

## Cos'è il Kodokan-judo

### Introduzione

Per introdurre il discorso su cos'è il *Kodokan-judo* credo sia opportuno raccontarne brevemente la storia.

Il termine "judo" è stato usato in tempi remoti antecedenti alla restaurazione Meiji, ma generalmente si preferiva dire "*jiujitsu*" o, più comunemente, "*yawara*", che compendia il precedente: l'uno richiamandosi alla agilità vera e propria e l'altro alle tecniche di attacco e difesa.

E' ovvio che l'addestramento portava ad un miglioramento fisico, dando al tempo stesso la possibilità di formare la personalità sul piano etico-spirituale, ma a quei tempi l'obbiettivo non era tanto questo, quanto ed esclusivamente l'insegnamento di attacco e difesa, almeno così l'interpretammo allora sia io che i miei Maestri.

Dopo due anni di studio e allenamento, iniziati attorno al 1878, il mio fisico cominciò a trasformarsi ed al termine del terzo anno avevo acquistato una notevole robustezza muscolare. Sentivo leggerezza nell'animo e mi accorgevo che il carattere alquanto irascibile che avevo da ragazzo diveniva sempre più mite e paziente, mentre la mia indole acquistava maggiore stabilità.

Non si trattava però solo di questo: ero consapevole di aver guadagnato benefici sul piano spirituale. Pertanto, alla conclusione dei miei studi di Jiu-jitsu, approdai ad una mia verità: cioè che questo insegnamento poteva essere applicato a risolvere qualsiasi circostanza in ogni momento della vita, tanto che in me si fece strada la convinzione che tale beneficio psicofisico dovesse essere portato a conoscenza di tutti e non riservato soltanto ad una stretta cerchia di praticanti.

Fino all'inizio della primavera '82 (Meiji, 15°) non ebbi modo di realizzare il mio proposito per mancanza di uno spazio adeguato, in quanto vivevo in una piccola pensione. Ma nel febbraio di quell'anno presi in affitto una parte del tempio di Eisho nella zona di Shitaya dove, insieme ad alcuni condiscipoli, diedi vita alla prima scuola di Judo, aperta quotidianamente anche ad esterni.

Poiché mi ero formato in due scuole (*ryu*) di Jiu-jitsu, la prima *Tenshinshin'yo* e la seconda *Kito*, all'inizio il mio sistema di insegnamento era modellato sulla sintesi di entrambe.

Queste due scuole, così differenti nel metodo, si completavano a vicenda in difetti e pregi, ma ciò non mi accontentava. Risolsi che per raggiungere la mia verità avrei dovuto approfondire la ricerca ed estenderla ad altre discipline; così cercai di imparare tutto il possibile.



*La scuola di kodokan-judo nel tempio di Eisho*

Presi contatto con Maestri di altre scuole per confrontare le idee, arrivando qualche volta a scambiarsi gli scritti esoterici con cui nel passato si tramandavano le esperienze profonde; personalmente mi procuravo materiale di ogni tipo: dai libri segreti (*i densho*) ai diplomi di trasmissione (*certificati*) che gli uomini d'armi di un tempo custodivano gelosamente nel tesoro di famiglia, ma che ormai potevo trovare in vendita dai rigattieri.

Così approdai alla convinzione che la tecnica di attacco e difesa non era l'unico aspetto utile alla formazione dell'essere umano. Altrettanto importante era il frutto che scaturiva da tale addestramento psico-fisico, che poteva essere applicato con facilità anche in occasioni della vita che esulavano dal combattimento.

Il metodo didattico doveva basarsi certamente sull'esercitazione attacco-difesa, ma contemporaneamente occorreva approfondire lo studio del significato profondo, che ne costituiva l'essenza.

Astraendo i principi di più scuole, cercai di formulare un metodo moderno che risultasse utile alla società attuale.

Per queste ragioni, all'atto di fondazione della scuola Kodokan, mi sono allontanato dalla linea tradizionale che consisteva nel

tramandare solo una disciplina di combattimento e, per ampliare l'obiettivo finale, mi sono basato su tre argomenti fondamentali:

- 1° la ricerca della verità ultima della vita;
- 2° il progresso fisico-spirituale ottenuto attraverso un rigoroso addestramento;
- 3° il perfetto apprendimento della tecnica di attacco e di difesa.

Per la nuova disciplina che volevo diffondere ho evitato di proposito anche i nomi tradizionali fino ad allora largamente usati, quali "Jiujitsu", "Tai-jutsu", "Yawara"...e ho adottato "Judo".

I motivi per cui ho voluto evitare le denominazioni tradizionali erano più di uno. A quel tempo molti avevano del Jiujitsu o Tai-jutsu un concetto diverso da come io lo intendevo; non pensando minimamente ad un beneficio fisico e mentale, li collegavano immediatamente ad azioni violente come strangolamenti, lussazioni, fratture, contusioni e ferite....

Era un'epoca in cui le trasformazioni sociali costringevano gli uomini di spada e del Jiujitsu, un tempo celebri, ad affrontare un nuovo modo di vivere, perché venivano perdendo la protezione dei potenti feudatari, tanto che qualcuno di essi, dedicandosi al commercio a cui non era educato, a volte cadeva in una vita misera di vagabondo, mentre altri, per sbarcare il lunario, dovevano esibire le loro capacità, senza pudore.

Perciò, quando si parlava di arte della spada o di Jiujitsu, nessuno immaginava che si trattasse della preziosissima disciplina che tramandava la quintessenza della cavalleria samurai.

Queste cose mi indussero a rinnovare almeno il nome della disciplina, altrimenti mi sarebbe risultato difficile anche trovare degli allievi che vi si dedicassero.

Finalmente, nel maggio '82, nel dojo ricavato nel mio studio-alloggio al tempio di Eisho, fondai la scuola Kodokan-judo.

Mi attendevano ancora molti anni di ricerche e infatti il Kodokan-judo di allora non è quello di oggi; anzi, quest'ultimo prese forma attorno al 1887, a cinque anni dalla fondazione.



*Jigoro Kano con i suoi allievi del dojo*

Da allora non ho cessato di perfezionarlo e, per quanto in questi 28 anni di vita il Kodokan-judo abbia subito notevoli trasformazioni, esse non sono paragonabili a quelle dei suoi primi cinque anni.

*(tratto dai "quaderni del judo" di Jigoro Kano Febbraio 1915/Maggio 1916)*

### **KO-DO-KAN significa letteralmente "Scuola per lo studio della Via"**

Il Judo è la Via(*Do*) più efficace per utilizzare la forza fisica e mentale.

Allenarsi nella disciplina significa raggiungere la perfetta conoscenza dello spirito attraverso l'addestramento attacco-difesa e l'assiduo sforzo per ottenere un miglioramento fisico-spirituale. Il perfezionamento dell'io così ottenuto dovrà essere indirizzato al servizio sociale, che costituisce l'obiettivo ultimo del Judo.

*(tratto da Judo Kyohon)*