

Judo

italiano

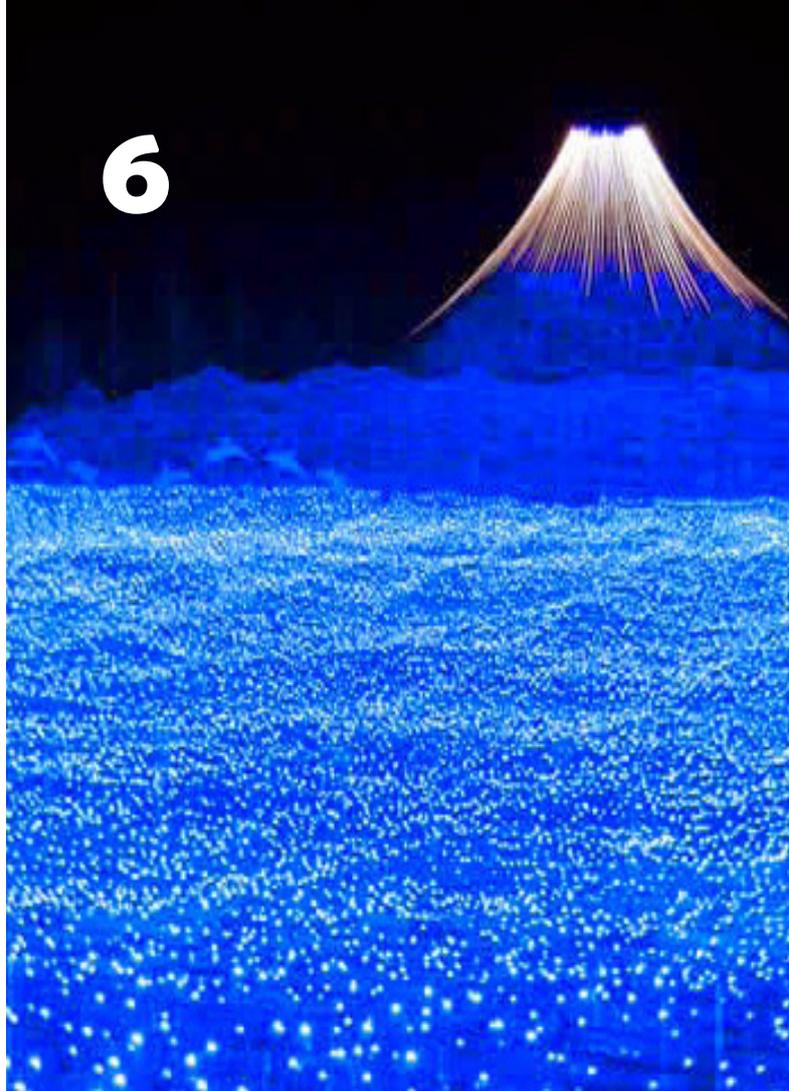


Merii Kurisumasu

Buon Natale
a tutti i judoka di buona volontà



6



Due aspetti del Natale giapponese

Dicembre 2021

Foglio informativo a cura della
Associazione Judo Italiano

Foglio spedito via e-mail a tutti i soci e a tutti coloro i quali ne facciano richiesta specifica.

Le foto: **Pino Morelli ed Emanuele Di Feliciantonio, Carlos Ferreira, Gabi Juan**

Grafica: **Pino Morelli**

La grafica/foto di copertina è di:

Norman Rockwell rivisitata by Pino Morelli

Webmaster

Fabio Tuzi

Hanno collaborato a questo numero:

Alessandro Giorgi

Walter Argentin

Bruno Giovannini

Cristina Fiorentini

Dante Nardini

Giacomo Spartaco Bertoletti

Giancarlo Bagnulo

Giuseppe Piazza

Guido Giudicianni

Ylenia Giacomi

Gennaro Lippiello

Massimo Lanzi

Pino Morelli

Emanuele Perini

Emanuela Pierantozzi

Ferdinando Tavolucci

Livio Toschi

Laura Zimbaro

Judo Italiano 2

**www.judoitaliano.it
info@judoitaliano.it
FB: [judoitaliano](https://www.facebook.com/judoitaliano)**



Risparmiare sull'educazione significa investire nell'ignoranza.

Judo *italiano* Dicembre 2021



Sommario

Editoriale 5

di Pino Morelli

Merii Kurisumasu 6

di Pino Morelli

Dignità del praticante di Judo 9

di Redazione

Tokyo Hirano 13

Redazione

Moshè Feldenkrais 15

di Pino Morelli

Risposta all'Editoriale scorso 21

di Pino Morelli e Alessandro Giorgi



KU SAKURA

La Storia

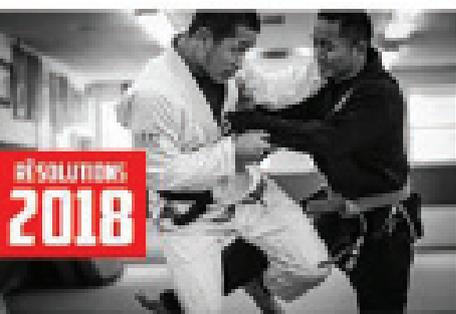
Judogi indossato da Jigoro Kano



La tradizione



Da marzo con
Judo Italiano
per tutti i nostri lettori
Per info:
info@judoitaliano.it



Editoriale

Io credo al Natale

Io credo al Natale. Noi figli siamo stati educati così. Perché il Natale è il periodo delle opportunità; opportunità di essere più buoni, più bravi, più accoglienti, più sensibili. È questo il vero dono di Natale. Poi, questa atmosfera, porta altri doni.

Io ho avuto due doni che ritengo speciali. Uno che mi è arrivato molto prima di Natale: Laura Di Toma è stata nominata Direttore tecnico delle Nazionali Italiane di Judo. E questo se non è un regalo è sicuramente un miracolo. C'era un vecchio film intitolato "Miracolo a Natale" dove il protagonista è un cardiocirurgo in crisi e si mette a fare l'allenatore in una scuola e vince il torneo nazionale (dopo aver attraversato varie peripezie). Miracolo in Federazione e il film che vedremo da quest'anno in poi e so che sarà una bella avventura diretta dalla mia amica Laura Di Toma. Laura non ha bisogno di presentazioni anche perché le odia, odia star sotto i riflettori. Lei è una a cui piace lavorare, lavorare sodo perché sa che le parole se le porta via il vento. Laura è una di Osoppo, una friulana doc e sa che il buon lavoro ripaga sempre. Penso che Di Toma sia la migliore scelta per questo ruolo in questo momento particolare per il judo e per lo sport tutto. Ci credo. Le donne hanno una marcia in più e una professionista seria come Laura di marce ne ha più di una. Faccio gli auguri a lei perché possa lavorare in pace e serenità e auguri a questa Nazionale perché accolgano il Direttore Tecnico con gioia. Un altro regalo di Natale l'ho avuto nella mia palestra, lo Sporting Club Fidene Judo. Abbiamo organizzato una giornata dimostrativa, grazie alla circoscrizione, del judo e della difesa personale donna, facendo salire i nostri atleti con i genitori. Mentre gli atleti prendevano normalmente l'allenamento, i genitori si sono divertiti molto. Sono genitori grandi, di quelli che hanno passato la giovinezza in strada giocando con i loro coetanei. In questi anni ci sono state tolte parecchie usanze che facevamo normalmente dal darsi la mano ad abbracciarsi. Molti di quelli vecchi come me usavano fare la lotta, per scherzare, con i propri compagni. È proprio quello che hanno fatto i genitori dei miei allievi e si sono divertiti moltissimo. È stata una gioia vedere questi genitori divertirsi come dei bambini. Mi sono ricordato come io e Dante Nardini scherzavamo e ci divertivamo facendo il judo. Ma il mio cuore è esploso dalla gioia nel vedere questi uomini diventare bambini. Il judo è nel cuore di tutti anche se tutti non lo sanno. A tutti manca il contatto con l'altro, noi siamo animali socievoli e ci si diverte a discutere, a parlare a toccarci. E, quei genitori, si sono fatti toccare il cuore dal judo tant'è vero che si sono prenotati per la prossima lezione.

Se questo non è un bel dono di Natale...

Auguri di Buon Natale a tutti i judoka di buona volontà anche a chi non sa di esserlo.

Pino Morelli

Merii Kurisumasu

si legge

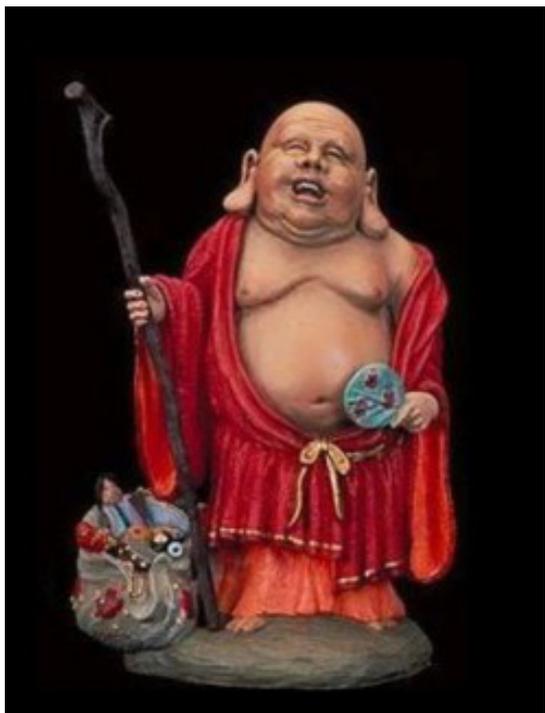
Meri Krismas

La prima testimonianza ufficiale di una festa di Natale in Giappone risale al 1552, quando un missionario appartenente ai Gesuiti, celebrò la prima messa nella prefettura di Yamaguchi. Da allora, pare che la cadenza delle celebrazioni natalizie, si sia svolta con regolarità dal 1549, con l'arrivo di San Francis Xavier nel paese del Sol Levante.

Nel 1635, lo Shogunato Tokugawa vietò improvvisamente la religione cristiana con l'editto Sakiku.

Questa legge ebbe l'effetto di costringere per circa 230 anni i cristiani a celarsi (Krishitan Kakura) e celebrare i propri riti segretamente. Ad opera della restaurazione Meiji il cristianesimo ritornò legale e la possibilità di celebrare il Natale venne reintrodotta. Nel 1875 a Tokyo, per la prima volta, apparve un Babbo Natale vestito come un Samurai, presso la scuola Harajo di Ginza durante le celebrazioni. Successivamente, 1898, fu pubblicato un libro su Babbo Natale, per bimbi: Santakuro. Ma i bambini giapponesi oltre a Babbo Natale (Santa Kuroosu), hanno Hotei Osho, un paffuto esimatico monaco buddhista che porterà i doni ai bambini se si sono comportati bene.

Il Natale in Giappone non è festa nazionale e quindi le scuole e gli uffici sono generalmente aperti. Il periodo natalizio è però abbastanza sentito dalla popolazione giapponese, anche se in modo differente rispetto all'occidente. Il Natale è visto dai giapponesi come un periodo di felicità diffusa piuttosto che una celebrazione religiosa.



Hotei Osho, il monaco buddhista che porterà i doni ai bambini se si sono comportati bene.

AUGURI DI NATALE IN GIAPPONESE

Il Giappone ha iniziato a celebrare il Natale dopo la Seconda Guerra Mondiale, influenzato dai Paesi occidentali. Trattandosi di una tradizione cristiana, il Natale era infatti una festività sconosciuta in Giappone. Nel corso degli anni è stato integrato nella cultura – come è accaduto anche con Halloween a Tokyo — ma aggiungendo un “tocco giapponese”.

Il 25 dicembre ha così poca importanza nel calendario giapponese da non essere nemmeno un giorno festivo. Capita che alcuni giapponesi organizzino cene di Natale con gli amici, ma ovviamente manca del tutto il senso religioso o di ritrovo familiare.

La tradizione di fare dei regali in nome di Babbo Natale non è particolarmente radicata in Giappone, ma la figura di Babbo Natale compare dappertutto durante il periodo natalizio: negozi, ristoranti, programmi TV e non solo, la città di Osaka ospita The Great Santa Run, una gara di corsa per beneficenza in cui tutti i partecipanti corrono vestiti da Babbo Natale.

Una delle più curiose tradizioni natalizie recenti in Giappone è il fukubukuro. Si tratta di un sacchetto dal contenuto “a sorpresa”, venduto dai negozi a un prezzo inferiore rispetto al valore totale dei prodotti inclusi. In origine la vendita dei fukubukuro iniziava a Capodanno, ma ultimamente i sacchetti si possono acquistare già a partire da dicembre.

Ogni sacchetto contiene circa cinque o sei prodotti, di categoria più alta o più bassa, a seconda del prezzo. In alcuni casi, invece che con un semplice sacchetto di carta, potrebbe capitarti di uscire dal negozio con una vera e propria borsa, uno zaino o addirittura una valigia piena di oggetti.

Ricordarsi: per augurare Buon Natale in Giapponese, basta dire Merii kurisumasu, letteralmente “Merry Christmas”!

Luminarie natalizie in Giappone

Nel mese di dicembre e spesso anche da novembre, nelle città giapponesi potrete ammirare luminarie, addobbi natalizi e non mancherà qualche mercatino di natale in stile europeo, come per esempio quello di Roppongi Hills, aperto dal 26 novembre fino al 25 dicembre, con tanto di cibi e bevande tipiche della Germania. Per quanto il significato del Natale in Giappone sia meno forte che nei Paesi occidentali, anche in Giappone le strade vengono abbellite da magnifiche luminarie natalizie. I giapponesi sono infatti esperti nelle decorazioni e negli spettacoli e sanno come creare fantastici show di luci e suoni, le cosiddette “Christmas Illuminations”.



Luminarie a Tokyo

A Tokyo potete ammirare le luminarie un po' dappertutto, ma trovate gli addobbi più carini e più importanti a: A Roppongi Hills, dove sin dal 17 novembre troverete delle bellissime luminarie e un albero alto 8 metri con circa 12000 luci al Led (Roku-Roku Plaza);

A Shiodome, il complesso "Caretta" ospita il "Canyon d'Azur" caratterizzato da un vasto oceano di luci led. Dal 15 novembre al 14 febbraio, dalle 17 alle 23;

Nella zona di Odaiba troverete molte illuminazioni, in particolare vi segnaliamo lo YAKEI, che consiste in 40 alberi posizionati lungo un viale di 200 metri, con un'altezza di 20 metri;

Nella zona del Tokyo Dome, dal 7 novembre 2018 fino al 17 febbraio ci saranno luminarie ed eventi a tema natalizio e invernale;

Infine, altre luminarie potete trovarle a Shinjuku (dal 14 novembre al 14 febbraio), in particolare dalle parti della stazione.

A Ginza ci saranno gli addobbi e le luminarie dei tanti negozi e boutique del quartiere, mentre nel quartiere Marunouchi le luci saranno concentrate maggiormente lungo Nakadori Street;

a Omotesando, nelle vie tra le stazioni Harajuku e



Omotesando, ci saranno dal 1° dicembre al 25 dicembre tanti alberi e luminarie con 5 milioni di luci led.

I regali in Giappone si fanno soltanto ai fidanzati

Anche in Giappone vi è l'usanza di fare regali ad amici e parenti, e soprattutto ai propri fidanzati/e. Il Natale infatti in Giappone è un momento da passare principalmente con il proprio partner piuttosto che con la famiglia, magari con una cena romantica.

Pollo fritto per Natale

Il 24 dicembre è considerata una festa per gli innamorati e per le famiglie con bambini piccoli; le coppie vanno a cena fuori, soprattutto al ristorante italiano o francese, ma c'è anche un altro modo di festeggiarlo, ossia andando a mangiare pollo fritto!

È davvero curioso ma questa tradizione si è creata soprattutto grazie alle campagne pubblicitarie di KFC – Kentucky Fried Chicken, la catena americana, la quale ha approfittato del fatto che i giapponesi vanno matti per l'America e che i cristiani sono soltanto una piccola percentuale nel Sol Levante. È nata, dunque, la tradizione di mangiare da KFC, dove hanno fatto anche un menu speciale Kentucky for Christmas, che comprende pollo, insalata e torta, il tutto in una bella confezione natalizia!

La cena romantica per i fidanzati giapponesi



パーティバーレル みんなが集まるクリスマスの定番。オリジナルチキンを中心にした毎年人気のメニューです。

ひと味違うチキンを楽しみたいなら、「チキンテンドー」入りのこちらのバーレルがオススメ。

クリスマスサラダ / グラサージュショコラ / チキンテンドー 6ピース / オリジナルチキン 4ピース / ハバネロ入り特製スパイス

数量限定 **パーティバーレルB** **¥3940**

オリジナルチキン 4 / チキンテンドー 6 / クリスマスサラダ / グラサージュショコラ / クリスマス絵皿

La torta di Natale, la Kurisumasu keki

Se non ti piace il pollo puoi anche lasciar perdere, ma guai a rinunciare alla torta! La shortcake panna e fragole è un must per passare il Natale in Giappone e c'è tantissima richiesta nei negozi e nelle pasticcerie. Si tratta di una torta rotonda simile al pan di Spagna, ricoperta di panna e decorata con fragole e altre decorazioni zuccherose come babbi natale o alberelli.

Si dice che debba la sua popolarità all'immediato dopoguerra, dove i dolci erano considerati un lusso destinato solo agli americani. Nonostante il pan di Spagna fosse già conosciuto in Giappone, ingredienti come il burro, le uova o il latte erano una rarità in un Paese finito in ginocchio a causa del conflitto mondiale. Fu così che con la ricrescita economica e l'aumento delle importazioni, la tanto bramata shortcake non era più un dolce esclusivo e venne scelta come simbolo della

rinascita. Anche il suo aspetto non è un caso: il bianco e il rosso delle decorazioni sono colori molto cari alla tradizione nipponica e simbolo di buon augurio, oltre a essere presenti sulla bandiera nazionale. La forma rotonda, infine, richiama all'armonia.

La Kurisumasu ke-ki è uno dei pochi alimenti natalizi entrati prepotentemente a far parte della tradizione e tutte le pasticcerie e i grandi magazzini ne preparano un gran numero sperando di venderle tutte entro il giorno dopo, in quanto dal 26 dicembre incominciano i preparativi per le feste del nuovo anno e le torte non vendute vengono scontate enormemente.

E' anche per questo che il termine Kurisumasu ke-ki viene usato in senso dispregiativo verso le ragazze con più di 25 anni, alludendo al fatto che fino a 25 anni sono in età da matrimonio, ma dopo quest'età hanno bisogno di "grandi sconti" per trovare marito!

La torta originale del Natale in Giappone. Il Kurisumasu ke-ki è, in senso dispregiativo, un termine usate per le ...zitelle!



Dignità del praticante di Judo

"La corretta postura è enfatizzata nella pratica di Kata e Randori, e tutti i movimenti sono eseguiti con agilità e compostezza.

La pratica inizia sempre e finisce con un rei, e il dojò è un luogo dove le maniere sono raffinate.

Non si può però dire che tutti i praticanti di Judo si stiano impegnando per questa auto disciplina.

Se l'intento è quello di praticare il judo solo come esercizio atletico, senza comprendere il suo spirito, tale formazione verrà lasciata mancante negli aspetti importanti dell'auto-affinamento.

Tutti i praticanti di judo devono prestare attenzione alla formazione sia del corpo che della mente.

Spero che perfezionino i loro modi e etichetta in concomitanza con il miglioramento tecnico.

Nel sedersi nella posizione verticale formale sul dojò, se qualcuno prova solo disagio pensando che sia necessario sopportare semplicemente a causa del protocollo del dojò, quest'uomo tornerà a casa sciatto.

Sedersi adeguatamente sul dojò non è solo questione di protocollo, ma è la postura necessaria per raffinare i modi di essere umani."

Jigoro Kano



JUDOKA

Una nuova t-shirt per Judo Italiano.
Maglia con ideogramma spessoriato.
Stampa retro/avanti
Mis: S-M-L-XL-XXL-XXXL



Solo
Euro
10,00



JUDOKA

頑張る

Questa maglia è dedicata a tutti **judoka**, chi meglio di loro Ganbaru (頑張る) letteralmente "non cedere", traslitterato anche come gam-baru, è un verbo giapponese molto comune che significa, approssimativamente, "lavorare tenacemente in tempi difficili". La parola ganbaru è spesso tradotta nel significato di "fare del proprio meglio", ma in pratica significa "sopportare con coraggio le difficoltà". Ganbaru significa "impegnare tutto sé stessi in un obiettivo per portarlo a termine". Può essere tradotto nel significato di "persistenza", "tenacia", "risolutezza" e "duro lavoro".

Tornano in mente le parole di una poesia di W. Ernest Henley che dice:

Ringrazio qualunque Dio esista
Per la mia anima invincibile
Il mio capo è sanguinante,
Ma non chino.
E ancora la minaccia degli anni
Mi trova e mi troverà senza paura.
Non importa quanto stretto sia il
passaggio,
Quanto piena di castighi la vita,
Io sono il padrone del mio destino:
Io sono il capitano della mia anima.



Scrivere a:

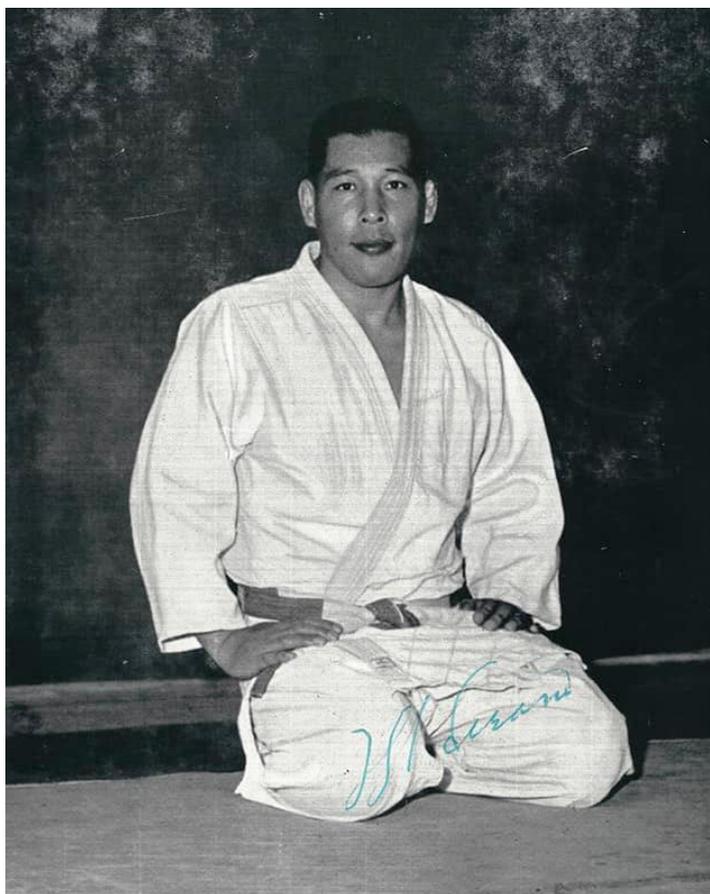
info@judoitaliano.it



TOKYO HIRANO

L'uomo che sconvolse il judo

Tokyo Hirano (1,68 m, 75 kg), che ha ricevuto il grado di Godan (5° Dan) all'età di 19 anni, è uno dei più grandi tecnici di judo di tutti i tempi. È probabilmente il judoka giapponese più famoso oggi in Europa. Nel 1952 Hirano si recò in Europa per insegnare judo. In sei anni ha ottenuto più di 4.300 vittorie. Per diffondere il Judo e migliorare le tecniche conosciute fino ad allora, Hirano aveva preso l'abitudine di gareggiare contro tutti i portatori di Dan nella città dove insegnava. Nel novembre del 1954 batte un totale di 54 avversari (1°-3° Dan) con il rating Ippon, per il quale gli sono bastati 34 minuti. Le tradizionali nage-waza (tecniche di lancio) venivano insegnate nel seguente ordine: kumu (afferrare), tsukuru (entrata e corretta posizione del corpo per la tecnica di lancio), kakeru (approccio all'esecuzione della tecnica di lancio) e nageru (lancio). Hirano ha rivoluzionato questo ordine per aumentare l'efficienza della tecnica applicata come segue: Tsukuru, Kumu, Kakeru e Nageru. Da allora questo metodo si è dimostrato efficace nello sconfiggere avversari più grandi e pesanti. Hirano lo ha dimostrato con le sue vittorie schiaccianti. Wilhelm Ruska (Olanda) 192 cm, 115 kg, divenne il suo allievo di maggior successo. Ruska è stato il campione del mondo dei pesi massimi nel 1967 e nel 1971. Wilhelm Ruska ha



Tokyo Hirano studente alla Takushoku University

vinto medaglie d'oro nelle categorie dei pesi massimi e open alle Olimpiadi del 1972 a Monaco di Baviera. Nella primavera del 1955 Hirano si recò ad Amsterdam per insegnare judo. Nel frattempo, Hirano è stato sfidato da Peter Artz (quattro volte campione europeo dei pesi massimi nella lotta libera). Hirano accettò sia un incontro di judo che un incontro di wrestling con Artz. Ciascuno dei due combattimenti è stato programmato per dieci minuti. L'incontro di wrestling dovrebbe essere deciso da una tecnica di presa a terra che dovrebbe essere tenuta per 10 secondi e l'incontro di judo effettuando un tiro pulito. All'inizio dell'incontro di wrestling, Hirano è riuscito a lanciare Artz in diverse occasioni, ma non è riuscito a trattenere Artz mentre stava combattendo con il suo torso nudo. Dopo circa sei minuti, Hirano emise un grido di battaglia, balzò in piedi e afferrò la testa del suo avversario perplesso, che poi lanciò a Koshi-Gruma. Alla fine, ha tenuto Artz in un kesa gatame per i dieci secondi richiesti e ha vinto la competizione di wrestling. Nella gara di judo che seguì, non ci fu scambio di colpi tra i due avversari. Dopo soli 30 secondi, Hirano ha lanciato Artz con Ippon seoi-nage. Nella storia centenaria del Kodokan, partecipare al Kohaku Shiai (Competizione a squadre rosse e bianche) è stato il modo più semplice per ottenere la promozione di Dan. Questo evento si svolge due volte l'anno (primavera e autunno). Vincendo cinque incontri di Ippon, il prossimo premio Dan può essere assegnato normalmente lo stesso giorno. HIRANO è nato il 6 agosto 1922 nella prefettura di Hyogo vicino a Kobe. Hirano ha ricevuto la sua prima cintura nera per 22 vittorie da Ippon, tutte vinte da Osoto-Gari. Al momento della sua laurea alla Hei-an High School, aveva già il 3° Dan,



Tokyo Hirano, si allena con Wilhelm Ruska

in seguito gli fu assegnato il 4° Dan dal Kodokan. Su consiglio del suo insegnante Sensei Fukushima, si trasferì alla Takushoku University nell'aprile 1941. Durante i suoi sette mesi di addestramento alla Takushoku University, praticò solo tecniche a terra (Ne-Waza), non ebbe quasi il tempo di dedicarsi al Tachi-Waza (tecniche di proiezione). Il 19 ottobre 1941 Hirano partecipò alla competizione Kohaku. Quella mattina, il maestro Wushijima gli regalò una borsa piena di prugne di cachi. Mentre durante la pratica per la maggior parte del tempo, Wushijima era così duro e combattivo da essere temuto da tutti i suoi studenti, tuttavia era premuroso e gentile, quasi come un padre per HIRANO. Quest'ultimo era così grato per la gentilezza e l'onore di essere uno studente di Wushijima che ha giurato di fare del suo meglio alla prossima competizione di Kohaku. Hirano ha migliorato il record unico del Kodokan di 14 vittorie. Tutti i suoi avversari nella competizione erano 4° Dan e furono sconfitti da Hirano usando le seguenti tecniche: Ippon Seoinage, Juji Gatame, Kamishiho-Gatame, Tai-

Otoshi, Ouchi-Gari, Tsurikomi-Goshi o Osoto-Gari. Il 31 ottobre 1941, Hirano partecipò al campionato giapponese di judo studentesco. Nel quarto incontro vinse Tsurikomi-Goshi, nel quinto Tai-Otoshi e nel sesto Juji-Gatame. Il suo avversario in finale era nientemeno che Yasuichi Masomoto (187 cm, 90 kg, assistente maestro giapponese nel 1948 e noto per il suo Osoto-Gari nella variante stile Tenri). Matsumoto attaccò Hirano con Osoto-Otoshi, che a sua volta lo contrastò con Osoto-Gari o Tai-Otoshi. Nessuno dei due è riuscito a segnare nei tempi regolamentari. All'inizio dei tempi supplementari, Tokyo Hirano è riuscito a lanciare Seio-Nage, che alla fine gli è valso il suo primo titolo importante. Tutti i combattimenti del 4° round a cui ha partecipato Hirano sono stati terminati da Ippon (segnando con un punto pieno). L'anno successivo, Hirano è riuscito a vincere di nuovo il campionato (5 * Ippon). In semifinale, Hirano ha dovuto affrontare una dura lotta contro Okubo (182 cm, 104 kg, 5° Dan), che ha vinto con un Seio-Nage con quota Wazaari (mezzo punto). In finale, Hirano ha battuto Tsunoda con Osoto-Gari. Nel 1943, ai campionati nazionali giapponesi, Hirano incontrò di nuovo Okubo. Come nel precedente combattimento del 1942, nessuno dei due riuscì a ottenere un punteggio nei normali sette minuti di combattimento. Negli straordinari, Hirano ha iniziato Okubo con una combinazione di Ouchi-Gari e Seio-Nage. Le 2 novembre 1947, Hirano partecipa au 3ème Championnat Individuel Japonais de Judo (Kimura, Ishikawa - vincitore 1948 e 1949, Hirosei - vincitore 1943 e Matsumoto hanno deciso di non partecipare a questo torneo per consentire a uno dei "neofiti" di conquistare la vittoria). Tuttavia, Yoshimatsu (vincitore 1952, '53 e '55) e Daigo (vincitore '51, '56) erano tra i partecipanti. Nel ter-

Tokyo Hirano, si allena con Wilhelm Ruska in lotta a terra



Ganbaru

Nuovi Judogi per bambini e ragazzi
dalla misura 120 alla 150



Misura 120 € 19,00

Misura 130 € 21,00

Misura 140 € 23,00

Misura 150 € 25,00

Cinture

Monocolore €2,00

Bicolore € 2,50

須張子



zo incontro, Hirano ha vinto grazie a Seio-Nage, le semifinali che ha vinto ancora una volta grazie a Tai-Otoshi. In finale nientemeno che Hadori (170 cm, 95 kg, noto per i suoi Tsurikomi-Goshi e Kouchi-Gari). Hadori ha sconfitto Daigo in semifinale con Ura-Nage. In finale, Hadori ha attaccato con Tsurikomi-Goshi e Seio-Nage mentre Hirano ha cercato di contrastare con Osoto-Gari e Tai-Otoshi, ma senza successo. Poco prima della fine del tempo regolamentare per l'incontro, tuttavia, Hirano è riuscito a ottenere un punteggio Waza Ari con Osoto Gari e vincere così il campionato.

JIGOKU KEGO - ALLENAMENTO INFERNALE

Al liceo, HIRANO si è allenato in tecniche di judo sei ore al giorno, seguite da 2 ore di Randori. Quest'ultimo addestramento si è svolto dalle 20:30 alle 23:00 allo Yoshikataikai Ziku Dojo, dove ha combattuto contro le cinture nere del 3° e 4° Dan di Bushen (Scuola di Arti Marziali). HIRANO non ha mai dormito prima dell'una di notte e ha iniziato la sua giornata alle 5:30 con 150 flessioni, due chilometri di jogging e sprint, seguiti da un randori di 40 minuti. Anche se era piccolo e inesperto (2° Dan), il duro allenamento ha dato i suoi frutti, poiché HIRANO era in grado di lanciare regolarmente le cinture nere del 3° e 4° Dan Bushen. Quando finalmente Hirano si recò a Tokyo e si formò con il Maestro Wushijima all'Università di Takushoku, si rese conto di cosa fosse veramente Jigoku Kego. È stato un riscaldamento di cinque minuti seguito da tre o quattro ore di tecniche a terra: è stato un allenamento infernale. Si vergognava di arrendersi quando si veniva strangolati, quindi era normale trovare da quattro a cinque persone prive di sensi nel dojo. Il motto del maestro Wushijima: **Attacchi fino a che il tuo cuore si ferma!** Mentre era all'Università di Takushoku, Hirano si è anche allenato con il dipartimento di polizia di Tokyo. In uno di quei giorni di addestramento, Hirano è riuscito a raggiungere circa 500 Ippon, in tre ore, lanciando 60 Dan ufficiali. I judoka prima della seconda guerra mondiale credevano che vincere o perdere non dipendesse dall'abilità, ma solo da un duro allenamento. Hirano ottenne il suo 1° Dan grazie a 22 vittorie (tutte con un ppon) in una competizione liceale il 3 novembre 1939. In semifinale, Hirano e il suo avversario caddero dal podio da un'altezza di due metri. Nonostante l'avvertimento del dottore, Hirano continuò a combattere, con i successivi due combattimenti che finirono in parità. Di conseguenza, Hirano ha perso conoscenza, dopo di che i medici hanno diagnosticato una spalla lussata e due costole rotte. Per i judoka di quel tempo, il judo non era uno sport, era piuttosto un duello tra due samurai. Per ottenere la vittoria e l'onore che ne derivava, era assolutamente necessario un allenamento costante. Non è raro che 500 flessioni, sei ore di addestramento al combattimento e la pratica intensiva di Tachi-ki-Wuchikomi (calci e calci ripe-

tuti su un albero) fossero comuni garanzie di successo. HIRANO e RUSKA

Una volta chiese a Hirano la chiave del buon judo. Hirano ha risposto che non esisteva un farmaco del genere. Hirano ha esortato Ruska ad allenare la sua forza di presa e la mobilità dell'anca ovunque e in qualsiasi momento. Dieci giorni prima dei Campionati del Mondo di Judo nel 1967, Hirano si è allenato con Ruska e ha criticato le sue tecniche di lancio (le chiamava Categoria 2) e le sue tecniche al suolo come impossibili (le chiamava Categoria 5). Quando Ruska finalmente vinse il titolo dei pesi massimi, Hirano era da un lato molto orgoglioso del suo studente, dall'altro era scioccato dal livello a cui era caduto il judo.

Il mondo del judo perde due dei suoi giganti nel 1993 - Hirano e Kimura

Il Maestro WUSHIJIMA ha promosso e formato due grandi judoka, Masahiko Kimura e Tokyo Hirano (il Maestro Kimura è morto il 18 aprile 1993). Dopo 15 anni di viaggi e di insegnamento in Europa, Tokyo Hirano è finalmente tornato in Giappone nel 1966. In seguito ha continuato a tornare in Europa per dare lezioni. Non si può ignorare che Hirano aveva uno studente personale in Germania (Frank Thiele), che a sua volta era l'insegnante del nostro insegnante di judo Jörg Altmann! Vorrei anche venire a un incidente che potrebbe essere descritto come una missione autoimposta nella società giapponese. Questo perché subito dopo la seconda guerra mondiale, molte storiche katanas (spade da samurai) furono portate negli Stati Uniti e in Europa dai soldati dell'esercito degli Stati Uniti. Hirano ha cercato di trovare queste spade e di ricomprarle per riportarle in Giappone. Il 26 luglio 1993, il grande tecnico Tokyo HIRANO morì di cancro. La pubblicazione dei suoi due libri "Sekai nage aruki" e "Hononojudo" garantirà che Hirano non sarà dimenticato.



PILASTRI DEL JUDO

MOSHE FELDENKRAIS - SCIENZIATO E JUDOKA

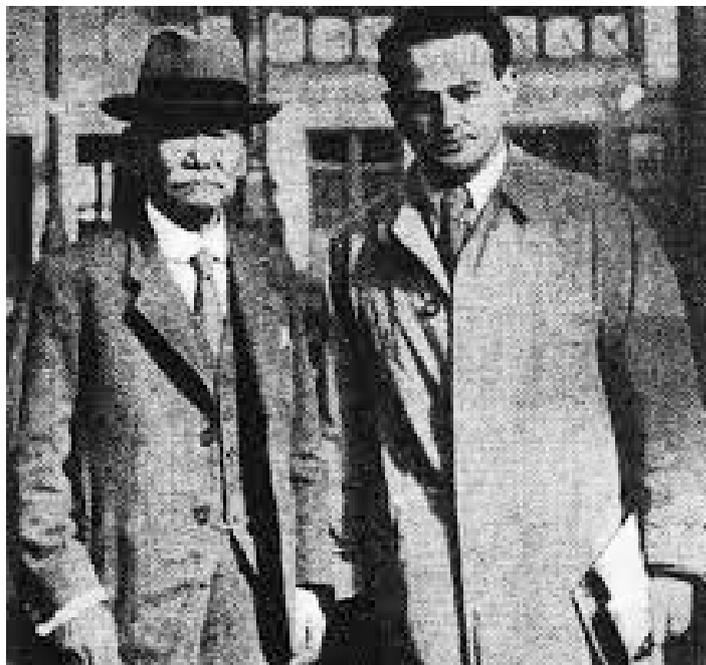
Partire con il piede giusto

Moshè Feldenkrais nasce a Slavuta il 6 maggio 1904. Wikipedia afferma che era uno scienziato e un judoka sovietico ma Moshé Feldenkrais era ebreo e il suo judo l'ho imparò in Francia dove conobbe Jigoro Kano, in uno dei suoi tanti viaggi per far conoscere il "Metodo Judo". Feldenkrais sviluppò un metodo di auto-educazione attraverso il movimento che da lui prende il nome (metodo Feldenkrais).

Da giovane si spostò in Israele; studiò fisica specializzandosi in ingegneria cibernetica. In seguito a una lesione a un ginocchio, le sue conoscenze in fisica, cibernetica e biomeccanica, oltre a studi sulla neurofisiologia, lo stimolarono a sviluppare il suo metodo che divulgò a partire dagli anni sessanta e settanta.

Durante questo periodo, in molti paesi del mondo, si sono formate associazioni d'insegnanti del metodo che hanno come scopo la tutela dell'opera di Moshè Feldenkrais e della professione, la diffusione del metodo e il suo riconoscimento presso le istituzioni. Il corso di formazione professionale dura quattro anni e l'ordinamento didattico delle scuole è uniforme in tutto il mondo, poiché segue un regolamento internazionale.

Dopo il suo trasferimento in Palestina iniziò la pratica del sistema di autodifesa israeliano del quale divenne un esperto. Nel 1933 a Parigi, città nella quale si trasferì per completare gli studi, assistette a una di-



Un giovane moshè Feldenkrais insieme a Jigoro Kano

mostrazione di judo tenuta da un ormai anziano Kanō Jigorō e insistette per poterlo incontrare allo scopo di presentargli le sue conoscenze delle arti marziali, dal momento che l'esibizione non lo aveva del tutto convinto. Si narra che Feldenkrais portò un attacco al vecchio professor Kano, e cadde tramortito da un potente strangolamento infertogli dal fondatore del Judo. Ciò finì per convincere Feldenkrais della validità del Judo. Jigoro Kano inviò in Francia il Maestro Kawanishi, suo allievo diretto e considerato il padre del judo francese, proprio per insegnare il judo a Feldenkrais che ricevette il grado di cintura nera nel 1936 e divenne, così, la prima cintura nera della neonata Federazione Francese.

Partire con il piede giusto equivale a poter fare una grande federazione. Pensate che fondo il primo club di judo in Francia dando vita alla Federazione Francese di Judo. Nel suo club erano iscritti famosi scienziati tra cui Joliot-Curie e il noto matematico Rougè, padre di quel campione che fu Jean luc Rougè. Il judo in Francia non partiva dal basso, veniva "dall'alto" influenzando le classi meno abbienti. Tra gli scienziati ce n'erano alcuni che influenzavano i poteri finanziari di quel momento storico. Il judo si trasformò, da subito, uno sport che tutti avrebbero seguito. Per fare un paragone con la nostra realtà, il judo fu portato in Italia da un marinaio che non aveva mai visto Jigoro Kano ma si era innamorato del judo vedendolo dagli ufficiali che poterono scendere a terra. Per cui, si innamorò del judo ma di quello che aveva visto da due allievi che mimavano



Shinzu JUDOKA



Offerta a € 15,00

Per info scrivere a:

info@judoitaliano.it



*Asses de GAUCHE à Droite : M. Charly Farnoux, Président du Club, M^{me} Joliot-Curie et son Collègue H. Jean Bay
Ministre de l'Éducation Nationale, M^{me} Bay, M. Joliot et M. Teyssie, M^{me} des Comités & M^{me}
Le 10 Février 1939.
Le Judo peut être pratiqué par des enfants, des femmes, et même par des personnes âgées.*

Il primo Club di Judo di Francia, fondato da Moshè Feldenkrais

quello che avevano visto a loro volta. Una volta sbarcato in Italia il judo rimase di "proprietà" dell'esercito e della Marina in particolare. Ma con l'aiuto di un tipografo fece un primo libro sul "Metodo di lotta giapponese" e il metodo fu definito "spaccaossa". Dunque, se si vuole cercare una differenza tra la nostra Federazione e la Federazione Francese bisogna andare agli albori di questa disciplina e si capiranno, insieme a molti errori fatti in seguito perché noi siamo quaranta anni indietro ad altre federazioni.

Però questa è una digressione che avremo modo di portarla avanti in un altro momento.

Tornando a Moshè Feldenkrais, vediamo la tappe della sua vita.

1918

Emigra in Palestina, dove lavora, come pioniere, costruendo case e strade. Inizia a praticare le arti marziali non armate (Jiu-Jitsu) e si dedica alla sua passione di giocatore di calcio.

1928

Si trasferisce a Parigi, per studiare alla Sorbona, dove consegue un dottorato in fisica applicata, e collabora con il dottor Joliot-Curie nella ricerca nucleare.

1933

Sempre a Parigi, si laurea in Ingegneria meccanica ed elettrica, discutendo la tesi: "La misurazione delle tre

alte tensioni". Incontra Jigoro Kano e scrive il libro *Manual Pratique du Jiu-Jitsu-le defense du faible contre l'agresseur*.

1934

Allievo di Jigoro Kano, fonda il primo club di Judo a Parigi, di cui diviene il Direttore tecnico.

1936

Primo in Europa, diventa cintura nera di judo, 2° dan. Continua a giocare a calcio, e subisce un grave incidente al ginocchio.

1938

Scrive il libro *ABC du judo*.

1939 - 1940

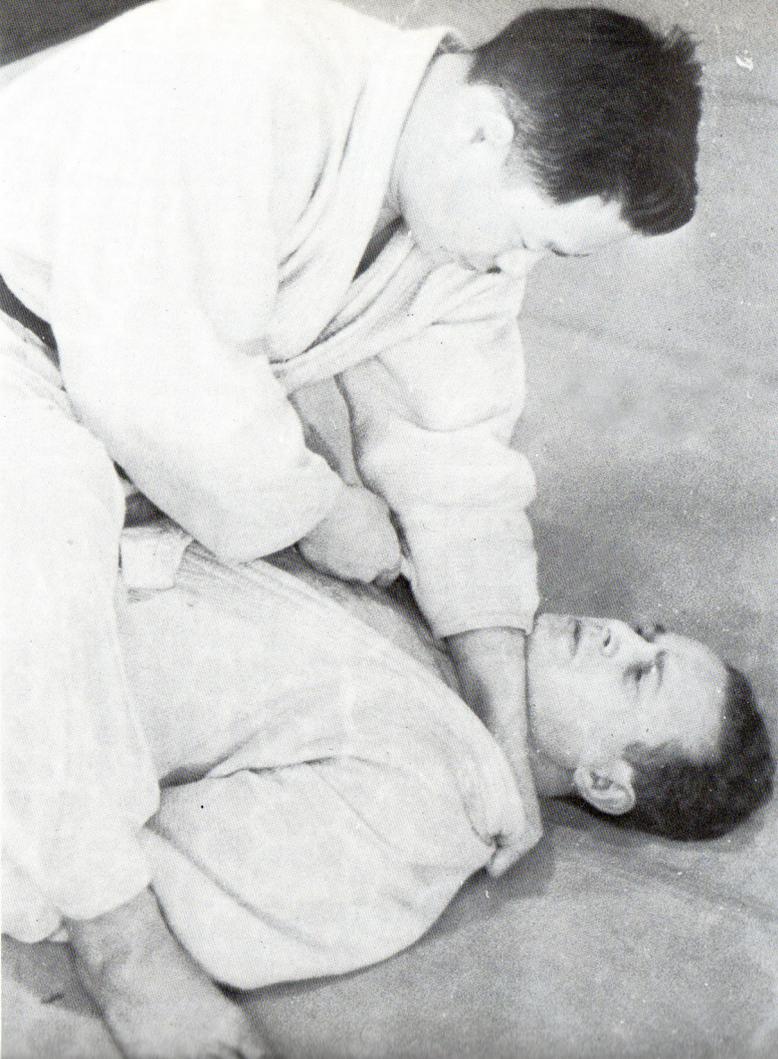
In qualità di membro del Centro nazionale della Ricerca Scientifica, nel laboratorio del professor Paul Langevin, lavora allo sviluppo di apparecchi per la misurazione acustica delle mine.

1940-1945

Si rifugia in Inghilterra per sfuggire all'invasione dei tedeschi in Francia. Lavora per il Ministero della Marina Britannica, nel settore della ricerca e della sperimentazione sui sistemi di localizzazione dei sottomarini. E' anche Direttore del Dipartimento di Ricerca e Sviluppo della Pioneer Films Ltd di Londra.

1944

Continua l'insegnamento delle arti marziali e tiene con-



ferenze sull'argomento. Pubblica due libri in proposito: *Practical Unarmed Combat* e *Judo: the Art of Defense and Attack*.

1945

Alla fine della guerra ritorna in Israele. In qualità di Direttore del Dipartimento di elettronica, presso il Ministero della Difesa di Israele, lavora al servizio delle Forze Armate del Paese. Pur rimanendo uno scienziato, rivolge però sempre più il suo interesse al rapporto tra evoluzione umana, apprendimento e movimento.

1949

L'aggravarsi della lesione al ginocchio, risalente al periodo in cui giocava a calcio, lo spinge ad occuparsi della propria riabilitazione. Comincia a studiare i propri movimenti corporei e ad affinare la propria sensibilità cinestetica. Elabora così un metodo di autoeducazione corporea, nuovo, efficace e indolore. Lo sperimenta su di sé e su una cerchia di conoscenti fino a sviluppare un vero e proprio metodo di apprendimento sul movimento corporeo. Pubblica il libro *Body and mature behavior*, in cui sviluppa il tema della relazione corpo e mente, tradotto in Italia, nel 1996, con il titolo: *Il corpo e il comportamento maturo*.

1952

Pubblica il libro *Higher Judo (Groundwork)*.

1963

Tiene conferenze scientifiche all'Università di Tel Aviv, e continua a insegnare Judo. Aiutato dalle sue conoscenze scientifiche, dalla pratica e dall'insegnamento delle arti marziali e affascinato dai problemi che lui stesso, per la lesione al ginocchio, e altri, hanno con il

movimento, decide di dedicare tutto il resto della sua vita, all'esplorazione su come affinare la sensibilità cinestetica, al fine di cambiare l'organizzazione di sé nel movimento.

1969

Dà l'avvio in Israele, al suo primo Corso di Formazione Professionale per Insegnanti del Metodo, che da lui prende il nome.

1972

Pubblica il libro *Awareness through movement* tradotto in italiano, nel 1978, con il titolo: *Conoscersi attraverso il movimento*. Arriva negli Stati Uniti, a Esalen. Organizza a San Francisco il suo secondo Corso di Formazione Professionale e da questo momento, il suo lavoro comincia a ottenere un riconoscimento internazionale.

1977

Pubblica in Francia, il libro *Le cas Doris*, tradotto in inglese con: *The case of Nora*, e nel 1996, in italiano, con il titolo *Il caso di Nora*. Nel testo viene trattato un caso clinico di un portatore di gravi handicap e del suo trattamento attraverso il Metodo Feldenkrais che permette di scoprire un nuovo modo di concepire i rapporti tra il corpo e la mente e un nuovo modo di vivere.

1980

Pubblica il libro *50 lessons by Dr. Feldenkrais (written in movement annotation)*, e inizia il suo terzo Corso di Formazione Professionale. Si dedica totalmente all'insegnamento del Metodo, in Europa, negli Stati Uniti e in Australia. Tra i suoi allievi più noti: David Ben Gurion, Margaret Mead, Peter Brook, Leonard Bernstein, Moshe Dayan.

1981

Pubblica il libro *The Elusive Obvious*, tradotto, nel 1991, in italiano con: *Le basi del metodo*.



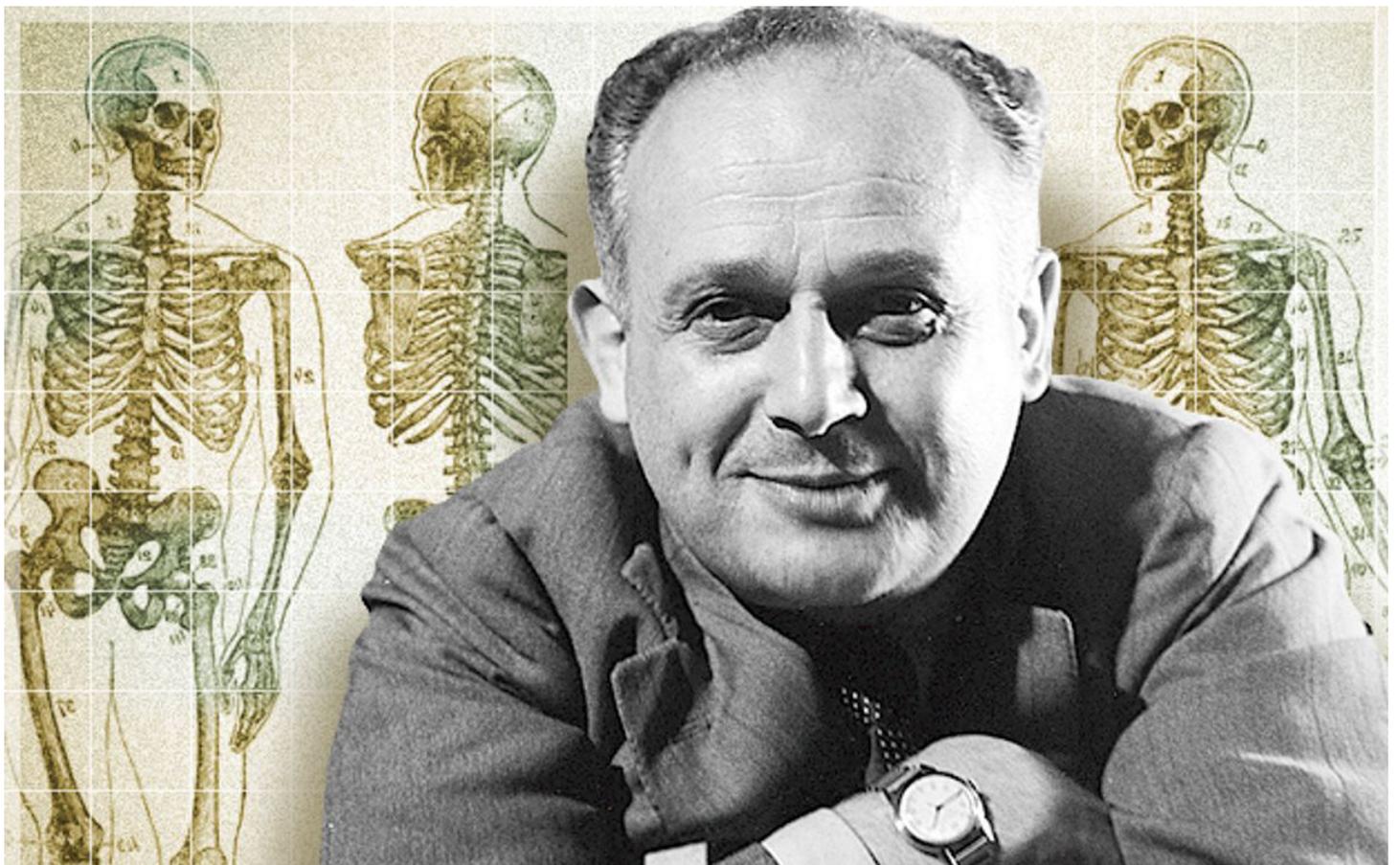


1984

Muore a Tel Aviv, 1° luglio 1984, all'età di 80 anni, in Israele.

Moshè Feldenkrais fu il primo a parlare di “memoria muscolare” e “intelligenza del muscolo”. Lui affermava che il muscolo, tramite un movimento continuativo e costante acquista una memoria che rimarrà per tutta la vita nell'individuo a meno che non sia affetto da malattie “immobilizzanti”. Parlò anche dell'intelligenza muscolare perché un movimento perfetto e perfezionabile affina le fibre muscolari per indicargli la giusta portanza del gesto anche se si è sotto stress. Quest'ultimo aspetto lo declinò dai suoi innumerevoli allenamenti nel judo citando l'esercizio dell'Uchi Komi.

Feldenkrais è stato un pilastro del judo francese e mondiale.



Attenzione

Messaggio rivolto a tutti i nostri abbonati



vendite@judoitaliano.it

Il judogi si può anche spedire però, oltre la spesa per il judogi stesso, si dovrà mettere in conto il costo della spedizione.

Per diventare un nostro abbonato bisogna inviare una mail a : vendite@judoitaliano.it e fornire i seguenti dati:

Cognome, Nome, C.F., Indirizzo completo di C.A.P., il numero di cellulare e scrivere nella mail "Desidero abbonarmi alla rivista "Judo Italiano".

L'abbonamento è gratuito da quest'anno.

Chi vorrà sostenere Judo Italiano, può fare una donazione o di 5 o di 10 euro l'anno.

Così ci aiutate, acquistando le nostre proposte e grazie a qualche donazione,

a mantenere vivo il nostro giornale.

Per informazioni scrivere a: vendite@judoitaliano.it

In risposta all'editoriale: “Ma che judo è questo?”

di **Alessandro Giorgi VS Pino Morelli**

Mi ha scritto il mio amico Alessandro Giorgi per rispondermi all'Editoriale di ottobre (del numero scorso) e mi ha fatto piacere accendere un dibattito, seppur minimo perché sa come la penso sul judo e io so come la pensa lui. Abbiamo tutti e due le stesse posizioni ma quando una cosa le vediamo in maniera differente apriamo un dibattito e che voglia Dio sia sempre così! Perché se non c'è un dibattito vuol dire che le menti sono appiattite su un'unica posizione mandando a quel paese il libero pensiero, la libertà di parola e la facoltà di contestare, che se parte da una azione civile è sempre foriera di nuove idee che potrebbero portare a “rivoluzioni”. Sono contento della lettera di Alessandro che, ancora una volta, mi dimostra che chi ama il judo, come noi due, ha la maniera giusta per portare queste parole e trasformarle in fatti.

Fate sentire di più la vostra voce e più forte sarà la voce del judo.

Buon Natale a tutti voi, contestatori per amore.

Le mie risposte (Pino Morelli) sono caratterizzate dal segno rosso. Le scritte completamente in nero fanno parte della lettera di Alessandro.

Facciamo finta che non ci conosciamo, facciamo finta che il tuo editoriale non sia stato scritto per cojonare, ti faccio questa domanda: “Quanti tipi di judo esistono?” Forse tanti quanti sono i judoisti sulla terra? Nooo?!? Molti meno? Forse esistono due tipi di judo, quello fatto bene e.....tutto il resto. E se è così, qual'è il judo fatto bene? Bon, così non ci arriviamo certo alla definizione...rincominciamo da capo.

“...Mi chiamo Filippo, ho sei anni, a scuola mi diverto ma non riesco a stare fermo...la maestra dice che o mi ha punto una tarantola oppure ho l'argento vivo addosso...io comunque non riesco a stare fermo. Oggi hanno perfino detto che una malattia strana...ha solo lettere A.D.H e poi non ricordo...non riesco neppure a stare molto attento. Papà oggi mi porta a fare judo, bene, sono contento se a judo ci si muove.”

Ecco per questo bambino esiste il judo tradizionale? Non credo proprio, certo avrà bisogno di un buon maestro, ma chi non ne ha bisogno? E comunque un buon maestro a quell'età è una persona intelligente, paziente e comprensiva.

Il bambino farà judo a scopo terapeutico ma lui non deve sapere se c'è un judo tradizionale o meno, sono d'accordo con te che avrà bisogno di un buon maestro, di un maestro di judo. Che conosce il judo e sa insegnarlo ai bambini affetti ad ADHD (sindrome da Deficit di Attenzione/Iperattività)

Filippo cresce, ora di anni ne ha 12. “...zio billy, i miei vecchi compagni hanno smesso di far judo, vorrei seguirli per fare qualcos'altro, chissà basket, anche se non mi piace basket. Uffi, io sto bene qui a judo ma gli altri prima o poi ti lasciano...per fortuna si è iscritta Alessia, io sono cintura blu la aiuto a fare le cadute...è piena di lentigini ha degli occhi grandi e quando mi guarda faccio fatica io a reggermi in piedi. La settimana prossima ci sono le gare, non vedo l'ora, anche se ho tanta paura...verrà Alessia e non voglio far brutte figure...”

Adesso Filippo avrà bisogno del judo tradizionale? Non credo. Di un buon maestro sempre sì! Una persona per bene che lo prepari alle competizioni giuste per lui, che gli stia accanto e soprattutto che ci sia quando è necessario.

Come Sopra

Sono trascorsi dieci anni da quella gara, Filippo ha fatto ancora qualche anno di judo, ha vinto qualche gara, il maestro gli ha detto che era promettente e che avrebbe potuto togliersi delle soddisfazioni se avesse continuato. Ma il Liceo era difficile e lontano da casa, i tempi non gli permettevano più di conciliare l'uno e l'altro per cui la scelta era facile da fare e con Alessia qualcosa era andato storto.

Ora Filippo ha trentanove anni, è un felice ricercatore all'Università di Padova, fa ricerca sulle metallotioneine. Dopo il liceo, l'università, Biologia a Pisa, poi una serie di esperienze all'estero e oggi è finalmente rientrato in

Italia, ha vinto un concorso ed è ricercatore Associato. Ha moglie e figli turbolenti come era lui, ma fanno rugby, perché il Veneto è: casa, chiesa, lavoro e rugby...il gioco di tutta una regione. Filippo si è ingrassato un poco e spesso si ripete che dovrebbe fare un po' di sport e così un giorno particolare dove per tornare a casa fa una strada a piedi che non aveva mai fatto, ecco là cosa ti incontra...una piccola palestra di judo. Il suo cuore improvvisamente gli batte forte, inaspettatamente. Si avvicina, sbircia dalla porta a vetri aperta...sta cercando qualcuno? le chiede prontamente una signora brizzolata, con una matita infilata tra i capelli che ha terminato di scrivere su una tastiera e sollevando lo sguardo lo scruta furbetta al di sopra dei mezzi occhiali. Ed oggi, 27 anni dopo che Filippo è entrato in palestra per la prima volta, Filippo ha bisogno del judo tradizionale?

No di certo, avrà bisogno di un insegnante per bene che abbia insegnato ai propri allievi il rispetto dell'altro. Judo non è un combattimento per la vita e l'altro non è uno da sgretolare per dimostrare quanto sono forte. Perfetto abbiamo dimostrato che il judo tradizionale non serve a nulla.

Come sopra

Ma siamo sicuri che nella vita reale vada così?

Perché in molti posti che conosco non va così!

Magari avessimo un insegnante nel corso dei bambini che è una persona intelligente, paziente e comprensiva e nel corso degli adolescenti un insegnante per bene che li prepari alle competizioni giuste per loro, che gli stia accanto e soprattutto che ci sia quando è necessario. Infine, magari, avessimo un insegnante per bene che abbia insegnato ai propri allievi il rispetto dell'altro. Judo non è un combattimento per la vita e l'altro non è uno da sgretolare per dimostrare quanto sono forte.

Sapete benissimo che non è così, almeno nella maggior parte dei casi.

Abbiamo una ristretta classe di insegnanti bravissimi accanto ad una realtà molto più grande di dopolavoristi con il sogno di affermarsi attraverso i successi di un allievo.

Abbiamo insegnanti e judoisti meravigliosi ma la base è molto ignorante.

Abbiamo tanto di una cosa sola, troppo di una cosa sola e il periodo del Covid l'ha dimostrato.

La carbonara è una delle paste che preferisco, ma posso andare al ristorante e ordinare solo quello come antipasto, primo, secondo e dolce? E' una follia!

Dove vado vado trovo sempre lo stesso piatto!

Il judo oggi è così, esiste solo l'agonismo, che è una cosa fondamentale ma non può essere l'unico indirizzo possibile e per tutti nello stesso modo. E non nominarmi quelli che fanno kata, sono sicuro che se ci fosse un buon råndori qualcuno se lo farebbero anche loro. Li releghiamo in un recinto e li costringiamo a fare solo quello! Purtroppo tra di loro ci sono fior di judoisti che avrebbero tanto da insegnare, ma non li ascolta più nessuno con la scusa che il judo ora è diverso e che loro, ai loro tempi, facevano il vecchio judo.

E non dirmi Pino, che in tante palestre non è così! Il råndori è un esercizio dimenticato, per alcuni sconosciuto; non risponde alla necessità di far stare assieme persone con differenti esigenze, oggi l'unica esigenza è vincere e la vittoria, come si sa, non si spartisce ma si conquista.

Hai ragione in questo, la penso come te però il judo è anche agonismo e non si può escludere dalla "vita del judo"

Per questa ragione spesso troviamo il corso di bambini di 8 anni dove già è instillata questa febbre: bisogna vincere! Quindi non cadono e quindi non imparano.

Corsi di dodicenni che ti strappano le prese e stanno piegati per distruggere il tuo judo senza impegnarsi a creare un loro modo di fare judo, una loro tecnica per buttare giù. Judo è diventato uno scontro troppo pericoloso, abbiamo ragazzini che a 14 anni sono già operati alle ginocchia, produciamo una classe di agonisti che a vent'anni sono rotti, proprio quando dovrebbero fiorire e diventare fortissimi. Ma lo sai che in moltissime palestre se ti iscrivi dopo i dodici anni ti dicono che è troppo tardi e ti consigliano un altro sport?

Hai ragione. Ma quello che stai affermando e tutto quello che io vado a dire in tutti questi anni.

Abbiamo le palestre svuotate, ragazzi che dopo pochi anni mollano, adulti che smettono presto di far råndori, si disaffezionano perché quello che chiamiamo råndori in realtà è solo uno shiai fatto male e se devono andare a lavorare non posso farsi male in palestra la sera prima solo perché fanno con un giovane che la domenica vuole vincere. Abbiamo palestre dove i giovani agonisti non sanno fare ippon ma solo trascinarsi giù (come va va...) e sanno cadere solo di pancia per non farsi fare punto. Il judo senza agonismo è monco, ma l'agonismo senza tutto il resto non può sopravvivere.

Abbiamo costituito la spina dorsale tecnica del Brazilian Ju Jiutsu, con i transfughi del judo solo perché da loro ci si diverte e non si hanno incidenti. Abbiamo costruito modelli di confronto che si basano sulla paura: la paura di non essere forte, la paura di essere giudicato dagli altri che vedono il mio råndori, la paura di subire una proiezione e di farmi male.

Hai ragione, anche io vedo in molte palestre questo stato di cose

Hai mai letto il Paradosso di Schrodinger?

Mostra che la presenza dell'osservatore modifica l'esperimento. Così è nel judo, se due fanno rëndori da soli in una palestra senza nessuno che vede è un conto, appena c'è un osservatore, le cose cambiano: chi si sente osservato modifica il suo atteggiamento. Spesso il rëndori è un problema dato dal terzo che osserva.

Pino, forse incontri tecnica e cultura del judo quando vai in giro per le palestre?

Incontri forse quella poesia che è nei nostri occhi quando vediamo un bravo judoista muoversi?

In questi anni abbiamo una nazionale fortissima soprattutto nelle generazioni giovanili, perché nonostante tutto gli italiani sono sempre geniali, anche nello sport, ma non sarà sufficiente.

Ma vedete la partecipazione alle qualificazioni regionali? Il numero degli iscritti? Il judo sta morendo e noi dileggiamo il judo tradizionale? Quando ci metteremo ad un tavolo per fare un'analisi seria e stabilire tutti insieme una strategia?

Se vai a leggerti i numeri "vecchi" di "Judo Italiano" trovi le stesse affermazioni che tu stai enunciando adesso

Attenzione ai cugini d'oltralpe, per il calo degli iscritti del judo (meno di 600.000), il Presidente della Federazione francese, Sthéphan Nomis, ha presentato un progetto in Parlamento sui soldi che lo sport fa risparmiare in termini di salute, ordine pubblico e svantaggi sociali. Il Governo ha stanziato 40 milioni di euro per aprire 1.000 nuovi dojo in tutta la Francia. Così si combatte la deriva del covid, aiutando le strutture e investendo sulla ripartenza. Ti do due dati nostri.

Qualificazione Campionato Junior 2021, numero complessivo in tutte le categorie maschili+femminili:

Piemonte: 83 iscritti
Lombardia: 68 iscritti
Toscana: 39 iscritti
Lazio e Abruzzo: 84 iscritti
Campania: 60 iscritti
Sicilia: 52 iscritti
Sardegna: 12 iscritti

Colpa del judo tradizionale? Ma dove pensi che andremo?

Yves Klein l'ha capito nel '53 mentre tornava dal Giappone con il diploma di quarto dan in tasca. Ha capito subito che il judo stava degenerando e si stava impoverendo di significati, di arte, di bellezza e che l'agonismo non poteva essere l'unico valore. Noi non lo ascoltammo, forse perché era un grande artista o forse perché morì pochi anni dopo.

Diceva:

" Il judo è un'arte dello stesso valore della grande musica, perché deve essere ricreato ogni volta che lo vogliamo di nuovo davanti agli occhi. E' un'arte personale e universale perché è l'arte nella lotta, che è come dire la vita stessa".

Ma le stesse cose dicevano Gunji Koizumi, padre del Judo britannico (1906) quello che compose la più bella lirica del judo dopo aver incontrato il Maestro Jigoro Kano in Inghilterra (1920).

Il judo ha la natura dell'acqua.

L'acqua scorre per raggiungere un livello equilibrato.

Non ha forma propria, ma prende quella del recipiente che la contiene.

È indomabile e penetra ovunque.

È permanente ed eterna come lo spazio e il tempo.

Invisibile allo stato di vapore, ha tuttavia la potenza di spaccare la crosta della terra.

Solidificata in un ghiacciaio, ha la durezza della roccia.

Rende innumerevoli servizi e la sua utilità non ha limiti.

Eccola, turbinante nelle cascate del Niagara,

calma nella superficie di un lago, minacciosa in un torrente

o dissetante in una fresca sorgente scoperta in un giorno d'estate.

Questo è il principio del judo.

Oggi dove si trovano le ispirazioni per essere così poetici?

Le stesse cose le diceva Takahiko Ishikawa (grandissimo agonista) che pareggiò con il mitico Kimura (1949) e che molti anni dopo essere in Francia si inventò il Junomichi perché diceva che il judo era troppo rigido e la tecnica non era studiata perché meno necessaria in gara.

Della stessa opinione anche Luc Levannier, Guy Pelletier poi Ichiro Abe (10° dan vivente) e in Italia il compianto Maestro Barioli, tutti grandi campioni che vedevano sfiorire la qualità del judo. Facevano Judo tradizionale tutti quelli? No, facevano un Signor Judo, quelli.

E fu così che provarono ad appiccicare un aggettivo ad un sostantivo, un tentativo disperato per portare il judo alla concezione pedagogica del fondatore.

E sono sicuro caro Pino, che i tuoi maestri passati e presenti in cuor loro non sono felici di un judo di base così brutto e povero. Non so come potremmo fare per migliorare il livello, forse basterebbe insegnare con più umiltà e chieder ai più bravi come fare.

Yves Cadot un giorno mi disse una frase interessante che gli diceva sempre un suo professore di università: “Noi dobbiamo lavorare sempre per il livello medio, perché i fenomeni non hanno bisogno dei nostri insegnamenti...”.

Aveva ragione

Ora ti rispondo io perché il giochino mi è piaciuto, al tuo contro/contro editoriale.

So di stare a dialogare, anche se solo per iscritto, con un amico e so quel che pensa del judo e che ci “Brillano gli occhi” quando vediamo fare il judo in maniera eccezionale. Mi dispiace che questo argomento non venga fatto in presenza.

I miei Maestri sono stati il fiore dei Maestri in Italia – questo lo dico senza avere paura di essere smentito.

Io ho iniziato ad 8 anni con il Maestro Danilo Chierchini (è stato il fondatore dell’AKIKAI d’Italia e allievo del Maestro Tada) che, secondo me, mi ha messo sulla buona strada per poter apprendere il judo. Poi ho continuato con Luciano Di Palma quando tornò dalle Olimpiadi di Monaco e poi sono passato con il Maestro Ferdinando Tavolucci (grande amico di Luciano Di Palma) docente dall’Accademia di Judo per oltre 20 anni. Mai nessuno mi ha mai parlato del judo tradizionale. Il judo era uno. Poi c’era il judo agonistico, il judo per i praticanti che non volevano fare agonismo, il judo per i dopolavoristi. Ma era sempre judo. Tra tutti i libri di Jigoro Kano non esiste una frase che riconduca al “judo tradizionale”. Kano ha inventato il judo, basta.

Mi dirai, ed in questo sono d’accordo con te, che non esistono più i bravi insegnanti e dire che un bravo insegnante si fa con una settimana (basta che paghino) è una pura follia. Tu mi hai parlato dei francesi; ebbene qui, da noi, non c’è la mentalità dei francesi, c’è la mentalità di Kurosawa. Tutti sono dei samurai. Non gli si può dire niente che subito prendono d’aceto, perché hanno il judo infuso. Sono anni che sto dicendo al Presidente di riaprire la vecchia accademia perché uno che vuole insegnare judo fa una scelta di vita e non può fare il “DOPOLAVORISTA” tutta la vita. Perché il dopolavorista è come quelli che hanno giocato al calcio da piccoli e si credono dei grandi allenatori, allenano i pulcini a vincere perché loro non hanno mai vinto un....Non voglio essere volgare ma è la stessa cosa che hai detto tu in risposta al mio editoriale.

Tu accusi me di “non credere” che ci sia un judo tradizionale, ma lo dico perché non c’è.

Tu accusi me ma, in sostanza, te la prendi con i nuovi istruttori che non sanno insegnare e pensano solo alle vittorie perché si credono che il passaggio dei Dan passi per le medaglie che hanno preso i loro ragazzi. Il judo è tradizione e per tradizione va insegnato come si deve; bisogna apprendere le basi bene per trasmetterle al meglio, un cattivo insegnante farà un judo che non è in linea con la tradizione, per contro, un buon insegnante sarà in linea con la tradizione se avrà capito le basi che gli sono state tramandate e le ritrasmette ai suoi allievi, magari modificandole di un poco a seconda del judo agonistico.

Un’ultima cosa. Quando ero giovane non si vedevano così tante cinture Bianco/Rosse, era difficile vederle. Era cintura 6° Dan il Maestro Ken Otani che mi ricordo veniva spesso ai Monopoli (la mia palestra). Adesso ti impari qualche kata e prendi la cintura bicolore. Sei sicuro che quegli insegnati sappiano insegnare bene il judo? Eppure l’hanno presa facendo un judo “Tradizionale”.

Il mio Maestro, Luciano Di Palma, mi diceva sempre:

“Capocciò il tatami non mente”.

Sarà vero?

Judo Italiano

Ha bisogno di voi

Buon giorno a tutti voi, judoka.
Come tutti gli ambiti lavorativi anche noi (Judo Italiano) siamo stati vittima del covid. Ci siamo messi a vendere judogi di qualità, borse, maglie, cappelli per i judoka per non far fare l'abbonamento a chi voleva sapere del judo, e per un po ci siamo riusciti. Ma poi questo lungo Lockdown ci ha letteralmente "massacrato". Adesso, se vogliamo mantenere una nostra identità indipendente e scevra da ogni obbligo non ci rimane che chiedere l'aiuto a voi.

Pensiamo che Judo Italiano, in questi lunghi anni – è dal lontano 1989 che siamo usciti con la prima rivista autoprodotta e poi, grazie a voi, ci sono state le prime pubblicazioni "ufficiali" e il riconoscimento della Federazione – abbia fatto a pieno il suo dovere parlando del judo e dei suoi problemi, abbiamo gioito con voi per le medaglie conquistate, abbiamo parlato, per voi, con illustri personaggi del nostro mondo, insomma, siamo stati il vero polso del judo italiano e lo diciamo senza modestia perché sappiamo quello che abbiamo fatto per il judo.

Dove prima non ci poteva essere discussione abbiamo portato il contraddittorio.

Sempre con toni pacati ma senza risparmiare niente a nessuno ogni volta che stava in crisi il judo e le sue componenti.

Ma c'è chi ci riconosce queste qualità e c'è a chi non gli è stato mai bene che un giornale di judo fosse indipendente.

Ma comunque vada, quando si spegne una voce indipendente si incrina la luce della democrazia.

Adesso abbiamo bisogno di voi.

Adesso ci mettiamo in gioco e, finalmente, sapremo quanto vi stiamo a cuore.

Vi chiediamo di fare un "offerta spontanea" di € 10,00 l'anno per sostenere a Judo Italiano.

Se sosterrate noi sosterrate il "Judo Italiano":

Se vi va di sostenerci, queste sono le indicazioni

Il bonifico bancario va fatto a:

C/C intestato a
"Judo Italiano"
Banca di Credito Cooperativo di Roma
Ag. 4 - Fidene
Via Russolillo Don Giustino, 7
00138 Roma
IBAN
IT53V0832703204000000013530
€ 10,00
Causale: Per sostenere Judo Italiano

Vogliamo ringraziare anticipatamente tutti quelli che ci sosterranno e anche quelli che non ci sosterranno mai, perché, noi, il giornale la manderemo, comunque a tutti **GRATIS** basta che ce ne facciamo richiesta.

Di nuovo 2020

per i nostri lettori

Tuta Pressure Ganbaru

La tuta sarà **disponibile**
dal 01 ottobre in poi.

Le taglie vanno dalla **M alla**
XXL.

Il costo è **€ 50,00** per la tuta
intera.

Sconti per palestre
acquistando minimo n 10 tute

Ganbaru (頑張る)

letteralmente

"non cedere",

è un verbo giapponese che significa

"lavorare tenacemente in tempi difficili".

JUDOKA

Per prenotare la tuta
scrivete a:

info@judoitaliano.it

Scrivici ti mandremo ogni dettaglio del
pagamento da effettuare.

