

Kvällstidningen som ökar mest!

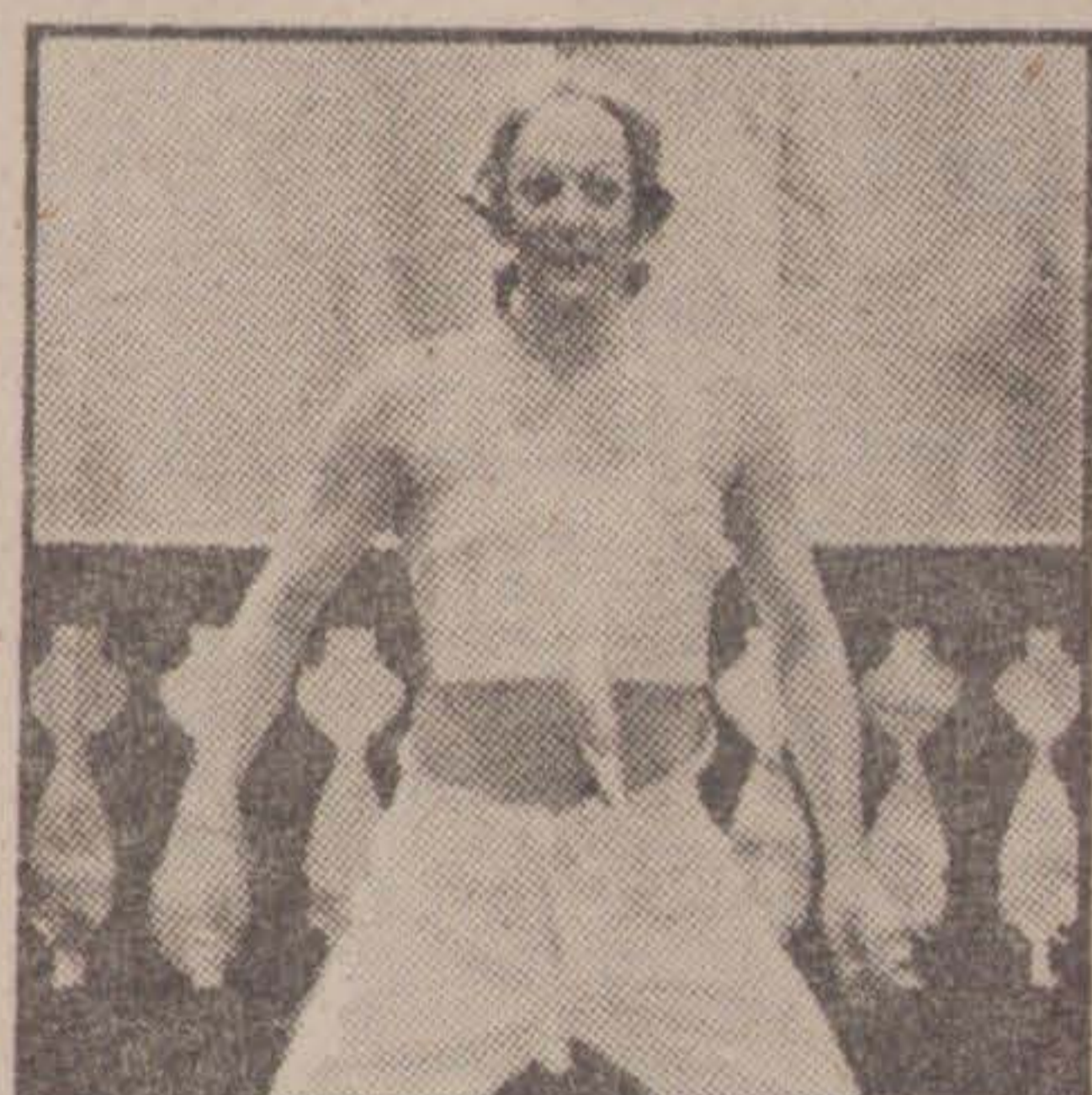
GAT

**Göteborgare
FIXAR
SNÖ ÅT
STEN-
MARK!**
• *Sporten*

Årg 76 A - Nr 70

LÖRDAGEN DEN 12 MARS 1977

Pris 1:50



SEXFILM? NJA...

■ Casanovas memoarer kommer snart som film på svenska biograf. Lördags-extra har förhandstittat. Mer grotesk än sexig, tyckte GT:s kritiker.



DE FICK LEVA...

■ Göran Ekström, 24, har hjälpt många djur att överleva den hårda vintern. Som tack har han fått fina djurbilder.



DETTA ÄR BUDO

■ Judo, jiu-jitsu, karate, kendo och aikido har vi hört talas om. Lördagsextra berättar vad som skiljer dem åt.

SINREJK STOPPAR FORBES

**- och i melodiradion
blir det kanske bara Beethoven**

■ DET BLIR INGEN sändning från schlagerfinalen i London.

Det blir inte heller någon skvalmusik i Melodiradion.

I London har BBC beslutat att ställa in TV-sändningen från schlagerfestivalen eftersom man inte fått några garantier mot en strejk bland kameramännen.

I Stockholm hotas förhandlingarna mellan STIM

och Sveriges Radio av ett definitivt sammanbrott.

Ett sammanbrott skulle innebära att all populärmusik i radio och TV stoppas efter den första april.

Radiolyssnarna och TV-tittarna får då bara höra äldre klassisk musik och musik som skrivits av människor som varit döda i minst 50 år.

• *Sidan 7*

Tala om

SVART- BYGGE...

■ ADVOKATEN försummade ingenting när han gjorde en ansiktslyftning på den gamla lantgården.

Boningshuset blev rena lyxvillan.

Ladugården fick två stora sällskapsrum.

I en splitter ny tegelbyggnad byggdes en swimmingpool.

På gården anlades två inhägnade tennisbanor.

Det var bara en sak som advokaten glömde — byggnadstillståndet.

• *Sidan 6*

Räddad av dikt

— JAG TRODDE aldrig att jag skulle få se dig igen!

I går kunde de äntligen andas ut. Mannen som varit en av de 130 i gisslan hos de muslimska terroristerna och hans fru som hela tiden väntat utanför.

Gisslan räddades tack vare att ambassadörerna från Egypten, Pakistan och Iran läste kärleksdikter ur Koranen för terroristerna.

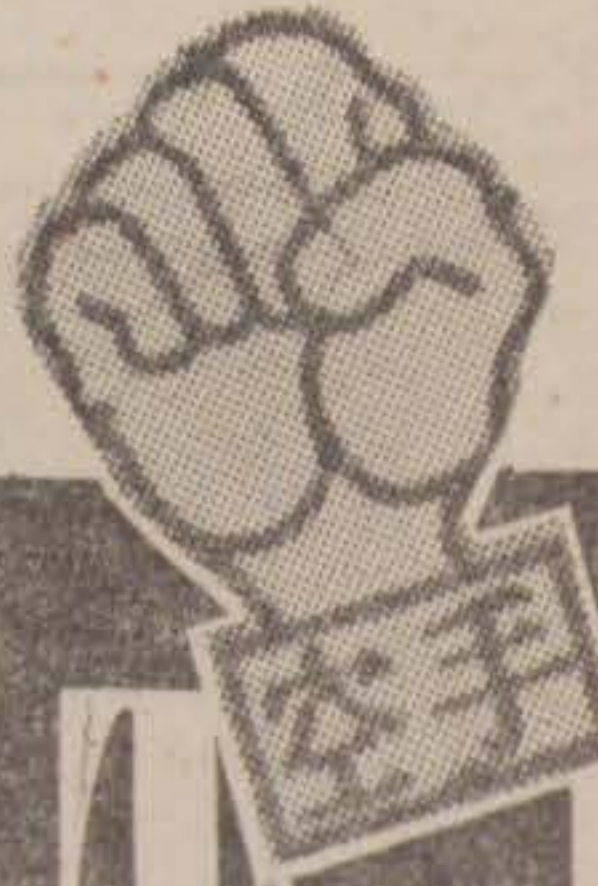
När dramat var över och gisslan befriad var glädjescenerna obeskrivliga. De frisläppta grät av glädje och föll i armarna på sina anhöriga.

• *Sidan 9*



GAT Lördagsextra

Judo, jiu-jitsu, karate, kendo, aikido...



"ÖSTERNES MYSTIK" LOCKAR ALLE



Judo, jiu-jitsu, karate, kendo, aikido ... Allt fler svenskar tränar regelbundet någon budogren. Vad är det som gör budon, denna japanska blandning av idrott och filosofi, så lockande? Behöver vi kanske något av "Österns mystik" i vårt effektiva samhälle? Här försöker vi få ett svar på den frågan, och samtidigt avslöja några vanliga fördomar när det gäller budo.

Reportage:
Björn Hultman
Ell Rebas (text)
Jan-Olof Fritze
Lasse Reuterberg
(foto)

— Karaten måste anpassas till svenska förhållanden

Hur farlig är karate egentligen?

Den bild som når oss är ofta väldigt dramatisk: James Bond-typer som gör slarvsylta av råbarkade skummissar. Karatemästare som slår ihjäl oxar med bara händerna.

— Den här sortens publicitet är vi verkligen inte glada för, säger Attila Meszaros (t h ovan) en av karatens pionjärer i Sverige. Sådana spektakel ger en helt felaktig bild av sporten.

Senaste nytt på karatefronten: Karatemästare möter tiger.

— Reklamjippo! säger Attila Meszaros. Jag skulle gärna vilja syna den tigern i sömmarna.

— Det är fullständigt omöjligt att döda en tiger med blotta händerna.

Men i slagsmål mellan människor är väl karaten överlägsen?

— Det är långt ifrån säkert. En boxare har säkert större chanser

att klara sig i ett gatuslagsmål är en karatekille.

Boxaren är van att ge och ta slag, medan karatemannen är tränad att bara markera slaggen.

Tävlingsidrott

— Karate i sin moderna utformning är en tävlingsidrott. Min önskan är att den skall betraktas på samma sätt som annan idrott.

Karatens ursprungliga huvudlära, betraktar dock inte karate som "vilken sport som helst": Den är en slags livsfilosofi, som säger att psyket genom intensiv träning skall försättas i ett tillstånd av maximalt medvetande, kallat "satori".

Attila Meszaros menar dock att det är hart när omöjligt att uppnå detta tillstånd.

— Jag har under tjugofem års judo- och karateträning inte kommit i närheten av "satori".

Ärligt talat vet jag inte vad "satori" egentligen innebär.

Avmystifieras

Meszaros vill att karaten skall avmystifieras, anpassas till svenska förhållanden. Den ursprungliga typen av karate är omöjlig att utöva i Sverige, i dag, menar han. Den ställer krav på fullständig underkastelse inför mästaren och de som har högre rang.

Ett sådant auktoritärt, nästan diktatoriskt system passar inte i det svenska samhället.

Däremot måste det finnas en viss disciplin. På mattan är det tränaren som bestämmer och den som inte lyder kan lika gärna lägga av, menar Meszaros.

"Mild" variant

I Sverige förekommer bara den "milda" varianten av karate: Man slår aldrig ut ett slag eller en spark, utan bara markerar.

Men i Japan och numera även på kontinen-

ten förekommer den s k knockdown-karaten, som tillåter slag och sparker.

— Jag har verkat för att vi inte skall importera knockdown-karaten, säger Attila. Naturligtvis är denna tävlingsform förenad med stora faror. Och när vi i Sverige inte tillåter proffsboxning finns det ingen anledning att tillåta en minst lika farlig idrottsgren.

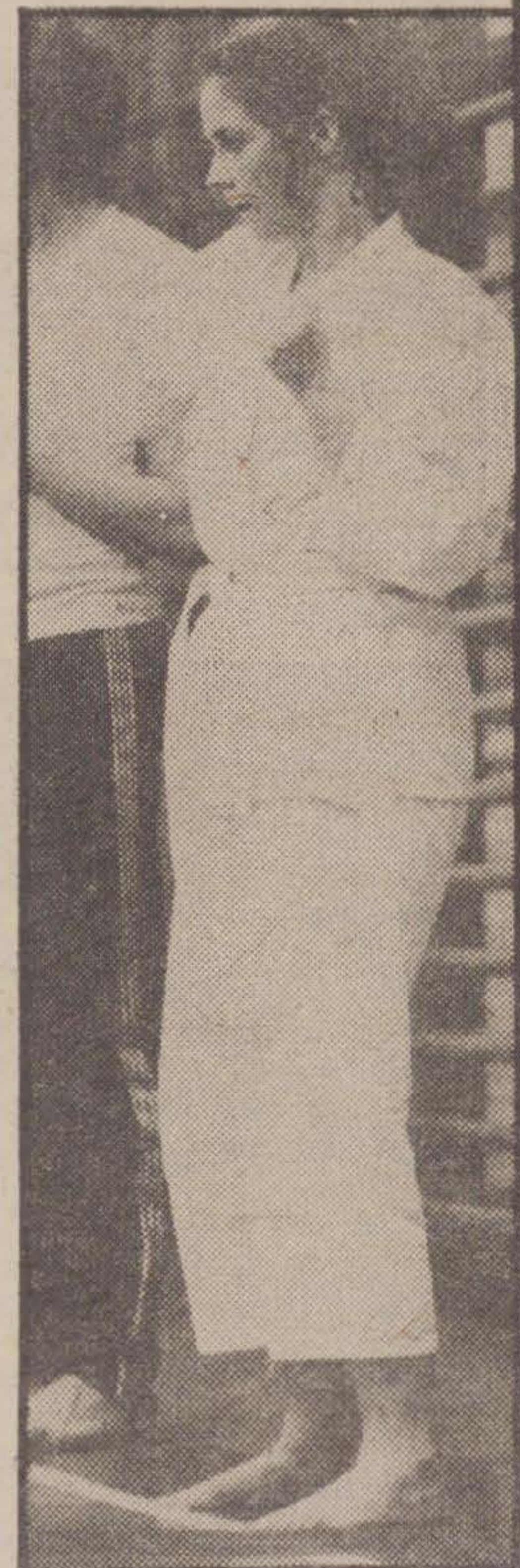
Det förekommer en hel del skador inom karatesporten i Sverige. Det är lätt gjort att man på träning eller tävling ofrivilligt träffar sin motståndare.

En spark mot magen kan betyda spräckt mjälte t ex. Stukningar och sträckningar är annars de vanligaste skadorna.

FOTNOT: GT vill passa på att rätta en tidigare felaktigt intagen uppgift: Det förekommer ingen polisregistrering av "svartbälten", dvs de duktigaste karatemännen i Japan.



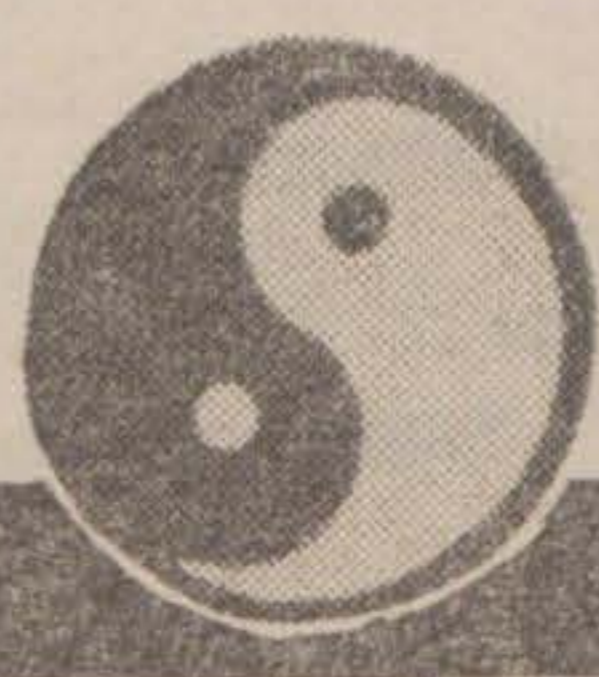
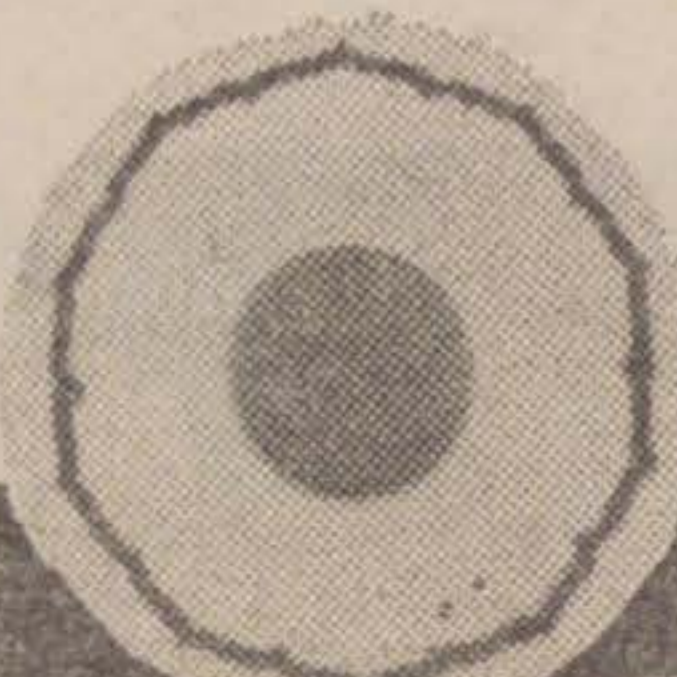
Stephen Harrington, 33, servitör: Jag vill träna upp min dåliga kondition, men träningen är hårdare än jag väntat mig. Jag tror man har nytta av karate som självförsvar. Som servitör måste man ofta ta hand om bråkiga gäster. Filosofin betyder ingenting för mig.



Anette Pestat, 25, ritare: Det är bra, allsidig träning. Träningen är hård, men det visste jag innan. Karate är självförsvar, men det är farligt att använda. Dessutom måste man ha tränat i många år för att kunna utnyttja det.

S
Juj
4 000
Jud
gren
som
12 000
Kar
mot n
och s
möjlig
4 200
Aik
ser e
princi
Ken
idag
var is
övare
Buc
rige
bunde
mar,
förbu
lemm

Benny S
Jag hör
intressan
jag trodd
det är dy
fyra mån
bråk kän
intresser



LEVER I VÅRT EFFEKTIVA SAMHÄLLE

DETTA ÄR SVENSK BUDO

Jiu-jitsu — självförsvar, 10 utövare.

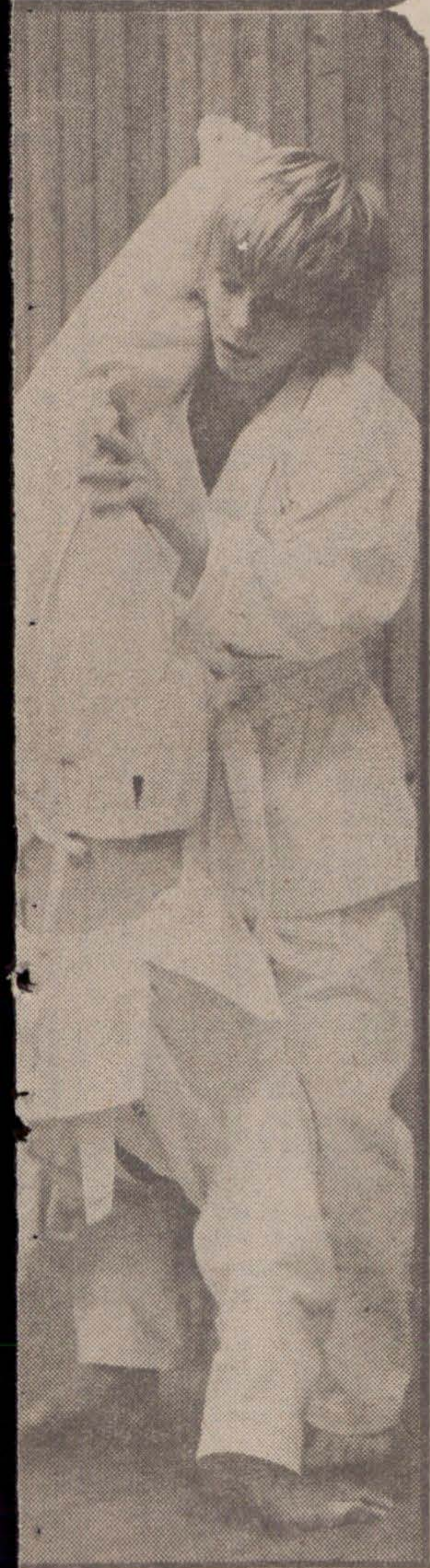
Judo — sport och motions-sport utan sparkar och slag utvecklats ur jiu-jitsu, 10 utövare.

Kenpo — sparkar och slag motståndaren markeras kall utföras med största kraft och snabbhet, 10 utövare.

Aikido — system av rörelsecentrifugalkraftens p, 700 utövare.

Uji-do — fäktning, som utförs med bambustället för svärd, 100 utövare.

Administreras i Svenska Budoförbundet med 16 000 medlemmar och Svenska Jiu-jitsu-klubben med 5 000 medlemmar.



Monsson, 16, studerande: "Det talas om det, och det lät t. Träningen är hårdare än e, men jag skall fortsätta, fast rt. (Det kostar 200 kronor för ader). Om det blir kritiskt i ett man ha nytta av karate. Jag är ad av filosofin."

Jiu-jitsu det enda som är självförsvar

— Jiu-jitsu är ingenting annat än en lära om självförsvar. Syftet med de övriga budosporterna är däremot inte självförsvar, vilket tyvärr många tror.

— Vi begrep inte bättre än att present-svar i början, säger Kurt Durewall, en av dem som införde budosporten i Sverige för omkring tjugo år sedan.

I början fanns det också många "kvacksalvare" inom sporten, men dessa tenderar att försvinna mer och mer, enligt Durewall.

— Jiu-jitsu är den enda formen som lär ut självförsvar, påstår han. Judo, karate och aikido är inte självförsvar. Karate som självförsvar är fullständigt vansinnigt. Där lär man sig att alltid slå med största möjliga kraft.

Durewall vill liksom Meszaros verka för att

avmystifiera all budosport. Av den gamla zen-filosofin finns ingenting annat kvar än vissa ritualer: bugningar, hälsningar o s v. Men de saknar numera någon djupare innebörd. De är endast tecken på hövlighet.

Mycket teater

Trots att jiu-jitsu sysslar med seriös verksamhet är bilden en annan för gemene man. Österländsk mystik, ekvilibristiska slag och sparkar, vrål, "djävulsgrepp", m m.

— Allt detta är teater, menar Durewall. Marknadsföringen är tyvärr felaktigt bedriven.

Att många lockas av just denna "teatersida" är dock klart. Ett bevis på det förhållandet är att många slutar efter kort tid. De börjar träningen med felaktiga förutsättningar.

Många ungdomar

Vilka är det då som lär sig jiu-jitsu?

— Först och främst har vi en stor ungdomsverksamhet, men naturligtvis även många vuxna. Kvinnor som blivit utsatta för våldtäktsförsök är en vanlig kategori. Över huvud taget människor som vill kunna försvara sig bättre, av ena eller andra orsaken.

— Dessutom har vi kurser för personal inom olika yrkeskåror: Sjukvårdspersonal, tullpersonal, väktare m m. Tidigare anordnade vi även kurser för polisen.

Kurt Durewall menar att jiu-jitsuns teknikträning är mycket lämplig för till exempel sjukvårdspersonal. Den lär ut ett mjukt sätt att freda sig för ett grepp, men innehåller också andra övningar t ex lyfteknik.

Lite skador

Det sk Rautegreppet gör att man kan lyfta tunga personer på ett enkelt, smidigt sätt.



Kurt Durewall var en av dem som införde budosporten i Sverige för cirka 20 år sedan.

Förekommer det många skador på träningen?

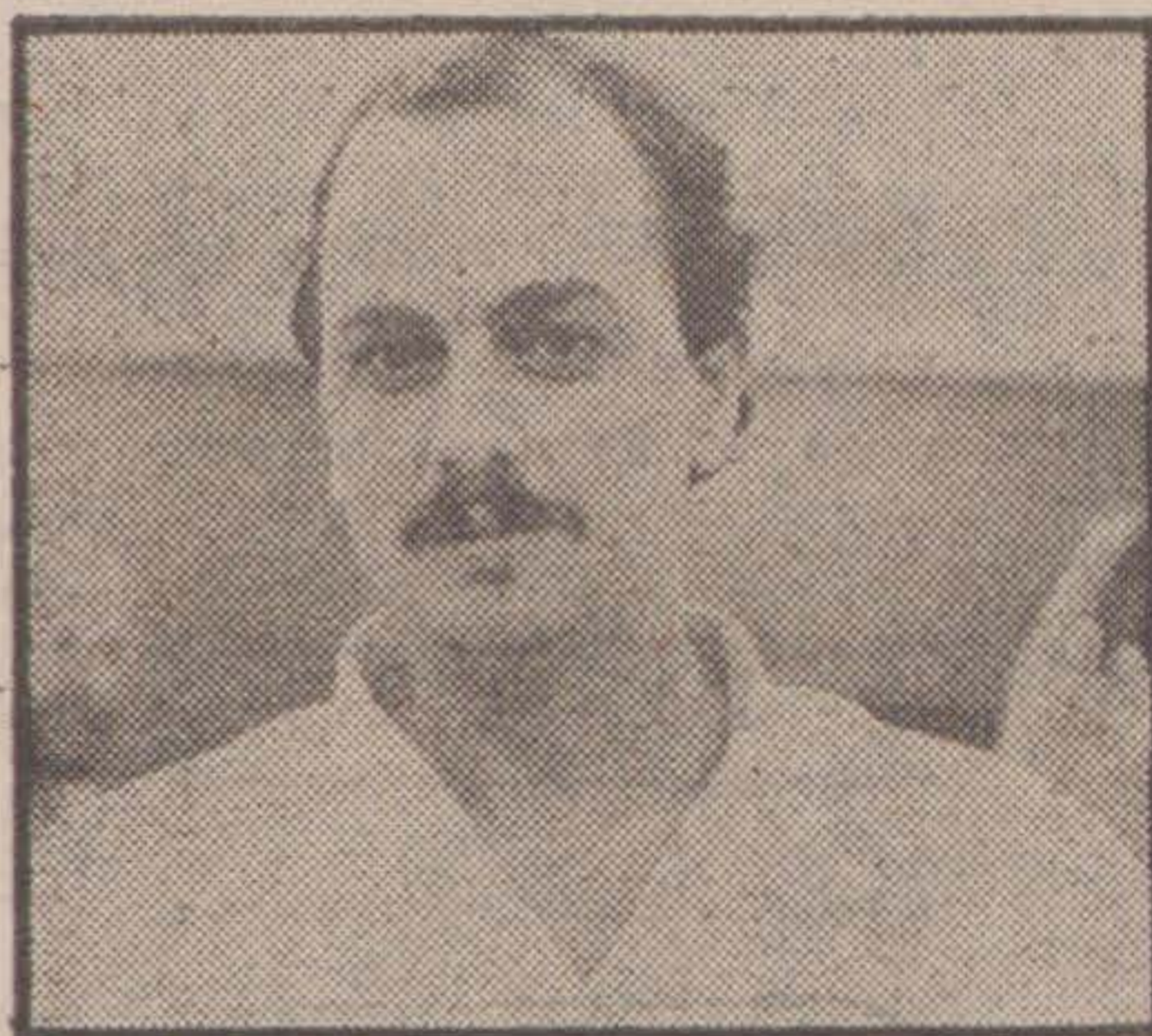
— Inom jiu-jitsu förekommer inte några skador att tala om. Judo däremot,

som innehåller fler kast och sparkar, har tyvärr en ganska hög skadefrekvens. Knäskålar och benhinnor är mest utsatta.

Aikido, den mjukaste av alla budosporter



Madeleine Grünwald, 29, fritidspedagog: Det är effektivare än vanlig gymnastik. Man tränar hela kroppen. Jag gillar också att aikido inte är någon tävlingssport. Ceremonier och bugningar hjälper till koncentration. Som självförsvar eller filosofi intresserar det mig inte.



Arne Sigdell, 24, reparatör på SJ: Aikido är den mjukaste budosporten, inte så aggressiv som karate t ex. Budo har något visst. Man blir fascinerad när man ser hur de kunnigaste kan behandla andra och sig själva. Man lär sig självförsvar. Den filosofiska sidan intresserar mig inte.



Kerstin Hellström, 27, skådespelare: Man tränar balans och kroppsuppfattning. Rörelserna är mycket gracila, och det är också nyttigt som självförsvar. Ceremonierna innebär koncentration.

Budo är "stridens väg" till fullständigt liv

● Budo betyder "stridens väg". Den vägen skall leda den japanske krigaren till zen-buddismens slutmål, som är det upplysta tillståndet — satori.

● Satori är ett tillstånd av fullständigt liv. Reaktionen blockerar de spontana reaktionerna. Man är "tom" och öppen för intryck. Man reagerar instinktivt och därmed oerhört snabbt. En människa i detta tillstånd är fri från alla mentala hinder och kan utträta allting utan ansträngning och på bästa möjliga sätt.

● Det finns många zen-do, d v s vägar till det upplysta tillståndet. Nästan varje

hantverk i Japan har utvecklats och systematiserats på ett sådant sätt, att det kan fungera som zen-do. En mästare i tedrickningens konst, och perfekt behärskar tillagningens och serveringens alla ceremonier, kan uppnå samma psykiska styrka som en fäktmästare.

● Varje väg består av mycket krävande praktiska övningar för att nå teknisk perfektion. Endast genom att fullständigt behärska tekniken kan man nå den mentala frigörelse som är övningarnas egentliga syfte.

Den japanske krigaren använde "stridens väg" och utvecklade sin vapentechnik som zen-övning. Kendo-svärdets väg och kyudo-bågens väg är de mest traditionella budo.

● Jujutsu, eller jiu-jitsu med den engelska stavningen, har enligt traditionen utvecklats av en buddistmunk som ett självförsvarssystem för munkar, som var förbjudna att använda vapen. Judo, aikido och karate har senare utvecklats ur jujutsu.

(Källa: Budo av Robert von Sandor).