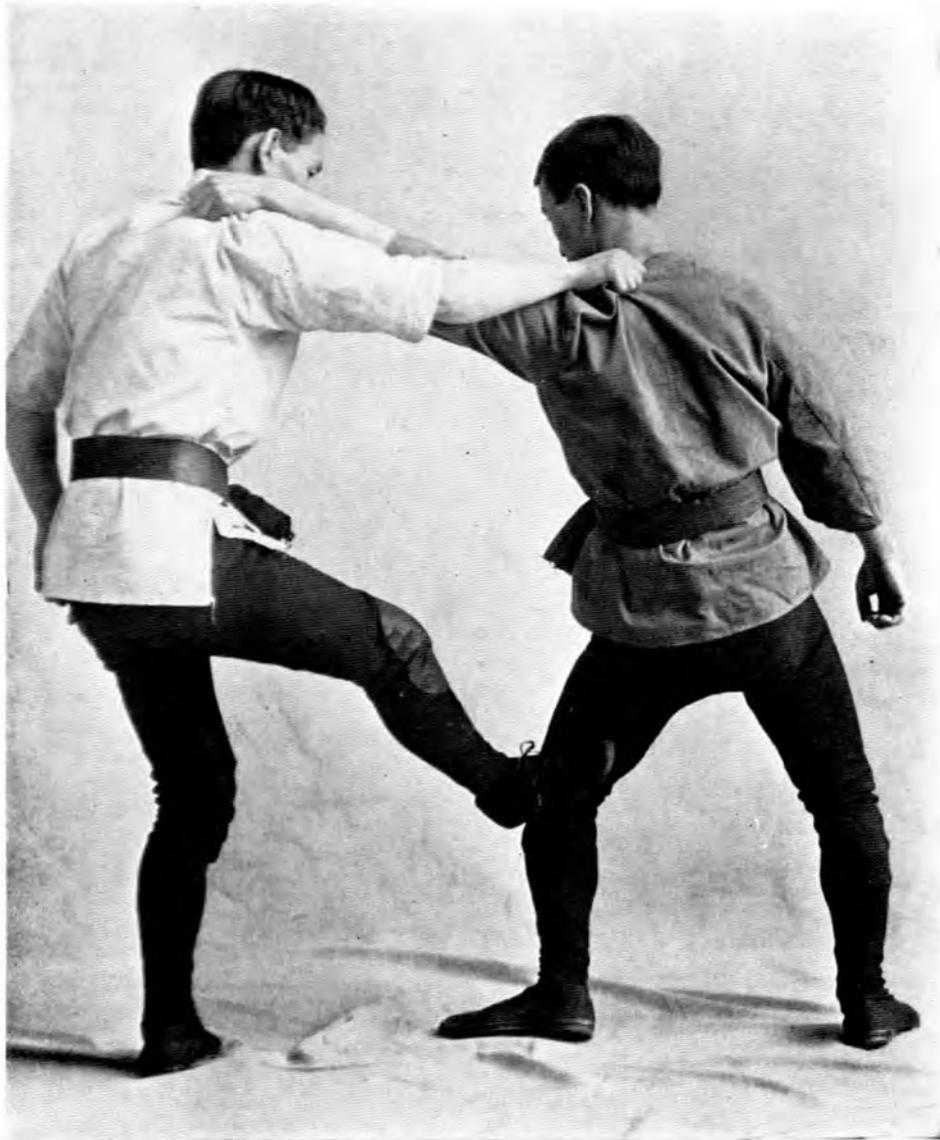


Fig. 367. — Coup n° 15 (2^e temps)

Appliquez avec le pied droit un coup de pied sur le jarret gauche de votre adversaire.



Fig. 368. — Coup n° 15 (3^e temps)

Renversez-vous en arrière, la jambe gauche en arrière des deux pieds de votre adversaire. Vous appuyez le genou droit contre la face interne de son genou gauche, et votre pied droit contre son jarret droit. Élevez vivement votre main gauche du sol et, de cette main, saisissez au coude la manche gauche de votre adversaire. Puis, roulez rapidement vers la droite, en culbutant votre ennemi avec vous.



Fig. 369. — Coup n° 15 (4^e temps)

Au moment où votre homme est à terre, relevez-vous à la position assise, en conservant vos jambes dans les mêmes positions relatives que lorsque vous avez amené la chute, ainsi que le montre la figure 369. Votre bras droit est toujours sous le bras gauche de votre adversaire et sa main gauche se trouve dans votre dos. De la main gauche, saisissez-vous la main droite et renversez-vous violemment en arrière. Ce mouvement, s'il est exécuté avec assez de force, fracturera le bras de votre antagoniste.



Fig. 370. — Coup n° 16 (1^{er} temps)

Ici, votre assaillant vous a saisi au poignet gauche avec la main gauche et, juste au-dessous du coude, avec la main droite, et il a tiré votre bras par-dessus son épaule. Il vous maintient ainsi dans une position qui semble excellente pour vous tomber.



Fig. 371. — Coup n° 16 (2^e temps)

Au moment où votre adversaire essaie de vous tomber, ne résistez pas, mais saisissez sa ceinture sur le côté, ou poussez contre la crête de l'os iliaque (os de la hanche). Laissez-le vous faire passer par-dessus son épaule, mais reprenez terre sur vos pieds, à sa droite.



Fig. 372. — Coup n° 16 (3^e temps)

De votre main droite, saisissez solidement le coude droit de votre adversaire.

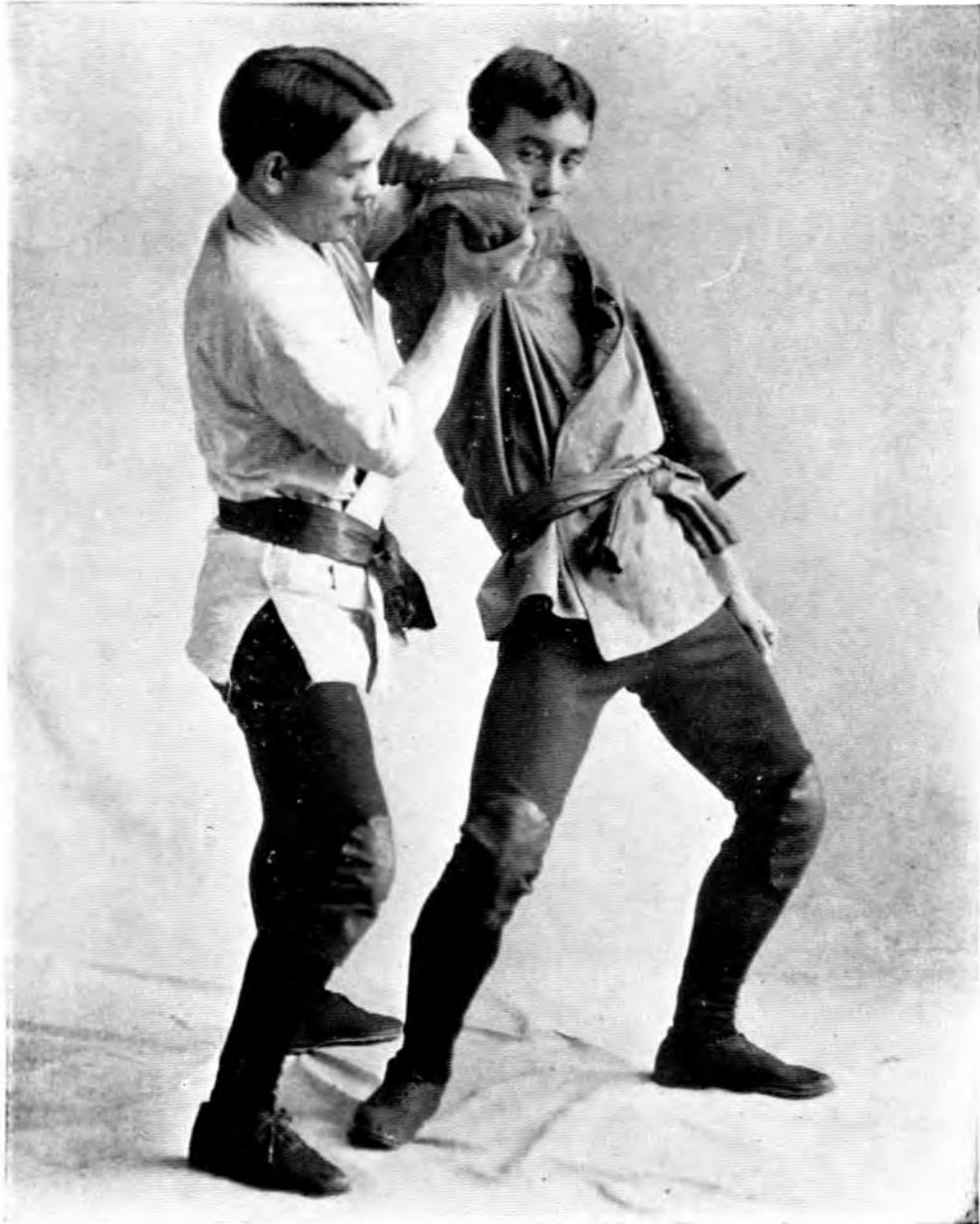


Fig. 373. — Coup n° 16 (4^e temps)

Tirez fortement sur votre main gauche capturée et, de votre main droite, soulevez le coude droit de votre adversaire.



Fig. 374. — Coup n° 16 (5^e temps)

Faites un pas derrière votre adversaire, votre pied droit venant se placer entre ses deux pieds, et appuyez votre hanche droite contre son rein droit. Tirez sa main droite en arrière avec votre main gauche ; avec votre main droite, renversez son coude droit en haut et en arrière. Culbutez alors votre victime sur le dos.



Fig. 375. — Coup n° 16 (6^e temps)

La figure 375 montre la position relative des combattants après la chute. Votre genou droit appuie contre le bras (1) de votre adversaire. Avec votre main droite, renversez de force vers le sol son coude capturé, en même temps que vous lui tordez le poignet et le forcez à faire sa soumission.

1. Partie correspondant à l'humérus.



Fig. 376. — Coup n° 17 (1^{er} temps)

Ici, l'adversaire vous a saisi avec les deux bras autour de la ceinture. Il se propose de vous serrer contre lui, en vous écrasant les reins, et de vous culbuter.



Fig. 377. — Coup n° 17 (2^e temps)

Passez vos deux bras autour du cou de votre adversaire et sautez en l'air en jetant vos jambes autour de lui.



Fig. 378. — Coup n° 17 (3^e temps)

Si votre adversaire baisse le menton, enfoncez brutalement l'extrémité de votre pouce droit contre le sommet de son maxillaire droit, juste sous le lobe inférieur de l'oreille, de façon à agir sur le nerf sensible qui se trouve là et à forcer votre ennemi à rejeter la tête en arrière. Dès que vous avez obtenu ce résultat, saisissez avec vos mains croisées les deux revers de son vêtement, en plaçant l'une de vos mains au-dessus de l'autre. Tirez à vous la main la plus basse et, avec la main la plus élevée, pressez sur la « pomme d'Adam » de votre adversaire. Vous l'étranglerez ainsi assez efficacement pour lui couper la respiration.



Fig. 379. — Coup n° 17 (4^e temps)

Votre adversaire est obligé de rejeter la tête en arrière et de desserrer sa prise.



Fig. 380. — Coup n° 17 (5^e temps)

Tout en maintenant énergiquement votre prise d'étranglement, laissez-vous retomber sur vos pieds et appliquez la face postérieure de votre jambe droite contre la face externe du genou droit de votre adversaire. Cela fait, culbutez-le.



Fig. 381. — Coup n° 17 (6^e temps)

Laissez-vous tomber, le genou droit s'enfonçant brutalement dans la partie molle du flanc droit de votre adversaire, juste au-dessus de l'os de la hanche. Conservez toujours votre prise d'étranglement et forcez-le à faire sa soumission. S'il est nécessaire, saisissez ses deux revers avec votre main droite et tordez-les énergiquement ensemble, en continuant de tirer un des revers à vous avec la main gauche.



Fig. 382. — Coup n° 18 (1^{er} temps)

Ici, l'adversaire a saisi un de vos revers avec la main droite. Écartez son pouce en introduisant la pulpe de votre pouce sous la pulpe du sien et en enfonçant le bout de vos doigts à la base de son pouce. (Dans le cas où le pouce de votre assaillant est étroitement enroulé dans l'étoffe, il peut être nécessaire d'appuyer durement l'extrémité de votre pouce contre la pointe de l'ongle du sien, de façon à replier ce pouce encore davantage, jusqu'à ce que la douleur force votre ennemi à relâcher la prise faite avec ce doigt.) De la main gauche, saisissez le coude de votre adversaire.



Fig. 383. — Coup n° 18 (2^e temps)

Renversez violemment le pouce de votre adversaire vers sa droite, de façon à le forcer lui-même à s'incliner de ce côté. A ce moment, saisissez avec vos deux mains sa main capturée, en enfonçant les extrémités de vos deux pouces dans le dos de cette main, entre la base du second doigt et celle du troisième. Repliez avec force sa main sur son poignet. Il essaiera de vous frapper, mais il lui est impossible de pivoter de façon à pouvoir employer sa main gauche. Au reste, s'il essaie de le faire, envoyez-lui un coup de pied dans l'abdomen.



Fig. 384. — Coup n° 18 (3^e temps)

Laissez-vous maintenant aller vivement à terre sur le genou gauche, en tordant violemment et rapidement la main de votre adversaire vers sa droite, afin de vous garder contre un coup de sa main gauche; passez en même temps votre jambe droite étendue au delà de la sienne, comme l'indique la figure 384, et faites-le basculer par-dessus cette jambe droite.



Fig. 385. — Coup n° 18 (4^e temps)

Avec la rapidité de l'éclair, et avant que votre adversaire ait la possibilité de se retourner sur vous, appliquez votre talon droit contre son rein droit et calez votre victime avec le pied placé contre son flanc. En même temps, continuez à fléchir avec force sa main sur son poignet. Cela le forcera à faire sa soumission.

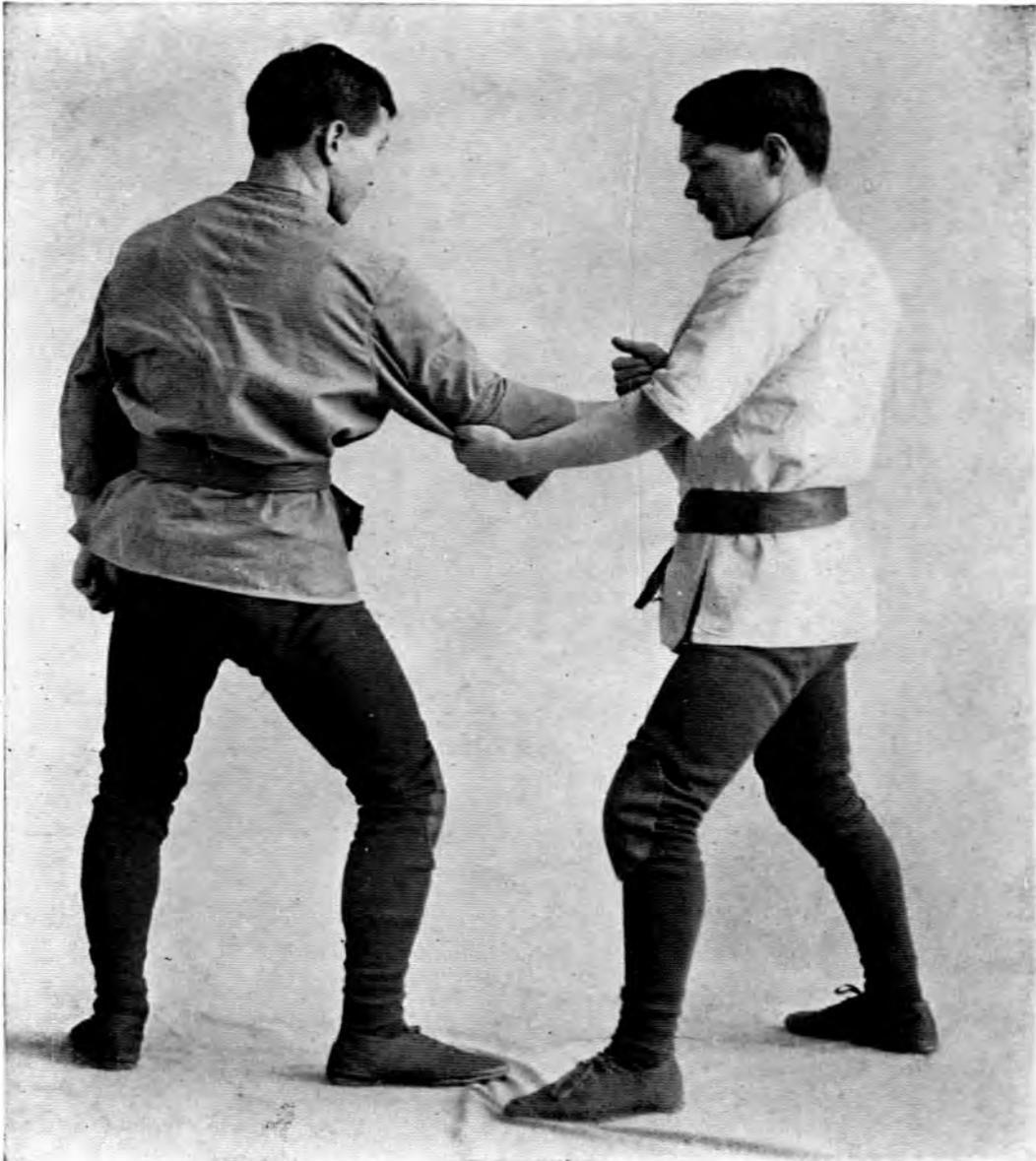


Fig. 386. — Coup n° 19 (1^{er} temps)

Ici, vous avez fait lâcher prise à la main de l'assaillant, à peu près de la même façon que dans le coup précédent.



Fig. 387. — Coup n° 19 (2^e temps)

Relevez brusquement le coude capturé de votre adversaire en lui tordant en même temps le pouce, de façon à pouvoir amener de force cette main sous son épaule et la pousser derrière lui. Puis, tenant toujours son pouce avec votre main droite, entourez avec les doigts de votre main gauche ceux de la main droite capturée. Faites avec le pied droit un crochet autour du sien et renversez-vous à terre en arrière, en entraînant votre adversaire avec vous et en l'envoyant en dehors de votre épaule droite. Cette chute aura pour résultat de lui fracturer le bras droit.



Fig. 388. — Coup n° 19 (3^e temps)

Voici, avec ce coup, une autre manière d'amener la chute : elle consiste à passer la jambe droite derrière celle de l'adversaire et à jeter le bras droit autour de son cou ou de sa poitrine, de façon à le renverser de force en arrière. Mais, si votre adversaire est un adepte du *jiu-jitsu*, ce serait une véritable folie d'essayer. Il saisirait votre main droite, se pencherait en avant, pivoterait en faisant face du même côté que vous et vous culbuterait aisément. Vous ne devrez donc jamais, dans ce coup, passer un bras par devant autour de votre adversaire.



Fig. 389. — Coup n° 19 (4^e temps)

Au moment où votre homme va à terre, comme il a été indiqué au deuxième temps, calez votre genou droit contre son coude droit, pour emprisonner celui-ci, et continuez à tordre son pouce capturé. Jetez votre bras droit autour de sa nuque, en saisissant son revers droit et en l'étouffant jusqu'à ce qu'il fasse sa soumission.



Fig. 390. — Coup n° 20 (1^{er} temps)

Nous avons fait observer que, quand vous amenez la main droite de l'adversaire derrière son dos de la façon décrite dans le coup précédent, vous ne devez point passer le bras droit autour de son cou *par devant*. Mais vous pouvez, comme le montre la figure 390, passer votre bras autour de son cou *par derrière*. Lorsque vous tenez votre adversaire de cette manière, envoyez-lui un coup avec le genou droit dans le flanc droit, en le culbutant du même mouvement vers sa droite.



Fig. 391. — Coup n° 20 (2^e temps)

Votre adversaire va à terre, comme le montre la figure 391. Jetez-vous aussitôt à cheval sur son dos, en appuyant énergiquement votre genou gauche à la base de son omoplate gauche. Continuez de tordre le poignet capturé.



Fig. 392. — Coup n° 20 (3^e temps)

Cela fait, vous pouvez, si vous le désirez, vous assurer une *clef* très simple en appuyant le bas de votre jambe gauche contre le bras capturé de votre adversaire, entre le coude et le corps. En poussant ensuite vigoureusement votre jambe gauche contre le bras ainsi calé, vous serez à même de le fracturer.



Fig. 393. — Coup n° 21 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire a saisi votre revers avec sa main gauche. Faites lâcher prise à cette main en appuyant la pulpe de votre pouce gauche contre le bord extérieur de son pouce, près de l'extrémité, et en enveloppant en même temps avec vos doigts le dos de sa main. Introduisez ainsi votre pouce en dedans du sien, qu'il entoure, et arrachez violemment sa main en la retournant vers sa gauche aussitôt que votre main droite s'est assuré une prise sur son coude gauche.



Fig. 394. — Coup n° 21 (2^e temps)

Ce temps doit être étudié avec beaucoup de soin et dans tous ses détails. Tout en relevant le coude gauche de votre adversaire et tordant son pouce, pivotez vers sa gauche jusqu'à ce que vous vous trouviez à côté de lui et faisant face dans la même direction. Tournez vers le haut le dos de sa main gauche capturée, abandonnez son pouce et entourez les doigts de cette main avec votre main gauche, de façon à exercer par cette étreinte une pression très douloureuse sur son petit doigt. Envoyez en même temps, avec le pied droit, un coup sur la face externe de son genou gauche et tirez à vous la main capturée, ce qui oblige votre victime à se courber à droite. A ce moment, appliquez brusquement votre genou contre la face postérieure de son bras; en élevant alors la main de votre victime et pesant avec votre genou sur son bras, vous serez à même de fracturer ce dernier.



Fig. 395. — Coup n° 21 (3^e temps)

Au lieu de fracturer le bras capturé de votre adversaire, vous pouvez, si vous le préférez, appuyer vigoureusement avec votre genou jusqu'à ce que vous abattiez votre homme dans la position de la figure 395. Au moment précis où la tête de votre adversaire touche le sol, sautez par-dessus lui du côté droit, tout en continuant à lui tordre la main gauche. Vous pourrez ainsi le forcer à aller sur les deux épaules.

4^e temps (pas de figure). — Au lieu de retourner votre adversaire comme dans le 3^e temps, continuez à tordre sa main gauche avec votre main gauche, jetez votre bras droit autour de son cou et asseyez-vous à terre, en le renversant en arrière avec vous. Passez vos jambes par-dessus ses bras, puis servez-vous de vos deux mains pour l'étouffer.



Fig. 396. — Coup n° 22 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire s'est mis en position de boxe et se dispose à vous frapper.



Fig. 397. — Coup n° 22 (2^e temps)

Arrêtez avec l'avant-bras droit, comme le montre la figure 397, le bras gauche, avec lequel l'adversaire vous attaque.



Fig. 398. — Coup n° 22 (3^e temps)

Votre adversaire continuant du droit, arrêtez son bras droit, comme le montre la figure 398 et, avec le pied gauche, envoyez-lui un solide coup de pied sur la face interne du tibia ou du genou gauche, ce qui mettra fin au combat.



Fig. 399. — Coup n° 23 (1^{er} temps)

Lorsque votre adversaire attaque du poing gauche, saisissez-lui le poignet gauche avec la main droite. On peut arriver par la pratique à exécuter ce mouvement à coup sûr. Au même instant, détachez-lui un coup dans la cuisse gauche et dans le flanc avec le pied droit, comme le montre la figure 399.

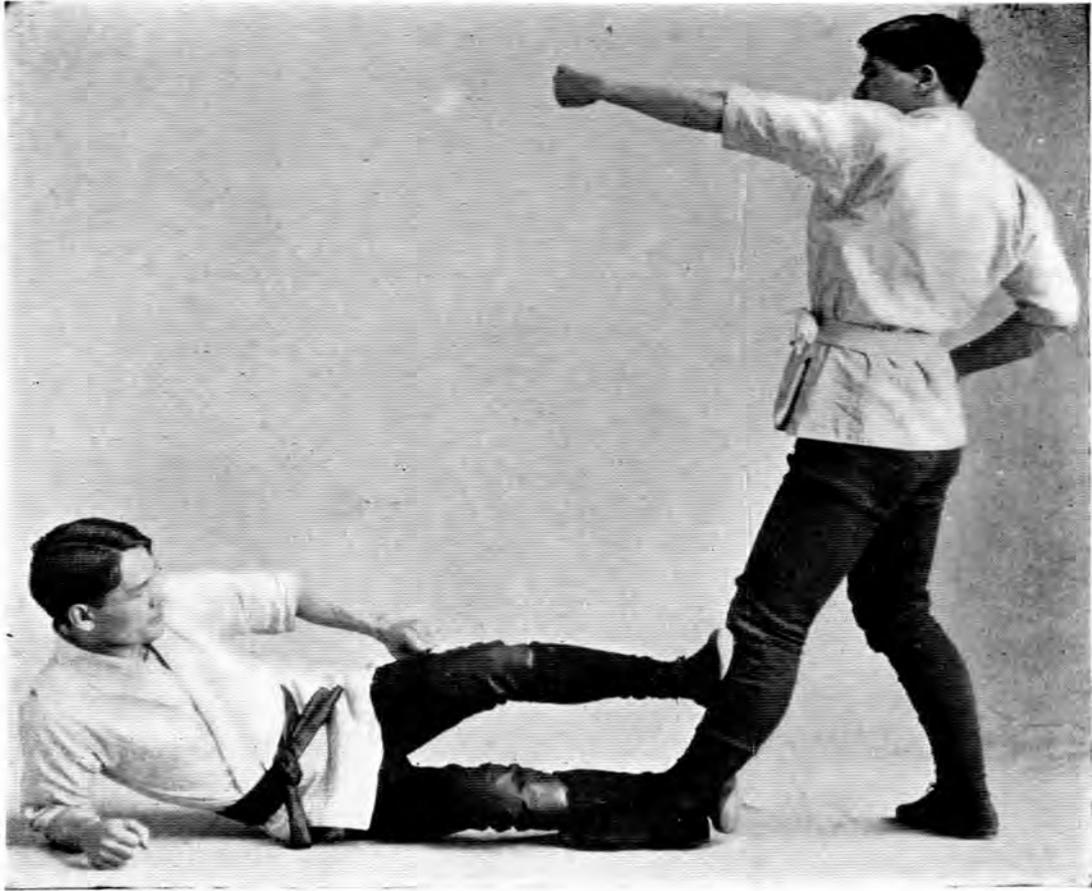


Fig. 400. — Coup n° 24 (1^{er} temps)

Ce coup s'apprend aisément et son effet stupéfie l'assaillant. Il est d'ailleurs très dangereux pour l'adversaire. Au moment précis où celui-ci attaque de l'un ou l'autre poing, jetez-vous à terre sur l'un ou l'autre côté, comme le montre la figure 400. Appliquez celui de vos pieds qui se trouve par-dessus contre le genou ou le tibia de votre adversaire et accrochez derrière sa cheville le pied de dessous. Poussez vigoureusement avec le pied le plus élevé et tirez vivement à vous avec le pied le plus bas. Votre assaillant aura probablement la jambe cassée et, s'il tombe sur le derrière de la tête, il aura par-dessus le marché une fracture du crâne.



Fig. 401. — Coup n° 25 (1^{er} temps)

Au moment où l'assaillant jette ses bras autour de votre cou, empoignez avec votre main droite les deux revers de son vêtement. (L'élève doit s'exercer très souvent et à fond à cette torsion des revers.) Le dos de votre main restant tourné vers vous, saisissez avec le pouce l'un des revers de votre adversaire. Avec le second doigt de la même main — et, si vous le voulez, les troisième et quatrième doigts — saisissez l'autre revers, votre index restant entre les deux revers. Faites cette prise tout contre la gorge de votre ennemi. Puis, avec votre pouce et vos doigts, réunissez vers le haut les deux revers en les rapprochant le plus possible. Retournez votre main, afin de rendre plus efficace l'effort d'étouffement que vous exercez. En général, tout en tordant ainsi, on applique la première phalange ou la première articulation du pouce contre la « pomme d'Adam ».



Fig. 402. — Coup n° 25 (2^e temps)

Tout en continuant toujours à tenir les revers de votre adversaire, pivotez vivement vers votre gauche de façon à présenter le côté gauche à votre ennemi. Laissez-vous en même temps tomber sur le genou droit et étendez la jambe gauche au delà de la sienne. A l'aide de votre prise sur le revers de votre adversaire, amenez de force celui-ci par-dessus vos épaules, tandis que votre main gauche empoigne sa jambe gauche au jarret. Remarquez que, dans cette attaque, vous forcez le côté gauche de la poitrine de votre adversaire à venir frapper sur le derrière de votre tête.



Fig. 403. — Coup n° 25 (3^e temps)

Penchez-vous à droite, allongez votre jambe gauche de façon qu'elle soit encore plus raide et faites basculer votre adversaire par-dessus vos épaules.

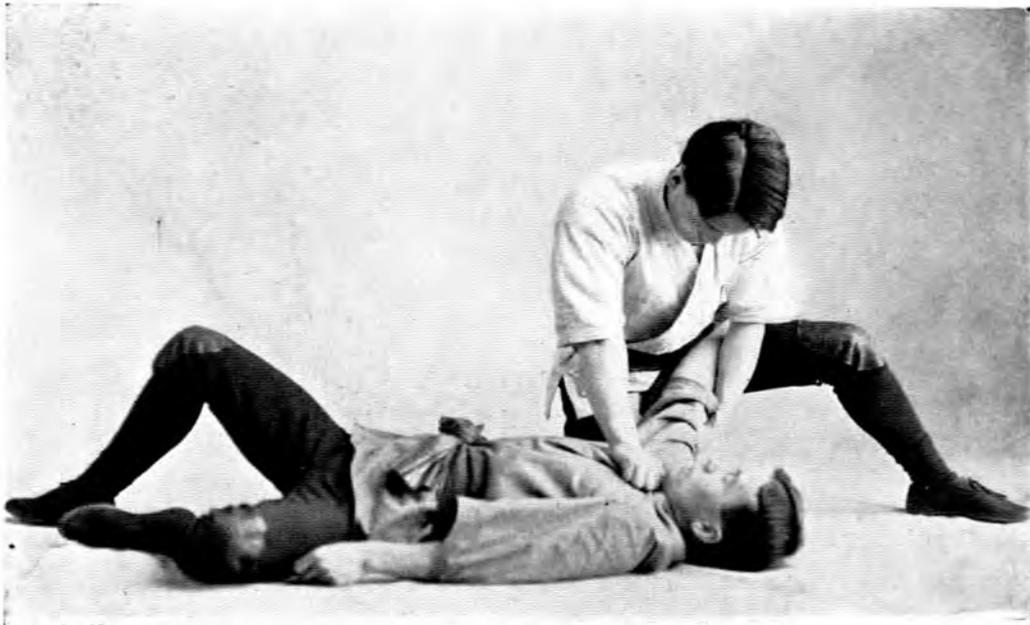


Fig. 404. — Coup n° 25 (4^e temps)

Votre victime arrivera à terre dans la position que montre la figure 404.



Fig. 405. — Coup n° 25 (5^e temps)

Passez de force la jambe droite sous le bras droit de votre adversaire et, avec votre pied, ramenez de force son menton en arrière, de façon à pouvoir l'étouffer avec votre jambe. Ployez son bras droit en arrière sur votre jambe droite, ce qui contribuera à forcer sa soumission.

N. B. — A moins qu'on ne veuille mettre l'adversaire absolument « hors de combat », il faut apporter dans l'exécution de ce coup une grande circonspection. Au deuxième temps, vous pouvez amener le mamelon gauche de l'adversaire à venir frapper un coup sec contre le derrière de votre crâne, ce qui arrête le fonctionnement du cœur. Ce coup abat réellement votre victime. Comme les adeptes du *jiu-jitsu* sont en état, par l'emploi du *kuatsu* ou méthode de revivification, de rappeler quelqu'un à la vie, les Occidentaux commettent généralement l'erreur de croire qu'une attaque de ce genre amène seulement la perte de la connaissance. Mais, en réalité, l'intervention d'un médecin non initié au *kuatsu* ne réussirait pas à rappeler la victime à la vie.

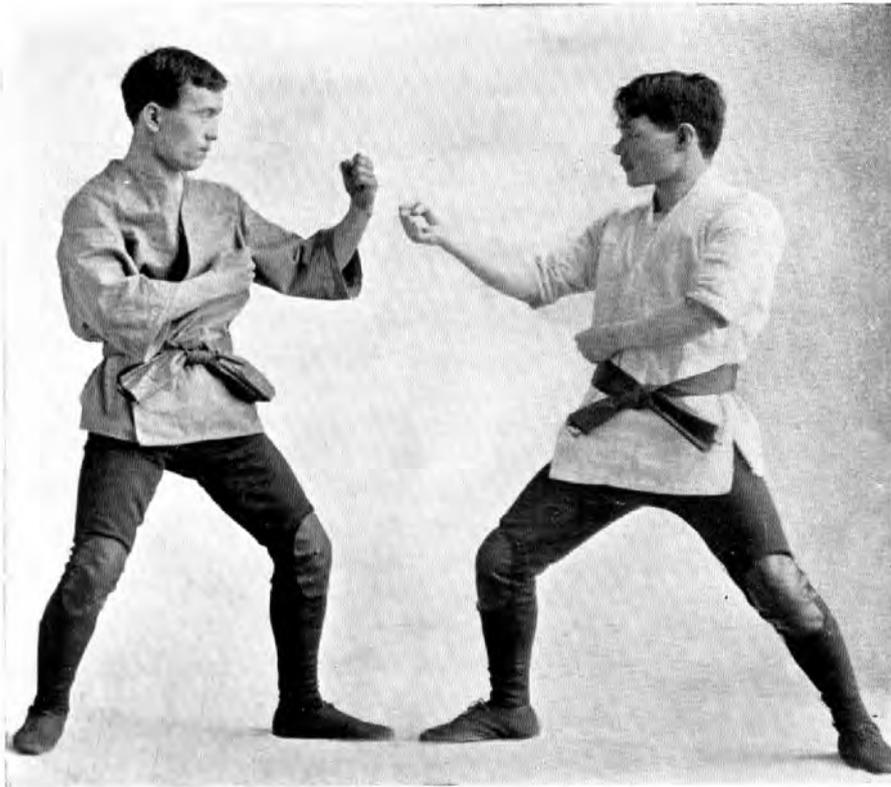


Fig. 406. — Coup n° 26 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire s'apprête à vous frapper. (Les Japonais ne sont point partisans de la boxe, ce qui explique l'incorrection apparente des positions de la figure 406. Si l'adversaire attaque du poing gauche, un adepte du *jiu-jitsu* ripostera par une opposition du droit bien allongé. Cela permet d'employer avec plus de succès contre le boxeur les méthodes de défense du *jiu-jitsu*.)

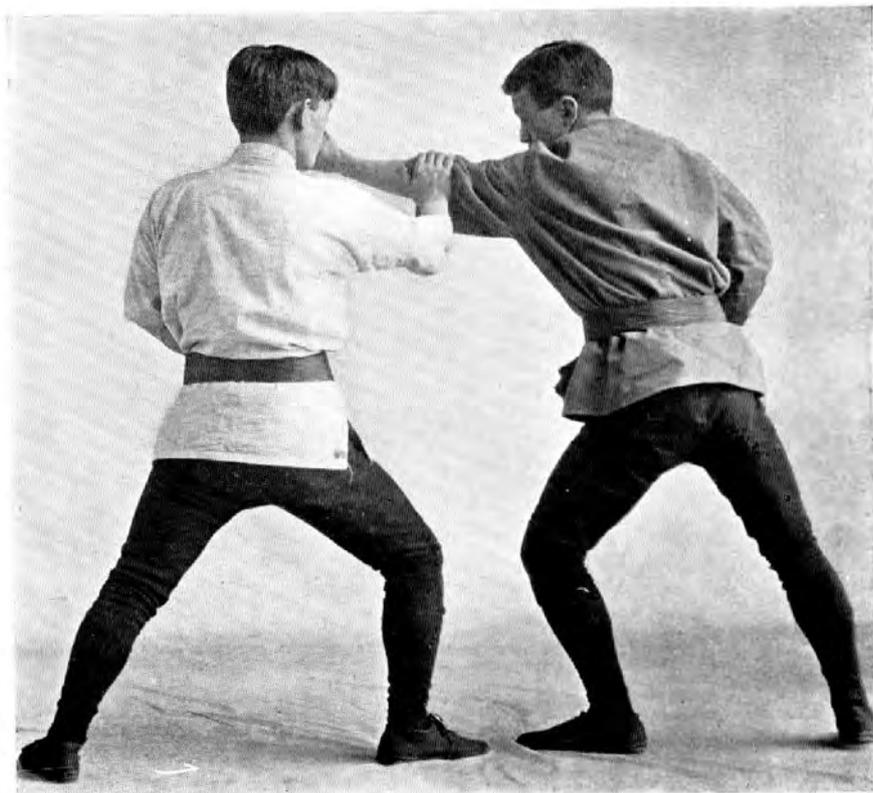


Fig. 407. — Coup n° 26 (2^e temps)

Au moment où votre adversaire frappe du gauche, esquivé vivement vers sa gauche et, avec la main droite, poussez son coude gauche en dehors. S'il est nécessaire, envoyez-lui, avec le pied gauche, un coup dans l'abdomen.



Fig. 408. — Coup n° 26 (3^e temps)

Étudiez un instant le deuxième temps et vous comprendrez qu'il vous est facile de passer vivement votre bras gauche par dessous le bras gauche de votre adversaire et de le jeter autour de son cou du côté droit. En exécutant ce mouvement, placez-vous en arrière et à gauche de votre adversaire et penchez-vous en avant afin d'amener son dos sur vous. Saisissez-lui en même temps le jarret gauche avec la main droite.



Fig. 409. — Coup n° 26 (4^e temps)

Penchez-vous encore davantage en avant et chargez votre victime en travers de votre dos.



Fig. 410. — Coup n° 26 (5^e temps)

Aussitôt que vous avez chargé votre adversaire en travers de votre dos, abandonnez son jarret de votre main droite et, avec votre main gauche toujours passée autour de son cou, faites-le pivoter vers votre gauche et plaquez-le à terre devant vous. Étudiez les positions du vainqueur et du vaincu sur la figure 410. Vous remarquerez que le vainqueur a ses bras placés autour de sa victime de telle sorte qu'il peut avec la tête peser brutalement sur l'épaule gauche du vaincu, et qu'en serrant contre lui le cou de l'adversaire il peut le lui broyer.

Nota. — Revenez au deuxième temps de ce coup. Lorsque vous détachez le coup de pied dans le ventre, si vous amenez le talon près du nombril et la pointe du pied juste sur le mamelon gauche de l'adversaire, votre attaque peut avoir une issue fatale. Il ne faut jamais essayer de porter réellement ce coup si l'on n'est pas un adepte du *kuatsu*.



Fig. 411. — Coup n° 27 (1^{er} temps)

Sur l'attaque du gauche de l'adversaire, parez avec l'avant-bras droit, comme le montre la figure 411.



Fig. 412. — Coup n° 27 (2^e temps)

En parant une attaque quelconque, rentrez vivement dans votre adversaire, pour l'empêcher de développer son coup.



Fig. 413. — Coup n° 27 (3^e temps)

En même temps que vous rabattez vers le bas le bras de votre adversaire et que vous rentrez, frappez-le avec le sommet de la tête contre le maxillaire, près de l'oreille, ou bien contre l'os de la pommette ou encore juste en arrière de la tempe. Si votre adversaire, au moment où vous rentrez, a la bouche entr'ouverte, détachez-lui un coup sous ou contre la pointe du menton, et redoublez immédiatement en le frappant avec la tête contre l'articulation du maxillaire, ce qui aura généralement pour résultat de lui disloquer la mâchoire.



Fig. 414. — Coup n° 28 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire a fait une prise de manche pour engager la lutte. Il tire sur votre bras gauche et pousse sur votre bras droit. Ployez le coude droit et saisissez la manche gauche de votre adversaire comme le montre la figure 414.



Fig. 415. — Coup n° 28 (2^e temps)

Renversez la tête de votre adversaire, en appuyant avec force contre son cou votre main ouverte, et frappez violemment son jarret gauche avec la face postérieure de votre genou gauche. Faites vivement basculer votre homme en arrière.

3^e temps (pas de figure). — Au moment précis où vous embarquez votre adversaire en arrière, pivotez de façon à pouvoir passer votre jambe droite par-dessus son bras gauche. Cela vous permet, à l'instant où il se reçoit sur le dos, de tomber en travers de lui, les deux pieds à sa droite. Vous avez la tête en dehors, à sa gauche; vous vous trouvez à angle droit sur lui et vous tenez son bras gauche avec vos deux mains, en ployant de force ce bras en arrière contre votre jambe droite. Vous êtes ainsi à même de lui fracturer le bras si vous le voulez. Lorsqu'on emploie ce coup délibérément, avec l'intention arrêtée de briser le bras de l'adversaire, la fracture se produit au moment où la victime se reçoit sur le sol.



Fig. 416. — Coup n° 29 (1^{er} temps)

Lorsque votre adversaire vous porte un coup avec l'un de ses poings, parez en élevant brusquement le poing opposé et envoyez en même temps à votre ennemi un coup de pied dans l'aîne, avec le talon du pied correspondant au bras mis en jeu.



Fig. 417. — Coup n° 29 (2^e temps)

Si, au temps précédent, vous avez employé la main droite et le pied droit, laissez-vous maintenant tomber brusquement sur le côté gauche en appliquant violemment votre pied droit dans le scrotum de votre adversaire.



Fig. 418. — Coup n° 30 (1^{er} temps)

Ici, au moment où l'adversaire vous porte un coup du gauche, plongez et esquivez-vous vivement vers la gauche de votre adversaire, parez en même temps d'un coup vigoureux asséné avec votre main droite ouverte sur son coude gauche.

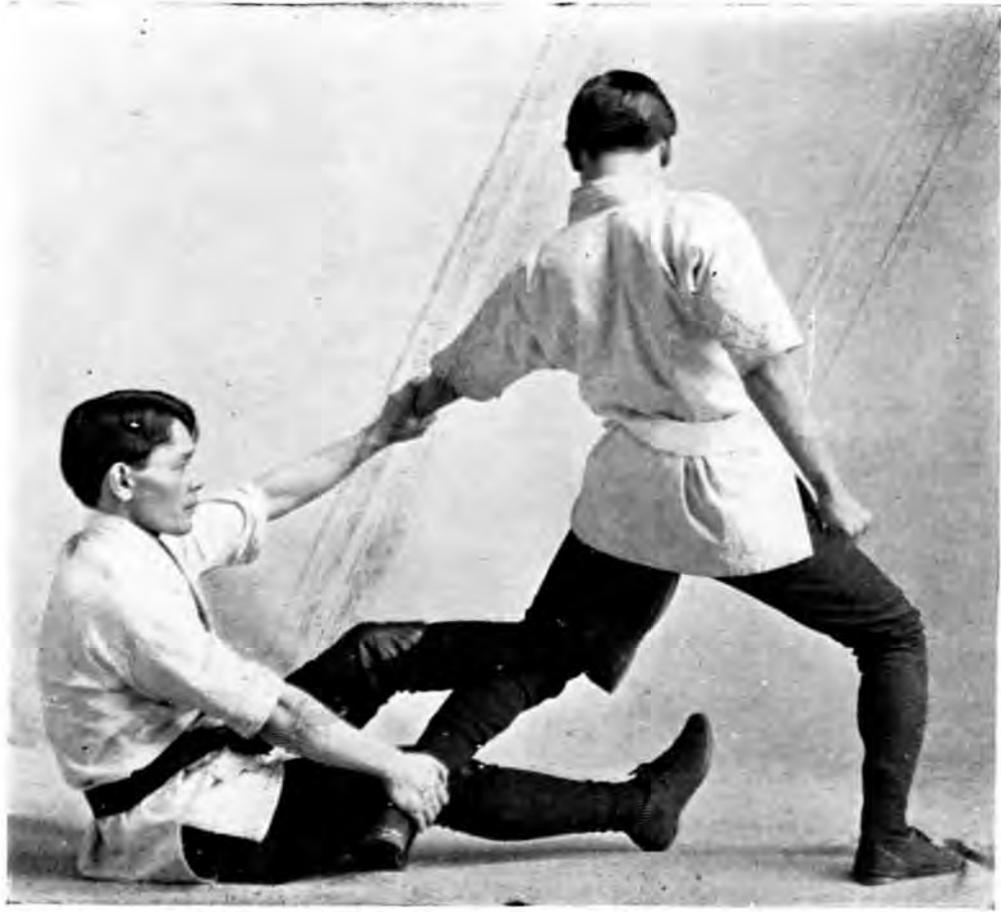


Fig. 419. — Coup n° 30 (2^e temps)

En réalité, il n'est pas nécessaire de saisir le poignet gauche de l'adversaire comme le montre la figure 419. Votre ennemi, au moment où vous avez paré le coup de son bras gauche, est légèrement penché en avant sur la jambe gauche. Rentrez à gauche avec la rapidité de l'éclair et faites un saut brusque en appliquant le derrière de votre jambe gauche contre le derrière de la sienne, près de la cuisse. Courbez-vous suffisamment pour pouvoir lui empoigner la cheville gauche avec la main droite. Élevez violemment cette cheville et asseyez-vous, ce qui projettera votre adversaire en avant la face contre terre.



Fig. 420. — Coup n° 31 (1^{er} temps)

Votre adversaire est en garde le poing gauche en avant, mais vous l'avez dérangé en portant votre poing droit en avant pour faire opposition. Il est ainsi obligé de se mettre en garde à droite, et il cherche à vous frapper du droit. À cet instant précis, plongez et sautez prestement vers sa droite, en lui attrapant la face externe de l'articulation du coude et lui relevant le bras, que vous poussez vers sa gauche. Votre ennemi, ne pouvant pour le moment se servir efficacement du bras droit, essaiera de pivoter à nouveau vers sa droite de façon à pouvoir faire usage du poing gauche. À ce moment, appliquez-lui avec le pied gauche un coup de pied tournant dans l'abdomen.



Fig. 421. — Coup n° 31 (2^e temps)

Après avoir empoigné de la main gauche le coude droit de votre adversaire, servez-vous de la main droite pour lui saisir le poignet droit. En même temps, envoyez-lui un coup de votre pied gauche dans le jarret droit, ce qui le force à fléchir le genou. Tirez son bras à vous, et votre ennemi sera contraint de se courber comme le montre la figure 421. Appliquez votre genou sur la face postérieure de son bras droit et tirez sur son poignet, de façon à lui briser le bras.

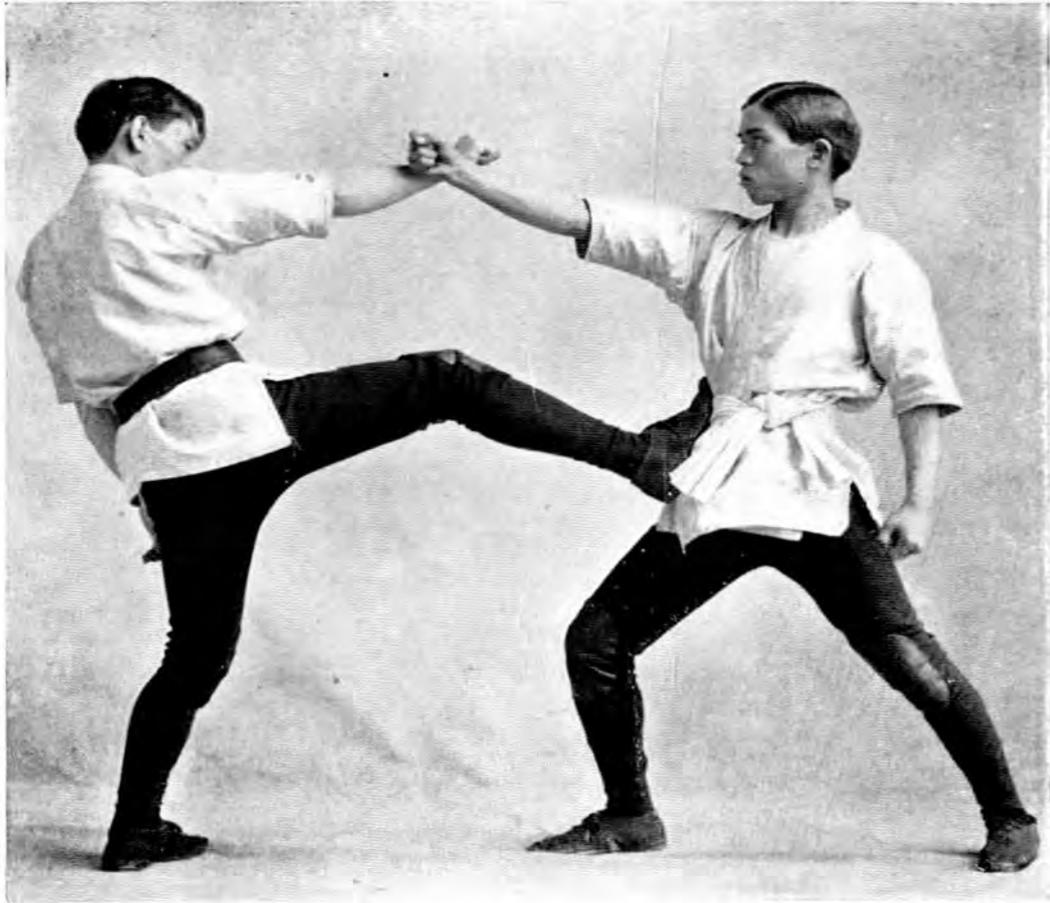


Fig. 422. — Coup n° 32 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire frappe du droit et vous parez également du droit ; vous imprimez en même temps à votre pied droit un large mouvement de fauchage, de façon à appliquer un coup de pied dans l'aîne droite de votre adversaire.

Coup n° 32 (2^e temps)

Au moment précis où votre pied droit touche de la façon indiquée au temps précédent, jetez-vous à terre comme le montre la figure 423. Votre adversaire vous y aidera parfois en vous attrapant le pied, mais, dans tous les cas, vous devez aller au tapis, votre pied droit restant appuyé contre le côté droit de l'aîne de votre ennemi, et votre pied gauche frappant son mollet gauche. Saisissez son pied avec vos deux mains de la façon indiquée par la figure.

Coup n° 32 (3^e temps)

Tout en tordant le pied de votre adversaire, appuyez ferme avec votre pied gauche contre son mollet gauche et laissez-vous rouler vers votre droite. Vous amènerez votre ennemi à terre comme le montre la figure 424.



Fig. 423. — Coup n° 32 (2^e temps)



Fig. 424. — Coup n° 32 (3^e temps)



Fig. 425. — Coup n° 32 (4^e temps)

Passez alors vivement votre jambe droite par-dessus la jambe droite capturée de votre adversaire, en introduisant de force votre pied droit entre ses cuisses et enfonçant la pointe de ce pied dans son scrotum. En même temps, appuyez énergiquement votre épaule droite contre la face externe du pied capturé, en renversant de force ce pied et fracturant la cheville.



Fig. 426. — Coup n° 33 (1^{er} temps)

La figure 426 représente une prise quelconque que votre assaillant effectue par derrière, ses bras sous les vôtres et ses mains croisées en avant de vous.



Fig. 427. — Coup n° 33 (2^e temps)

Avant tout, il faut faire lâcher prise à la main droite de votre adversaire. A cet effet, si le poing de votre ennemi est étroitement fermé, enveloppez ses doigts avec les doigts de votre main droite, votre main repliée par-dessus la sienne. Avec le bout de vos doigts, appuyez de toute votre force contre l'extrémité même de la pulpe des troisième et quatrième doigts de votre adversaire comme si vous vouliez fermer son poing encore davantage. Vous causerez ainsi à votre ennemi une douleur si vive qu'il relâchera son étreinte et vous pourrez le forcer à ouvrir les doigts.



Fig. 428. — Coup n° 33 (3^e temps)

Appuyez étroitement vos coudes contre vos flancs et écartez la main droite de votre adversaire, en saisissant ses deux premiers doigts et les renversant vers la droite. Occupez-vous alors d'écarter de la même façon sa main gauche.



Fig. 429. — Coup n° 33 (4^e temps)

Étendez vivement les bras sur les côtés et maintenez-les ainsi parfaitement raides. Avec la base de vos mains, pesez énergiquement sur le dos des mains de votre adversaire, et avec vos doigts retournez vers le haut ses doigts captifs.



Fig. 430. — Coup n° 33 (5^e temps)

Votre bras droit restant toujours bien tendu, amenez votre bras gauche au-dessus de votre tête avec celui de l'adversaire.



Fig. 431. — Coup n° 33 (6^e temps)

Tirez brutalement la main droite capturée de votre victime vers votre gauche en la retournant et rabattez de force son bras gauche sur votre bras droit. Envoyez-lui en même temps par-dessous, avec votre pied droit, un coup sur le talon droit et culbutez-le. Votre victime aura probablement les doigts, les poignets et les coudes fracturés.

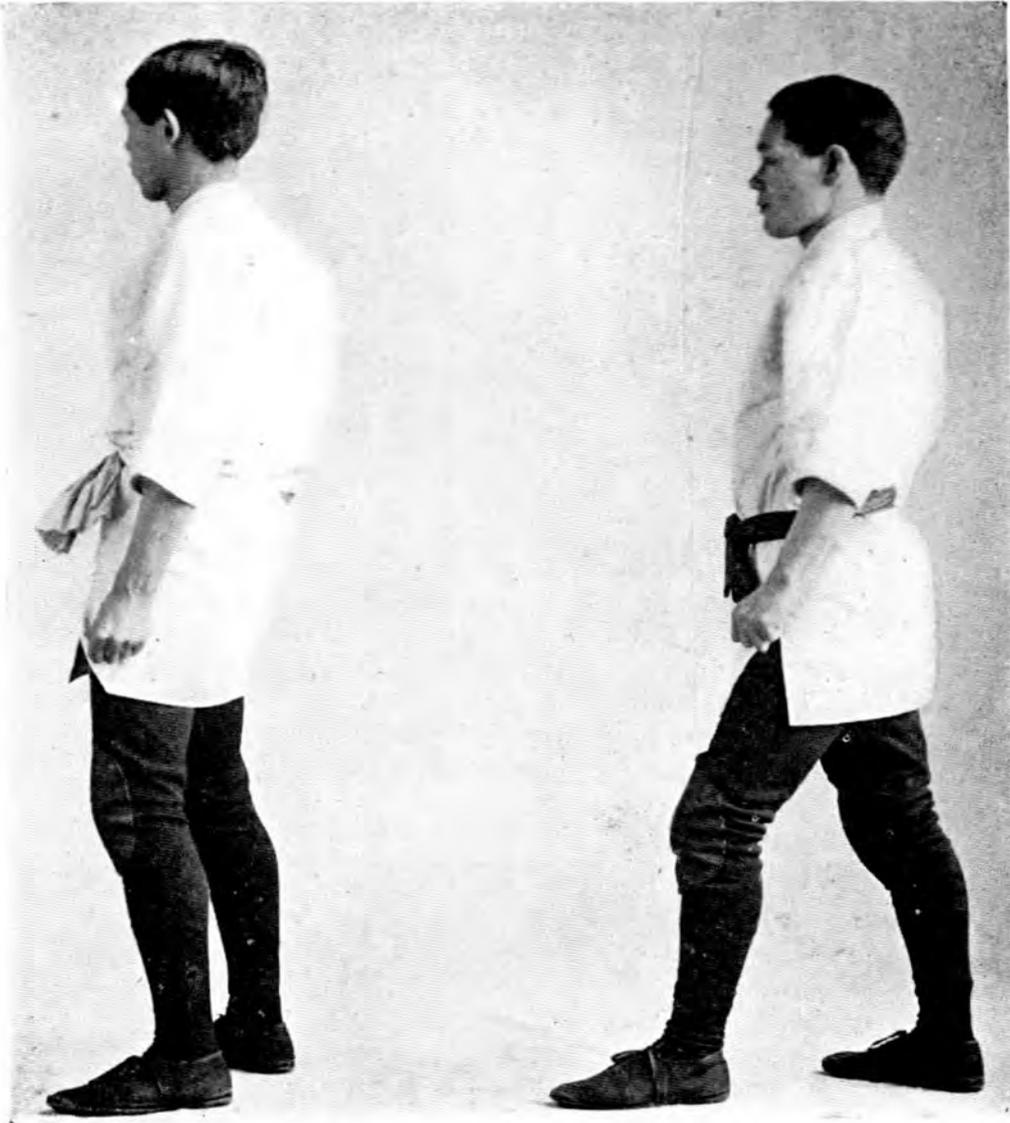


Fig. 432. — Coup n° 34 (1^{er} temps)

Ce coup constitue le meilleur procédé pour surprendre un adversaire par derrière et pour le tomber.



Fig. 433. — Coup n° 34 (2^e temps)

La manière la plus sûre de saisir un adversaire par derrière autour du cou a été expliquée à propos d'un autre coup (voir p. 214). Elle consiste à enrouler les doigts d'une de vos mains autour de ceux de l'autre, en repliant chaque pouce dans la paume de l'autre main. Cette prise faite, appliquez violemment un de vos genoux dans le dos de votre victime en lui envoyant avec la pointe du pied un coup dans le scrotum. Vous rendez ce coup possible après avoir planté solidement votre genou dans le dos de l'adversaire, en faisant fléchir celui-ci en arrière et sur le côté, ce qui l'oblige à écarter les jambes.



Fig. 434. — Coup n° 35 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire vous a fait à la gorge une prise imprudente. La première chose à faire pour votre défense est de baisser le menton avec force, ce qui met votre ennemi dans l'impossibilité presque absolue d'exercer une pression pour vous étrangler.



Fig. 435. — Coup n° 35 (2^e temps)

Saisissez deux doigts au moins de chaque main de votre adversaire. (La manière de procéder a été exposée à propos du coup n° 33. Voir les figures 427 et 428.)



Fig. 436. — Coup n° 35 (3^e temps)

Tirez d'une brusque secousse circulaire la main droite de votre adversaire vers votre gauche, tandis que vous amenez son bras gauche vers la droite par-dessus votre tête. Pivotez en même temps, de façon à appliquer votre flanc gauche contre son abdomen.



Fig. 437. — Coup n° 35 (4^e temps)

Penchez-vous vivement en avant, en embarquant votre adversaire par-dessus votre dos. Il récoltera ainsi quelques fractures osseuses.



Fig. 438. — Coup n° 36 (1^{er} temps)

L'adversaire vous saisit par derrière en jetant ses bras autour de votre cou comme le montre la figure 438.



Fig. 439. — Coup n° 36 (2^e temps)

Si cela est nécessaire, appliquez-lui sur le bout des doigts la pression qui a été indiquée à propos de coups précédents. Jetez la main restée libre autour de votre propre poitrine et saisissez le coude de votre adversaire.



Fig. 440. — Coup n° 36 (3^e temps)

Votre ennemi peut essayer de vous renverser en vous tirant en arrière. A ce moment, arrachez de votre cou son bras capturé, vos doigts placés sur les doigts correspondants de sa main. Si c'est sa main gauche que vous tenez, agenouillez-vous vivement à sa gauche sur le genou gauche. Renversez-lui la main en arrière sur le poignet et poussez vers le haut sur son coude capturé. Relevez-vous alors vivement derrière votre adversaire, en pesant maintenant sur son coude et repliant durement sa main en avant sur son poignet (voir figure 440). Puis, forçant votre ennemi à se pencher franchement en avant, servez-vous du talon droit pour lui appliquer un violent coup de pied sur le tibia gauche, et culbutez-le aussitôt après.



Fig. 441. — Coup n° 37 (1^{er} temps)

Si, vous trouvant debout à côté de votre adversaire, vous lui passez une ceinture, son premier mouvement sera de jeter autour de votre cou son bras le plus rapproché de vous, comme l'indique la figure 441.



Fig. 442. — Coup n° 37 (2^e temps)

Si vous êtes à droite de votre adversaire, laissez-vous aller instantanément sur le genou droit, en engageant en même temps votre bras droit sous son genou droit que vous tirez brusquement vers le haut.

Coup n° 37 (3^e temps)

Culbutez votre adversaire dans la position qu'indique la figure 443. Aussitôt après, saisissez-lui la main droite avec la vôtre, vos doigts placés sur le dos de sa main et comprimant les siens. Vous devez lui maintenir la main juste en avant de votre menton.

Coup n° 37 (4^e temps)

Tordez le poignet droit de votre victime et appliquez avec force votre genou droit contre sa fesse droite.



Fig. 443. — Coup n° 37 (3^e temps)



Fig. 444. — Coup n° 37 (4^e temps)



Fig. 445. — Coup n° 37 (5^e temps)

Relevez-vous sur votre victime, comme le montre la figure 445, et employez maintenant vos deux mains contre sa main droite capturée. Votre prise doit être telle que votre pouce gauche s'enfonce à la base de son pouce droit et que votre pouce droit appuie contre le milieu de son poignet, à la jonction de celui-ci avec la main. À l'aide de cette prise, tordez le poignet de votre adversaire en le renversant vers le haut jusqu'à ce qu'il fasse sa soumission. La torsion peut être assez énergique pour fracturer le poignet.

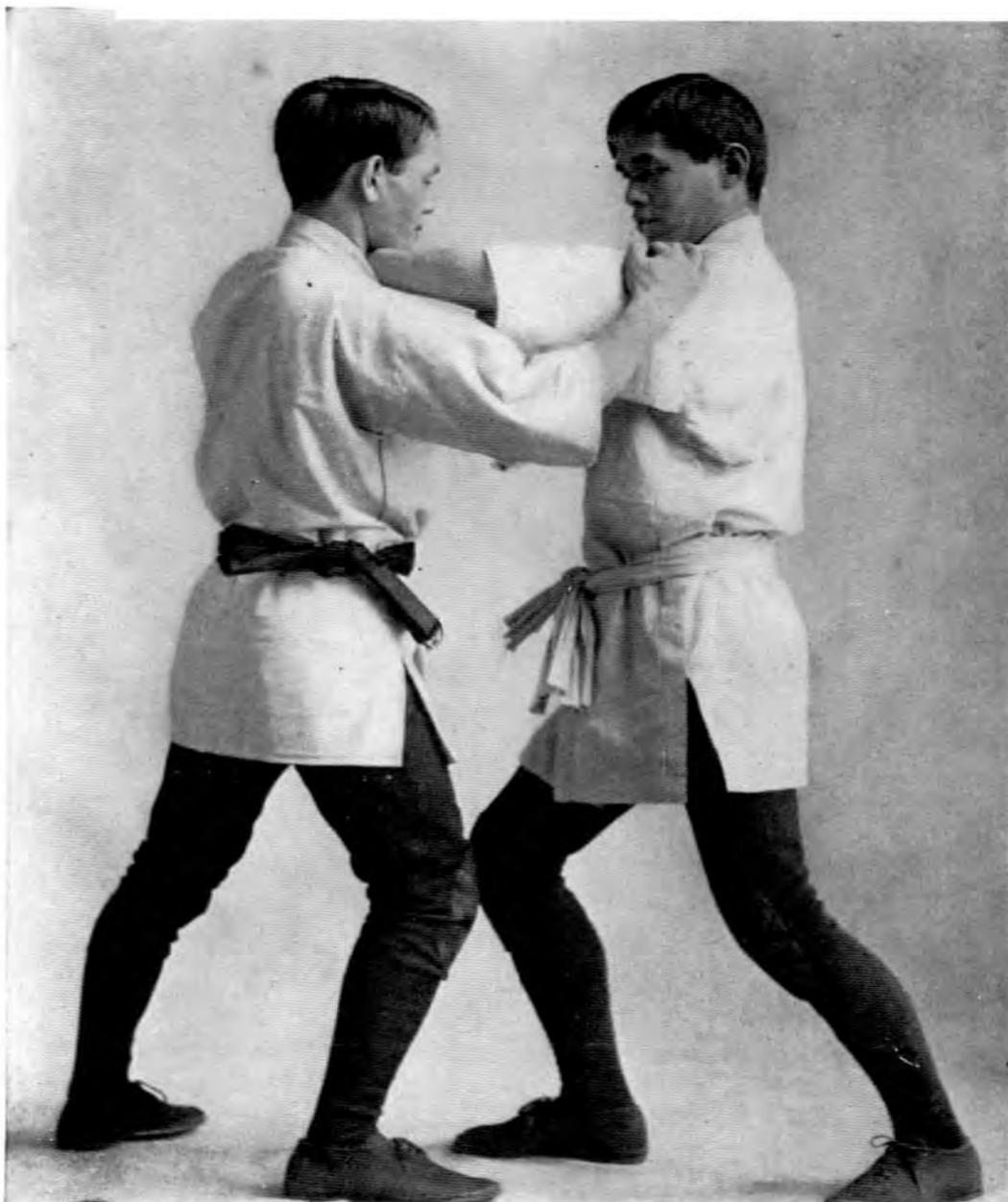


Fig. 446. — Coup n° 38 (1^{er} temps)

Votre assaillant peut essayer de vous étouffer en employant une quelconque des prises avec mains croisées décrites dans les coups précédents.



Fig. 447. — Coup n° 38 (2^e temps)

De la main droite, saisissez le coude gauche de votre adversaire, tout en fourrant votre avant-bras gauche sous le sien. Cela suppose que c'est sa main gauche qui se trouve dessus. Dans cette prise du coude, le pouce de la main qui vous sert à attaquer s'enfonce énergiquement dans la paroi interne de la gouttière cubitale (*os rigolo*). Votre avant-bras gauche, tout en passant sous l'avant-bras gauche de votre adversaire, se trouve au-dessus de son avant-bras droit.



Fig. 448. — Coup n° 38 (3^e temps)

Il suffira parfois d'appuyer avec la main gauche sur le coude gauche de votre adversaire, en poussant votre main gauche avec la main droite, pour tomber votre homme. Mais, quand vous avez empoigné le coude en faisant effort contre la gouttière cubitale (*os rigolo*), ainsi que nous l'avons indiqué au temps précédent, faites vivement un pas vers la gauche de votre adversaire tout en amenant de force vers le haut son coude capturé, comme le montre la figure 448.



Fig. 449. — Coup n° 38 (4^e temps)

Ce mouvement doit être exécuté avec beaucoup de précaution. Avec votre main gauche, ployez en avant sur le poignet la main gauche de votre adversaire que vous avez capturée, en même temps que vous amenez cette main derrière lui et que vous lui tordez le coude en avant. Au moment où il vous saisit le genou droit, jetez votre jambe gauche en travers de son cou et serrez-lui le cou entre vos deux genoux. Puis, abandonnez son coude et, avec vos deux mains, amenez sa main droite par-dessus votre épaule droite. Renversez-vous en arrière en entraînant votre victime avec vous. Si vous ne prenez pas de grandes précautions, vous lui briserez le cou.



Fig. 450. — Coup n° 39 (*1^{er} temps*)

Parfois, lorsque l'adversaire vous empoigne alors que vous êtes à côté de lui, la tête basse, il passe ses bras sous vos aisselles et croise ses mains très haut sur votre dos. Cela lui donne, en apparence, un avantage marqué.

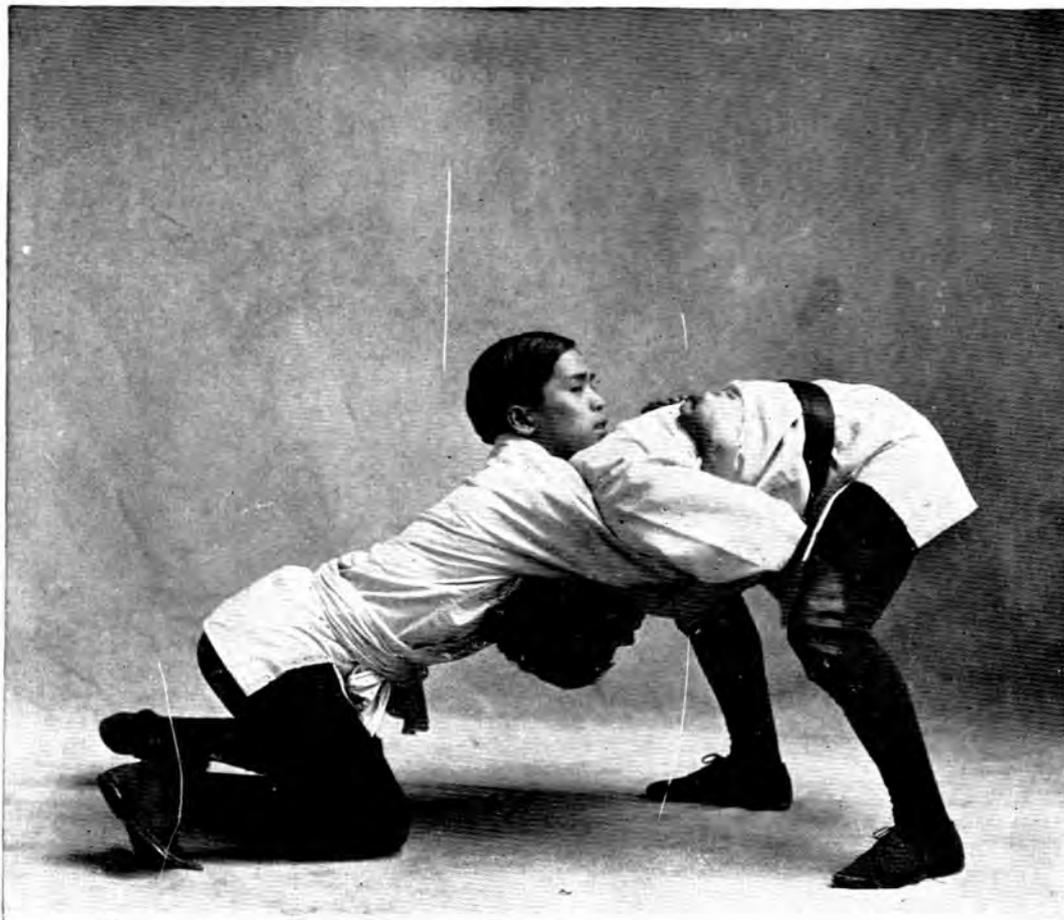


Fig. 451. — Coup n° 39 (2^e temps)

Serrez vos coudes contre le corps, aussi étroitement que possible, et croisez les mains en avant, s'il le faut, afin d'accroître la puissance de l'effort exercé sur les bras de votre adversaire. Abaissez en même temps votre tête tout près du sol et reculez vivement, sans diminuer la pression exercée par vos bras, si bien que votre adversaire croit avoir les bras brisés. La douleur le force à s'agenouiller comme le montre la figure 451.



Fig. 452. — Coup n° 39 (3^e temps)

Au moment précis où les genoux de votre adversaire touchent terre, saisissez son coude gauche avec vos deux mains, mais sans relâcher l'effort d'écrasement que vos bras exercent sur les siens. Retournez-vous sur la droite, ce qui projettera en l'air la jambe droite de votre ennemi ainsi que le montre la figure 452.



Fig. 453. — Coup n° 39 (4^e temps)

Achevez votre chute vers la droite en roulant sur votre adversaire, votre tête arrivant sur son abdomen. Saisissez par paires les doigts de sa main gauche, en enfonçant vos pouces dans le dos de sa main gauche capturée. Puis, prenant appui sur la plante de vos pieds, exécutez une culbute et reprenez terre sur les genoux à la droite de votre victime, ce qui vous amènera à la position indiquée comme 5^e temps du coup n° 37. Ce coup a pour résultat de fracturer le bras de la victime.

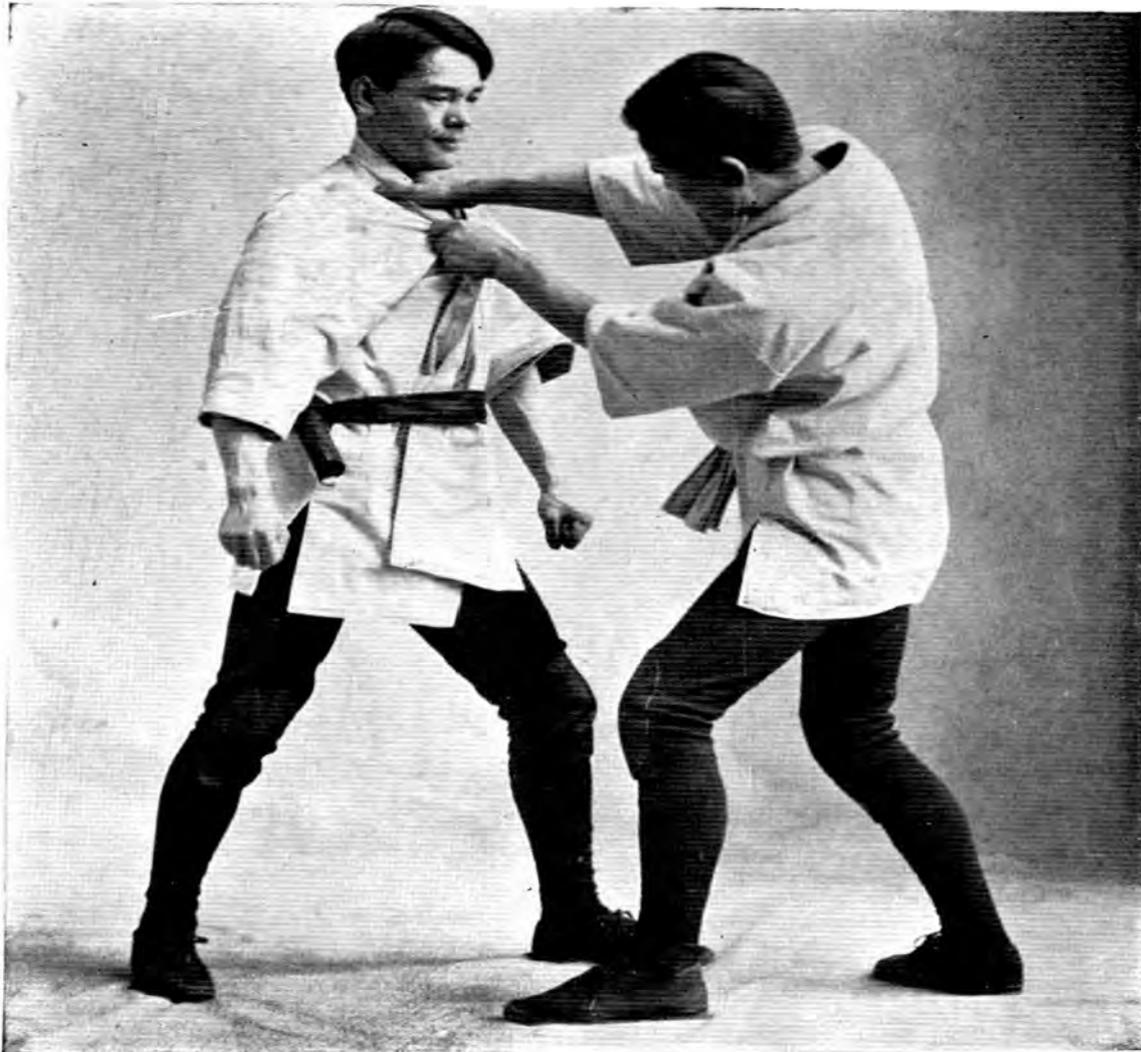


Fig. 454. — Coup n° 40 (1^{er} temps)

Voici maintenant une des formes les plus usitées de la prise d'étranglement. Votre assaillant a saisi de la main gauche les revers de votre vêtement et les tord étroitement ensemble. De sa main droite, il a empoigné la partie droite de votre col, en appuyant les articulations des doigts de cette main contre votre « pomme d'Adam », dans le but de forcer votre soumission en vous étranglant.



Fig. 455. — Coup n° 40 (2^e temps)

Croisez vos mains et introduisez de force vos bras entre ceux de votre adversaire. Calez votre coude gauche sous son avant-bras droit et, vos mains restant toujours croisées, faites effort avec votre avant-bras droit contre son poignet gauche.

3^e temps (pas de figure). — Désunissez tout à coup vos mains et séparez brusquement vos bras en les écartant largement l'un de l'autre, ce qui rompt la prise faite par votre adversaire. Au moment où vous dénouez cette prise, tournez le dos à votre ennemi et, de la main droite, saisissez son poignet gauche. Jetez votre bras gauche sur son bras gauche capturé, votre main gauche venant se placer sous son coude gauche. Puis, achevez votre rotation sur vous-même de façon que les jambes de l'adversaire se trouvent à votre droite. Penchez-vous franchement en avant et faites passer votre victime par-dessus votre dos.



Fig. 456. — Coup n° 40 (4^e temps)

Laissez-vous tomber sur votre victime de la façon qu'indique la figure 456. Entourez avec votre main gauche le dos de sa main gauche et tordez violemment celle-ci du côté du petit doigt en la renversant. Observez la position de votre autre main, de vos pieds et de votre genou droit. Poussez ferme sur le coude gauche de votre adversaire et continuez à tordre sa main capturée en prenant appui sur votre jambe droite. Si votre victime ne fait pas rapidement sa soumission, son bras et son poignet gauches n'échapperont pas à une mauvaise fracture.

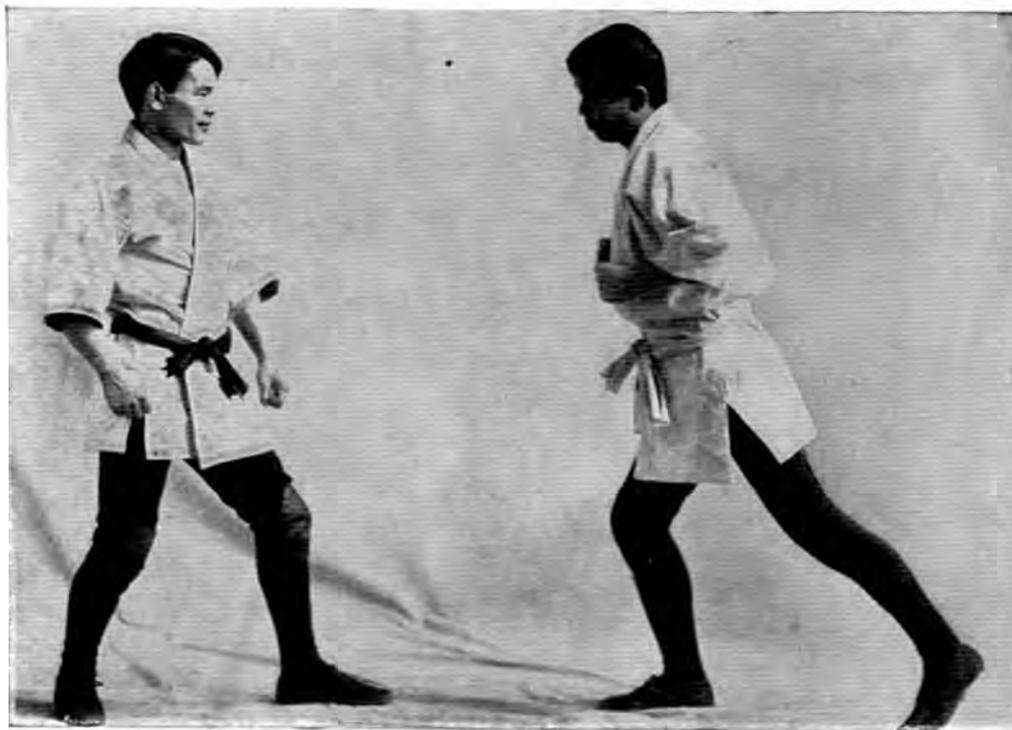


Fig. 457. — Coup n° 41 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire débute par courir sur vous. Il peut avoir l'intention de vous frapper ou de vous saisir le bras et de tâcher de vous culbuter. Étudiez la position exacte de l'homme qui se tient sur la défensive (le combattant à la ceinture noire). Examinez la position de ses pieds, la souplesse de ses genoux et la façon dont il tient ses mains. Son corps est presque complètement droit, mais sans aucune raideur. L'homme sur la défensive a tous ses muscles en état de décontraction.



Fig. 458. — Coup n° 41 (2^e temps)

Au moment précis où votre adversaire va vous frapper ou vous saisir, mais avant qu'il ait eu la possibilité de le faire, laissez-vous aller sur un genou, en avançant le pied opposé. En même temps, saisissez les jambes de votre assaillant juste en arrière des genoux, comme le montre la figure 458, et frappez violemment avec la tête sur ses parties intimes. Pour que le coup soit efficace, il faut que la partie postérieure de votre tête vienne heurter son abdomen.



Fig. 459. — Coup n° 41 (3^e temps)

S'il s'agit d'une rencontre courtoise, vous enverrez exactement de la même façon un coup sur les parties intimes de votre adversaire, mais sans y mettre assez de force pour le blesser. Dès que votre tête se trouve contre l'enfourchure de votre adversaire, poussez-la entre ses jambes et relevez-vous en le faisant basculer par-dessus votre dos, comme le montre la figure 459.

4^e temps (pas de figure). — Votre adversaire, au moment où il fait la culbute par-dessus votre dos, placera une main sur le sol dans le but de se tirer d'affaire. Dans la figure correspondant au temps précédent, c'est la main droite qu'il a mise à terre. Sans modifier votre position, enroulez votre jambe droite autour de son bras droit, puis pivotez vivement et brutalement vers votre gauche. L'effort exercé brisera le bras de votre victime. Si c'est le bras gauche qu'il a employé, enroulez votre jambe droite autour de son bras gauche, mais alors c'est vers la droite qu'il faudra exécuter votre mouvement de pivotement.



Fig. 460. — Coup n° 42 (1^{er} temps)

Votre adversaire peut vous saisir avec les deux mains, le poignet et le coude d'un même bras (comme l'indique la figure 460), en tordant votre poignet capturé et maintenant la face postérieure de votre coude. Ainsi que le montre la figure, il a fourré sa jambe gauche entre les deux vôtres, la face gauche de son genou gauche appuyant contre le côté du vôtre. C'est là une bonne clef préparatoire à s'assurer pour vous culbuter vers votre droite.

Jiu-Jitsu Kano



Fig. 461. — Coup n° 42 (2^e temps)

Pivotez vivement vers votre gauche, en déplaçant votre jambe gauche, que vous amenez entre les deux jambes de votre adversaire. Enroulez en même temps avec force votre bras gauche autour du bras gauche de votre ennemi.



Fig. 462. — Coup n° 42 (3^e temps)

Renversez-vous alors en arrière comme le montre la figure 462. Dans sa chute, votre adversaire est obligé de relâcher la prise que sa main droite a faite à votre poignet droit. Puis, avec votre main droite toujours engagée sous votre corps, saisissez son poignet gauche.

4^e temps (pas de figure). — Étudiez la figure correspondant au temps précédent et vous comprendrez comment, en projetant brusquement vos pieds en l'air et exécutant une culbute en arrière, vous briserez le bras gauche de votre victime, lequel est resté emprisonné.

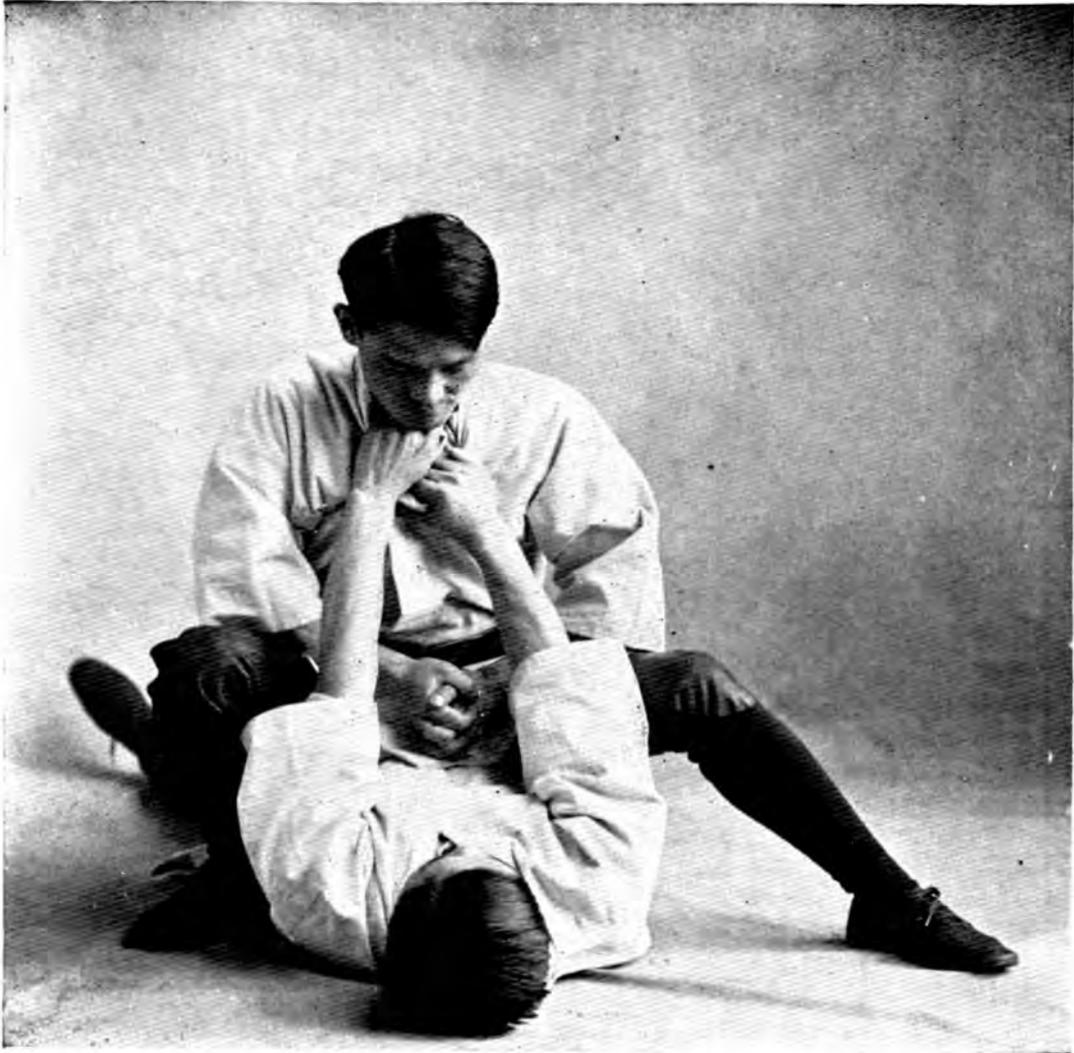


Fig. 463. — Coup n° 43 (*1^{er} temps*)

Quand vous avez renversé votre adversaire et que vous êtes tombé à cheval sur lui comme le montre la figure 463, il peut aller chercher et saisir vos revers, dans le but de vous étouffer par l'une quelconque des prises d'étranglement déjà décrites. S'il saisit vos revers avec ses deux mains, croisez vos mains comme le montre la figure.



Fig. 464. — Coup n° 43 (2^e temps)

Enfoncez vos mains croisées entre les bras de votre adversaire, en les ramenant vers votre tête, et l'effort exercé par vos bras contre les siens rompra sa prise.



Fig. 465. — Coup n° 43 (3^e temps)

Saisissez aussitôt le poignet droit de votre adversaire, en ployant son bras capturé sur votre cuisse gauche. De votre main droite, empoignez son revers droit et enfoncez les articulations de vos doigts dans sa « pomme d'Adam » ou sa veine jugulaire droite. Maintenez l'effort exercé sur son bras capturé, ainsi que l'effort tendant à l'étouffer, jusqu'à ce qu'il fasse sa soumission.



Fig. 466. — Coup n° 44 (1^{er} temps)

Ici, vous empoignez de la main droite le col de votre adversaire, tandis que, de la main gauche, vous saisissez sa ceinture.



Fig. 467. — Coup n° 44 (2^e temps)

Asseyez-vous vivement et, avec votre mollet droit, heurtez par l'extérieur la cheville gauche de votre adversaire, comme le montre la figure 467. Frappez en même temps avec votre genou gauche la face interne de son genou gauche.

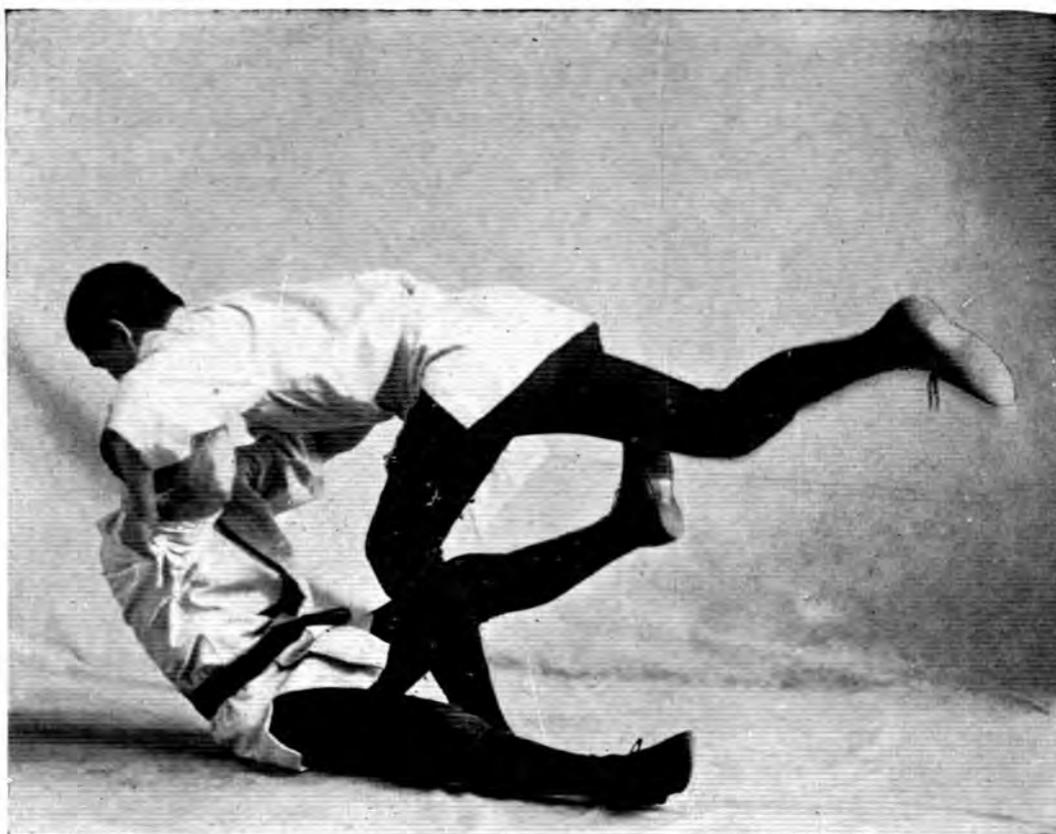


Fig. 468. — Coup n° 44 (3^e temps)

Envoyez maintenant avec le pied gauche un coup de bas en haut dans la cuisse droite de votre adversaire. En exécutant ce mouvement, penchez-vous en arrière et attirez votre adversaire sur vous.

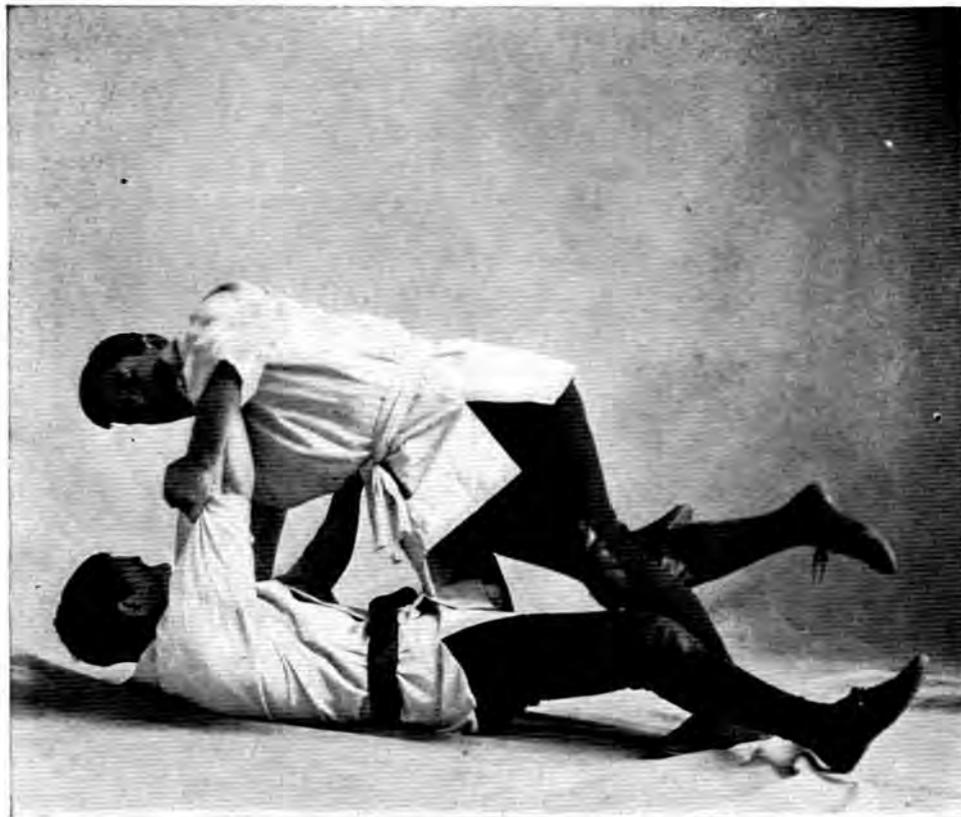


Fig. 469. — Coup n° 44 (4^e temps)

Votre ennemi tombera sur vous de la façon indiquée par la figure 469. Votre jambe droite calant toujours sa jambe gauche, frappez sa cuisse droite avec votre genou gauche, juste au-dessous de la hanche, et faites-le basculer vers sa droite.

5^e temps (pas de figure). — Au moment où vous vous renversez, votre bras gauche s'enroule autour du bras droit de votre adversaire, de façon que sa main repose contre votre épaule. Cela vous donne une prise pour lui fracturer le bras. A l'instant où votre adversaire se reçoit à terre, relevez votre pied droit sous son épaule droite et jetez en même temps votre pied gauche autour du côté gauche de son cou. Vous avez maintenant sur votre assaillant une clef de laquelle il ne peut se dégager, et vous pouvez le forcer à se soumettre en exerçant sur son bras droit capturé un effort qui peut le briser.



Fig. 470. — Coup n° 45 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire passe ses deux bras autour d'un de vos genoux, dans le but de vous faire basculer en arrière. A ce moment, jetez un bras autour de son cou, comme le montre la figure 470, et, de votre autre main, saisissez le coude opposé.



Fig. 471. — Coup n° 45 (2^e temps)

Élevez brusquement votre genou capturé — mouvement auquel votre adversaire est impuissant à s'opposer — et frappez-le dans l'abdomen. Projetez ensuite votre jambe entre les siennes, de façon que votre tibia le frappe maintenant au bas-ventre. Lancez enfin votre pied entre ses jambes, en envoyant avec votre tibia un coup sec dans ses parties intimes.



Fig. 472. — Coup n° 45 (3^e temps)

Si, pour une raison quelconque, vous ne pouvez exécuter les mouvements du temps précédent, sautez en l'air, en passant votre pied droit derrière votre adversaire comme le montre la figure 472, et appliquez-lui avec le pied gauche un coup à la face interne du mollet droit.



Fig. 473. — Coup n° 45 (4^e temps)

Si le coup de pied détaché sur le mollet droit de votre adversaire a été appliqué avec assez de force et si vous maintenez son cou étroitement, vous pourrez vous renverser en arrière, le genou droit prenant appui sur son abdomen. Votre ennemi sera amené à terre droit sur la tête, les positions relatives des deux combattants étant celles qu'indique la figure 473.



Fig. 474. — Coup n° 45 (5^e temps)

S'il ne vous est pas possible d'exécuter les mouvements du temps précédent, jetez vos deux bras autour du cou de votre adversaire et sautez en l'air en passant vos jambes autour de sa ceinture et croisant vos pieds sur ses fesses. Votre ennemi ripostera en se laissant tomber en avant et en vous jetant ainsi sur le dos. Au moment de la chute, appuyez avec force son menton contre votre poitrine, en exerçant par derrière un effort énergique sur son cou et lui enfonçant en même temps avec vigueur le genou dans le ventre ; il sera vaincu.

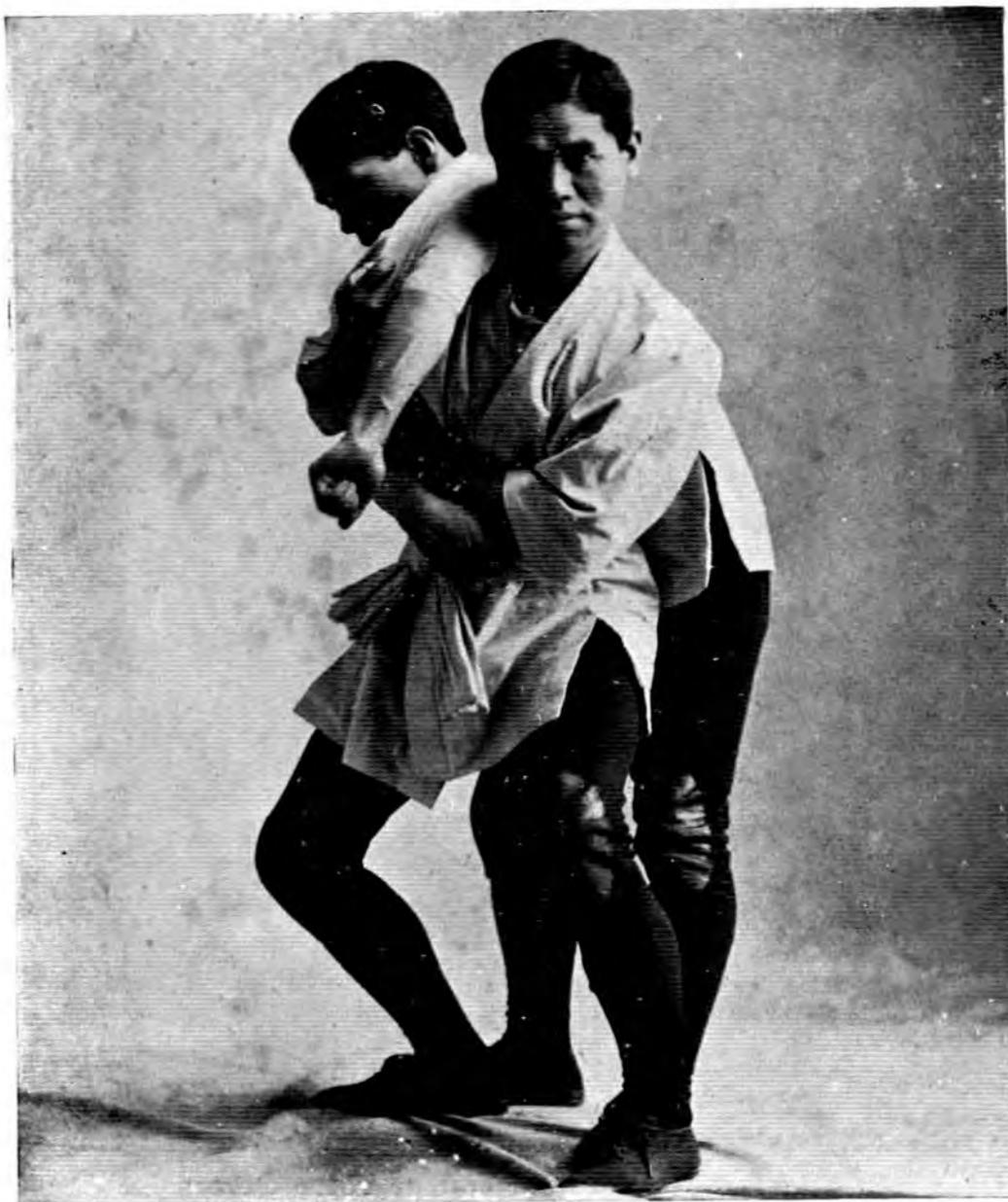


Fig. 475. — Coup n° 46 (1^{er} temps)

Ici, votre adversaire, vous attaquant par derrière, s'est assuré une prise qu'il estime devoir être avantageuse. De la main droite, il vous a saisi le coude gauche et, de la main gauche, le coude droit. Il se dispose à vous culbuter en avant et à gauche.

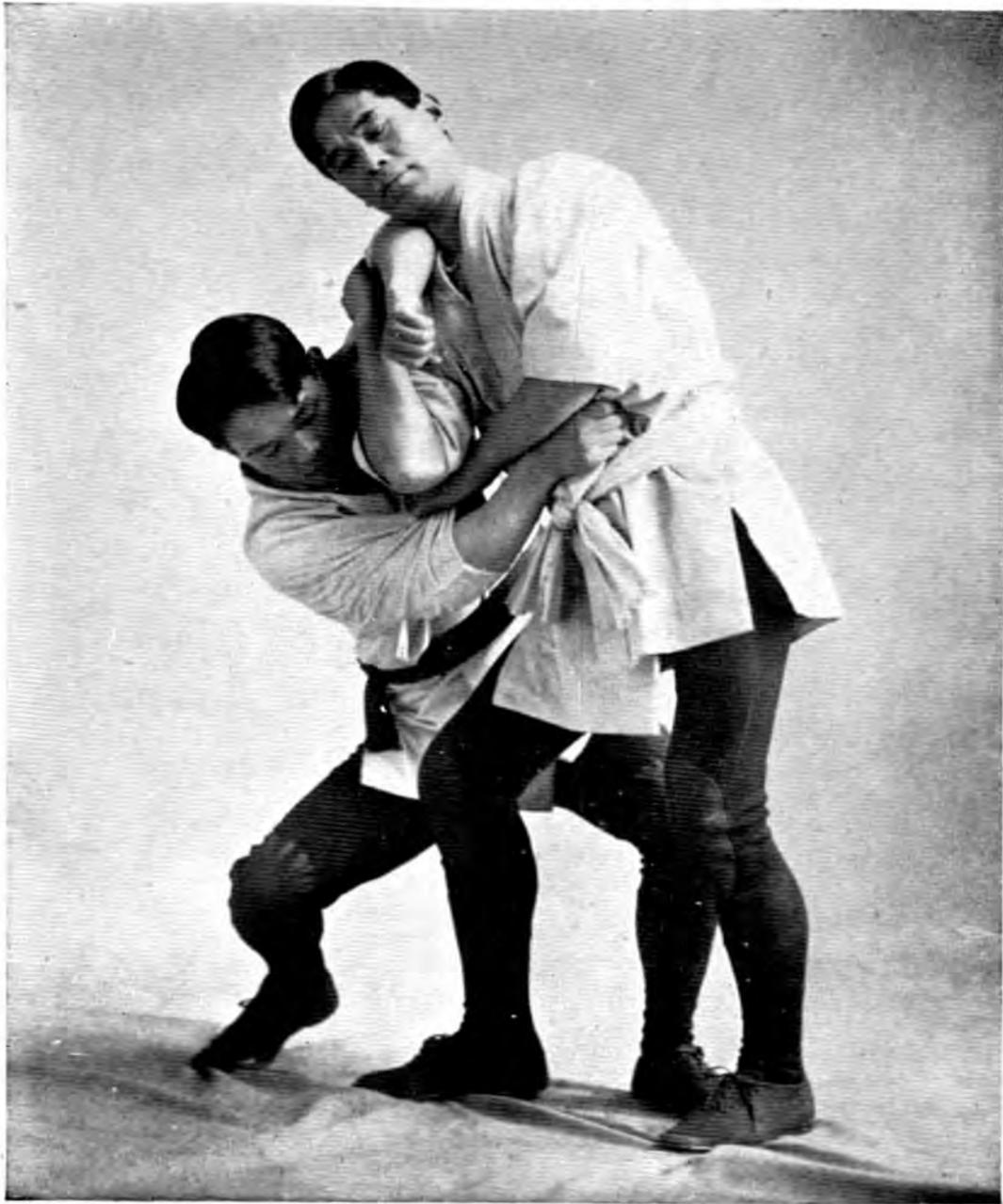


Fig. 476. — Coup n° 46 (2^e temps)

Dégagez-vous de l'étreinte de votre adversaire par une torsion, en vous portant à sa droite et en amenant votre jambe gauche derrière sa jambe droite. Ayez soin de fléchir les genoux, exactement comme l'indique la figure 476.

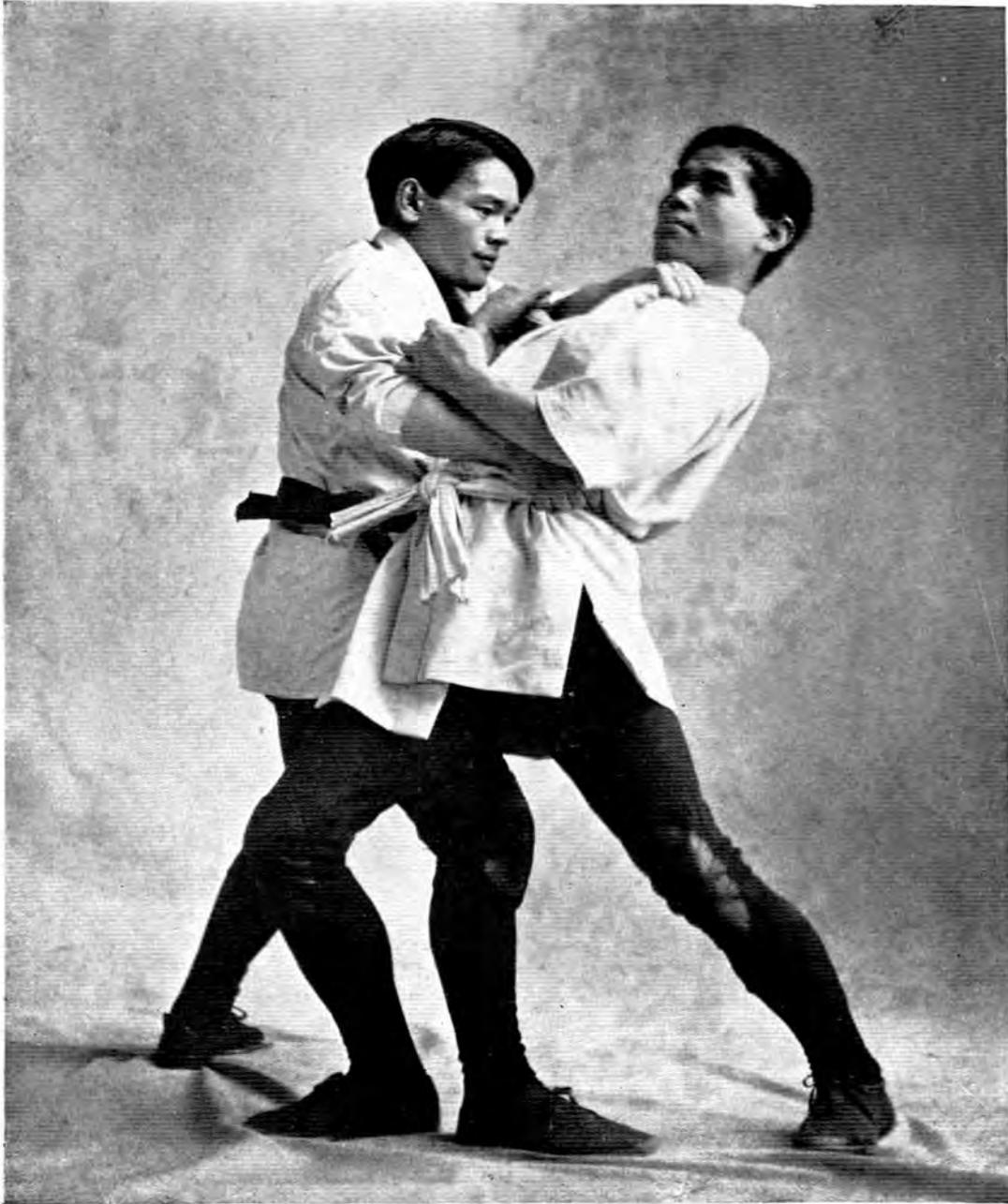


Fig. 477. — Coup n° 46 (3^e temps)

Vous êtes maintenant à même de pivoter vivement sur vous-même en faisant face à votre adversaire. De la main droite, empoignez sa ceinture du côté gauche ; de la main gauche, saisissez son revers gauche et, appuyant votre poignet contre sa « pomme d'Adam », infligez-lui un étranglement sérieux. Envoyez-lui avec le pied droit un coup dans le genou gauche. (Ayez soin de remarquer que votre jambe droite est derrière la jambe droite de votre ennemi.) Renversez-vous en arrière, en entraînant votre adversaire sur vous. Pour le forcer à faire sa soumission, employez un quelconque des coups *ad hoc*, décrits au début de la seconde partie.



Fig. 478. — Coup n° 47 (1^{er} temps)

Votre adversaire peut bondir et saisir votre ceinture de l'un ou l'autre côté.



Fig. 479. — Coup n° 47 (2^e temps)

Contre une attaque de ce genre, croisez vos poignets devant la poitrine de votre adversaire. De la main droite vous saisissez son revers droit, tandis que, de la main gauche, vous empoignez le bord gauche de son vêtement plus bas que le revers. Tirez son revers droit en travers contre sa « pomme d'Adam » de façon à l'étouffer ; tirez en outre obliquement vers sa droite le bord gauche de son vêtement. Pivotez en même temps vers sa droite, en jetant votre jambe gauche en avant de sa jambe droite, comme le montre la figure 479.



Fig. 480. — Coup n° 47 (3^e temps)

Pivotez encore davantage à droite et, avec la face postérieure de votre mollet gauche, frappez d'un coup sec le genou gauche de votre adversaire. En même temps, enfoncez les articulations de vos doigts dans sa veine jugulaire.



Fig. 481. — Coup n° 47 (4^e temps)

Projetez maintenant votre victime en avant, en la débarquant sur la tête et sur le coude gauche. Dans cette position, enveloppez avec votre jambe gauche l'avant-bras gauche de votre adversaire et, à l'aide de cette prise, tordez-lui le bras jusqu'à ce qu'il ait fait sa soumission.

Coup n° 48

1^{er} temps (pas de figure). — Voici une parade très en faveur, parmi les lutteurs américains, contre certaines prises. Elle consiste à jeter la main droite sur l'épaule gauche de l'adversaire et à saisir son propre poignet droit avec la main gauche. L'avant-bras gauche peut maintenant être poussé contre le cou de l'adversaire, qu'il force à s'écarter. On emploie ce procédé de défense quand l'assaillant s'est assuré une prise avec les deux bras autour de la ceinture (ceinture avant). Une variante japonaise de cette parade consiste à prendre le revers gauche de l'adversaire avec la main gauche et le bord droit de son vêtement avec la main droite. Si vous tirez maintenant le bord du vêtement vers le bas et le revers en travers de la gorge, l'adversaire est forcé de se porter en arrière et obligé de rompre sa prise. Mais l'initié dispose d'un coup commode pour riposter à l'un ou à l'autre de ces modes de défense. Dans le cas de la prise japonaise, l'homme sur la défensive rompt la prise en écartant le pouce ou les doigts de la main gauche qui attaque, comme on l'a expliqué à propos de coups précédents. Si c'est la parade américaine qui est employée contre l'homme sur la défensive, alors vous écartez la main gauche de votre adversaire en la saisissant avec votre main gauche et la renversant sur le dos du poignet. Jetez ensuite votre bras droit resté libre par-dessus le bras gauche emprisonné de l'adversaire et retournez-vous en lui présentant le dos, puis penchez-vous franchement en avant. Le bras gauche capturé de votre adversaire est maintenant sur votre dos. Portez votre pied gauche formant crochet en dehors et au delà de son pied droit, et asseyez-vous vivement.

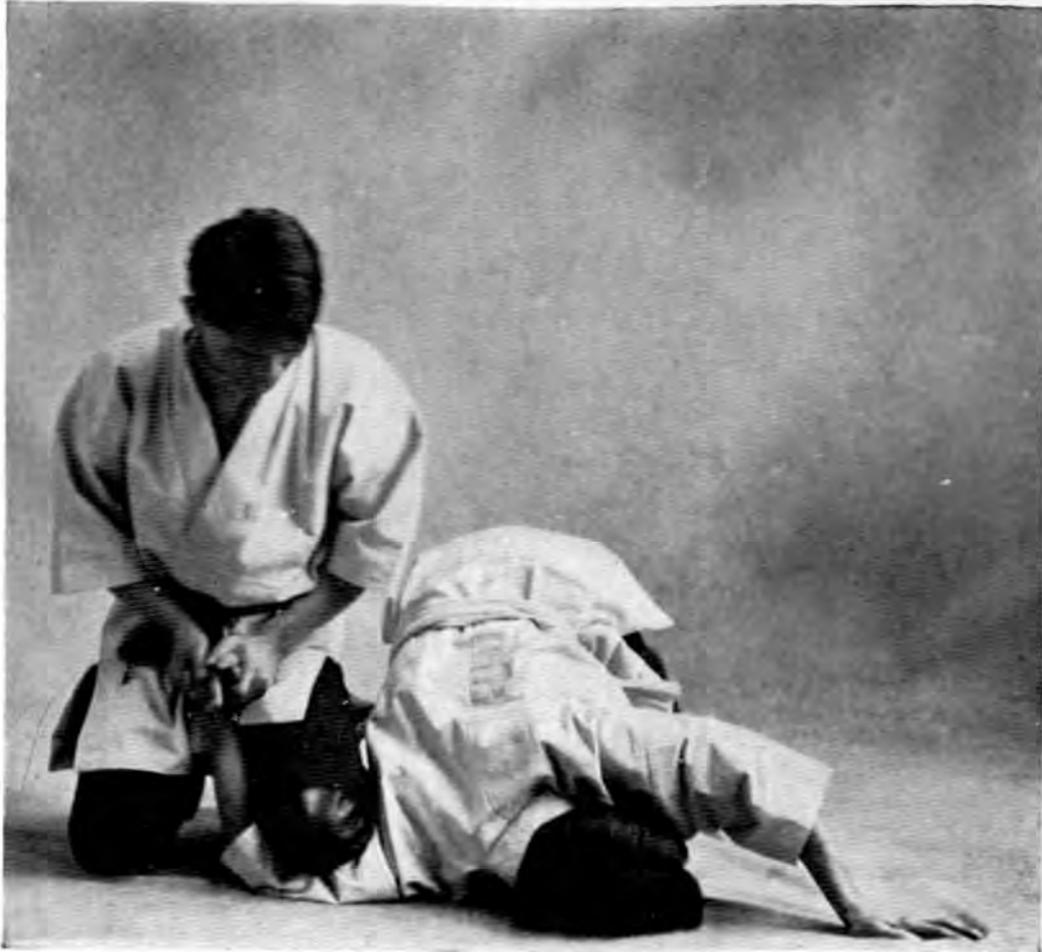


Fig. 482. — Coup n° 48 (2^e temps)

Si votre adversaire a de l'expérience, ou de la chance, il fera une culbute en allant à terre, car autrement il aurait le bras fracturé. S'il fait la culbute, il se trouvera dans la position que représente la figure 482. Au moment où votre ennemi tombe, laissez-vous tomber avec lui, en calant son bras capturé avec le genou le plus rapproché de lui et en lui ployant durement la main sur le poignet.

Coup n° 49

1^{er} temps (pas de figure). — Si votre opposant effectue une prise avec les deux bras autour de votre ceinture, les mains crochetées sur votre côté gauche, passez vivement votre bras droit le long de son cou, de façon que votre main vienne se placer en arrière, sur son dos. Assurez-vous là, avec la main droite, une bonne prise sur une partie quelconque du vêtement. En même temps, de votre main gauche, écartez celle des mains en prise de votre adversaire qui se trouve par-dessus. Tout en exécutant ce mouvement, enveloppez sa jambe gauche avec votre jambe droite. Votre jambe droite appuie maintenant contre ses parties intimes. Fléchissez en arrière et votre adversaire sera forcé de fléchir avec vous. Dégagez votre pied droit et détachez-lui un coup de pied sur le pied gauche afin de l'obliger à tomber, puis, au moment où il tombe, roulez vivement sur vous-même et jetez votre jambe gauche sur son cou, qu'elle entoure.

Coup n° 49 (2^e temps)

Asseyez-vous alors tout simplement, et vous entraînerez votre adversaire dans la position qu'indique la figure 483.

Coup n° 49 (3^e temps)

Quand vous êtes bien maître du cou de votre adversaire, élevez en l'air sa main capturée, comme le montre la figure 484, et tordez-lui le poignet et le pouce jusqu'à ce qu'il fasse sa soumission. Vous pouvez, bien entendu, contribuer à la réussite de ce mouvement en étranglant votre ennemi avec vos jambes.



Fig. 483. — Coup n° 49 (2^e temps)



Fig. 484. — Coup n° 49 (3^e temps)



Fig. 485. — Coup n° 49 (4^e temps)

Une fois la torsion du poignet bien appliquée et les jambes en bonne position pour produire l'étouffement, tirez le bras de votre adversaire en dehors droit à vous, tout en continuant la torsion, et laissez-vous tomber en arrière sur le dos. Vous briserez ainsi le coude et le poignet de votre victime.



Fig. 486. — Coup n° 50 (1^{er} temps)

Si votre adversaire jette son bras droit autour de votre cou et son bras gauche autour de votre ceinture, pivotez brusquement et vigoureusement vers votre droite. Vous dénouez ainsi la prise que votre adversaire a effectuée avec son bras gauche et vous le laissez avec son bras droit autour de votre cou. De vos deux mains, saisissez immédiatement sa main droite et penchez-vous en avant : vous serez prêt à tomber votre adversaire par le coup connu des lutteurs sous le nom de *tour de bras à la volée*. Naturellement, votre opposant cherchera à éviter la culbute en tirant en arrière ; mais, lorsqu'il agit ainsi, votre plus sûre défense consiste à vous laisser tomber vivement sur le genou droit à côté de lui, en lui ployant la main droite capturée sur le poignet. Il vous est maintenant possible de vous relever derrière lui, sans cesser de ployer avec votre main gauche sa main capturée. En même temps, jetez votre bras droit derrière son cou que vous entourez par la gauche et saisissez son revers droit. Appuyez votre genou droit contre la face externe du genou droit de votre adversaire, et lancez-le en avant dans la posture que reproduit la figure 486.

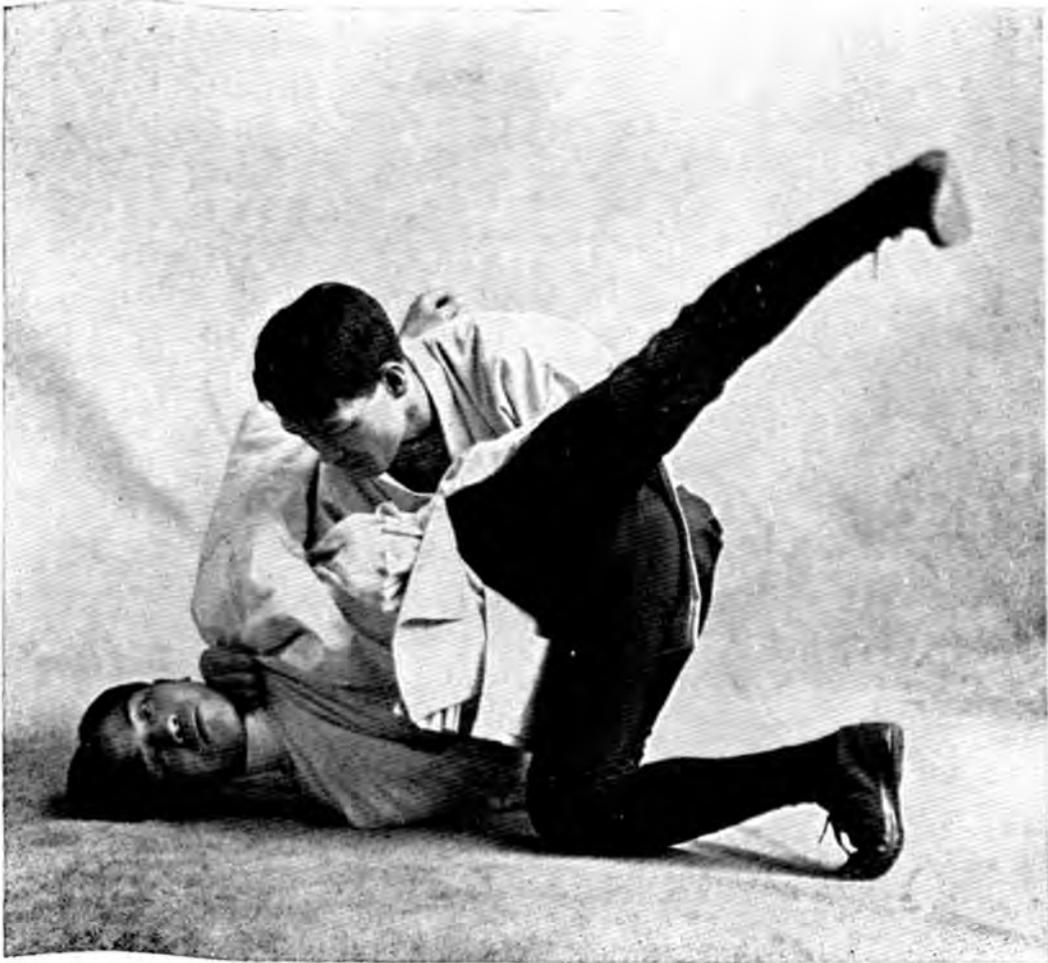


Fig. 487. — Coup n° 50 (2^e temps)

Comme dernier temps, en tirant ferme sur le revers que vous tenez, vous pourrez étrangler votre adversaire jusqu'à ce qu'il se décide à faire sa soumission. Si vous préférez au contraire le faire toucher des deux épaules, conservez alors votre prise initiale sur sa main droite capturée et tirez sur votre adversaire en le renversant vers sa gauche, de manière à amener ses deux épaules au tapis.

COUPS SÉRIEUX ET FUNESTES

On peut porter des coups amenant l'insensibilité ou la mort. Les Occidentaux sont convaincus à tort qu'un homme atteint d'un coup funeste, du moment qu'il a pu être ramené à la vie, n'était point frappé mortellement. Lorsqu'un des coups néfastes du *jiu-jitsu* a été convenablement porté, les fonctions vitales sont suspendues d'une façon en quelque sorte mécanique. Il faut une application immédiate des procédés du *kuatsu* pour remettre mécaniquement en jeu les forces vitales et produire ainsi la résurrection.

Sur certains points du corps, le coup le plus habilement porté ne peut amener que la perte de connaissance. Sur d'autres points, un coup adroitement appliqué déterminera la mort, tandis qu'un coup plus léger ne causera qu'un évanouissement.

Cela dépend beaucoup de la façon de délivrer le coup, mais cela dépend tout autant de l'étendue de la surface de frappe. Ainsi, un coup porté avec la pointe de la seconde phalange du médus amènera la mort si le coup frappe sur un point vital, tandis que le coup asséné au même endroit avec le poing fermé n'occasionnera à la victime qu'un violent éblouissement.

Les coups mortels sont généralement administrés avec la seconde phalange du médus, la pointe du coude ou celle du pied. Ces coups peuvent, lorsqu'il est nécessaire, être portés pendant le corps-à-corps avec l'adversaire.

ON DEVRA TOUJOURS SE CONTENTER D'INDIQUER LES COUPS FUNESTES, A MOINS D'AVOIR SOUS LA MAIN UN EXPERT EN *kuatsu* !

Les points sur lesquels des coups rapides, bien détachés, pourront déterminer la mort⁽¹⁾, quand ils seront portés d'une façon effective, sont ceux qui se trouvent indiqués sur les planches ci-après.

1. Ces points ont fait jadis l'objet d'études spéciales de la part du professeur Brown-Séguard, qui les désignait sous le nom de *points vitaux*.

Planche 1. Points 1, 3, 5, 6;

Planche 2. Points 16, 19, 23, 25.

Les points sur lesquels les coups amèneront une perte de connaissance sont ceux indiqués ci-après :

Planche 1. Points 2, 4, 6, *b, d, e*, 15;

Planche 2. Points *b, i*, 17, 19, 20, *l, m*, 25, 26.

Les points où l'on peut déterminer pendant la lutte des fractures osseuses sont les suivants :

Planche 3. Points 27, 28, 29, 30, 31, 32, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 45, 46;

Planche 4. Points 50, 61, 62, 63, 64, 69.

Les points où l'on peut provoquer de la douleur par torsion ou pression sont les suivants :

Planche 1. Points 2, 4, *b*, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15;

Planche 2. Points 16, *b, n*, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 26;

Planche 3. Points 31, 32, 33, 34, 35, 37, 38, 39.

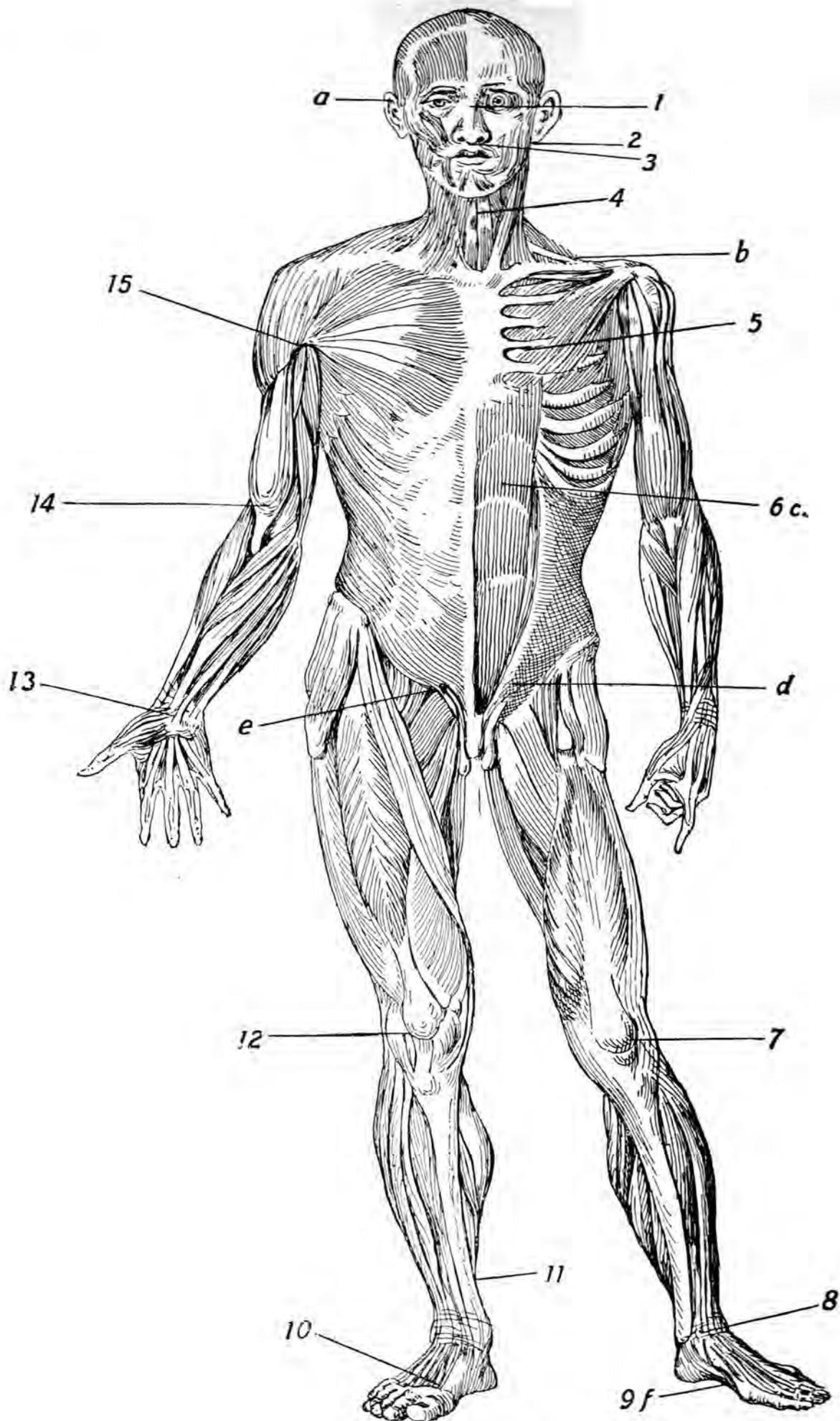


PLANCHE I

Vue de face montrant les points vitaux et les points efficaces qui interviennent dans le combat et dans le rappel à la vie

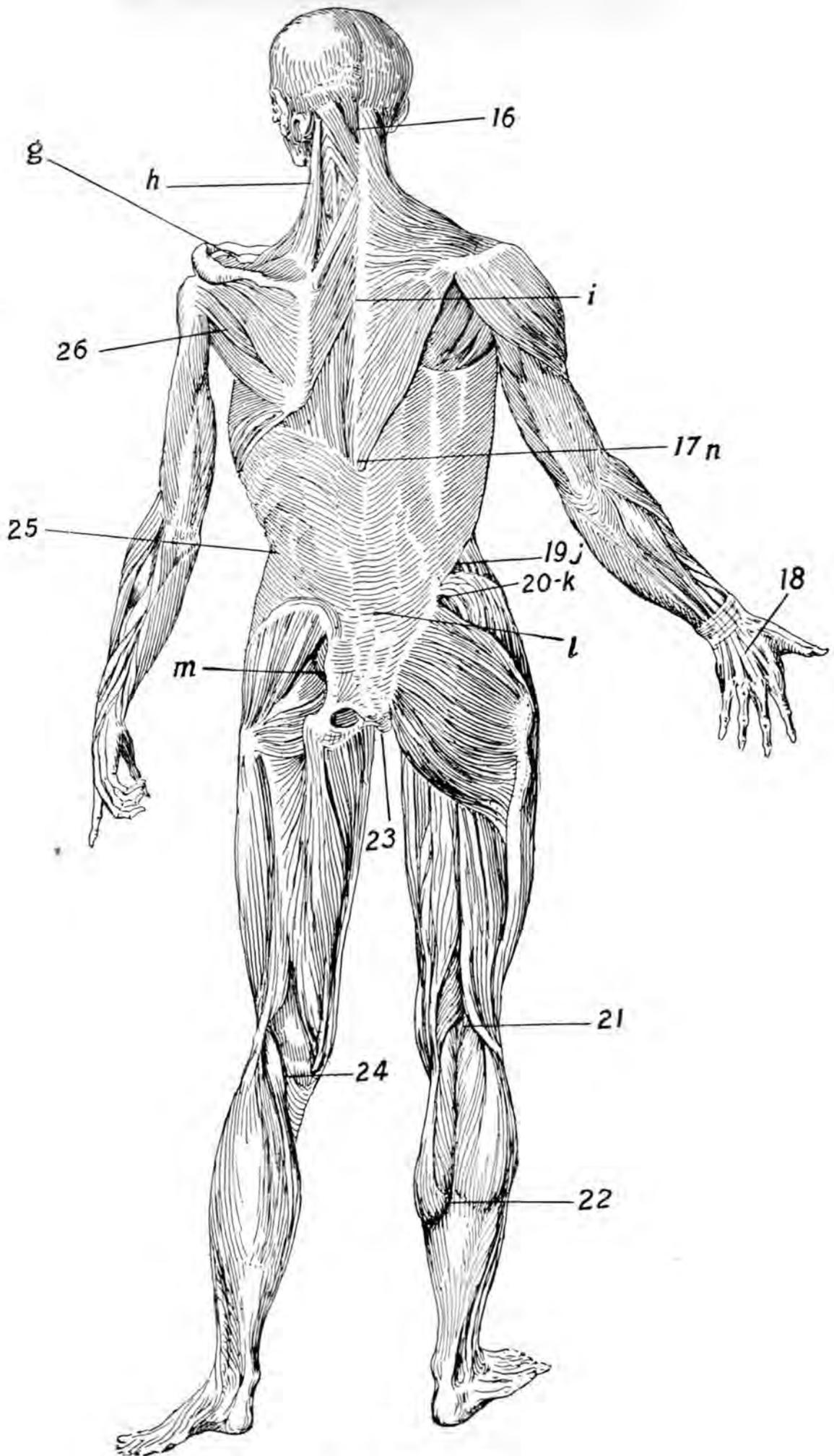


PLANCHE II

Points vitaux et points efficaces de la région du dos

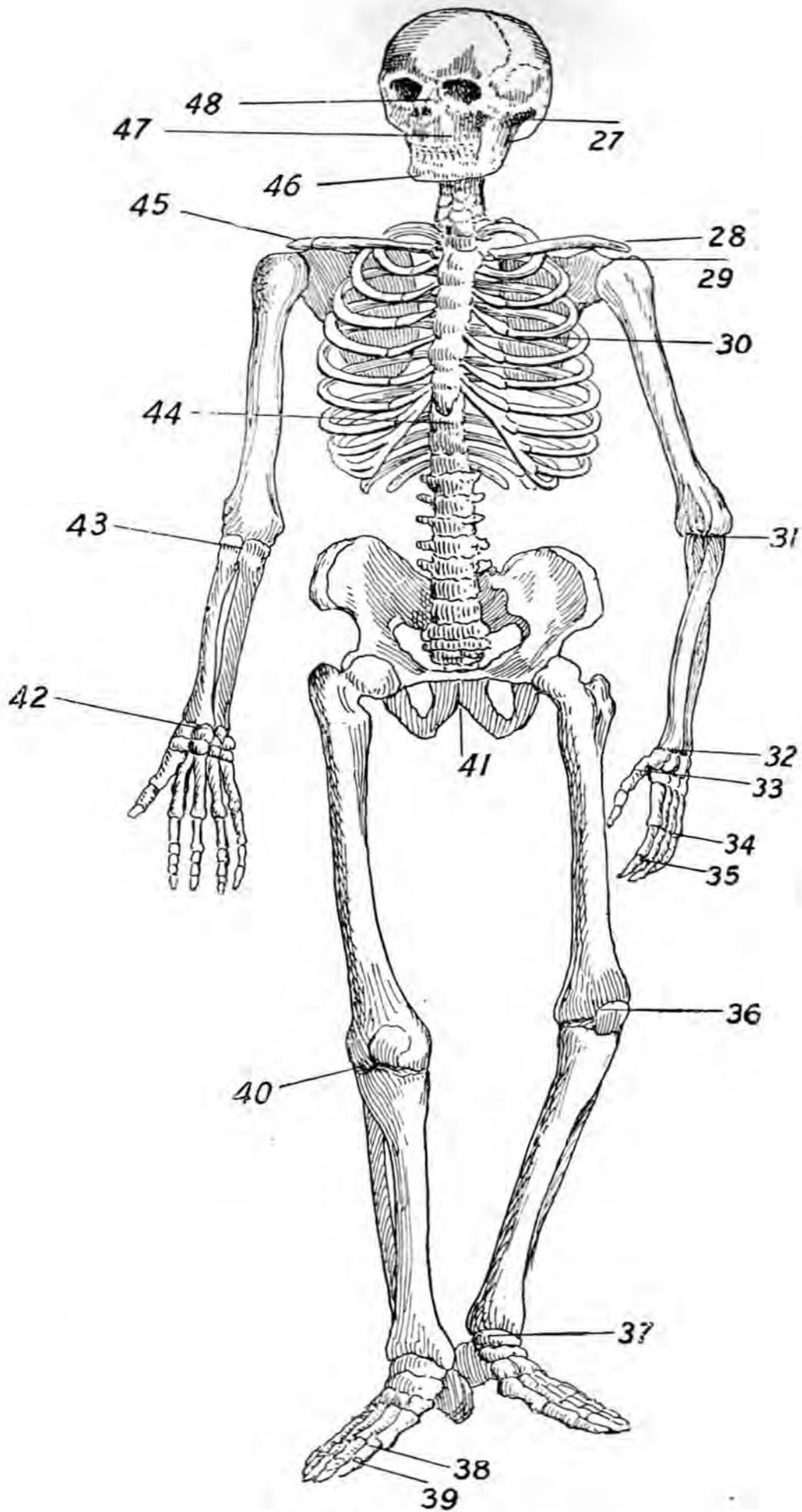


PLANCHE III

Repérage des points vitaux et des points efficaces sur la charpente osseuse vue de face

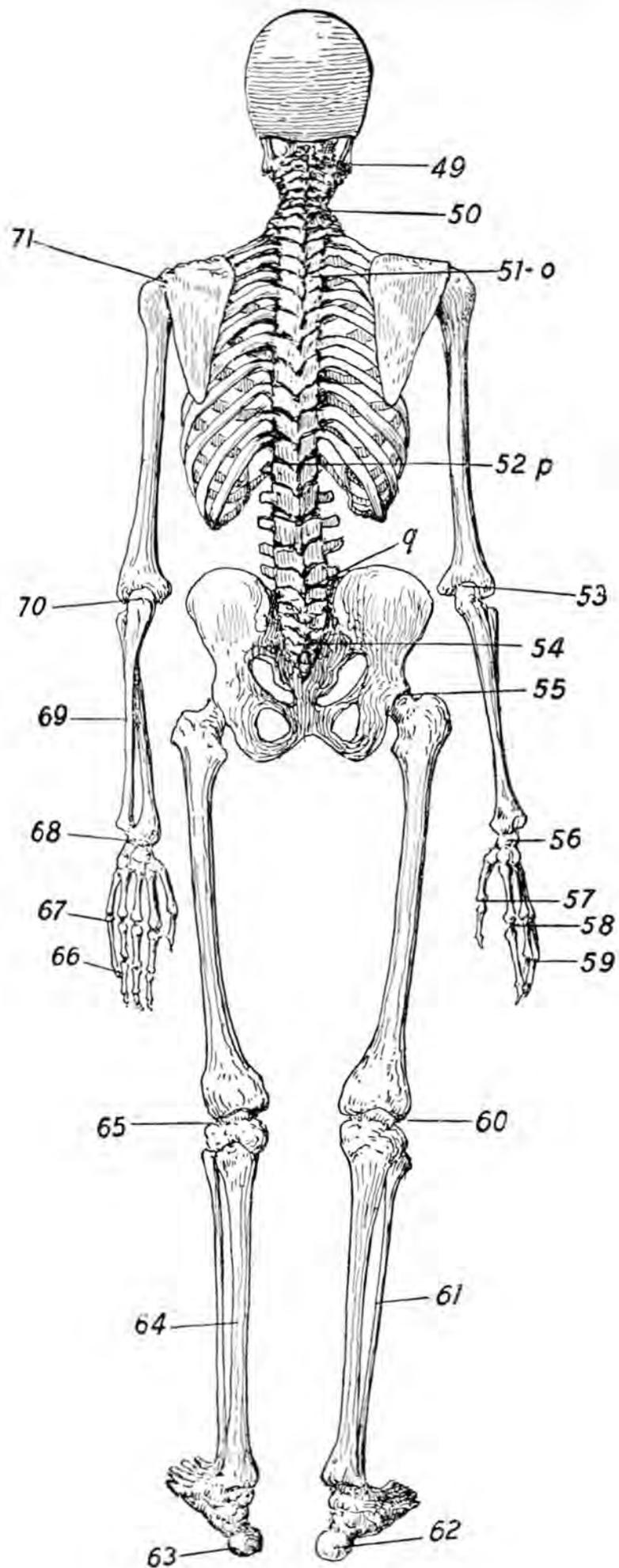


PLANCHE IV

Repérage des points vitaux et des points efficaces sur le squelette vu de dos

KUATSU

OU PROCÉDÉS DE RAPPEL A LA VIE

Presque aux débuts du *jiu-jitsu*, c'est-à-dire il y a probablement vingt-deux siècles, les Japonais eurent vent de cette admirable science revivifiante, connue depuis sous le nom de *kuatsu*. Des personnes qui se sont évanouies ou qui ont été étendues sans connaissance sont rapidement — presque instantanément — remises en pleine possession de leurs facultés.

A l'origine, le *kuatsu* servait uniquement à ranimer les victimes d'une attaque. Mais, dans les siècles suivants, on découvrit que cette science singulière conservait son efficacité dans les cas de submersion, d'insolation et autres accidents.

On trouvera dans les pages qui suivent la série des opérations de ce merveilleux et cependant très simple travail de rappel à la vie. Ces indications sont en petit nombre et fort simples ; leur étude exige cependant une grande attention et l'on ne peut réussir sans y apporter beaucoup de soin. Les points vitaux, sur lesquels agissent les manipulations, doivent être déterminés avec précision, sinon le résultat visé ne pourra être atteint.

Une recommandation à faire à l'élève qui cherche seulement à s'exercer, c'est de ne pratiquer ses attouchements ou autres manipulations qu'avec une grande légèreté. Le lecteur notera ce fait curieux que nombre des points du corps qui sont l'objet des manipulations du *kuatsu* sont les points mêmes que vise l'assaillant pour amener la mort ou la perte de connaissance.

DANS TOUS LES CAS, ON DEVRA SE CONFORMER, AVEC LA PLUS EXTRÊME ATTENTION, AUX INSTRUCTIONS QUI SUIVENT !

1^{er} procédé

1^{re} manœuvre

Lorsqu'un homme a reçu un coup de pied ou un coup sur la gorge, le flanc, le ventre, l'estomac ou le plexus solaire, il faut avant tout ne pas le manier brutalement. On devra le coucher sur le dos exactement comme le montre la figure 488, les jambes complètement étendues et les bras faisant avec le corps un angle droit. Penchez-vous sur votre patient et empoignez-le à l'épaule de la main gauche en même temps que vous lui appuyez la base de la main à angle droit sur le creux de l'estomac (point c, planche 1).

2^e manœuvre

Laissez ensuite descendre votre coude droit sur le corps du patient. Pressez vivement et à coups répétés sur le creux de l'estomac avec la base de la main. Déployez toute la force de votre bras et que le mouvement de votre main ressemble à un coup de pied. Continuez jusqu'à ce que le patient se ranime. Lorsqu'il reprend conscience, mettez-le sur son séant, les bras étendus. Puis, saisissez les bras à tour de rôle, en les étendant latéralement et en leur faisant exécuter un mouvement de rotation. Si l'on dispose d'un aide, on fait tourner en même temps les deux bras du patient. Les bras sont ramenés en cercle en arrière, puis tout à fait en avant. Le premier heurt au creux de l'estomac rétablit la respiration, tandis que le mouvement des bras fait affluer l'air dans les poumons et reprendre au sang sa circulation interrompue, si bien que le patient recouvre promptement ses facultés.

3^e manœuvre (pas de figure)

Remettre le patient sur pied et l'aider à se promener doucement.

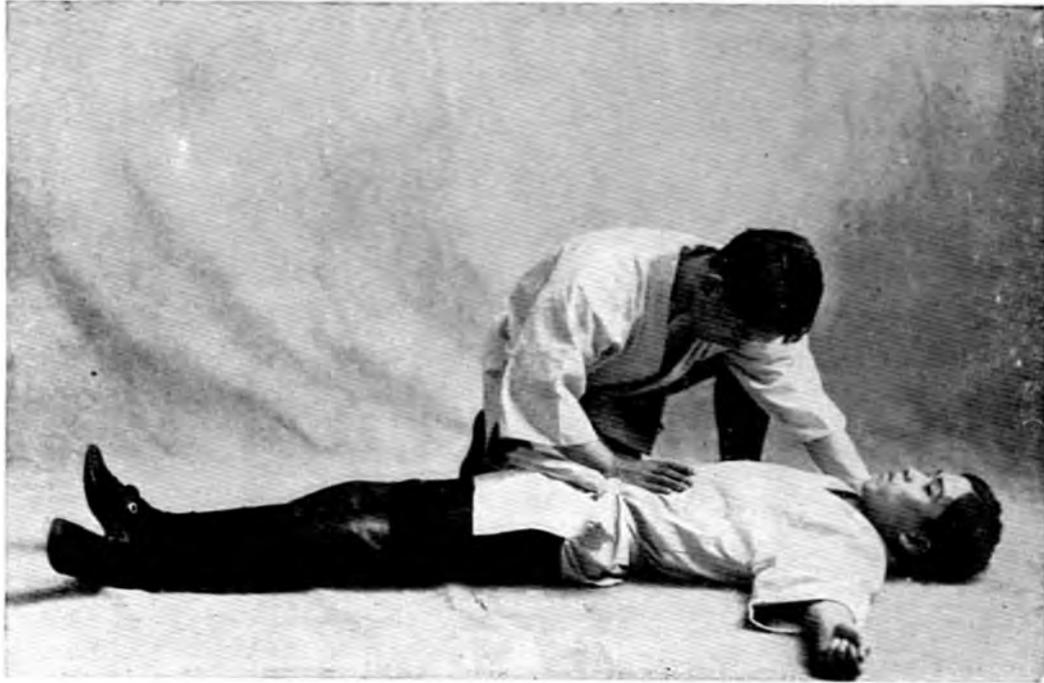


Fig. 488. — 1^{er} procédé (1^{re} manœuvre)



Fig. 489. — 1^{er} procédé (2^e manœuvre)

2^e procédé

1^{re} manœuvre

Parfois, quand la lésion est très sérieuse, quand par exemple le patient a reçu un coup très violent dans l'estomac ou dans le flanc, ou quand il a été vigoureusement étranglé, comme au moyen d'une corde, ou bien encore lorsqu'il a eu une insolation, on le couche doucement la face contre terre, les bras étendus latéralement ; on appuie la base de la main droite sur le dos du patient, au point indiqué par la figure 490, le bras et l'avant-bras inclinés l'un et l'autre comme le montre la figure. Cette position a une importance essentielle ; on doit donc l'étudier avec un soin extrême, en effectuant de fréquentes comparaisons avec les figures relatives à ce procédé.

2^e manœuvre

Il faut maintenant étudier la figure 491, pour se rendre exactement compte de la façon de frapper avec la main portée en avant. La base de la main doit chaque fois appuyer énergiquement sur la septième vertèbre cervicale (point *i*, planche II, ou point *o*, planche IV), c'est-à-dire sur l'apophyse de l'épine dorsale qui présente une proéminence accentuée juste au-dessous de la courbure du cou. Aussitôt après avoir heurté cette vertèbre, ramener le bras en arrière à la position indiquée par la figure 490. Reporter alors vivement le bras en avant, frapper de nouveau la même vertèbre avec la base de la main et, en frappant, abaisser le coude contre le corps du patient. Continuer avec la régularité du menuisier maniant son marteau.

3^e manœuvre (pas de figure)

Dès que le patient reprend conscience, le ramener à la position assise comme dans le premier procédé, lui faire exécuter la rotation des bras et finalement l'aider à se promener. Ce dernier temps de promenade est obligatoire chaque fois qu'on a recours au *kuatsu*, si l'on veut rétablir complètement la respiration et la circulation. Lorsqu'on le néglige, il arrive souvent que le patient retombe sans connaissance.

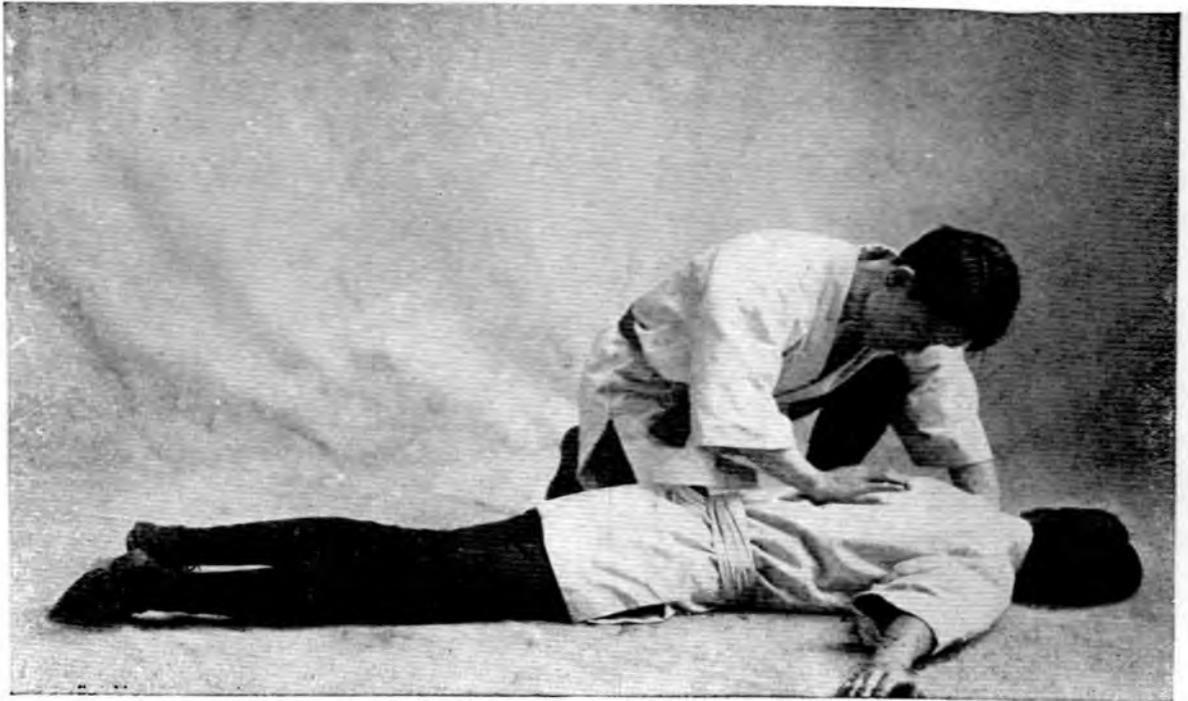


Fig. 490. — 2^e procédé (1^{re} manœuvre)



Fig. 491. — 2^e procédé (2^e manœuvre)

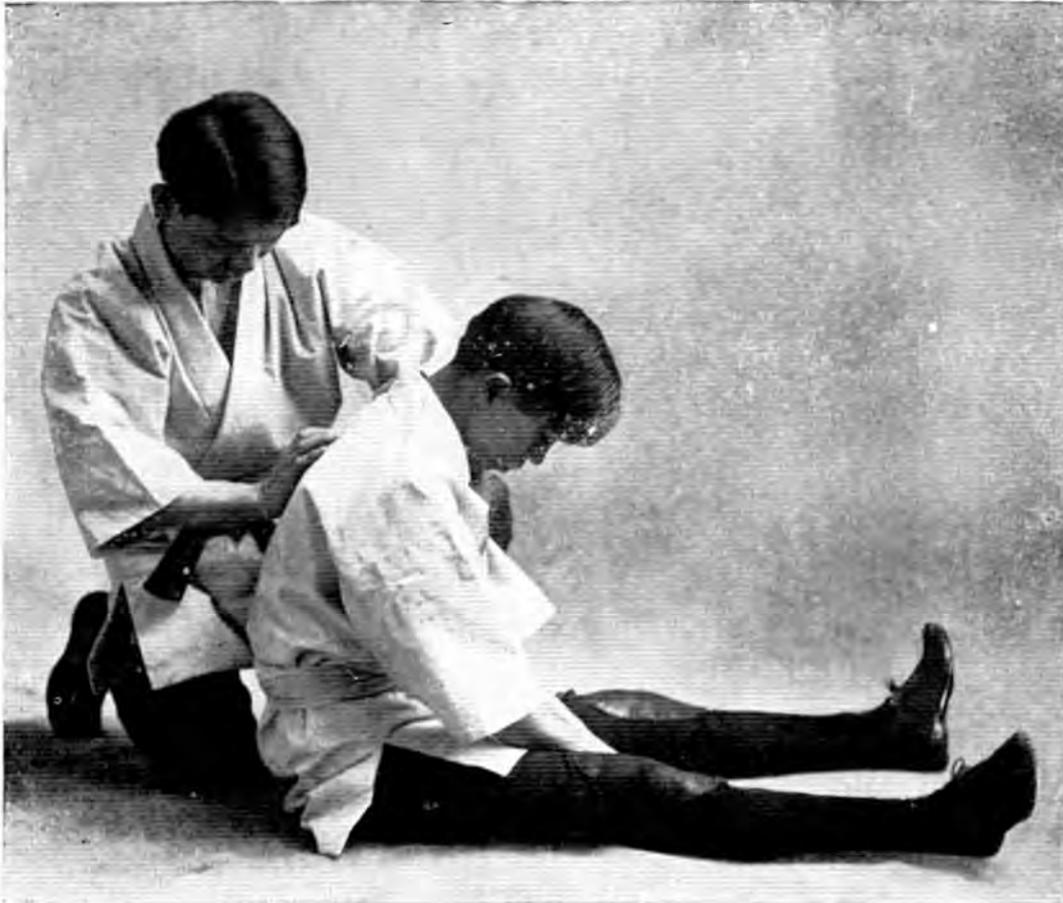


Fig. 492. — 3^e procédé (1^{re} manœuvre)

S'il faut un traitement très énergique, mettre le patient sur son séant, la tête tombant en avant, comme le montre la figure 492, et le soutenir avec la main gauche placée sur sa poitrine. Puis, commencer à agir avec la naissance de la main dans le dos du patient, ainsi qu'il est indiqué ci-dessus, et frapper vivement en remontant toujours avec cette même partie de la main contre la septième vertèbre cervicale, comme dans le procédé qui précède. Recommencer en frappant sérieusement, d'une façon bien rythmée.

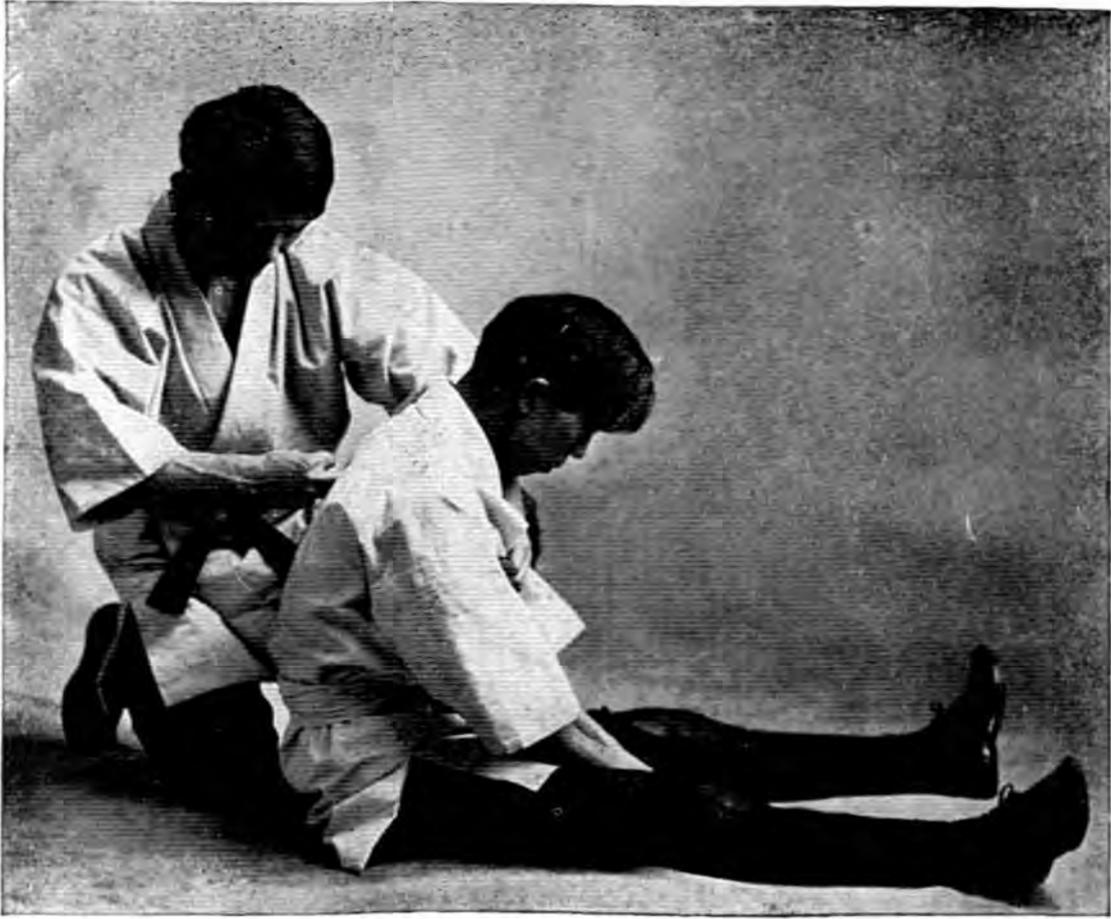


Fig. 493. — 3^e procédé (2^e manœuvre)

Étudier maintenant avec grand soin la figure 493. Observer exactement la façon dont est fermé le poing droit de l'opérateur, avec la seconde articulation du médus dépassant les articulations correspondantes des autres doigts. Placer le poing dans la position indiquée, par rapport au dos du patient, puis frapper vivement, en remontant contre la septième vertèbre cervicale, et recommencer jusqu'à ce que la connaissance revienne. La connaissance revenue, continuer en imprimant un mouvement de rotation aux bras du patient et aider ce dernier à se promener comme dans les cas précédents.

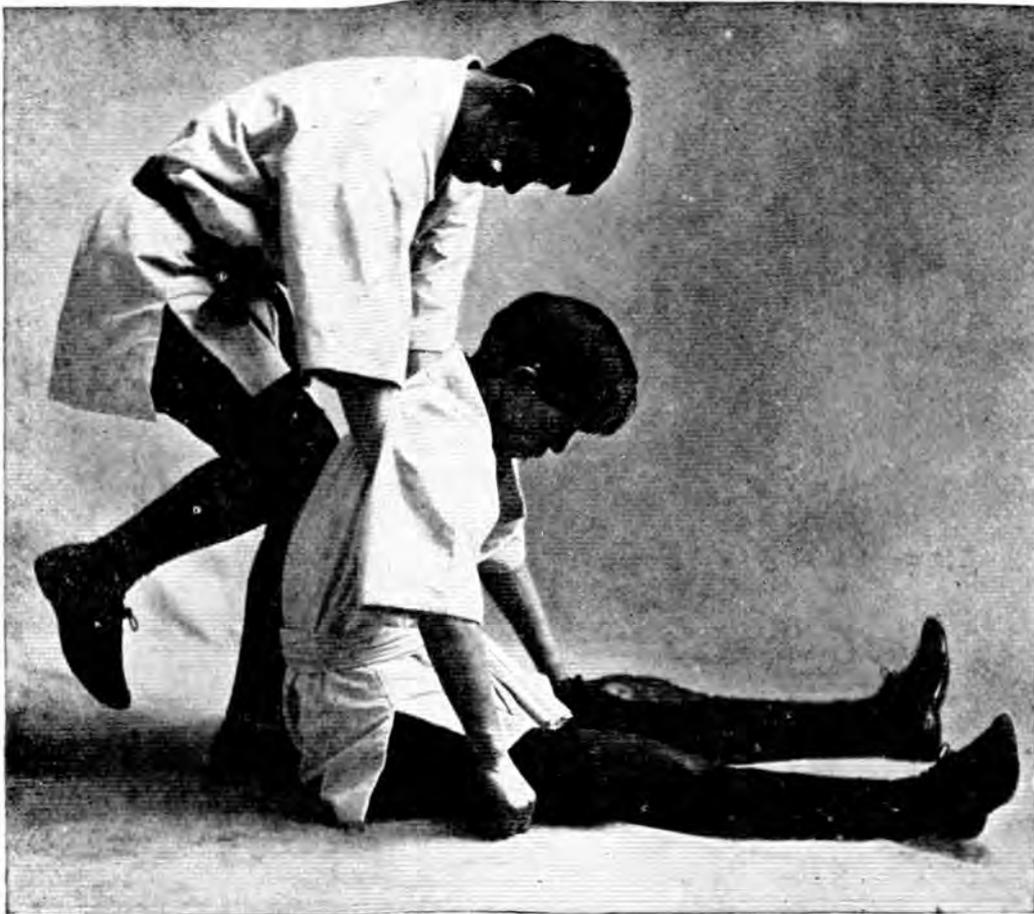


Fig. 494. — 3^e procédé (3^e manœuvre)

Si l'application de la naissance de la main et celle de la seconde articulation du médus échouent, saisir le patient par-dessous les épaules, comme le montre la figure 494, et appliquer la pointe du genou le long du dos au point indiqué. Puis frapper vivement et énergiquement en remontant sur la septième vertèbre cervicale avec la pointe du genou, en répétant le mouvement aussi longtemps qu'il est nécessaire. Lorsque le patient a repris connaissance, lui faire exécuter les mêmes rotations des bras et la même promenade forcée que dans les autres cas.

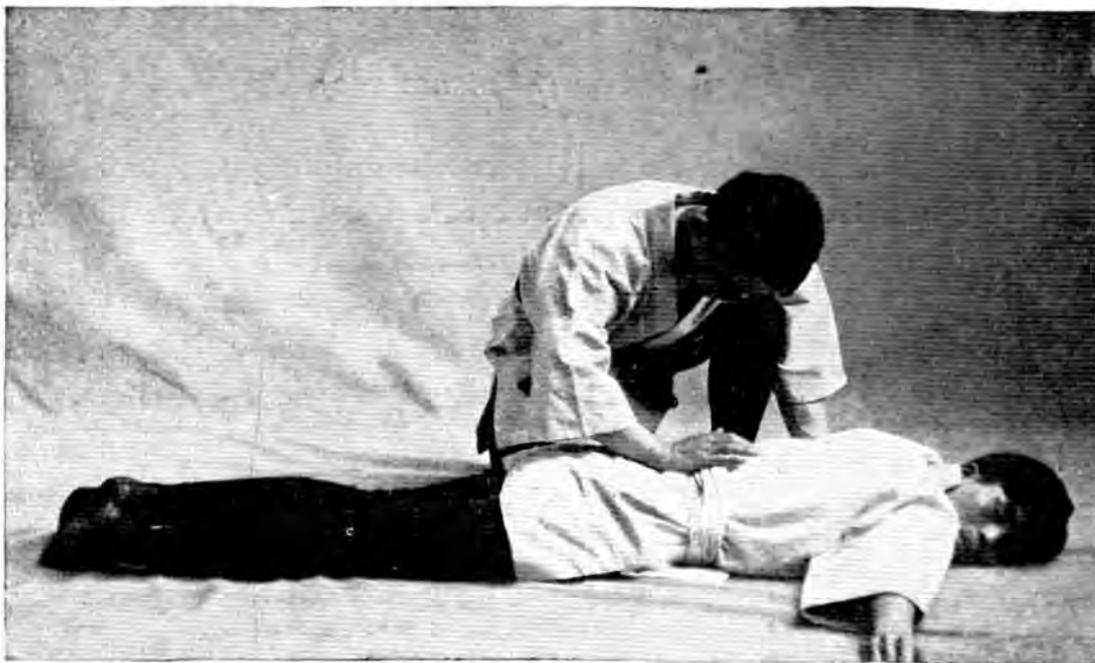


Fig. 495. — 4^e procédé (1^{re} manœuvre)

Dans le cas où le cerveau, le cœur ou les testicules ont été sérieusement lésés, commencer par allonger doucement le patient sans connaissance la face contre terre, les bras étendus latéralement, ainsi que le montre la figure 495. Placer la naissance de la main tout à fait à la base de l'épine dorsale du patient, puis frapper énergiquement, en remontant avec la naissance de la main, sur la troisième vertèbre à partir de la base de l'épine dorsale (point *l*, planche II ou point *q*, planche IV). Ramener la main à la position de départ et recommencer à frapper d'une façon rythmée et toujours énergique aussi longtemps qu'il est nécessaire.

Nota. — L'expression « base de l'épine dorsale » ne signifie pas l'extrémité réelle, mais l'extrémité apparente, la dernière vertèbre qui fait saillie au-dessus du rectum.

4^e procédé (2^e manœuvre)

Tout en maintenant les doigts sur les flancs du patient, enfoncer énergiquement et à plusieurs reprises les pouces des deux côtés de la troisième vertèbre à partir de la base de l'épine dorsale.

4^e procédé (3^e manœuvre)

Si le dernier moyen indiqué échoue, appliquer la seconde articulation du médus contre la troisième vertèbre à partir de la base de l'épine dorsale, après avoir élevé le poing à quelques pouces du corps du patient avant de frapper.

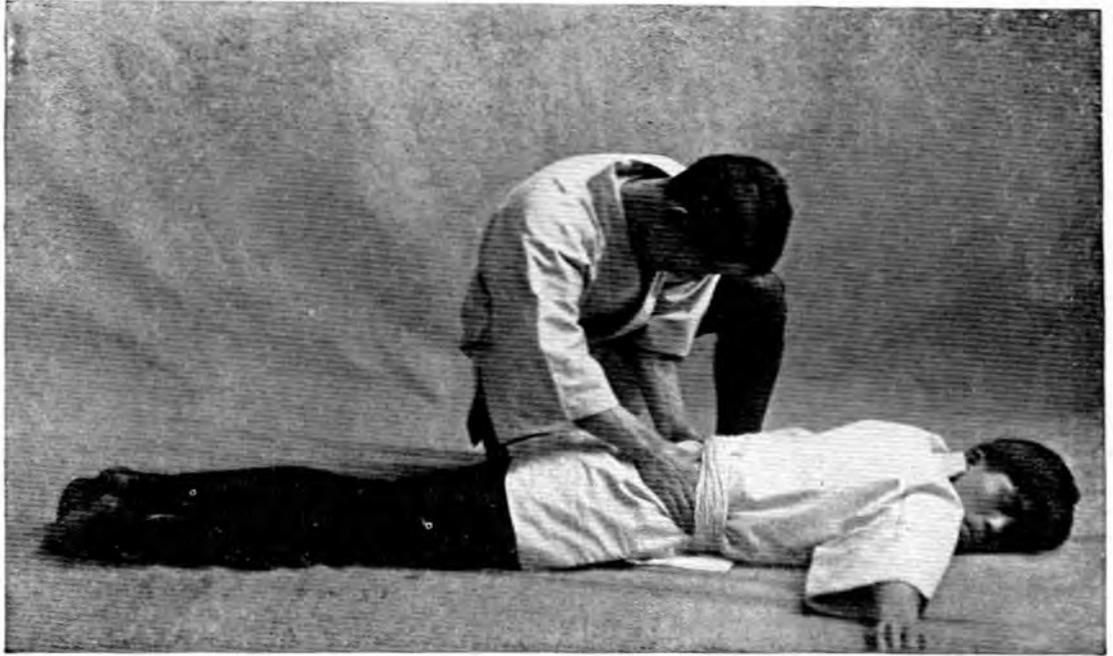


Fig. 496. — 4^e procédé (2^e manœuvre)

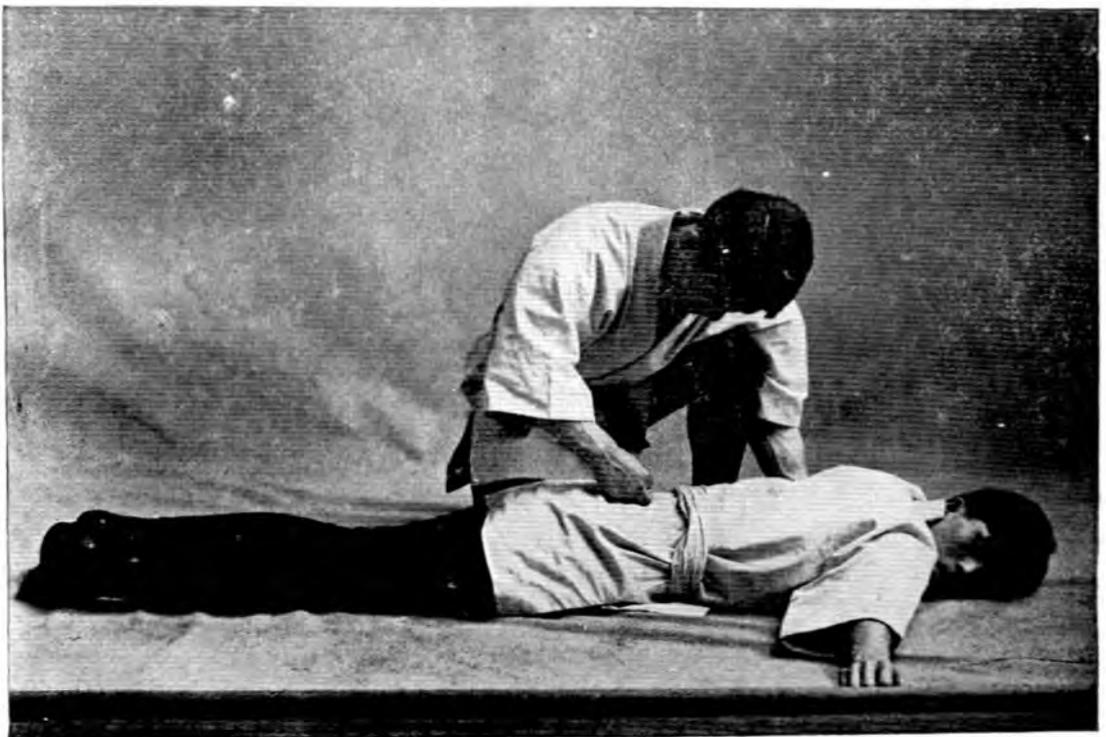


Fig. 497. — 4^e procédé (3^e manœuvre)



Fig. 498. — 4^e procédé (4^e manœuvre)

Les bras passés sous les épaules du patient, croiser les mains sur son abdomen et l'amener dans une position oblique en ayant soin de le maintenir exactement dans l'attitude représentée par la figure 498. Puis frapper vivement et à coups répétés avec le genou contre la troisième vertèbre à partir de la base de l'épine dorsale.



Fig. 499. — 5^e procédé (1^{re} manœuvre)

Ce procédé est particulièrement employé pour traiter les lésions sérieuses du cerveau. Débuter par la première manœuvre du quatrième procédé. Puis placer le bout des doigts à angle droit sur le haut des épaules du patient, comme le montre la figure 499. Avoir bien soin de prendre exactement la position (point b, planche I).

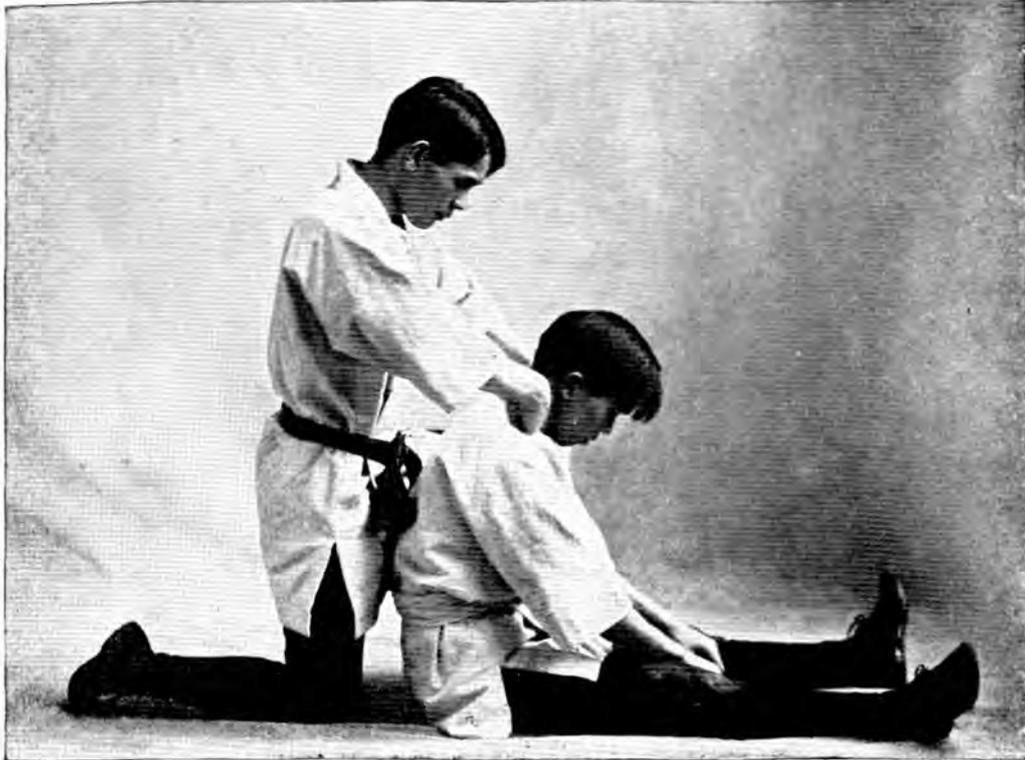


Fig. 500. — 5^e procédé (2^e manœuvre)

Il faut ici quelque temps d'étude patiente pour attraper exactement le coup. Les doigts se trouvant dans la position indiquée au temps précédent, incliner le dos des mains en avant, pour frapper d'abord avec les secondes jointures des doigts. Continuer le mouvement de façon à retourner entièrement les mains et frapper avec les articulations de la base des doigts. Pratiquer cet exercice jusqu'à ce que l'on soit devenu capable de frapper ainsi avec vitesse et précision, les coups portés avec les articulations de la base des doigts succédant immédiatement aux coups portés avec les secondes jointures. Continuer à frapper, le point frappé en plein étant le milieu de chaque clavicule.



Fig. 501. — 5^e procédé (3^e manœuvre)

Placer les doigts des deux mains sur les deux côtés des vertèbres du cou exactement comme il est indiqué (point *h*, planche II, ou points 49 et 50, planche IV). Masser alors de haut en bas sur deux ou trois pouces, puis revenir en arrière; continuer ce massage en remontant et en descendant aussi longtemps qu'il est nécessaire. Ce massage avec les bouts des doigts ne consiste pas en une percussion, mais en un piochage léger, ressemblant beaucoup au mouvement des doigts du télégraphiste agissant sur son manipulateur. Toutefois, dans cette manipulation du *kuatsu*, les doigts percutent avec plus d'énergie et de force que pour télégraphier.

Le but de ce massage du 3^e temps est de dégager le cerveau.

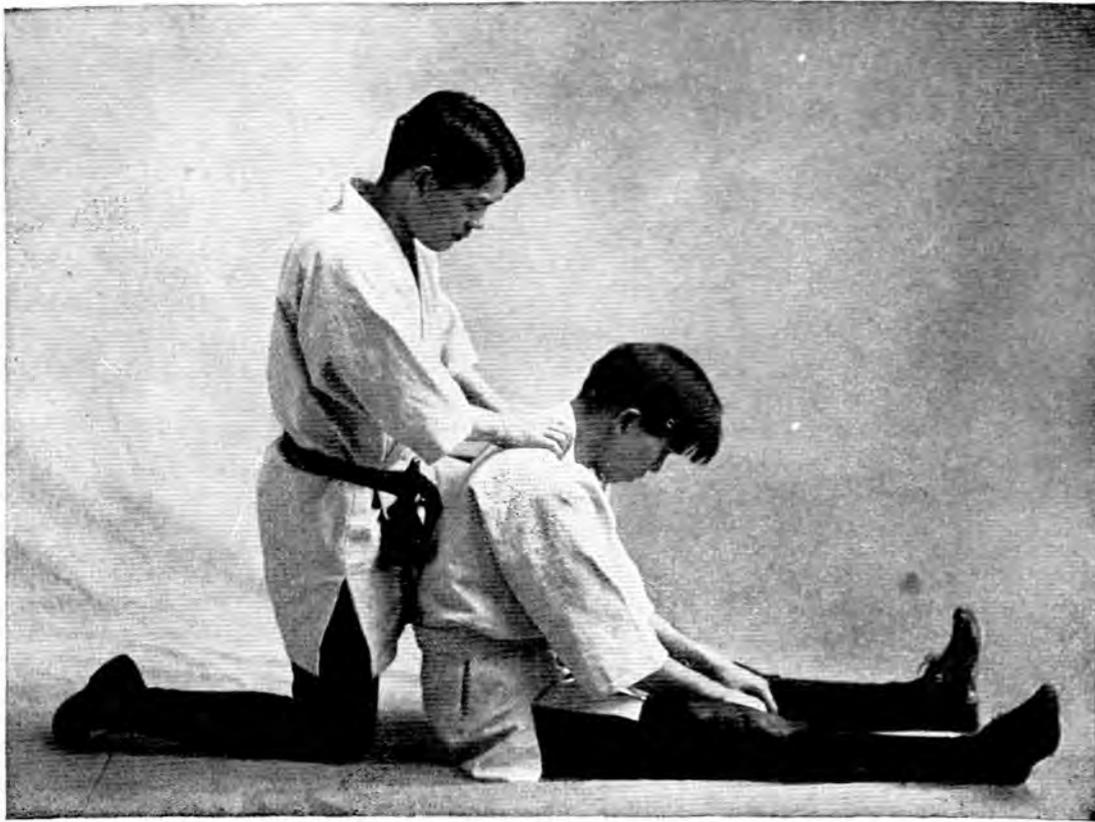


Fig. 502. — 5^e procédé (4^e manœuvre)

Placer le bout des doigts sur les clavicules de chaque côté du patient (point *b*, planche I, ou point *g*, planche II), les pouces restant appuyés sur l'arrière du cou. Soutenir le patient en appuyant la cuisse contre lui. Piocher alors vigoureusement avec le bout des doigts dans les clavicules du patient. La pression doit être très vigoureuse et le mouvement rapide, et l'on doit imprimer dans cette opération une énergique vibration au torse du patient.

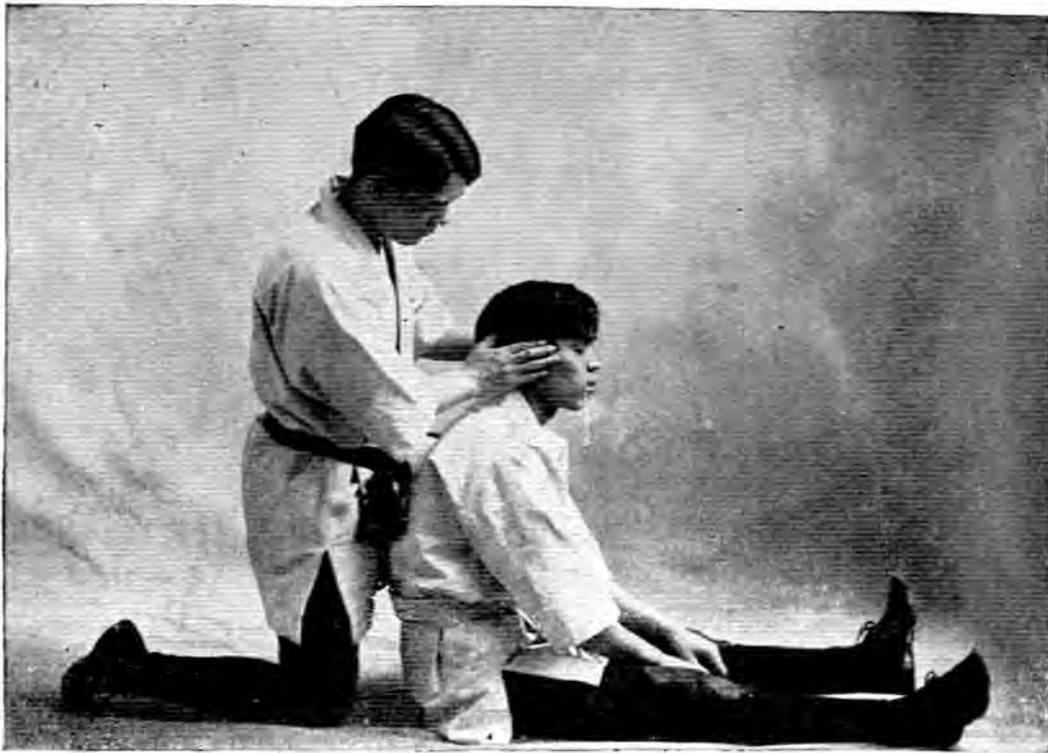


Fig. 503. — 5^e procédé (5^e manœuvre)

Dans la manœuvre suivante, pour ranimer quelqu'un dont le cerveau a été lésé, on appuie les extrémités des doigts juste au-dessus de l'articulation du maxillaire (point a, planche I), la pulpe des doigts restant en avant du lobe supérieur de l'oreille. Exercer alors la pression du bout des doigts à coups répétés, en imprimant par ce mouvement une vibration à la tête du patient.

6^e manœuvre (pas de figure)

Dans cette manœuvre finale pour guérir une lésion du cerveau, on applique les extrémités des doigts sur le cuir chevelu, le long d'une ligne située de chaque côté du sommet de la tête. Cette ligne part d'un point placé juste au-dessus des tempes et s'étend presque jusque derrière la tête. Employant les pouces seulement comme support, on exécute avec le bout des doigts un vigoureux massage tout le long de la ligne indiquée, en commençant par le devant de la tête et reculant au fur et à mesure. Le travail des doigts continue alors en avançant, puis de nouveau en reculant, et ainsi de suite. Le mode de massage est identique à celui qu'emploie le barbier dans le « massage à sec » du cuir chevelu.

Observation. — Il est arrivé à des étudiants en *kuatsu* de pratiquer ces divers moyens de rétablir les facultés cérébrales sur quelqu'un qui souffre seulement de fatigue du cerveau. Bien que le *kuatsu* du cerveau rende ce dernier plus actif, il est dangereux de faire un usage continu des procédés qui viennent d'être exposés uniquement pour produire des effets toniques. On ne doit donc jamais employer le *kuatsu* du cerveau, en dehors du cas de lésion réelle de ce dernier.

6^e procédé

1^{re} manœuvre (pas de figure)

Ce procédé sert exclusivement à traiter les lésions des testicules. Votre patient doit être couché sur le dos et votre aide doit le maintenir par les épaules. Élever l'un des pieds du patient, après avoir enlevé la chaussure, et tirer vigoureusement cette jambe à soi. Fermer le poing, la seconde articulation du médus dépassant l'alignement des articulations correspondantes des autres doigts. Puis, avec cette articulation, frapper énergiquement le tranchant intérieur du cou de pied du patient exactement au point marqué 9 *f* sur la planche I. *Un* coup vigoureux est suffisant. Le patient reprendra immédiatement connaissance et ouvrira les yeux.

2^e manœuvre (pas de figure)

Retourner le patient la face contre terre et avec la seconde articulation du médus lui asséner un vigoureux coup sur le dos, à la partie supérieure de l'os de la hanche, au point marqué 20 *k* sur la planche II.



Fig. 504. — 6^e procédé (3^e manœuvre)

Retourner alors de nouveau le patient sur le dos. Prendre la position indiquée sur la figure 504, le bout des doigts sur les points *e* et *d*, planche I.



Fig. 505. — 6^e procédé (4^e manœuvre)

Frapper maintenant avec les secondes articulations des doigts, puis avec les articulations de la base des doigts et enfin retourner complètement les mains comme il a été indiqué dans le **5^e procédé**, 2^e manœuvre. Continuer ainsi pendant quelque temps.

5^e manœuvre (pas de figure)

Il suffit alors de mettre le patient sur ses pieds et de l'aider à se promener doucement.

7^e procédé

1^{re} manœuvre (pas de figure)

C'est la forme la plus importante du *kuatsu*. On l'emploie pour traiter toute espèce de lésion amenant la perte de connaissance ou produisant l'apparence de la mort. Elle est particulièrement précieuse dans les cas de mort apparente par submersion. Le point *n* de la planche II correspond au point *p* de la planche IV. Avec la naissance de la main ou avec la seconde articulation du médius, frapper fortement sur le point *p*. Un ou deux bons coups suffisent. Jusque-là, le patient est resté couché sur le dos.

2^e manœuvre (pas de figure)

Placer le patient sur son séant, avec les jambes étendues devant lui. Faire exécuter à ses bras un mouvement de rotation, ainsi qu'il a été indiqué pour les précédentes manœuvres du *kuatsu*. Soutenir le corps du patient pendant qu'il est dans cette position.

3^e manœuvre (pas de figure)

Remettre le patient sur ses pieds et l'aider à se promener.

TABLE DES MATIÈRES

	Pages
AVERTISSEMENT DES TRADUCTEURS.	VII
AVANT-PROPOS DE L'AUTEUR AMÉRICAIN	XIII
PRÉFACE DE L'AUTEUR JAPONAIS	XVII
RÈGLES PRÉSIDENT AUX RENCONTRES DE JIU-JITSU AU JAPON	XXI
COMMENT ÉTUDIER LE JIU-JITSU.	XXIII
Première partie.	
Nos 1-143.	I
Deuxième partie.	
Nos 144-305.	149
Troisième partie.	
Nos 306-487.	315
Coups sérieux et funestes.	501
Kuatsu, ou procédés de rappel à la vie.	
Nos 488-505.	507