

**IL SALICE** Romeo Cassano racconta la storia del ju-jitsu dalle sue origini - 2

# Akiyama e la "non resistenza"

La tradizione vuole che un monaco indiano, Bodhidharma, facente parte di una casta di guerrieri, giunse in Cina nel 520 d.C., dopo lungo peregrinare soggiornò per molti anni nel monastero di Shao-lin, nella provincia di Henan.

Qui fondò una scuola di meditazione ed insegnò ai monaci esercizi di respirazione e di ginnastica per fortificare il fisico, messo a dura prova da pesanti sedute meditative nella posizione "zazen". Insegnò anche delle tecniche di combattimento a mani nude, col tempo arricchite e perfezionate grazie al contributo di altri monaci ed esperti di arti marziali che si recavano a Shaolin, attratti dalla crescente fama del luogo.

Gli stili "duri", più facili da comprendere e quindi meglio utilizzabili nella realtà del combattimento, furono esportati in Corea e ad Okinawa, mentre gli stili morbidi rimasero a lungo circoscritti agli strati superiori della società cinese.

Gli stili duri in Corea generarono il Taekwondo (Via dei pugni e dei calci in volo) ad Okinawa il Karate (Via della mano vuota), che poi fu esportato in Giappone da Gichin Funakoshi.

Gli stili morbidi generarono il Ju-Jitsu, da cui sono derivati il Judo (via dell'adattabilità) di Jigoro Kano e l'Aikido (Via dell'armonia con l'energia universale) di Morihei Ueshiba.

L'immediatezza dello zen, che puntava sull'intuizione e sull'imperturbabilità, si adattava bene alla mentalità semplice del guerriero giapponese.

Lo zen si innestò sulla religione autoctona (lo shinto), costituendo l'etica del bushido, il codice d'onore dei samurai.

In questo periodo, sotto l'influsso del taoismo, nacque e si diffuse rapidamente uno stile morbido di combattimento a mani nude, che prese il nome di ju jitsu

**LE ORIGINI DEL JU-JITSU.** La tradizione vuole che un medico giapponese, di nome Shirobei Akiyama, avesse studiato in Cina i metodi di com-

battimento del suo tempo, senza ottenere però il risultato sperato.

Contrariato dal suo insuccesso, decise di pregare il Taijn di Dazaifu e per cento giorni si immerse nella meditazione.

Avvenne che un giorno era nevicato abbondantemente. Il peso della neve spezzava i più robusti rami degli alberi, che rimanevano spogliati.

Gli occhi di Shirobey Akiyama si posarono allora su un albero che invece era rimasto intatto. Era un salice.

Ogni volta che la neve accumulatisi sui rami, minacciava di spezzarli, questi si flettevano per liberarsi del suo peso e riprendevano immediatamente la posizione primitiva.

Il fatto impressionò vivamente il bravo dottore che, intuendo l'importanza del principio della "non resistenza", lo applicò alla tecnica del combattimento, che poi prese il nome di Ju-Jitsu.

**JIGORO KANO.** La fine delle guerre civili che avevano insanguinato il Giappone dal XII secolo, lasciò disoccupati migliaia di Samurai, che divennero perciò Ronin (uomini senza padrone). Molti di loro pensarono di mettere a frutto quello che avevano imparato nei campi di battaglia fondando molte scuole di bu-jitsu (arti marziali) aperte a tutti.

L'influenza della civiltà e costumi occidentali e l'uso di armi da fuoco, provocò una decadenza di tali scuole e molti esperti finirono per non trasmettere più il loro sapere.

Nel 1871, ad 11 anni, Jigoro Kano si trasferì a Tokyo con la famiglia. Dopo aver frequentato la scuola di lingue straniere, si trasferì all'Università Kaisei nel 1877. A 17 anni si avvicinò al

ju-jitsu e vi si dedicò con passione.

Nel 1882 il giovane, diventato nel frattempo professore di lettere, aprì una palestra di 12 tatami nel tempio buddista di Eisho, radunandovi i primi 9 allievi. Nasceva così il Kodokan (luogo per studiare la via), dove elaborò una sintesi di varie scuole di ju-jitsu.

Il nuovo stile di lotta non doveva essere soltanto un'arte di combattimento, ma era destinato alla divulgazione quale forma educativa del corpo e dello spirito. Venne chiamato

judo (via della flessibilità) e si fondava sul "miglior uso dell'energia" da perseguire attraverso "amicizia e mutua prosperità".

In breve il Kodokan, con un occhio alla tradizione e l'altro al futuro, assurse a grande fama grazie anche

alle importanti vittorie sulle scuole di ju-jitsu. Nel 1886, dopo aver trionfato in molti incontri, Kano ebbe l'incarico di addestrare la Polizia di Tokyo.

Il Judo, eliminati gli aspetti più violenti insiti nel Ju-Jitsu, entrò persino nei programmi scolastici, diffondendosi a poco a poco anche lontano dal Giappone. Nel 1895 Kano elaborò il primo go-kyo (cinque principi) o metodo di insegnamento. Nel 1906 riuni a Kyoto i vari rappresentanti delle varie scuole per delineare i primi kata (modelli delle tecniche). Nel 1920 presentò il nuovo go-kyo, che è quello ancora usato in tutte le palestre con qualche adattamento.

Educatore di grande qualità, Kano seppe mirabilmente salvaguardare le nobili tradizioni delle arti marziali, pur adattandole alle moderne esigenze dello sport.

Il Judo fu inserito per la pri-

ma volta nell'Olimpiade del 1940 a Tokyo. Incluso nel Comitato organizzatore, Kano si adoperò per il successo della manifestazione. Durante un suo breve viaggio in America, sulla via del ritorno, il 4 maggio 1938, moriva a bordo del piroscafo Hikawa-Maru, per una polmonite. Poco prima di morire lasciò una specie di testamento spirituale, così riferitoci dal maestro Koizumi:

«Il Judo non è soltanto uno sport. Io lo considero un principio di vita, un'arte, una scuola. Deve essere libero da qualsiasi influenza esterna, politica, nazionalista, razziale, economica od organizzata per altri interessi. Tutto ciò che lo riguarda non dovrebbe tendere che a uno scopo: il bene dell'umanità».

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 scorre ovunque minacciosa in un torrente o dissetante in una fresca sorgente scoperta un giorno d'estate. Questo è il principio del Judo (Gunji Koizumi, Shi-han 8° dan, 1886-1964).

**DIFESA PERSONALE e JU-JITSU.** L'insegnamento della difesa personale si basa sui principi del ju-jitsu, con la sintesi di alcune tecniche di judo, aikido, karate e lotta. È diretto a tutti coloro che vogliono imparare a difendersi in maniera ottimale. È basato esclusivamente su tecniche di difesa ed è stato studiato per coloro che, pur non avendo le potenzialità fisiche di una persona forte o non avendo più una giovane età, hanno deciso di imparare a difendersi per i motivi più vari.

Il Ju-Jitsu sportivo si differenzia dalla difesa personale perché prevede l'insegnamento di tecniche codificate, secondo il metodo adottato dalla nostra Federazione, il "Metodo Bianchi" codificate dal Maestro ing. Rinaldo Orlandi.

**ROMEO CASSANO**

2 - continua



**PADRE DEL JUDO** Jigoro Kano