

Le sens de la véritable victoire en judo

Ayant consacré toute ma jeunesse au judo, savoir pourquoi je m'adonne corps et âme aux arts martiaux revêt pour moi la plus grande importance qui soit. En outre, étant donné que je compte me dévouer à cette discipline jusqu'à mon dernier jour, la question restera pour moi d'actualité jusqu'à la fin de ma vie. Ma véritable réponse est la suivante : j'ai trouvé, dans le judo, la véritable essence de la vie humaine. La plupart de nos expériences dans la vie quotidienne sont étroitement liées au principe de la victoire et de la défaite. Evidemment, je n'entends pas par là que le judo est un entraînement exclusif à ce principe, lequel se trouve dans de nombreux sports pratiqués à travers le monde. En fait, c'est le principe de la victoire et de la défaite qui donne au sport toute sa signification. Bien que mes sentiments, à ce sujet, puissent refléter une attitude purement japonaise, au niveau du contact physique, projeté et être projeté, puis travailler et suer ensemble constitue une part importante du judo. Je ressens là une pureté qui transcende les mots et les théories. J'espère être capable d'exprimer toutes les émotions que j'ai ressenties au cours du processus spirituel qui s'est incréé en moi au cours de ma pratique du judo ; je suis persuadé que cet esprit indéfectible m'aidera à me contrôler et à surmonter difficultés et contradictions ainsi qu'à me faire comprendre plus profondément le sens profond de la vie que je mène dans ce monde.

Comme nous, êtres humains, tâtonnons à la recherche du sens de la vie, nous avons besoin de quelque chose dans laquelle nous puissions mettre notre confiance et nos espoirs, à laquelle nous puissions nous raccrocher. Ce quelque chose doit être si important que nous lui accordons tout. Pour de nombreuses personnes, la littérature, la musique, la peinture et d'autres arts constituent leur support spirituel. De nombreux sports servent ainsi de support dans le monde. Pour ma part évidemment, le judo et son entraînement est étroitement lié à la voie martiale japonaise traditionnelle, le Bushido. Dans tout conflit vous opposant à une partie adverse, il est essentiel de comprendre sa propre position et ses relations avec l'adversaire. Mais les arts martiaux vont plus loin que ce principe ; ils enseignent l'importance de dépasser ce conflit et l'adversaire pour développer en soi un self contrôle supérieur. Pour cette raison, maîtriser soi-même est le principe essentiel du judo. Une telle maîtrise trouve son origine dans l'examen de soi ; cet examen permet de devenir objectif et de découvrir la direction dans laquelle on peut se développer. En d'autres termes, c'est en connaissant nos capacités innées et nos faiblesses que nous pouvons nous dépasser et paver notre propre chemin.

Récemment, on parle beaucoup de judo qui est considéré soit comme un sport soit comme un art martial. Répondre à ce problème est chose très difficile ; peut être même n'est il pas encore possible de donner une conclusion à ce sujet ; toutefois, je refuse l'idée selon laquelle le judo est un art martial à part entière et, est totalement différent du sport. Mis à part les questions d'entraînement et certains aspects spirituels, les arts martiaux et tous les sports pratiquent la compétition ou le match qui obéissent à diverses règles établies ; dans ce sens, tous sont semblables.

Je comprends qu'un grand nombre d'occidentaux enthousiastes recherchent avant tout l'aspect spirituel et oriental du judo ; c'est cet attrait spirituel qui encourage à poursuivre l'entraînement. De leur point de vue, l'intangible, le non-révélé et l'invisible constituent autant d'éléments stimulants. Les Japonais, au contraire, ne voient là rien de très mystique. Pour eux, l'aspect qui attire tant les occidentaux sont un élément naturel de leur personnalité nationale, de leur manière de penser, de leur éducation et de leurs habitudes. Faisant partie de la vie quotidienne depuis des siècles, ces aspects du judo constituent l'ossature de la vie Japonaise.

Comme la tradition Japonaise, y compris le judo, donne une grande place à l'idée de la forme, si elle est exagérée, les formalités deviennent une attitude distante désagréable.

A mon avis, toutes ces formalités sont affaire d'interprétation spirituelle. Par exemple, dans les Tournois internationaux de judo, les juges non habitués à la prononciation des mots japonais font de louables efforts pour dire Hajime, Matte, Ippon, Waza-ari, etc... Les combattants échangent des formules de salutations à la manière japonaise. Dans ce sens, ils copient les formalités nippones mais généralement ils ajoutent des formes de salutations propres à leurs pays : poignée de main, ou baiser sur la joue ; cette manière de combiner les deux paraît aussi naturelle que parfaite. Il va sans dire que chaque nation possède ses coutumes et ses traditions propres pour exprimer la pensée, cependant, c'est le terme « approprié » qui doit retenir l'attention parce ce qui est fait dépend de l'occasion et de la personne. Je crois qu'agir en tant qu'être homme ou homme est la seule manière d'exprimer soi-même ; la chose essentielle est que la sincérité soit présente.

Bien que les origines du judo se situent au Japon, la nation et l'époque jouent forcément un rôle dans l'esprit qui anime cette création. Le raffinement et l'esprit du samouraï ont servi d'archétype au judo japonais ; toutefois, chaque nation possède ses propres supports spirituels traditionnels : les allemands ont une âme germanique, les américains l'esprit yankee et les anglais leur code du gentleman ; si chaque nation pouvait incorporer l'esprit du judo dans sa propre personnalité nationale et en faisant ainsi, produire un judo exemplaire, je n'aurais pas de plus grande joie dans la vie.

Jigoro Kano, fondateur du judo moderne, déclara que le véritable esprit du judo consiste à harmoniser le corps et l'esprit par les techniques d'attaque et de défense et contribuer ainsi, en conclusion, à la création d'un monde meilleur. Evidemment, tout dépend de l'individu mais le « polis » que l'on peut donner à soi-même par l'entraînement du judo n'en montre-t-il pas les immenses possibilités ?

De même que l'on a beaucoup à apprendre du judo, il existe de nombreux motifs et procédés inclus dans l'entraînement. Je passe ma vie entière en compagnie des judokas qui considèrent les tournois et les compétitions comme des étapes dominantes de leur vie et qui sacrifient tout dans l'espoir de remporter la victoire. Jetant un regard sur mon propre passé, je me vois participer à d'innombrables tournois nationaux et internationaux ; si j'ai été, quelques fois intoxiqué par la gloire, j'ai également connu la tristesse et les larmes de la défaite.

Dans chaque combat, le judoka concentre les résultats de son long entraînement qui va, en l'espace d'un instant, décider de façon irrévocable sa victoire ou sa défaite. Pour cette raison, je considérais chaque combat comme vital dans ma vie. Puis-je avouer que je n'ai jamais participé à un combat sans la tension et la détermination que cet événement requiert ; aussi, n'ais-je jamais eu de regrets, que je gagne ou que je perde.

Certains judokas estiment la compétition imprévisible ; il est certain que même un combattant nettement supérieur à son adversaire possède inévitablement des points faibles ; au cours du combat, il peut se faire que ces points faibles apparaissent à l'adversaire

qui en profite pour remporter la victoire. C'est pourquoi il est si important, dans la vie quotidienne, de découvrir ses points faibles et de les vaincre un par un. Pourtant, pour beaucoup de judokas, les points faibles correspondent de façon négative à leurs points forts. Par exemple, un bon attaquant est souvent un faible défenseur et vice-versa. Il n'est pas facile de surmonter ce handicap ; la seule attitude possible est de corriger sévèrement ses fautes et de développer au maximum ses points forts pour créer, dans un sens, une sorte de judo personnalisé. Apprendre pourquoi certaines techniques conduisent à l'échec est la source à un grand développement. On dit en judo que pleurer sur ses fautes pendant l'entraînement vous autorise à rire de sa victoire en compétition. Je pense que l'on devient un vrai judoka si l'on analyse et corrige ses erreurs où et quand elles se produisent. En bref, victoire ou défaite, il ne peut y avoir de développement si l'on n'analyse pas sérieusement les raisons du résultat.

Ainsi, la différence entre vraie victoire et échec repose en ce point.

Un homme qui apprend à se connaître lui-même par l'entraînement et le tournoi, il gagne la confiance en lui, apprend la joie de la victoire et s'efforce de développer ses capacités, est qualifié pour être nommé un vrai judoka.

Trop de confiance en soi, cependant, est dangereux ; cela peut être la cause d'un échec cuisant au niveau individuel. En conséquence des techniques qui devraient produire un résultat favorable mènent à la défaite et des blocages devant stopper l'adversaire se retournent contre soi. Si cette condition persiste, cet excès de confiance devient de l'orgueil ; le judo sans confiance en soi est insensé mais l'excès de confiance conduit dans une mauvaise direction. La défaite est ressentie comme un choc profond quand on pense que tout va bien ; cependant, elle peut servir de retour aux sources pour qui la subit ; la réévaluation résultante peut être la voie d'accès à un plus grand développement et au progrès. Les relations intimes existant entre victoires et défaites sont telles que je me demande si un homme toujours victorieux et ignorant la souffrance de l'échec cuisant dessert le nom d'homme véritable ; je suis persuadé au contraire que le vrai victorieux est celui qui comprend que victoire et défaite sont les deux aspects d'une même chose et que tout triomphe porte en lui les germes de l'échec. Comprendre cela ainsi que ses points faibles et forts est le véritable chemin du progrès et du développement d'un esprit fort. En bref, reconnaître la défaite dans la victoire est le fait du vrai vainqueur.

Bien que je puisse paraître me contredire, je reconnais la grande force que l'on peut accumuler dans la défaite perpétuelle apparente. Si le vaincu, malgré le fait qu'il ait l'impression que ses efforts ne portent pas leurs fruits, surmonte ses difficultés et fortifie sa nature propre, il se bâtit un esprit d'acier. Seulement doué de capacités moyennes, on peut refreiner son esprit de valeur et d'héroïsme en se forgeant comme une lame d'acier ; dans ce sens, l'un des buts ultimes du judo est d'apprendre comment vaincre en perdant apparemment.

Il existe de nombreux genres de vainqueurs et de vaincus. Chaque genre a ses problèmes et ses difficultés, particuliers à sa propre nature. Aussi ai-je tendance à accorder le maximum de valeur aux conditions environnant victoire et défaite. Quel que soit le résultat du combat, il est toujours pour moi accompagné de la responsabilité complète et de la solitude. Le judo n'est pas un sport de groupe ; chacun doit se dresser sur ses deux jambes ; ce qui explique que plus le combat est important, plus, avant de commencer, je me sens mal à l'aise. Pour tout dire, dans un combat de compétition ou tournoi et j'ai participé à un nombre incalculable de telles rencontres ; je ne me suis sentis confiant et serein ; je suis toujours poursuivi par un malaise que je ne peux décrire que sous les symptômes de la peur de

l'adversaire que je dois rencontrer. Lorsque j'arrive sur les lieux du combat, j'ai un sentiment de solitude inexprimable ; je ne puis analyser pleinement ce sentiment, mais je présume qu'il s'agit d'une réaction mentale surgissant après être passé par un certain stade d'excitation résultant de la tension nerveuse.

Bien que je puisse décrire les causes exactes de ce sentiment, je suis pleinement conscient de ses manifestations ; le sang se retire de mon visage et les larmes envahissent mes yeux ; je ne peux mener de conversation cohérente ; même si je ne mange rien dans la matinée, l'après midi, je n'ai nullement faim ; je commence à avoir des doutes sur moi-même : peut-être suis-je un poltron ; mais je réalise que je ne dois pas manifester extérieurement ce sentiment d'angoisse ; j'avais souvent envie de prier quelque chose ; un jour je m'isolais des gens qui m'entouraient et me rendis dans un endroit tranquille ; je joignis les mains dans le geste familier de la prière que j'adressais à je ne sais quel pouvoir ; c'était uniquement le dernier ressort d'un homme poussé aux limites de la tension.

Finalement, je vins à croire en une sorte de pouvoir divin et merveilleux ; quelqu'un connaît l'issue du match et il est impossible de s'opposer au cours pré-organisé des choses. La seule chose qui me reste est de faire de mon mieux en déployant tous mes efforts mentaux et techniques ; après m'être concentré sur cette pensée, je pris l'habitude de celui qui disputait son dernier match. A de nombreuses occasions, notamment avant un match important, je me suis dit, « c'est ton dernier combat » ; cet esprit m'a aidé pour parvenir à l'instant dans lequel plus rien d'autre ne compte que la victoire ou la défaite ; en termes simples, mon approche du judo repose sur l'idée de la dernière rencontre.

Dès que le combat a commencé, je mesure intérieurement l'adversaire et décide le genre de technique qu'il convient d'appliquer. Mais je ne procède ainsi que pour la technique initiale. Après cela, je conforme mes actions en fonction du cours que prennent les choses tout en m'efforçant de conserver l'initiative. Sans aucun doute, au cours du combat deux ou trois occasions d'exécuter certaines techniques ne manquent pas de se produire. Dans la majorité des cas cependant, essayer de forcer ces chances et d'appliquer la technique sans considérer le cours de l'action ne fait que perturber son rythme ; c'est pourquoi j'essaie de laisser les choses se faire constamment et de saisir toute chance qui se présente, quelle qu'elle soit. En d'autre terme, il est très important de garder l'attaque qui vient et d'enchaîner sur ses propres techniques en succession rapide avant de porter l'attaque décisive.

La force physique et la technique seule ne peuvent assurer la victoire en combat ; une intense activité mentale est également indispensable ; il faut être capable de prévoir les mouvements de l'adversaire et d'estimer les réactions que ses mouvements vont susciter ; il est essentiel de menacer parfois l'adversaire puis, d'autres fois, lui faire croire qu'il a le dessus. La défaite est certaine si, à chaque instant, on n'émet pas de jugement approprié sur les actions adverses ; afin de développer la capacité de s'adapter soi-même en une fraction de seconde à n'importe quelle situation, il est important, dans la vie quotidienne, de nourrir des jugements forts, de prendre des décisions et d'entretenir le sens de ce qui appelle la victoire et de ce qui conduit à la défaite ; en bref, l'attitude du judoka en compétition doit être basée sur un véritable esprit combatif ; développer la disposition qui manifeste cet esprit prend du temps.

Cette disposition doit être constituée de deux éléments inséparables : force physique et spirituelle. L'un seul de ces éléments ne peut rien produire de bon ; il est vrai que le pouvoir spirituel est l'ultime facteur décisif qui décide de l'issue du combat lorsque les deux adversaires sont d'excellents techniciens, de résistance physique analogue et donc que l'un d'eux tombe sous le pouvoir mental de l'autre. Néanmoins, de tels cas ne sont pas courants et il est impossible de considérer la force spirituelle comme toute puissante.

De subtiles réactions mentales surgissent lors des combats de judo et la présence des spectateurs affecte la condition mentale des combattants ; personnellement, les spectateurs m'inspirent un inhabituel esprit de combat. Parfois, si cet effet se prolonge trop, mes techniques de judo n'agissent pas comme je le voudrais. Il faut éviter de se dandiner et de faire le paon dans l'arène du combat ; d'un autre côté, le succès est impossible sans un certain enthousiasme qui doit savoir se contenir ; l'équilibre entre les deux éléments ; la confiance en soi et l'orgueil, est aussi profonde que délicat à obtenir.

Dans les compétitions de judo, le programme est généralement défini clairement au préalable ; en conséquence, les judokas sont rarement appelés à l'improvisiste avec l'indisposition mentale que cela procure ; la première compétition à laquelle on participe, de toute manière, n'est jamais rassurante ; cependant, au fur et à mesure que l'on participe de plus en plus à ces rencontres, on apprend que les réactions émotionnelles sont le résultat inévitable du manque de maturité individuelle.

On apprend à contrôler son tempérament comme son excès de confiance ; après un certain nombre de tournois, le judoka devient conscient des liens invisibles qui l'unissent et le relie à tous les autres, y compris les spectateurs ; cet état peut être appelé une sorte d'hypnotisme ; peut être, est ce une sorte d'absence de l'esprit ; mais, uni par ces fibres invisibles, personnellement, je me sens l'esprit froid et alerte ; je suis semblable à un animal solitaire ; les clameurs et les appels du public n'ont aucun effet sur moi ; mon excitation conduit mon corps dans un royaume éloigné où seules importent victoire et défaite. Mes mains et mes pieds suent, et je tremble. Dans une telle situation, des claques dans le dos ou des mots d'encouragement tendent à m'écarter de ce lointain royaume ; aussi, j'évite avec soin de rencontrer quiconque. Je combats seul ma propre bataille ; cela ne concerne personne d'autre ; ma force est la seule chose qui puisse me conduire à la victoire et aucun mot d'encouragement ne m'est utile.

Mais lorsque la compétition touche à sa fin, c'est une tension d'une toute autre chose qui m'envahit ; j'ai l'impression de voir tout en transparence ; je sens que je vois à travers chaque chose ; le combattant que je dois rencontrer n'est plus rien d'autre qu'un objet physique. Le sens du combat que je dois mener contre moi-même est de plus en plus clair dans ma tête ; peut être parce que mon cœur était nu, je me sens uni à tous les spectateurs, quel qu'en soit le nombre présent ; je sens que le combat sera bon, que je perde ou gagne, parce qu'il est temps de donner le meilleur de moi-même. Et quand je gagne, le chorus des spectateurs explose pour célébrer la victoire ; mais derrière cette excitation passagère et cette intoxication, je réalise un autre ego sobre, observant froidement chaque chose que je fais ; alors le monde semble m'appartenir et le seul moment où la concentration est à son plus haut niveau, est véritablement inoubliable.

Je désire ajouter un point qui me paraît devoir intéresser les lecteurs ; durant les combats, je dis souvent en japonais des expressions qui se traduisent par « Allez approche », « Tu vas voir ». Certains penseront que je tente de montrer ma détermination à vaincre ou bien qu'il est indécent de pousser de telles exclamations durant un combat ; ces exclamations ne sont rien d'autres que les vagues de l'émotion violente que je ressens lorsque j'utilise toute ma science et toutes mes forces dans le combat. Je peux confesser que j'utilise semblables expressions pour combattre la faiblesse dont je suis conscient ; défenses ou attaques sont mes points forts ; toutefois, je manque de confiance quand je dois attendre de voir ce que mon adversaire va entreprendre ; je préfère passer délibérément à l'attaque ; mes paroles ne sont donc, au fond, que des mots ayant pour but de calmer ce sentiment d'insécurité ; je n'aime pas avouer cette faiblesse parce que chacun me pique de pouvoir vaincre tous ses

points faibles, chose qui sur la base de la sincérité ne manque pas de provoquer un grand développement.

J'ai pour règle de ne jamais prévoir de plans pré-établis ; un combat dure un maximum de 8 à 10 minutes ; au cours de ces secondes, les deux combattants s'efforcent de mettre en pratique le maximum de ce qu'ils ont appris au cours de leur entraînement. Pour cette raison, il ne m'est pas possible de prévoir tout ce qui peut se produire. Une fois qu'un plan a été décidé et que quelque chose vient le détourner, il est extrêmement difficile de s'y conformer et de le réajuster ; de fait, un bouleversement dans la stratégie peut dérégler le judoka pour toute la journée.

Cependant, lors des entraînements, je prépare des techniques planifiées et élaborées en pensant que parmi les participants il y en a que je rencontrerai un jour ou l'autre en compétition. Au Japon, les stages réunissent les meilleurs judokas de chaque région si bien que nous connaissons tous nos points faibles et forts mutuels ; toutefois, il ne suffit pas de donner des leçons techniques pour faire progresser les élèves, il faut se consacrer entièrement à la formation de ceux qui viennent pour apprendre ; cela ne sous-entend pas néanmoins qu'un entraînement « spécial » produise de meilleurs résultats ; dans la pratique, la méditation zen, préconisée pour acquérir le calme intérieur, ne donne aucun résultat concret, ni du reste aucun autre « truc » spécial. La seule attitude positive est la volonté et le désir de se perfectionner et de se développer, en bref, de parvenir au but que l'on s'est fixé. Plutôt que de trouver satisfaction dans les actes accomplis, mieux vaut rayonner d'enthousiasme pour aller encore davantage de l'avant. Je sais que certains estiment que victoire ou défaite reposent principalement sur le facteur chance ; mais quiconque prend cette attitude est immédiatement disqualifié du titre de judoka. Une personne qui manque de la volonté de faire face aux difficultés extrêmes n'a pas de chance ; la chance ne l'attend pas : c'est à chacun qu'il appartient de bâtir sa propre chance.

En dehors de ces digressions, j'aimerais ajouter quelques mots sur les blessures ; bien que ma vie de judoka ait été pleinement couronnée de succès, en ce qui concerne les blessures, je détiens un véritable palmarès. Mon genou droit a été démis six fois, ainsi que mon gauche du reste ; j'ai été un jour si gravement blessé aux hanches que j'ai dû faire six mois d'hôpital avant de pouvoir marcher de nouveau ; j'ai eu des névralgies dans les hanches, les pieds, les épaules et les bras. J'ai eu les épaules déboîtées et les poignets foulés bien des fois ; j'ai aussi eu les côtes fêlées ainsi que diverses contusions et coups au niveau du cou et de la tête. En conclusion, je sais comment mon corps réagit aux blessures et le temps qu'il faut pour qu'il retrouve la forme. Ce corps, je le connais même mieux que les médecins à qui j'ai rendu visite ; des blessures de moyenne importance nécessitent deux à trois mois de rétablissement ; pour des blessures plus graves, il faut six mois.

Je ne crois pas que la blessure est un élément de fierté ; en fait, mieux vaut se blesser le moins possible ; j'ai réalisé que parfois les blessures sont un manque d'harmonie entre le corps et l'esprit. Je me suis blessé parce que je ne pratiquais pas mon entraînement dans une salle connue et que j'étais quelque peu dépaysé ; d'autres blessures résultaient d'efforts excessifs de ma part ; mais les causes possibles sont innombrables ; en réalité, pour connaître les causes des blessures et y remédier dans la mesure du possible, il faut avant tout connaître ses propres capacités physiques et spirituelles.

Plus grave encore que la blessure physique est l'effet mental qu'elle produit souvent. Déjà, dans la vie normale de tous les jours, la volonté humaine se révèle-t-elle très faible ; lorsqu'un individu est blessé de telle sorte qu'il doit rester plusieurs mois alité, il est si impatient de retrouver la forme qu'il supporte difficilement son état présent ; après un trimestre environ, il commence à douter sérieusement de ses capacités physiques ; puis, à la

fin du quatrième mois, une désagrégation se produit et il peut renoncer définitivement au monde du judo ; cette expérience, je l'ai vécue et je ne suis pas le seul dans ce cas. Il est fréquent d'entendre parler de jeunes ayant abandonné le judo après avoir été blessé ; je crois cependant que quelques blessures peuvent difficilement faire lâcher prise ; la plupart de ceux qui abandonnent trouvent en fait un faux-fuyant à leurs responsabilités ; la première cause de leur trouble est la faiblesse psychologique ; quiconque abandonne en raison d'une blessure ne peut espérer gagner dans aucun domaine ; comme je l'ai dit, la blessure n'a rien de glorieux mais du point de vue des arts martiaux dont le but ultime est de triompher de soi-même , abandonner à cause d'une blessure est honteux. En réalité, le temps que l'on passe à retrouver ses forces doit être celui où l'on se rétablit spirituellement.

J'ai abandonné la compétition relativement jeune afin de mieux m'adonner à l'enseignement du judo. Cependant, je n'ai jamais cessé de cogiter continuellement à propos du judo ; parfois je pense avec joie aux souvenirs de stages inoubliables ; d'autres fois, je me souviens de mes craintes lors des compétitions. Lorsque ces rêves sont très intenses, ils me réveillent et je ne parviens plus à me redormir. J'ai toujours présent à l'esprit cet état second dans lequel je vis peu avant un combat décisif ; pourtant, je serais bien incapable de citer une seule des techniques que j'ai utilisées ; mais quelques jours après le match, je le revis virtuellement des pieds et des mains. Je ne participerai certainement plus jamais à une compétition ; le but futur de mon judo est d'ouvrir de nouvelles voies pour le développement des autres et inspirer le maximum d'enthousiasme à tous les judokas pour qu'ils se consacrent à cette discipline et fassent tout ce qu'il faut pour remporter la victoire car je vois dans cette attitude la réflexion de la vie humaine. Le judo n'est pas une discipline superficielle ; c'est pourquoi chacun d'entre nous doit contribuer à son développement en fonction de ses capacités propres ; mais nous ne devons jamais oublier que compromis et paresse mènent à la stagnation, état dans lequel il n'existe plus aucun progrès. Notre devoir est de nous nourrir de notre volonté et de notre créativité pour le salut d'un nouveau judo qui puisse devenir la fierté légitime de tous les peuples, de l'histoire et de ma vie ainsi que celle de ceux qui consacrent entièrement eux-mêmes au judo.

ISAO OKANO
Diplômé en droit
Champion Olympique 64
Champion du monde