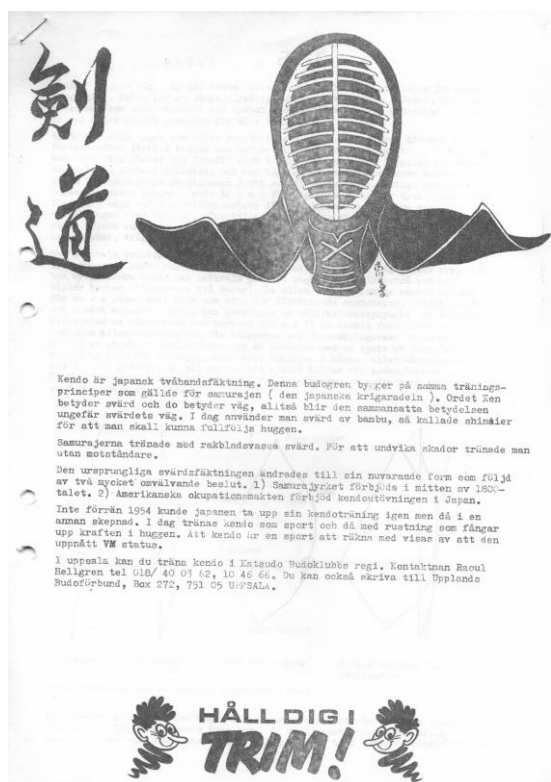


Raoul Hellgren

Född: 1946



Raoul var judoka och hade Uppsala som bas under 1970-talet. I rollen som ordförande i Upplands Budoförbund och tränare i Katsudo budoklubb fick han 1974 höra att en japansk tränare i kendo skulle komma till Sverige. Han såg då en möjlighet att utöka Katsudos verksamhet med även kendo. Sagt och gjort; han ansökte och fick Kurihara-sensei att komma till Uppsala en gång i veckan. Fem nybörjare med varierande bakgrund inklusive Raoul själv utgjorde träningsgruppen. Förutom ren grundträning i kendo ingick alltid ett avslutande iaido-pass i träningarna som hölls i Valstaskolans gymnastiksal. En lokal som Raoul kände väl till då han ansvarade för judolektionerna i Fritt Valt Arbete på skolan.



Figur 1 - Reklam för kendo i Katsudo Budoklubb. Illustrationen på postern är gjord av den framtidne konstnären tillika karatemästaren Yoshi Yukawa som också var en av de fem lyckligt lottade att delta i den unika träningen.

Efter kendopassen brukade Raoul bjuda hem Kurihara-sensei till sig för att dricka te och prata och diskutera. Det kunde då hända att sensei missade sista tåget och då fick han sova över. Vid frukosten morgonen efter kunde Raoul briljera (till skillnad från på kendoträningen/ Raouls anm) då det visade sig att köket inte tillhörde senseis domän. Hans svärd kunde inte på något vis sammanblandas med en kökskniv...

Kendon i Katsudo Budoklubb blev dock kortvarig då ingen förmådde upprätthålla en träning efter att Kurihara-sensei åkt hem.

Uppsalabor tränade judo i Japan

Raoul Helligren och Lars-Ake Berglund — judo- och karate-tränare — har tillsammans med sex andra Uppsalabor varit i Japan tre veckor för att träna judo och karate. De ätta ingick i en svensk grupp på 29 budoutövare från Sverige som för till Japan för att "vidareutbilda" sig i sin speciella gren.

Det finns ett stort antal judo- och karateklubb i Sverige, men man har inte hunnit få tillräckligt många instruktörer. Japanreseutövarna — som själva betalat alla omkostnader — kommer nu att tillföra sina klubbar en bredare syn på buden.

Felaktig bild

— Vi har delvis en felaktig bild om träningen i Japan, säger L.-Å. Berglund. Vi hoppas nu kunna rätta till den.

Runt om i Sverige talas det om träningen i Japan. Många för vidare rykten som de har hört, som gör att man får en med bild av hur man egentligen tränar.

Mycket av detta är alltså fel. För att få reda på hur det verkligen går till besökte den svenska gruppen Kodokan i Tokyo. Det var där professor Jigoro Kano — judos grundare — själv undervisade.

Blir en plåga

Hans råd till alla judoutövare ("judon står till förmån för själva och nyttja för de tränande") tillämpas fortfarande på Kodokan. Med en stuf för 10-15 tillfälliga judo utövare erbjuder ledningen här träningsen plåga i stället för ett nöje.

Efteråt Kodokan räknas som en turistattraktion var det ganska lätt att hitta dit — även med tunnelbana, berättar Raoul Helligren. Men när man väl är framme kan det bli problem.

Att första dagen göra entret genom lärarnas mening till dojos (träningslokaler) är mindre lämpligt. Det fick några av svenskarna erklara.

Oskrivna regler

Efter det att man oavsäkt brutit mot ett antal oskrivna regler kunde man bli utslut över de 1 000 judomästarna i Kodokans stor-djo.

Sjukheten i ett rum anges i hur många stämplatser som får plats. Ett vanligt sovrum brukar vara ett tjugnatvå. Men körrum är det minsta man tänker på när man ser hur det studerar av aktivitet i lokalen.

Träningen pågår mellan kl 18 och 20. Om man vill kan man få klassundervisning mellan 17.30 och 18.30, allt efter grad och kunskaper. I Sverige är man lämnad helt åt sig själv.

Men det kan dock hända att man får specialinstruktion om man väljer "sätt" det av maten.

För dem som kommer för första gången till Kodokan ser alla utövare ut på samma

sätt. Så smningom brukar man komma underfund om var på maten man bör hålla till.

— Jag hade turen att bli upplyst om hur det fungerade på Kodokan av en äldre engelskt gentlemann, berättar Raoul Helligren.

I ena hörnet håller de tuffa tävlingskillingarna till, i det andra brukar klassundervisningen hållas, i det tredje håller rybbjarna, de ograde och av första graden med svart bälte till, samt slutligen i det fjärde hörnet håller de äldre och mycket högt värderade till.

Om man väljer det största hörnet kan det hända att man får en "gruppbildning" av någon äldre judoka som kommer litljud hur han själv kämpade i unga år.

Egna dojos

Runt omkring i Tokyo finns det mängder av olika träningsställen. Varje college och high school har sin egna dojo. Universitetet som strävar efter att bli det bästa judouniversitetet har naturligtvis sina dojos.

På varje polisstation finns också en dojo, där man tränar judo eller ken-do.

Men Nippon Kodokan är ändå störst när det gäller judo. Det finns dock en modernare anläggning i Tokyo, där man kan träna till judo och ken-do. Den heter Nippon Budokan.

— Tyvärr är Kodokan ganska nedsluten, varför Budokan kanske kommer att framstå som ett attraktivare träningsställe för de utländska studenterna, säger Raoul Helligren.

Tränad karate

Medan en del av den svenska gruppen studerade judo i Tokyo för de andra med Lars-Ake Berglund i spetsen till Kyoto för att utöva karate. Lena Hägman, Lars Almström, Christer Almbl, Siv Berglund och Per-Gunnar Klang, alla från Uppsala, ingick i karategruppen.

Vid framkomsten till Kyoto fick man gäst uppmana den japanska gästfriheten då hela gruppen blev inviterade till en välkomnande.

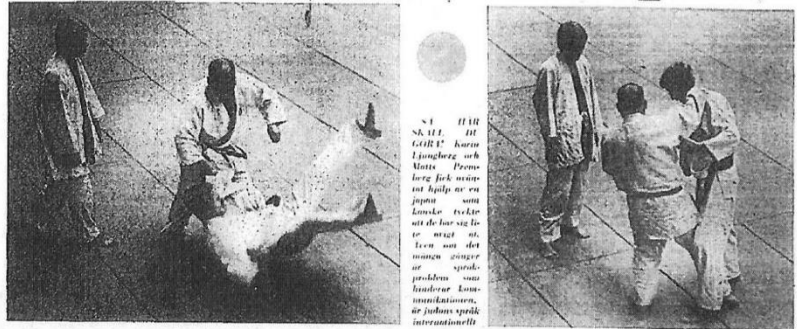
För Lars-Ake Berglund och de andra uppsalaborerna blev besöket i mr Kenji Kusano dojos en ny erfarenhet. För att utveckla sig korrekt japaniskt så undervisar Sensei Kenji Kusano i karatestilen Shotokan. Kenichiku i Uppsala undervisar Lars-Ake Berglund i karatestilen Judo-kyo.

Olika stilar

— Just genom att man går över gränserna mellan olika stilar så har man möjlighet att se karaten från mer än ett håll och på det sättet själv bli en bättre utövare, säger Lars-Ake Berglund.

Efter en vecka hos Mr Kusano i Kyoto för gruppen till Kobe för att träna för Sensei Shorijiro Tani-san. Tani-san var för övrigt Kusano-sans lärare.

— Nu gäller det bara att konsolidera formen man fått efter två träningspass om dagen, säger Lars-Ake Berglund. Han kommer att hålla i gång träningen i sin klubb hela sommaren.



SÅ HILLER SH. ILL. ILL. LILLBERG och Matsi Premling fick nöjet att hjälpa ut en japan som kom till Sverige för att se till att hon som det som hon gör ut. Hon som det som hon gör ut. Hon som det som hon gör ut. Hon som det som hon gör ut. Hon som det som hon gör ut. Hon som det som hon gör ut.

De miste sina svärd Togs för flygkapare



NIPPON BU DOKAN — en av de största träningsplatserna i Tokyo för bländant judo och ken-do. Enom stora träningsutövare från det gäst som finns för dojos. Vilgen stam budokan brukar hålla här.

機内持込制限品預り証/引きかえ証
RECEIPT/CLAIM SLIP

機内-日付 FLIGHT NO. DATE	機内 PORTION	機内 SEAT NO.
SU 580 6/6	HOW	13 D
所持者氏名 NAME	Mr. Raoul Helligren	
物品名 ITEM(S)	one WOODEN-SWORD	

本邦以外の航空会社間の乗継ぎに必要ないたしだいにより...
AN ANTI-HACK PROGRAM IS BEING CONDUCTED FOR THE PURPOSE OF ENSURING SAFETY OF FLIGHT OPERATIONS...
THIS CLAIM SLIP IS NOT THE LOGGAGE TICKET (BRAGAGE CHECK) DESCRIBED IN ARTICLE 1 OF THE WARSAW CONVENTION...
THANK YOU.

Vad köper en entusiastisk budoutövare som souvenir från Japan om han inte ett svärd av något slag?
— Efteråt det är förstås på att försöka att besöka ett flygplats i Japan kan jag förstått att vi väckte ett visst intresse från säkerhetsmännarna vid bagagekontrollen när vi skulle fara hem, berättar Raoul Helligren.
— Men eftersom våra svärd var souvenirer och inte skärpsladdade borde man ha nöjt sig med detta.
En nitisk tjänsteman lade dock beakt på flera svärd som svenskerna då trodde skulle följa med det andra bagaget. De som lyckats behålla sina svärd vid bagagekontrollen blev av med sina vid koppelstämningen.
— Självt bekände jag få ett kliv på mitt svärd, vilket jag länge trodde skulle bli det sista jag såg av det, säger Raoul Helligren.
Anledningen till att man beslog svärd var att alla stegen föremål som kan användas för att kapa flygplan skall stå om hand.
Enligt uppgift från tulltjänstemannen skulle man få igen sina svärd när man kom fram till Moskva, där man skulle stanna över natten.
Men tvärtom blev dock så vil om händerna så att enbart några nu kommit till rätta.

Figur 2 - Artikeln Raoul skrev i UNT om Japanresan och kvittot på bokuton

Ett år senare åkte en större grupp budoutövare, från flera olika discipliner, till Japan med Aeroflot för att vidareutbilda sig. Väl i Tokyo tänkte Raoul att han skulle leta upp Kurihara-sensei, hur svårt kan det vara. Med Tokyos telefonkatalog satte han i gång letandet men gick bet. Stor-Tokyo är ju mer än en stad. Men han gav inte upp utan tog till det naturliga alternativet att gå till en polisbox. När han lyckats framföra sitt ärende sa polisen till honom att sätta sig ned och vänta. Efter en halvtimmes ihärdigt telefonerande lyckades den lokale polisen lokalisera Kurihara-sensei — som var i full färd med att träna en grupp poliser i närstridsteknik på Budokan i den kejserliga parken.

Kuriharas schema fick alltså läggas om och de två möttes på Raouls hotell. Kurihara-sensei tog då med sin gäst till sin chef och förklarade att nu behövde han ett par dagars ledighet för att kunna ta hand om svensken och visa honom Tokyo. På svärdsmuseet blev Raoul och Kurihara-sensei överfallna av en grupp skolflickor. Först trodde Raoul att Kurihara-sensei var kändisen men det var i stället Raouls konstiga autograf de ville ha i sina block.

När Raoul lämnade Japan hade han med sig en bokuto. Men vid incheckningen blev det tvärnit. Ett så farligt vapen som en "träpinne" fick absolut inte tas in i kabinen som handbagage. Raoul anade ugglor i mossen och hävdade då med emfas att han skulle ha kvitto på träningsvärdet innan Aeroflots personal fick lägga vantarna på det. Väl hemma i Sverige dök ingen bokuto upp och Raoul skrev då en artikel i Upsala Nya Tidning om resan och det försvunna träsvärdet. Någon dag senare kunde Aeroflots representant på Arlanda meddela att bokuton nu fanns på flygplatsen för avhämtning.

En allmän lärdom man kunde dra efter Kurihara-senseis besök i Sverige fick Raoul senare bekräftad då hans holländska judotränare starkt pläderade för att nybörjarna skall ha de mest kvalificerade tränarna. Det är bara om de får rätt träning från början som en framtida utveckling är möjlig. Det gäller såväl individuellt som för idrottsgrenen som sådan. Fast det visste ju redan den japanska kendofederationen då de skickade Kurihara-sensei till Norden för att sprida lite kultur. (Så på det hela taget var det kanske inte att kasta pärlor för svinen/ Raouls anm).

Nedtecknat av Hans Lundberg i juni 2023