

Judo

italiano



*Buon Natale e Fantastico
2024*

Judo italiano



Dicembre 2023

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:

Ricerche Internet con grafica di 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

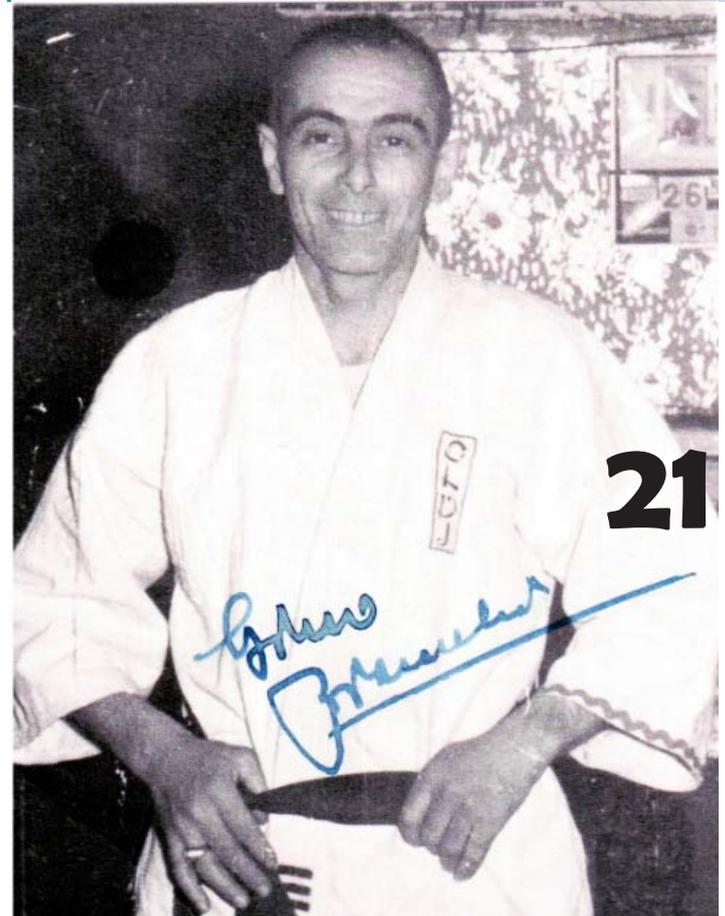
Ferdinando Tavolucci

Livio Toschi

Laura Zimbaro

Judo Italiano 2

**www.judoitaliano.it
info@judoitaliano.it
FB: **judoitaliano****



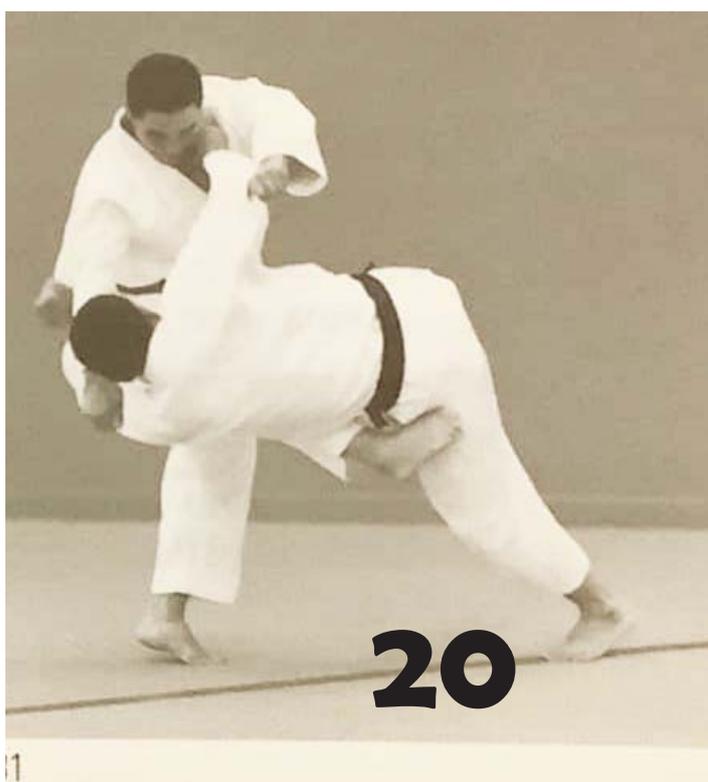
**Risparmiare sull'educazione
significa investire nell'ignoranza.**

Judo *italiano*

Dicembre 2023



12



20

Sommario

Editoriale 5

di Pino Morelli

Memorial Dante Nardini 6

di Pino Morelli

Torneo Giovani Campioni 12

di Giancarlo Bagnulo

Nango Jiro 15

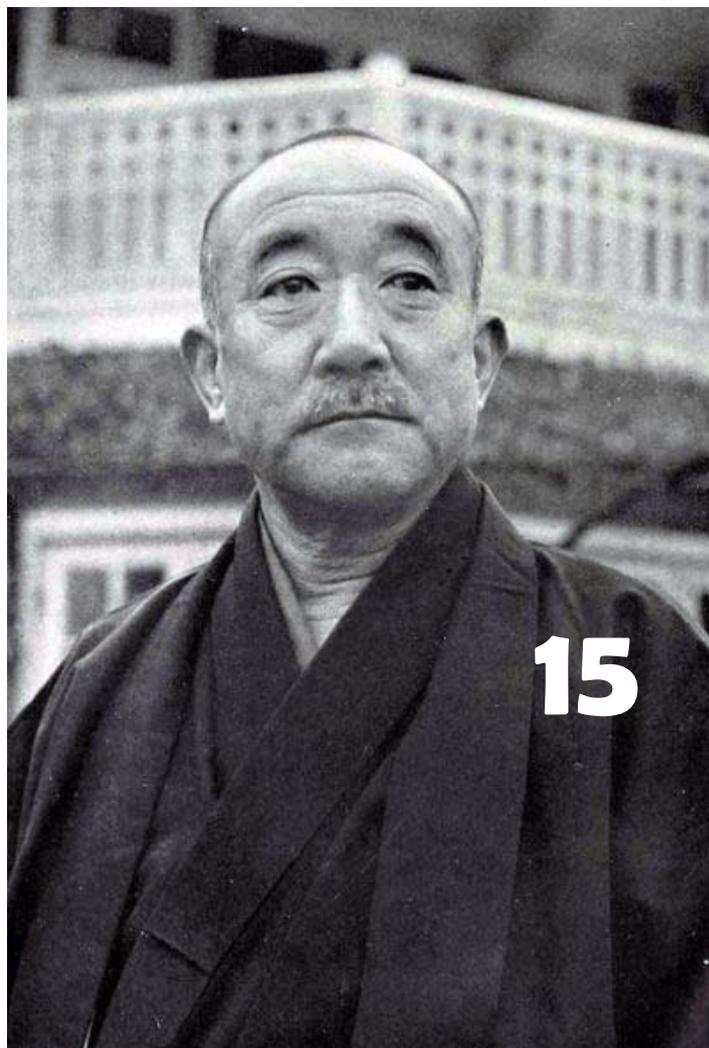
di Internet Ricerche

Momo Guruma 20

Redazione Ricerche internet

Le origini del Jujitsu in Italia 21

Giancarlo Bagnulo



15

KU SAKURA

La Storia

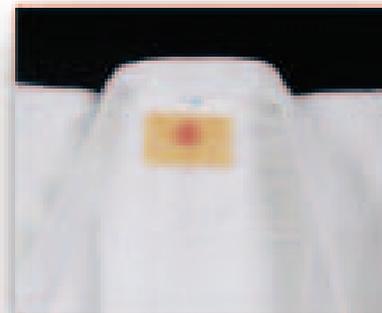
Judogi indossato da Jigoro Kano



La tradizione



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



Editoriale

Io credo in Babbo Natale

Io credo in Babbo Natale
Voi non ci crederete, ma io ci credo.
Credo in Babbo Natale, o meglio, credo nella magia del Natale. Per me, a Natale, sono tutti più buoni, sono tutti più accondiscendenti e “non si mettono sugli scudi” a difendere le loro teorie. Anche nel judo siamo così. Facciamo le feste in palestra, organizziamo con tutti i parenti dei nostri atleti perché siamo tutta una famiglia. E, la famiglia, non dovrebbe essere mai divisa, stando ai credi della cristianità. Ma la nostra famiglia, quella dei judoka, perché è divisa? Forse perché c'è stato qualcuno che si è approfittato della buona fede degli altri, forse perché ha detto cose non consone alla distensione, forse perché ci sono sempre i rivoluzionari che si inventano qualcosa per alzare la discussione? Un solo argomento di questi oppure sono tutte queste questioni insieme che intervengono alla divisione del judo. Può darsi! Ma una cosa di certo la so; divisi non si va da nessuna parte. Quelli che sono divisi (per diverse ragioni) saranno costretti a scomparire. Un giorno, non ce ne accorgeremo, come arriva la vecchiaia sulle nostre membra, non saremo più giovani e, allo stesso modo, non si parlerà più del judo. Noi abbiamo una divisione sulla testa, che incombe come la spada di Damocle. Judo sportivo o judo tradizionale? Mi ero deciso a non parlarne più, però ho sentito riaffacciarsi questa ipotesi (e mi dispiace parlarne in questo numero che è dedicato alla gioia del Natale, alle medaglie che hanno preso i piccoli nelle loro gare) ma devo farlo. Mettiamo subito in chiaro qualcosa che è lapalissiano: tutti facciamo o insegniamo judo tradizionale. Perché viene dalla tradizione, ci viene demandato da Jigoro Kano e noi lo abbiamo fatto e adesso lo insegniamo come Shihan l'aveva ideato. Ma Jigoro Kano è andato in tutto il mondo (in una foto sta in piedi al podio di Berlino quando le Olimpiadi si fecero nella Germania nazista di Hitler. Allora che ci avrà voluto comunicare con la sua presenza? Che voleva a tutti i costi che il suo judo fosse accettato come sport Olimpico perché, il piccolo Jigoro Kano sapeva che se fosse entrato negli sport Olimpici il judo si sarebbe espanso al mondo intero. Per cui, niente più samurai (chi ha intenzione nella sua palestra di fare il samurai, ben venga, uno spettacolo in più per noi), niente judo statico semplicemente perché il judo non puoi fermarlo è la continuità del divenire farà sì che, anche nel judo, come in tutti gli altri sport ci sia un'evoluzione della tecnica. Gli atleti che si scontrano ai vari campionati di Europa o d'America, ai campionati mondiali e alle Olimpiadi hanno trovato nuove soluzioni per tirare quelle tecniche tradizionali che hanno imparato dai loro maestri. Perché la comunità del judo è una sola famiglia (questo sì che è vero) e quando si incontrano, ognuno con le proprie tradizioni, fanno vedere agli altri cosa ha appreso lottando in patria così che, il patrimonio dell'uno diventa patrimonio di tutti. Allora, con delle idee semplici (magari) Jigoro Kano ci ha tolto di mezzo i samurai – cosa che avevano fatto con l'avvento dell'epoca Meiji, e ha voluto che il judo risultasse in tutto e per tutto, uno sport adatto a tutti. Jigoro Kano era uno studioso che conosceva molto bene l'Occidente, e credete che non gli sia venuto in mente che il suo judo veniva cambiato una volta che fosse entrato a far parte del circo della Olimpiadi. Pensate che le prime spade dei samurai erano di forma cinese perché dovevano subire duelli cruenti e duri e la spada doveva essere forte e resistente. Ma alcuni artigiani giapponesi hanno pensato di cambiare forma alla lama che risultasse più fina ma più tagliente e perché ci passava benissimo tra le pieghe delle armature e un taglio subito alla fine del Kote voleva dire che chi aveva subito l'offesa non era in grado di usare la sua spada. Ci fu un'evoluzione dei fabbri artigiani delle spade che ancora oggi si ritiene che siano le spade più taglienti del mondo. Evoluzione della tecnica, specialmente nel campo agonistico, c'è sempre stata e ci sarà per sempre. Ma non per questo non lo chiameremo più judo. Rimettiamo le cose a posto, Noi insegniamo judo tradizionale a tutti e poi, i nostri atleti decideranno se fare agonismo oppure per diletto, ma saranno due aspetti della stessa medaglia. Io vorrei che si costruissero ponti non muri; il judo è inclusione che parte dall'accettazione dell'altro, dalla fiducia dell'altro, dalla costanza dell'altra di subire una caduta, e ancora un'altra, e un'altra ancora. Questo qualcuno è UKE, un judoka come noi. La Federazione, secondo me, dovrebbe fare un passo da gigante, dovrebbe aprire le porte ai judoka di qualunque appartenenza. Non ci sono figli di un Dio minore nel judo. Sono tutti judoka nel momento esatto in cui entri nel tatami. Poi scelgono come fare judo ma tutti quanti dovremmo essere chiamati per star sotto un'unica bandiera, senza se e senza ma. Rispettando tutti. Lo so da cosa siamo divisi. Prima di tutto dalla storia, non abbiamo avuto un buon inizio ma, alla fine, siamo campati. Ora lo so che non si dovrebbe fare, però dimentichiamoci della nostra storia perché è stata una catastrofe appresso ad un'altra. Ricominciamo da qui dall'unione di tutte le forze “Judoka” dell'Italia unita. Però c'è un altro punto, che è quello più difficile da accettare: i Dan. Questa questione per noi è gravissima, di fondamentale importanza. Come fare? Non ho idee. Ma se ci confrontassimo tra noi, magari con un po' di magia del Natale...
Buon Natale a tutti i judoka di buona volontà.

Pino Morelli

Trofeo Memorial “Dante Nardini”

L'ACSI entra di diritto nel memorial Dante Nardini apportando la sua organizzazione e la sua voglia di judo. Il Maestro Giancarlo Bagnulo non ci ha pensato un attimo a fare il patron di questo torneo riservato esclusivamente ai bambini, fanciulli e ragazzi.

Grazie a Riccardo Meconi e ad Alessandro Cautela è filato tutto liscio per i 160 mini atleti che si sono presentati che con l'organizzazione sono stati puntuali con le loro professionalità.

Tanta gente è arrivata alla palestra dell'I.C. Carlo Levi fin dalle ore 07:00 del mattino. Società che venivano da fuori Roma ma, anche da Roma stessa, sono venuti molto presto. Quando ho organizzato il Memorial “Dante Nardini” ho pensato di farlo ad invito per le società. Voleva circondarmi delle persone, che per me, risultavano essere migliori negli atteggiamenti con i loro piccoli atleti. Infatti così è stato. Non ci sono state lamentele di nessuno anche se arbitravano gli insegnanti. Chiaro, di errori ce ne sono stati però la collaborazione degli insegnanti/arbitri è stata davvero superba; ogni volta che si annunciava un punto da parte dell' arbitro, l'arbitro centrale guardava gli altri due che stavano in “panchina” per un eventuale cambio, e si confrontava con loro, ad un cenno di sì con la testa il punto era subito convalidato. Gli insegnanti non potevano assistere il loro “pargoli” durante il combattimento ma stavano attenti a quel che facevano i loro atleti per chiarire dopo le eventuali considerazioni.

Francesca Nardini, l'adorata figlia di Dante, qui ritratta insieme a due assessori circoscrizionali dello sport, Matteo Zocchi e Claudio Mannarino. L'assessore Matteo Zocchi si è dimostrato molto soddisfatto dell'iniziativa che ha coinvolto la scuola e tutto il quartiere.

L'appuntamento è per il prossimo anno.



Judo Italiano 6



I bambini cantano l'inno nazionale all'inizio della manifestazione. Sono contento che, a differenza della nazionale di calcio, tutti sapevano l'inno. Grazie ragazzi

Per i piccoli atleti è stato un banco di prova notevole, così piccoli e già maturi nei loro spostamenti. Sapevano quello che facevano, evidentemente e, allora lo dico a quegli insegnanti “focosi” che pretendono che i loro atleti facciano quello che, loro, gli dicono al momento. Lo hanno dimostrato i bambini, fanciulli e ragazzi che non serve a niente strillare dal bordo tatami perché, intanto, i ragazzi sanno fare bene cosa gli si è insegnato. In questo Memorial non ci sono stati insegnanti “focosi” e il judo mi è piaciuto. Le società possono andare fiere di questi insegnanti. Per quanto riguarda la gara vera e propria, come organizzazione, ripeto, è andato tutto liscio. Vi basti pensare che 160 ragazzini di diverse classi hanno finito la gara, iniziata alle 09:00, alle 15:30. E, in mezzo, c'è stato pure l'intervallo per ricordare il mio amico, il nostro amico, “Dante Nardini”. Può darsi che quando l'abbiamo ricordato (verso le 11:30) non c'erano già più quelli che si sono presentati la mattina alle sette, e allora voglio ricordarlo ancora



una volta per loro. Dante Nardini ha iniziato il judo all'età di quindici anni al Judo Preneste, a 17 anni ha conquistato la "Coppa Italia" e a 18 anni ha conquistato un secondo posto ai Campionati Italiani. Era una vera eccellenza del judo italiano. Noi siamo stati amici, e lo siamo ancora, perché a me piace ricordarlo ancora vivo, per ben 45 anni. Considerando che ho 65 anni...Dantone, come l'ho chiamato sempre io eravamo tutti e due in pensione, e scherzavamo con "Che cosa faremo da grandi?" E' logico per pensionati mettersi un cappello in testa ed andare a rompere le scatole ai cantieri stradali. Però un giorno mi ha detto, insegnamo judo ai più piccoli emostriamogli come siamo diventati amici grazie al judo e che cosa ci ha dato il judo in questi anni. Da qui capirete che

per onorare la memoria di Dante non potevo non organizzare un torneo per i più piccoli.

Con lui dovevo anche ricordare un altro figlio del judo, Silvio Di Francia e amico nostro e di tutti. Ma quel che dovevo dire per Dante l'ha letto mia figlia (per fortuna) perché io, preso dalla commozione, non sono riuscito a profferire parola. E mi ero pure preparato per dire qualcosa su Silvio, ma non ce l'ho fatta, mi voglia perdonare tutta la famiglia Di Francia.

Dicevo, la gara è stata buonissima a livello organizzativo ed è stata tranquilla a livello "Insegnanti tecnici". Prima di tutto perché arbitravano loro e poi perché non erano seduti lì, a bordo tatami, per incitare i loro piccoli atleti. Il fatto anche che gli insegnanti ci abbiano "messo



la faccia" ad arbitrare è un segno distintivo di intelligenza e serietà verso il judo; gente che ha sempre voglia di imparare e che sa mettersi in gioco senza aver paura di perdere la faccia per un giudizio negativo. Da qui invito il Maestro Massimo Sulli a venire a vedere questi neofiti dell'arbitraggio, chissà se ne verrebbe fuori una stella arbitrale italiana? Il Maestro Massimo Sulli e il Maestro Antonio Di Maggio saranno sempre i benvenuti a questo tipo di tornei, può darsi, che in un prossimo futuro, si riesca ad adottare questo sistema per far fare i tornei ai più piccoli che siano una festa per i giovani atleti e "una manna dal cielo" per quei genitori che andranno a vedere i figli e dopo un'ora stanno già fuori dal palazzetto ed hanno tutto il giorno di riposo libero. Devo



anche ringraziare la mia Presidentessa e la mia allenatrice dei più piccoli, Alessandra Barghigioni che ha scapito della sua tranquillità ha dato anima e corpo a questo evento. Poi, per ultimo, vorrei ringraziare tutti quelli che hanno partecipato, dai piccoli atleti ai genitori che non hanno lesinato gli applausi anche per quei bambini che sono risultati perdenti negli incontri. E' così che si prospetta un judo nuovo, fatto su misura dei bambini e dei genitori facendo loro capire quanto è importante la sconfitta. Hanno sicuramente apprezzato il vincitore ma anche lo sconfitto che, con gli applausi si è sentito parte integrante della manifestazione e non solo un perdente di un incontro. Ringrazio pure i Maestri tutti che si sono messi in gioco e che hanno risposto subito quando abbiamo organizzato la manifestazione in onore di Dante Nardini. Vorrei anche ringraziare Cristina e Francesca Nardini per essere venute "all'alba" perché sono state curiose di vedere com'era l'organizzazione di un torneo di

judo, e sono rimaste fino alla fine. E, lasciatemelo dire, ringrazio anche mia figlia per aver letto la lettera in ricordo di Dante. In non ce l'avrei fatta. L'ho fatta piangere al posto mio perché anche lei conosceva Dante benissimo e l'ho apprezzava molto. Lasciatemi ringraziare i miei piccoli atleti, anche se non li ho visti gareggiare, però mi dicono che sono stati bravi. Un ringraziamento a tutti e arrivederci al prossimo anno.



Qui e nelle altre pagine alcuni momenti dei combattimenti che si svolti al Memorial "Dante Nardini". Si è visto del buon judo e delle buone azioni con transizione nella lotta a terra. Bisogna dire che a differenza degli arbitri veri, i neoarbitri tecnici hanno fatto lavorare a terra i ragazzi perché il judo non è soltanto proiezioni, c'è anche uno studio a terra interessante se ben fatto.



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

頑張子

Questa maglia è dedicata a tutti **Judoka**, chi meglio di loro **Ganbaru** (頑張る) letteralmente "non cedere", traslitterato anche come **ganbaru**, 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 fare tutto sé stessi in un obiettivo per portarlo a termine". **Ganbaru** significa "impegnare significato di "persistenza", "tenacia", "risolutezza" e "dure lavoro".

Tomava 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 sanguinario,
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

I Podi

In questa pagina: alcune foto dei podi dove sono stati
cerimonieri: Cristina Nardini, Francesca Nardini, il
responsabile della arti marziali ACSI Giancarlo Bagnulo e
Alessandra Barghiglioni Presidente del Fidene Sporting Club



Torneo dei Giovani Campioni

Grande successo per il secondo appuntamento del 2023 con il torneo dei Giovani Campioni che ha visto la partecipazione di circa 150 atleti in rappresentanza di 10 società sportiva laziali che hanno risposto con entusiasmo all'iniziativa ACSI. Infatti, domenica 19 novembre 2023, presso Green Sport Arena c'è stata la gara dei piccoli atleti dell'ACSI, possiamo benissimo dire che c'è stata una festa del JuJitsu e del judo a cui hanno partecipato 150 tra ragazzi e ragazze che si sono dati battaglia nell'Arena. Si è visto un buon judo soprattutto se fatto dai bambini più piccoli e poi tanto buon JuJitsu. Gli atleti sono stati tutti corretti e hanno rispettato tutti le regole arbitrali come fossero della classe che già partecipa alle gare ufficiali. Questa è opera dei Maestri del JuJitsu che hanno saputo insegnare e poi guidare questi mini atleti in gara. Il JuJitsu targato ACSI. Oggi la realtà del JJ ACSI nel Lazio, con l'impegno e la collaborazione delle ASD presenti sul territorio, è in grande espansione e sta dando i suoi frutti, e se questi sono i frutti, Gran Vita al JuJitsu ACSI. Oggi la realtà del JJ ACSI nel Lazio è in grande crescita rispettando il trend nazionale che ci vede valida alternativa a realtà chiuse e autoreferenziali. Andiamo avanti insieme..





Shinzu JUDOKA



Offerta a € 15,00

Per info scrivere a:

info@judoitaliano.it

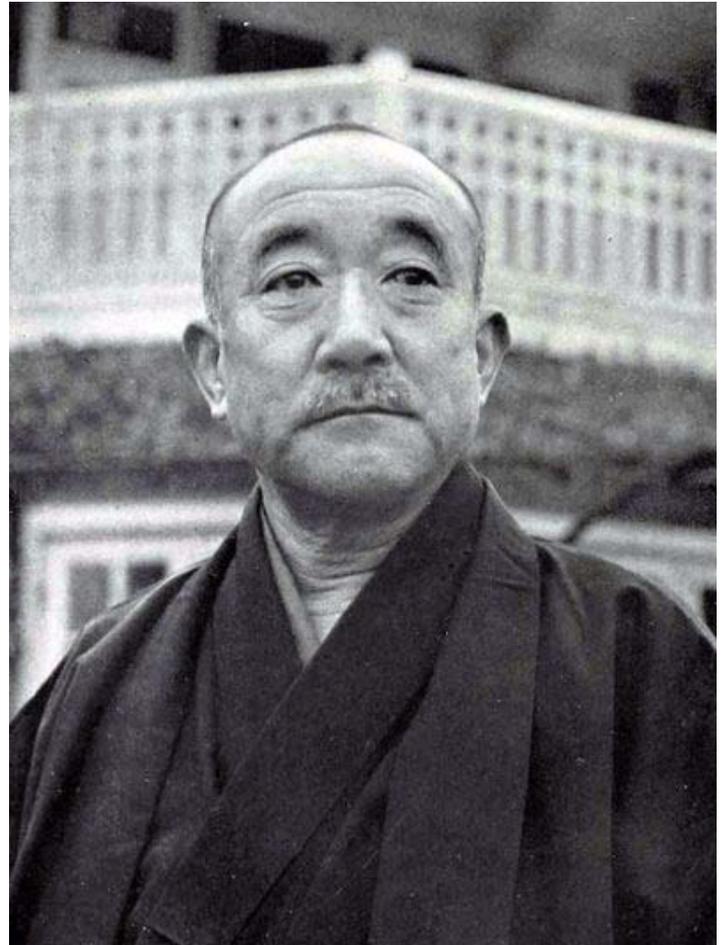
“Gli insegnanti devono imparare prima”

Introduzione al numero di aprile 1940 del numero mensile della rivista “Jodo”. Scritto da sua eccellenza Nango Jiro, presidente del Kudokan.

“Per insegnare agli altri, dobbiamo prima imparare noi stessi. “ Il miglior esempio di questo è che non possiamo insegnare judo senza praticarlo da soli. Non sarebbe esagerato dire che il defunto Shihan Kanu ha scelto le parti migliori del jujitsu, yawara ecc. dal passato e gli ha dato il nome judo, che è l'origine di quasi tutte le arti marziali che ora si chiamano “xxd ô. ”

Nel frattempo, il judo dovrebbe ben rendersi conto della sua responsabilità nella ricerca di “The Way la Voie”, prima di altre arti marziali, da accompagnare dal nome e dalla realtà. In altre parole, man mano che miglioriamo e progrediamo nell'arte del judo, dobbiamo impegnarci maggiormente nello studio e nella pratica del “curriculum” da soli.

E l'unico modo per capire, completamente, il



Il secondo Presidente del Kodokan, Nango Jiro. Jigoro Kano non avrebbe apprezzato il suo operato se fosse stato vivo perché Nango Jiro era un nazionalista mentre Jigoro Kano era un pacifista.

“modo” è imparare. Essere soddisfatti di un piccolo traguardo e comportarsi come se fossi diventato un educatore completo significa fermare la vita stessa. È anche inappropriato insegnare la massima competenza, come ci ha lasciato il defunto Sheehan Kanu.

È nel libro dei riti. “Anche se c'è un banchetto, se non lo mangi, non saprai quanto è delizioso. “ Anche se c'è un meraviglioso insegnamento, se non lo impari, non saprai mai quanto è meraviglioso. Così, imparando, impariamo ciò che ci manca, e insegnando, impariamo quanto sia difficile. Impariamo quello che ci manca e pensiamo. Impariamo quanto è difficile e lavoriamo di più. “

“Così come non puoi conoscere la dolcezza di una cosa prima di mangiarla, devi anche imparare la giustizia che le persone devono seguire, o sarai

柔道四月号

教ふる者は先づ學べ

講道館長 南郷次郎

人に教ふるには先づ自ら學ばねばならぬ。自ら修行せずして柔道を教ふことの出来ぬは、極めて手近の例である。故嘉納先生が過去の柔術、やわら等の粹を探り、柔道の名稱を冠してから、今や殆んど總ての武術が何道の名稱を附するに至れる濫觴をなせりと謂ふも過言ではあるまい。之と同時に、柔道は他の武道に先んじて其の「道」に對し、名實相伴ふべく努むるの責務を痛感せざるを得ないのである。

要之我等は柔道の術力の向上進歩と共に「道」其のものに對する研鑽實行に一層の努力を要する。而して道を窮むるには學ぶに如かず、小成に満足して先生然たるは其の一人一生の停止である。また故先生の遺訓たる精力最善活用にも悖つて居る。禮記に

雖有嘉肴弗食、不知其旨、雖有至道弗學、不知其善、是故學然後知、食後知、然後能自反也、知困、然後能自強也。

食べて見れば甘さが分からぬと同様、人の踏むべき道義も學ばねば利己判斷に墮して、其の眞善が分からぬ。そこで學んで初めて己れの足らざるを知る、學んだだけではいけない、之を人に教へて見て、學の未だ足らずして困ることを知る。之がよき藥となりて、なるほど未だ學ぶことの足らざりしを反省する。また困りて尙學ぶから初めて自己の強き眞善の信念を完成する。と謂ふ意味である。

流石は言葉の國支部は善き語を作つて居る。併し實行の國は我が日本だ。今回本館が高等柔道教員養成所の設立を志したも、其の趣旨は此に存する。

egoista e non ne conoscerai la vera bontà. ” Allora saprai cosa ti perdi solo quando lo imparerai. Ma non basta imparare. Insegnando questo agli altri e mettendoci nei guai per questo, impari che c'è ancora da imparare.

“Questa sarà una buona occasione per riflettere sul fatto che non hai ancora imparato abbastanza e imparerai di più attraverso il tumulto, così che tu possa per la prima volta padroneggiare la tua forte fede nella verità e nella bontà. ” Questo è il significato di queste parole.

La Cina, terra di lingua, ha creato le buone parole come previsto. Tuttavia, il paese giustiziato è il Giappone. Questo è lo scopo per cui Kodokan ha deciso di creare un istituto di formazione per maestri di judo senior.

(Gyro Nanjo)

Introduzione alla rivista “Jodo” - aprile 1940

Jiro Nango - Secondo presidente del Kudokan

Il testo sopra è stato scritto da Jiro Nango Sensei ed è stato recentemente pubblicato sul profilo Facebook di Tsumura Kozo Sensei, insieme ad alcune informazioni su Jiro Nango, che condividiamo di seguito.

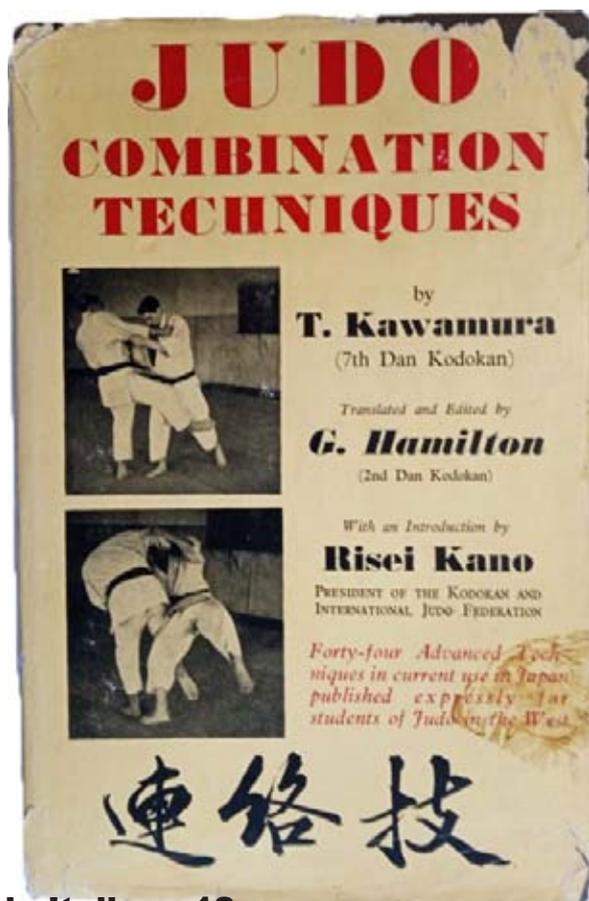
Jiro Nango (1876-1951) era il nipote di Jiro Kanu ed era il secondo presidente del Kodokan. Il figlio maggiore era Nango Shigimitsu e Ryoko, la sorella maggiore di Jiguru Kanu. Nel novembre 1884, Kodokan entrò e si unì al Kano Juku. Nel 1895 si arruolò in Marina e fu promosso al rango di ammiraglio. Dopo la morte di Kanu Shihan nel 1938, divenne il secondo presidente del Kodokan.



Il terzo Presidente del Kodokan fu Risei Kano che successe a Nango Jiro alla fine della guerra mondiale.

Jiro Nanjo. Anche se Jigoro Kano è vicino a suo nipote, la sua opinione sul judo e anche nei principi del judo è molto diversa da Kano Sheehan. Una ragione probabile è che Kanu era un pacificatore, credeva nello spirito olimpico (forse anche con riserve) mentre suo nipote, essendo un militare, era nazionalista (pre la seconda guerra mondiale che la dice lunga su quel tipo di pensiero nazionale-imperiale).

Fu prima del suo ritiro formale dall'esercito, ma mentre era ancora nelle Forze Navali di Riserva, che Nangō Jirō il 25 dicembre 1938, quasi 11 mesi dopo la morte di Kanō Jigorō, divenne il secondo Kanchō (Capo) del Kōdōkan. Rimarrà in questa posizione fino a quando gli successe nel 1946, poco dopo la fine della guerra, Kanō Risei (25 novembre 1900 - 13 gennaio 1986). Apparentemente Nangō Jirō aveva studiato jūdō per circa otto anni ed era progredito fino al nidān o cintura nera di 2° grado. Se è così, allora ciò implicherebbe che abbia ottenuto questo grado all'età di 15 anni, dal momento che aveva iniziato il jūdō all'età di 7 anni nel 1884. Ciò che è certo è che Nangō ricevette istruzioni personali di jūdō dallo stesso Kanō Jigorō. È stato detto che il rapporto di Nangō con Kanō era stretto e leale, anche se i due dovettero differire profondamente su alcuni punti cruciali riguardanti l'educazione e le questioni ideologiche, come mostrato più avanti in questo articolo. Si ritiene inoltre che Nangō abbia contribuito personalmente finanziariamente al benessere del Kōdōkan, soprattutto durante gli anni della guerra. Nangō Jirō morì il 5 marzo 1951, circa 5 anni dopo aver ceduto la guida del Kōdōkan al secondo figlio di Kanō Jigorō, Risei. Nonostante le differenze, la domanda che resta è: Jiguru Kanu è d'accordo con quanto suo nipote ha scritto nella suddetta rivista mensile 'Jodo'? O Jiguru Kanu non è d'accordo con lui? Cosa ne pensate del problema?



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

頑張了



Momo Guruma (Ruota della coscia)

Autore **Patrick Bigot**

Questa tecnica è descritta in “Kodokan Judo Throwing Techniques” di Toshiro Daigo (Kodansha International, copyright 2005) come una variazione di Hiza Guruma, il lancio della ruota del ginocchio.

Hiza Guruma fa parte del Dai-Ikkyo del judo ed è una delle prime proiezioni insegnate agli studenti principianti. Hiza Guruma e Momo Guruma sono classificate come Ashi Waza (tecniche del piede).

Quando stavo imparando il judo negli anni '60, avevo difficoltà a mettere correttamente il piede contro il ginocchio di Uke per eseguire Hiza Guruma, ma trovavo la variazione Momo più facile da eseguire, sebbene richiedesse un Kuzushi più vigoroso.

Quello che segue è un estratto da “Kodokan Judo Throwing Techniques”, pp 123-124.

“Sono San (App Tre)

“Hiza-guruma - con la pianta del piede destro che sostiene la coscia sinistra di uke
“Entrambi i lati si aggrappano in una buona postura naturale. Simile all'applicazione 1 (sono ichi), mentre uke muove il piede sinistro, tori sposta la presa destra all'esterno della manica sinistra centrale di uke, fa avanzare il piede sinistro davanti al piede destro di uke (lungo la linea centrale) e sostiene il corpo di uke con il piede destro piegando le dita del piede destro e posizionando il lato dell'alluce all'esterno della sommità della coscia sinistra di uke (in modo che tocchi la sua natica) (foto 30).

Tori apre il suo corpo a destra e tira uke con entrambe le mani per buttarlo a terra (foto 31).

La particolarità di questa tecnica è che tori posiziona la pianta del piede destro all'esterno della parte superiore della coscia sinistra di uke. L'area che sostiene è diversa dal normale hiza-guruma ma il concetto è lo stesso.

Kiyochi Takagi, 7° dan (in seguito 9° dan), esperto in questa tecnica, ha rinnovato la propria versione come momo-guruma. Fornisce una spiegazione dei suoi punti più importanti nel judo (pubblicata da Kodokan, numero di luglio 1940, “Tokui waza kokai - una spiegazione di momo-guruma”).

“Hiza-guruma è una tecnica per lanciare persone più piccole. Quando stavo imparando, praticavamo l'hiza-guruma standard nel modo approvato, e anche se abbiamo cercato di impararlo, non ha funzionato correttamente anche se ci abbiamo provato. Dopo molte ricerche, abbiamo scoperto che l'hiza-guruma è una tecnica eseguita meglio da una persona alta rispetto a una persona bassa.

“Volevo creare una forma complessiva per lanciare una piccola persona con hiza-guruma e ho trovato momo-guruma (come descritto qui), che per me è l'hiza-guruma più adatto. Momo-guruma è abbastanza autoesplicativo, esegui la tecnica all'esterno della coscia. Tuttavia, vado oltre ed eseguo la tecnica sul gluteo dell'avversario.

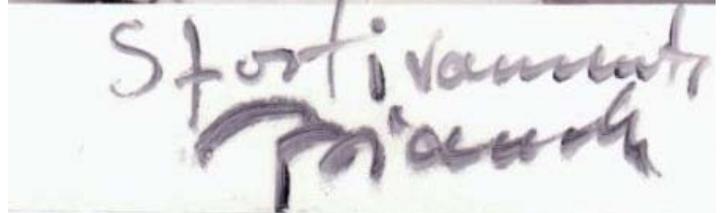


“Le origini del Ju Jitsu in Italia”

Le origini della diffusione del Ju Jitsu in Italia sono strettamente legate alla storia del pioniere per eccellenza della “Dolce Arte” Biagio Bianchi detto il “ScioU sciù Gino Bianchi”.

Nato a Genova il 14 giugno del '14, figlio unico, Bianchi lavorava come magazziniere presso una piccola fabbrica; successivamente partì militare come marinaio e fu anche imbarcato sulla nave da guerra Diaz ; al rientro dalla guerra lavorò come “bidello capo di ruolo” in una scuola media di Genova e proprio in questo periodo creò la sua scuola.

Il Signor Bianchi, come veniva allora chiamato dai suoi allievi ed estimatori il Maestro, fu durante la permanenza nella colonia giapponese di Tien Tsin, che venne in contatto con una arte marziale che egli stesso, anni dopo, insegnerà e divulgherà in patria col nome di “Dolce Arte” : il Ju Jitsu. Vantando la propria abilità nella Savate, il Signor Bianchi si rese conto dell'efficacia delle tecniche di JJ basate non sull'offesa, ma bensì sull'autodifesa. Non ci è notoè risaputo quale siano state le scuole tradizionali giapponesi che abbiano influenzato il “sapere” del Maestro. Si racconta però che presso la Caserma Ermanno Carlotto, che fu realizzata a Tien Tsin per ospitare le truppe italiane in Cina, avesse avuto occasione di entrare in contatto con

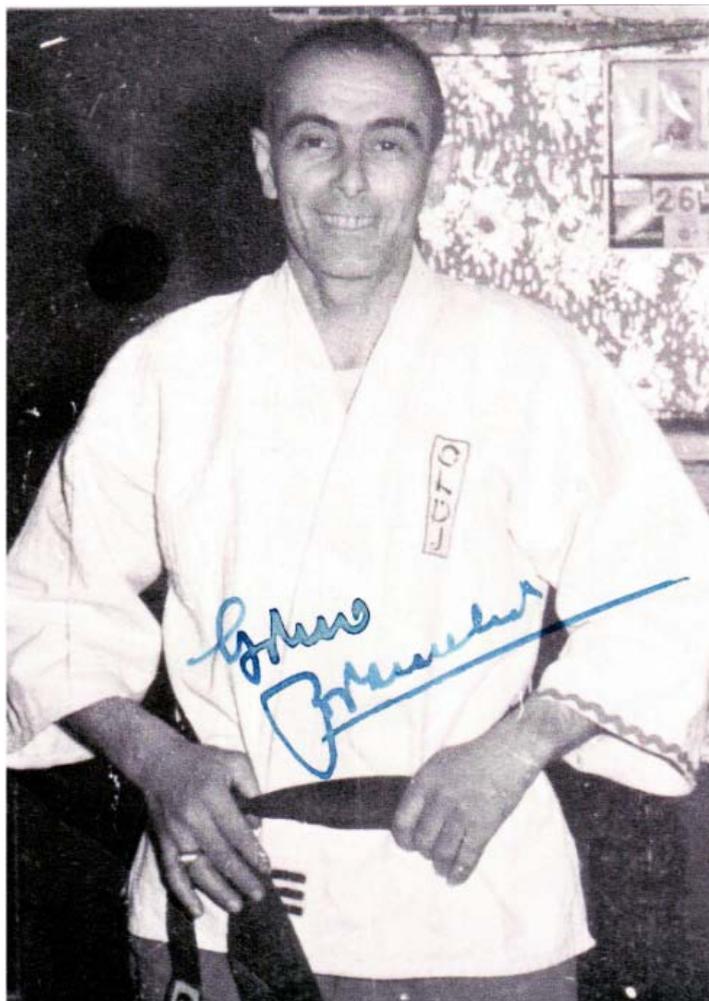


il “soggiorno” in Cina. Rientrato a Genova uil “Sciosciù” Bianchi iniziò la “messa a punto” del suo metodo e nel 1946 presso l'Istituto Vittorino da Feltre dei padri Barnabiti, nel centro di Genova, cominciò iniziò la sua “avventura”. Fu in unln un locale di pochi metri quadri che quello che oggi è internazionalmente riconosciuto come il “Metodo Bianchi” vide luce prese forma e vide luce. quello che oggi è internazionalmente riconosciuto come il “Metodo Bianchi” . Scrive il Maestro nella prefazione del suo libro “La Dolce Arte del Samuray ad uso degli occidentali” :“ I pregi di questo mio metodo potranno essere bene apprezzati da coloro che lo seguiranno con passione attenendosi scrupolosamente alle mie spiegazioni in relazione alle applicazioni da me attentamente vagliate per ciò che si riferisce alla sostanza ed alle varie finalità. Avranno campo di



constatarne la sua utilità sia in fase sperimentale che pratica. Da parte mia posso a rigor di termini affermare che questo metodo di difesa personale, non solo è minuzioso nei suoi particolari ma è anche di grande praticità. Infatti, gli esercizi sono stati regolati secondo la logica in relazione a progressivi sforzi mentali, di modo che colui che si accinge a seguire il metodo con la ferma intenzione di "riuscire" può procedere nello studio con una certa gradazione e senza difficoltà di sorta. Perciò sono sicuro, con questa innovazione, di aver introdotto un nuovo stile per la serena riuscita nel campo della lotta giapponese. Essendomi reso conto delle difficoltà che incontrano gli Occidentali all'adattarsi ad alcune discipline Orientali, per le diverse abitudini di vivere e pensare, venni nella conclusione di fare in modo che ogni Occidentale potesse essere introdotto





fiato grosso, non certo per i giovani. Del resto tutti giovani quelli del Club Lotta Giapponese, e più che mai arzilla e scattante il Maestro Gino Bianchi, un ometto tutta energia, volontà e passione sportiva, dai modi cordiali e gentili.”

La palestra di Salita Famagosta era stata sede di un piccolo teatro ed era strutturata con tre materassine, una sul palco e due in platea. L'ambiente, in stile orientaleggiante, era allestito ed arredato con lo scopo di ottimizzare la concentrazione dei praticanti, distaccandoli completamente dall'ambiente esterno. Tutto questo perché all'interno della palestra non c'era spazio per rabbia, risentimento o timidezza, ma era ammessa solo ferrea disciplina ed impegno. Nel 1953 venne aperta un'altra sede dove si allenava il "gruppo femminile" e si preparavano le dimostrazioni per gli innumerevoli eventi a cui la scuola del Maestro Bianchi partecipava. La stessa fu chiusa dopo alcuni anni per concentrare l'attività unicamente nella palestra di Salita Famagosta.

L'ascesa del Metodo Bianchi non può essere scollegata dall'ambiente in cui questa si manifesta: la Genova del dopoguerra. In quei tempi dove il Paese a fatica tornava a riorganizzarsi, l'incolumità del cittadino era continuamente messa a repentaglio dalle frequenti aggressioni per rapina o per violenza gratuita di persone in balia dell'indigenza. Una scuola di autodifesa come quella che proponeva il "scio" Bianchi fece rapidamente presa sull'opinione pubblica e attirò l'attenzione dei giornali dell'epoca che seguirono la

alla conoscenza dell'autodifesa senza intaccarne le abitudini, e senza deviarlo dai suoi rituali movimenti ed in particolare senza costringerlo a fare cose che la sua origine di Occidentale non gli permettesse di fare. Insomma "orientalizzarlo" quel tanto che basti per certi tipi di esercizi.”

Nel 1948 la Scuola del Maestro Bianchi si insedia in quella che diventerà nel tempo la sede principale e punto di riferimento del Ju Jitsu in Italia: la palestra di Salita Famagosta.

Scrivendo sul "Genovasport" un cronista del tempo: "In Salita Famagosta nel "covo del jiu jitsu"- L'istruttore ginnico ordina piegamenti, torsioni, flessioni, movimenti delle braccia, delle gambe; e gli atleti, i lottatori, gli allievi, seguono in silenzio l'esempio dell'istruttore. Si sente il ritmo deciso, forte, della respirazione e nell'aria l'odore dei muscoli caldi, sudanti sotto lo sforzo.

Dagli corda, segretario, grida l'istruttore al giovane in tuta che siede in un angolo, indaffarato tra registri e libercoli, e quello corre colle mani alla manovella del grammofo e la musica di sapore orientale, che accompagna gli esercizi, torna squillante e ritmata.

Il locale che funziona da palestra è in Salita Famagosta. Si sale da via Balbi. Una straducola ardita: un po' di





storia del Metodo Bianchi con dovizia di articoli sulle attività divulgative svolte in gran numero dal Maestro Bianchi ed i suoi allievi. Tra le più importanti la partecipazione alle "Colombiadi sportive" del dicembre del 1950 in occasione del V° Centenario Colombiano di Genova e le dimostrazioni atte a raccogliere aiuti per gli alluvionati del Polesine del '51.

Nel 1952 visto il successo del Metodo e l'apertura di diverse società sportive fu creata la "Federazione Autonoma Jiu Jitsu "O.L.D.J.'" organizzazione ligure divulgativa del Jiu Jitsu" (Lotta Giapponese a Stile Libero) dando una struttura con Statuto e Regolamento ai tanti praticanti della Dolce Arte.

Sui particolari tecnici originari del Metodo Bianchi è importante rifarsi al testo "sacro" scritto dal Maestro:

"Come tutti gli sport il Jiu Jitsu richiede, per un'ottima riuscita, una grande passione, buona

volontà, prontezza di riflessi e soprattutto intelligenza, in quanto queste doti unite agli esercizi del "Metodo Bianchi" rendono il cultore capace di far fronte ad ogni occasionale avversario sfruttando con intelligenza gli stessi movimenti che questi compie per aggredirlo; occorre soprattutto essere in grado di colpire ed al momento opportuno i punti vitali, riuscendo così ad immobilizzarlo senza recargli volute lesioni funzionali, limitandosi solamente a neutralizzare le intenzioni. Il

"Metodo Bianchi" consta di un numero illimitato di esercizi, un migliaio dei quali di pronta utilità. Da quando il Maestro ha iniziato l'insegnamento del Jiu Jitsu il suo primo pensiero è quello di fare in modo di introdurre con una certa facilità nella mente degli Occidentali ed in modo particolare degli Italiani le varie discipline relative a questo tipo di difesa personale, eliminando quei complessi tradizionali tanto abituali per coloro che descrivevano le cose di provenienza orientale. -----omissis-----

Allo scopo di facilitare il cultore del Jiu Jitsu, la classificazione degli esercizi è stata impostata con un criterio razionale molto affine alle abitudini della vita pratica. Infatti il metodo consta di esercizi numerati e raggruppati in settori, ogni settore è contraddistinto con lettere dell'alfabeto ed offre all'allievo la possibilità di poter facilmente applicare le varie mosse con il solo ricordo del numero di riferimento a dizioni o nomi stranieri. Per esempio: in fase di insegnamento anziché chiedere l'applicazione dell'esercizio denominato "a su temi", basterà chiedere il numero 15 del settore A oppure Catapulta con pedata all'addome." "U sciu" Bianchi negli anni '50 portò ad affermare, giorno dopo giorno, la sua Scuola di Salita Famagosta ed i suoi "Uomini Vento - Kase Hito" divennero famosi a Genova per le loro esibizioni tecniche. Scriveva un giornalista dopo una delle tante dimostrazioni: "..... leggero come una piuma l'uomo descrive un pittoresco semicerchio in aria e si abbatte con un sordo tonfo sul tappeto. Se non ci fosse il tonfo ad indicare che l'uomo pesa come un comune mortale, potrei credere che i due lottatori siano come "Uomini Vento" del Tibet, leggeri ed evanescenti tanto è irrisoria la facilità con cui si sollevavano da terra."

Tipici erano anche i costumi dell'epoca che il Maestro faceva indossare ai propri allievi: "In qualunque circostanza in cui necessita la difesa personale è più che logico pensare che ciò avvenga tra persone

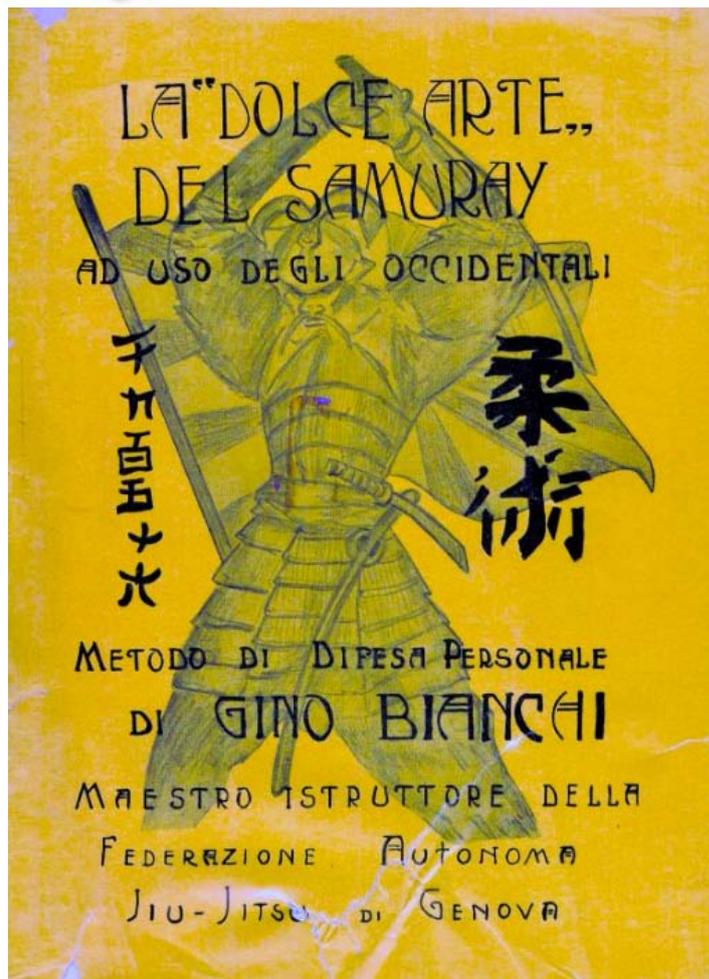


vestite e calzate, di qui la necessità di abituare gli atleti ad indossare un corredo molto affine a quello indossato nella vita pratica." Per cui gli "uomini vento" indossavano delle scarpette in pelle, morbide e flessibili; dei pantaloncini corti, che rendessero facili i movimenti delle gambe; una giacca, comoda e resistente, che veniva fatta cucire da Pina, la sorellastra del Maestro, Pina che faceva la sarta, "una cintura di seta della lunghezza di metri due e alta centimetri sette, il cui colore permette di distinguere il grado di capacità di chi la indossa. ".

Altra tappa fondamentale della Storia del Metodo Bianchi fu la pubblicazione nel 1956 del libro: "La Dolce Arte del Samurai" ad uso degli occidentali – Metodo di Difesa Personale di Gino Bianchi – Maestro istruttore della Federazione Autonoma Jiu Jitsu di Genova.

Questo libro è la "Bibbia" del Metodo Bianchi così come creato e diffuso dal Maestro. In esso sono riportati oltre ad una minuziosa sequenza fotografica delle tecniche secondo la progressione studiata per l'insegnamento, anche tutto il pensiero del Maestro sul come ed il perché della sua opera.

testo ripreso dall'opuscolo creato per il Centenario della nascita del Maestro Gino Bianchi - G.Bagnulo.



Ikigai

Che cos'è e cosa significa?

Ikigai è un termine giapponese che significa la “propria ragione d’essere e di esistere”. Infatti, “iki” in giapponese significa “vita” e “gai” vuol dire valore: l’ikigai, dunque, è lo scopo della propria vita o la propria felicità.

È ciò che dà gioia a una persona, la ispira e la motiva ad alzarsi dal letto ogni giorno. Ciascuno di noi ha un proprio ikigai: secondo la filosofia tradizionale giapponese, basta trovarlo e seguirlo per essere felici.

Sembra che il concetto di ikigai sia un’evoluzione dei principi di base della salute e del benessere della medicina tradizionale giapponese.

Questa tradizione medica sostiene che il benessere fisico è influenzato dalla salute mentale ed emotiva e dal senso di uno scopo nella vita.

La psicologa giapponese Michiko Kumano (2017) ha affermato che l’ikigai è uno stato di benessere che nasce dalla devozione alle attività di cui si gode, che porta anche un senso di appagamento. Michiko distingue ulteriormente l’ikigai dal piacere transitorio (edonia, nel senso greco antico) e lo allinea con eudaimonia - l’antico senso greco di una vita ben vissuta, che conduce alla forma di felicità più alta e duratura.

Si può dire che il flusso si verifica quando si fa costantemente qualcosa che si ama e in cui si è bravi, con il possibile vantaggio aggiunto di portare valore alla vita degli altri. Infatti, l’ikigai in genere non si riferisce solo al proprio scopo personale e alla propria realizzazione nella vita, ma considera anche gli altri o la società in generale.



Judo Italiano

Ha bisogno di voi

Buongiorno 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.

