

LIVIO TOSCHI

Breve storia del Judo



FJLKAM 
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

Roma, 2014

Grafica: LT

© **FIJLKAM**

prima edizione: 2012 / aggiornamento: 2014

In copertina, fronte: Stemma della FILG (1927)

In copertina, retro: torii del santuario di Itsukushima nell'isola di Miyajima, presso Hiroshima

A pagina 1: UTAGAWA HIROSHIGE, *La cascata e la luna attraverso le foglie d'acero* (1832)

* Quando possibile, i nomi cinesi sono indicati nella doppia trascrizione dei sistemi Wade-Giles e Pinyin, quest'ultimo adottato dalla Cina popolare. Esempio: *kung-fu / gongfu*.



Breve storia del Judo

di LIVIO TOSCHI

*Il Judo ha la natura dell'acqua.
Eccola, turbinante nelle cascate del Niagara,
calma nella superficie di un lago,
minacciosa in un torrente
o dissetante in una fresca sorgente
scoperta un giorno d'estate.
Questo è il principio del Judo.*

GUNJI KOIZUMI

L'origine delle arti marziali si perde nella notte dei tempi, ma il loro sensazionale sviluppo in Asia fu possibile grazie alla fusione con i principi del buddismo indiano e del taoismo cinese. Il Giappone ha fatto proprie, sviluppato e rielaborato le arti marziali del continente fino a trasformarle in arti marziali nipponiche e come tali le ha esportate in tutto il mondo.

Poche le testimonianze scritte dell'antichità. Il *Libro degli Han (Hanshu)* di Ban Biao, completato dai figli Ban Gu e Ban Zhao all'inizio del II secolo d.C., dedica ampio spazio all'arte della guerra, descrivendo dettagliatamente svariate forme di combattimento a mani nude. Tra la fine del II e l'inizio del III secolo, durante la dinastia Han orientale, godeva di grande e meritata fama il medico **Hua To**, pioniere della chirurgia e dell'agopuntura, esperto erborista, nonché inventore dell'anestesia. Per mantenere sano il corpo mise a punto il *wuqinxi*, un insieme di esercizi basato sull'osservazione dei movimenti di cinque animali: tigre, orso, cervo, scimmia e gru. Ebbe un successo così grande che perfino la maggior parte delle scuole marziali s'ispirò al mondo animale, libero dai condizionamenti imposti all'uomo dalla ragione (paura della sconfitta, del dolore, della morte), studiando di volta in volta le istintive ed efficacissime tecniche di combattimento del serpente, della mantide e così via.

Le arti marziali sono state trasmesse per lo più oralmente attraverso i secoli per mantenere la necessaria segretezza: ogni famiglia, ogni scuola, ogni comunità aveva tutto l'interesse a non divulgare all'esterno le proprie esperienze per non perdere un vantaggio su potenziali avversari. Non lasciando nulla di scritto, però, molte scuole hanno sepolto i propri segreti con l'ultimo Maestro.



Bodhidharma (Daruma / Ta-mo),
stampa di Tsukiyoaka Yoshitoshi

Bodhidharma, l'«Illuminato»

Il monaco indiano **Bodhidharma** (Ta-Mo / Damo* in cinese, Daruma in giapponese) era figlio del re Suganda di Madras. Alla morte del suo maestro Prajnatarā divenne il 28° patriarca buddista della scuola *Mahayana* (la dottrina del «grande veicolo»). Intorno al 515-520 d.C. andò in Cina e fu ricevuto a Nan-jing dall'imperatore Wu-Di. Deluso dal buddismo cinese, dopo un lungo peregrinare giunse nel monastero di **Shao-lin** (Sil-lum in cantonese, Sho-rin in giapponese), il cui nome significa «giovane foresta». Il monastero era stato costruito ai piedi del monte Song, nella provincia di Henan, secondo alcuni nel I secolo a.C., secondo altri nel 495 d.C.

La tradizione vuole che a Shaolin Bodhidharma abbia fondato una scuola impostata sulla meditazione: *dhyana* in sanscrito, *chan* in cinese, *zen* in giapponese (ma è probabile che la scuola si debba a Hui-Neng, 6° patriarca dopo Bodhidharma). Convinto che corpo e spirito fossero indivisibili, insegnò inoltre ai monaci degli esercizi di respirazione (*chi kung / qigong*) e di ginnastica per fortificare

il loro fisico, messo a dura prova da pesanti sedute meditative. Il suo metodo fu definito *Luohan shiba shou*, ossia «le diciotto mani dei discepoli di Buddha». Il buddismo *zen* invita a liberare la mente dalle proprie convinzioni (*mu-shin* = «mente vuota») allo scopo di raggiungere l'«illuminazione» (*satori*).

Secondo la leggenda, poiché in India aveva fatto parte della casta dei guerrieri *ksatriya*, insegnò anche delle tecniche di combattimento a mani nude, che col tempo furono arricchite e perfezionate grazie al contributo di esperti di arti marziali che si recavano a Shaolin attratti dalla crescente fama del luogo. Per Bodhidharma le arti marziali (*wu-shu*, ossia «arte della guerra»; *bu-jitsu* in giapponese; in Occidente più noto come *kung-fu / gongfu*) servivano indubbiamente a rafforzare il corpo e a mantenerlo sano, pronto a difendersi da eventuali attacchi, ma contribuivano soprattutto al perfezionamento spirituale del praticante. *Wu-de* costituiva la virtù marziale.

Quella di Bodhidharma che avvia l'insegnamento delle arti marziali a mani nude è solo una leggenda, visto che si praticavano già molto tempo prima che lui giungesse in Cina, ma potrebbe così interpretarsi: l'avvento del buddismo, assai popolare, fornì alle discipline di combattimento il necessario substrato morale, giustificandone la pratica, che altrimenti sarebbe degenerata nell'egoismo e nella violenza (CESARE BARIOLI).

Neijia e Waijia

I tanti metodi di combattimento nati a Shaolin si sono sviluppati lungo due direttrici. La prima prende il nome di **nei-chia / neijia**, stili «interni» o «morbidi» di combattimento, che privilegia gli aspetti filosofici e metafisici e comprende tre stili principali: *tai-chi-chuan / taijiquan* («pugno della suprema vetta»), *pa-kua / bagua* («otto trigrammi») e *hsing-i / xingyi* («mente e corpo»). La base spirituale dei tre stili è costituita dall'*I-Ching / Yijing*, il *Libro dei Mutamenti*. Questi stili

morbidi sviluppano il concetto taoista del *wu-wei*, che viene solitamente tradotto «non azione», ma sarebbe meglio dire «non ingerenza». In sostanza è la capacità di dominare le circostanze senza opporvisi, che consente di sconfiggere un avversario cedendo apparentemente al suo assalto per neutralizzarlo con movimenti per lo più circolari, rivolgendo quindi contro di lui la sua stessa forza.

Nel XIII secolo l'eremita taoista Chang San Feng / Zhang Sanfeng, cui si attribuisce la nascita del *taijiquan*, concentrò l'attenzione sull'energia interiore (*chi* in Cina, *ki* in Giappone, *prana* in India), che può manifestarsi all'esterno con incredibile potenza anche nelle persone meno prestanti. Nessuno meglio del minuscolo Maestro Ueshiba ha saputo in tempi recenti esprimere la potenza del *ki*.

La seconda direttrice è la **wai-chia / waijia**, stili “esterni” o “duri” di combattimento, che si fonda sull'uso della forza in linea retta. Con il passare dei secoli gli stili esterni del nord (*bei-chuan*) si differenziarono da quelli del sud (*nan-chuan*), sia per la diversa costituzione fisica degli abitanti sia per il diverso stato dei luoghi. In sintesi possiamo dire che al nord si predilessero i movimenti lunghi e aggraziati, con calci alti, al sud i movimenti brevi e potenti, con calci bassi o pugni. Da qui il detto: «Bei tui, nan chuan» («Al nord le gambe, al sud le braccia», ovvero «Calci nel nord, pugni nel sud»), che sintetizzava la caratteristica più appariscente delle due tradizioni.

Gli stili duri sono collegati al monastero di Shaolin, gli stili morbidi ai templi taoisti. Il più importante tempio taoista fu quello posto sul monte Wu-Tang / Wudang, nella provincia di Hopei. È celebre il detto: «Bei song Shaolin, nan zun Wudang» («Nel nord si stima Shaolin, nel sud si apprezza Wudang»). Gli stili morbidi, proprio per l'influenza del taoismo, mostrano un legame più profondo con il mondo della natura.

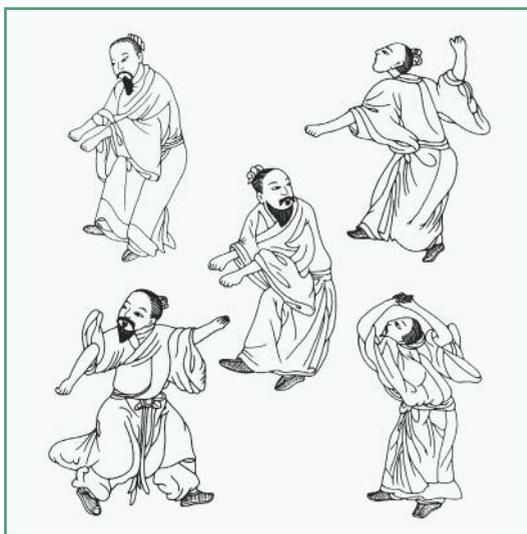
Questo dualismo tra stili duri e morbidi, pur evidente, non ha tuttavia confini rigidi: qualcosa degli uni confluisce sempre negli altri. Gli stili esteriori, più facili da comprendere e quindi meglio utilizzabili nella realtà del combattimento, ebbero maggiore popolarità e furono esportati in Corea e ad Okinawa, mentre gli stili interiori rimasero a lungo circoscritti agli strati superiori della società cinese.

Gli stili duri in Corea generarono il *taekwondo*, ad Okinawa il *karate*, diffuso in Giappone da **Gichin Funakoshi** (1868-1957); gli stili morbidi in Giappone generarono il *jujitsu*, da cui sono derivati il *judo* di **Jigoro Kano** (1860-1938) e l'*aikido* di **Morihei Ueshiba** (1883-1969).

Attraverso i secoli centinaia di stili “esterni” e decine di “interni” si sono formati, mescolati e sovrapposti. La storia del *kung-fu*, come tutta la storia del pensiero cinese, è talmente complessa da scoraggiare un maggior approfondimento.

Jujitsu

La più nota leggenda sulle origini del *jujitsu*, o «arte della flessibilità», racconta che intorno alla metà del '500 un medico di Nagasaki,



Scuola Hua-To: *wuquinxin* (il gioco dei cinque animali)



Statua in pietra di Lao-Tzu / Laozi a Quanzhou

Shirobei Akiyama, si recò in Cina per approfondire le sue cognizioni sull'agopuntura e sui metodi di rianimazione (*kappo*), che presupponevano una perfetta conoscenza dei punti vitali del corpo umano. Akiyama, uomo di multiforme ingegno, approfittò del soggiorno nel continente per studiare anche il taoismo e le arti marziali cinesi. Tornato in patria, durante un periodo di meditazione notò che i rami più robusti degli alberi si spezzavano sotto il peso della neve, mentre quelli di un salice si piegavano flessuosi fino a scrollarsi del peso, per riprendere poi la posizione senza aver subito danni. Applicando alle tecniche di lotta apprese in Cina le considerazioni maturate sulla cedevolezza o

«non resistenza», fondò la scuola *yoshin* (del «cuore di salice»).

Il taoismo (*tao / dao* in cinese, *do* in giapponese, significano «Via spirituale»), si fonda sui principi complementari *yin* e *yang*: nessuno dei due può esistere senza l'altro. Nel mondo tutto è in perpetua mutazione tra questi due poli attraverso combinazioni dinamiche. Lo *yang* rappresenta - per esempio - l'uomo, il giorno, la durezza e l'attacco; lo *yin* rappresenta la donna, la notte, la morbidezza e la difesa. Le due forze inseparabili *yin-yang* sono raffigurate con il simbolo di due pesci gemelli (stilizzati, sembrano due grandi virgole) che formano un cerchio: un pesce è nero con un occhio bianco e un pesce è bianco con un occhio nero, per significare che non vi è nulla di assoluto.

Dal ***Tao-tê-ching / Daodejing***, il testo cinese attribuito a Lao Tzu / Laozi (VI secolo a.C.), mi preme citare alcune massime di grande importanza per il nostro studio:

«L'uomo nasce debole e delicato / Muore rigido e duro [...] /

Così: rigido e robusto sono i modi della morte /

Debole e flessibile sono i modi della vita».

«Il più cedevole nel mondo / Vince il più duro».

«La massima del buon combattente è: / Assecondare per mantenere l'iniziativa [...] /

Vince colui che lascia».

Le molte scuole di jujitsu, pur con diverse sfumature, fecero proprio questo fondamentale concetto, che rivoluzionò la maniera di lottare: la morbidezza può vincere la forza (*ju-no-seigoo*). Va inoltre sottolineato che «ai livelli più alti delle arti marziali, il punto importante di tutte queste strategie sta nello sviluppare una sensibilità intuitiva verso le leggi dell'universo. Lo scopo più profondo non è semplicemente sconfiggere gli avversari, ma giungere al “modo” (*Do* o *Tao*), che è il modo in cui funziona l'universo» (PETER PAYNE).

Il jujitsu si sviluppò in Giappone sotto nomi diversi a seconda del gruppo di tecniche che si preferiva approfondire (proiezioni, immobilizzazioni, percussioni, ecc.), raggiungendo il massimo splendore durante il lungo periodo di pace instaurato da Ieyasu Tokugawa all'inizio del XVII secolo, cioè dopo la battaglia di Sekigahara (1600), la sua autoproclamazione a Shogun (1603)

e la conquista del castello di Osaka (1615). La fine delle guerre civili che avevano insanguinato il Giappone dal XII secolo, interrotte soltanto per respingere le invasioni mongole di Kublai Khan nel 1274 e 1281, lasciò disoccupati migliaia di *samurai* («guerrieri al servizio di un signore»), che divennero perciò *ronin* («uomini onda», ossia guerrieri senza padrone).

Molti di loro pensarono quindi di mettere a frutto quanto avevano appreso sui campi di battaglia, raccogliendo e perfezionando le tecniche di combattimento senz'armi ereditate dal passato. Mentre in precedenza esistevano solo scuole private ad uso dei grandi clan, ognuno dei quali elaborava e tramandava al suo interno colpi di particolare efficacia, sorsero allora scuole di arti marziali aperte a tutti. L'uso strategico del corpo umano raggiunse livelli sbalorditivi di efficienza, ma contemporaneamente il *bu-jitsu* (l'arte del combattimento) si trasformò in *bu-do*: tramite l'addestramento nella "Via" marziale si tendeva a raggiungere anche un perfezionamento spirituale.

Due secoli e mezzo di pace durante lo shogunato Tokugawa (Edo ne era la sede, mentre la capitale risiedeva a Kyoto) furono possibili grazie ad una società rigidamente stratificata e ad un rigoroso controllo verticistico che tendeva al mantenimento dell'ordine. Divennero difficoltosi i contatti all'interno e furono decisamente vietati quelli con l'esterno, pena la morte, relegando il paese fuori dalla storia. Intorno alla metà del XIX secolo, però, alla ricerca di nuovi mercati commerciali, le grandi potenze decisero di porre fine all'isolamento nipponico. L'8 luglio 1853 il commodoro statunitense Matthew Calbraith Perry giunse nella baia di Uraga con le sue celebri quattro «navi nere», chiedendo a nome del presidente Millard Fillmore l'apertura del Giappone al mondo occidentale. In seguito ai temporeggiamenti nipponici, Perry tornò nel febbraio 1854 con otto navi, facendo chiaramente intendere che non avrebbe tollerato un rifiuto.

Al trattato di Kanagawa con gli USA seguirono ben presto quelli con Gran Bretagna e Russia, gettando nello sconforto quanti avrebbero preferito morire combattendo contro un nemico meglio armato che sottostare ad un umiliante cedimento. I contrasti tra i «falchi» e le «colombe» si acuirono via via fino a spaccare in due il paese. Il periodo compreso tra il 1853 e il 1868 è noto con il nome di *bakumatsu* («declino del bakufu», ossia dello shogunato), poiché lo Shogun si era rivelato incapace di difendere l'onore del paese contro i «barbari». Ne conseguì inevitabilmente una sanguinosa reazione a catena, culminata nel 1868 con la fine del bakufu Tokugawa e con la «restaurazione Meiji»: dopo sette secoli il potere politico dalle mani dello shogun tornava in quelle dell'imperatore. Il giovane Mutsuhito, 122° esponente della dinastia, trasferì la capitale da Kyoto (Heiankyo) a Edo, che chiamò Tokyo, ossia «capitale dell'est», inaugurando l'era Meiji, del «governo illuminato» (1868-1912).

Sotto l'infatuazione per la civiltà e i costumi occidentali, il *budo* subì una rapida decadenza (anche per l'enorme diffusione delle armi da fuoco) e non pochi esperti, rimasti senza allievi, per sopravvivere in una società profondamente mutata dovettero esibirsi a pagamento in squallidi locali o finirono nella malavita. I Maestri non tramandavano più il loro sapere, portandosi nella tomba i segreti della loro scuola (*ryu*): un grande patrimonio di nobili tradizioni stava per scomparire. Questo era il triste spettacolo che si presentava a **Jigoro Kano**.



Samurai, di Utagawa Kunisada



Jigoro Kano *Shihan* (1860-1938)

Jigoro Kano, padre del Judo

Kano nacque a Mikage, un villaggio nei pressi di Kobe, il 28 ottobre 1860. Morta la madre, la famiglia si trasferì a Tokyo, proclamata capitale con la “restaurazione Meiji” del 1868. Conseguì il diploma alla scuola di lingue straniere, imparando alla perfezione l’inglese, e s’iscrisse all’Accademia (poi Università) Kaisei. D’intelligenza vivissima, ma di gracile costituzione, il giovane Kano subiva la prepotenza dei compagni.

Nel 1877 cominciò a praticare con passione il jujitsu, in quel tempo assai screditato, impegnandosi in duri allenamenti (sempre ricoperto di unguenti per medicare le numerose piaghe, era soprannominato “il profumato”). Fu allievo di Hachinosuke Fukuda e Masatomo Iso, della scuola *Tenshin-shin’yo*, dai quali apprese in particolare le tecniche di controllo (*katame-waza*) e di percussione (*atemi-waza*), venendo in possesso dei libri segreti della scuola (*densho*) dopo la loro morte. Conobbe quindi Tsunetoshi Iikubo, esperto della scuola *Kito*, da cui

apprese soprattutto le tecniche di proiezione (*nage-waza*) e di combattimento con l’armatura (*yoroi-gumi-uchi*). Mentre progrediva con sorprendente facilità, penetrando i segreti dei diversi stili, nel 1881 ottenne la laurea in lettere e cominciò ad insegnare al Gakushuin, la Scuola dei Nobili.

Nel 1882 Kano aprì una palestra (*dojo*) di appena 12 materassine (*tatami*) nel tempio shintoista di Eisho a Shitaya, radunandovi i primi allievi: nasceva così il **Kodokan** («luogo per studiare la Via»), dove il giovane professore elaborò una sintesi di varie scuole di jujitsu. Il nuovo stile di lotta, non più soltanto un’arte di combattimento, ma destinato alla divulgazione quale forma educativa del corpo e dello spirito, venne chiamato **judo** («Via della cedevolezza / flessibilità»): come precisò Kano nel 1922, si fondava sul miglior uso dell’energia («*seiryoku-zen’yo*») allo scopo di perfezionare se stessi e contribuire alla prosperità del mondo intero («*jita-kyoei*»). In sostanza Kano perseguiva una sintesi equilibrata fra virtù civile (*bun*) e virtù militare (*bu*).

Il Kodokan, con un occhio alla tradizione e l’altro al futuro, in breve acquistò grande prestigio, anche grazie alle importanti vittorie riportate su diverse scuole di jujitsu. Cambiò più volte sede nei primi anni, passando da 9 allievi nel 1882 a 98 nel 1886 (tra i più famosi menziono Saigo, Yokoyama e Yamashita), mentre il dojo raggiunse i 40 *tatami*. Nel 1886, dopo il clamoroso successo sulla scuola del celebre Maestro Hikosuke Totsuka (il Kodokan riportò 13 vittorie e 2 pareggi su 15 incontri), Kano ottenne l’incarico d’insegnare il judo alla polizia di Tokyo. Eliminati gli aspetti più violenti della disciplina marziale, il judo entrò perfino nei programmi scolastici: fu un risultato senza precedenti, dovuto alle grandissime capacità pedagogiche di Kano.

Una delle sue massime preferite, secondo John Stevens, era: «Niente sotto il cielo è più importante dell’educazione: l’insegnamento di una persona virtuosa può influire su molte altre; ciò che è stato ben assimilato da una generazione può essere trasmesso ad altre cento».

Kano ricevette significativi riconoscimenti. È bene ricordare che fu un personaggio di rilievo non solo nello sport del suo paese: fin dal 1909 rappresentava il Giappone nel CIO e nel 1911 fondò il Comitato olimpico nipponico, di cui fu presidente fino al 1921, quindi presidente onorario. Rettore del Collegio dei Pari, direttore della Scuola Normale Superiore, addetto alla

Casa Imperiale, segretario del Ministero dell'Educazione Nazionale, direttore dell'Educazione Primaria, senatore, ecc.

Nel 1895 Kano elaborò il primo *go-kyo* (i «cinque principi» d'insegnamento del judo), che revisionò nel 1921, mentre completava i *kata* («modelli» delle tecniche di lotta). Nel 1922, quarant'anni dopo la fondazione del Kodokan, diede vita alla Società Culturale del Kodokan (*Kodokan-bunka-kai*), definendo le già citate massime fondamentali del judo: «*seiryoku-zen'yo*» e «*jita-kyoei*».

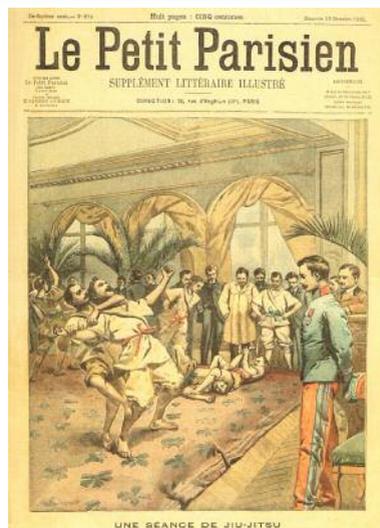
Il Jujitsu in Occidente

Lontano dal Giappone, nonostante i viaggi e le dimostrazioni di Kano (la prima si tenne a Marsiglia nel 1889), si diffuse soprattutto il jujitsu, che aveva tratto nuovi stimoli dalla rivalità con il Kodokan. I maestri di jujitsu, infatti, costretti a subire la crescente popolarità del judo in patria, trovavano un fertile terreno d'insegnamento all'estero. Vediamo dunque quali furono i pionieri del jujitsu in Occidente.

Già dal 1900 si trovavano a Londra, quali insegnanti al Bartitsu Club, i ventenni giapponesi Yukio Tani e Sadakazu (più noto come “Raku”) Uyenishi. Furono loro a spiegare i rudimenti del jujitsu al campione svizzero di lotta libera Armand Cherpillod, cui si deve il primo manuale in lingua francese (tradotto in italiano nel 1906). Chiuso il Bartitsu Club nel 1902, l'anno seguente Uyenishi aprì una sua palestra in Piccadilly Circus, che gestì fino al 1908, allorché fece ritorno in patria, affidando l'insegnamento all'allievo anziano William Garrud. Uyenishi nel 1905 scrisse *Text-Book of Ju-Jutsu*, Tani nel 1906 (con Taro Miyake) scrisse *The Game of Ju Jitsu*. Ben presto, alla scuola di Edith Garrud, anche le donne praticarono il jujitsu. Risale comunque al 1918 l'avvenimento più importante, ossia la costituzione del Budokwai per opera del Maestro Gunji Koizumi. Tani ne fu il primo istruttore.



Ernest Régnier, più noto come Ré-Nié



Una seduta di jujitsu a Parigi sul finire del 1905

A Parigi, dopo una lunga campagna di stampa, il 26 ottobre 1905 s'incontrarono in un combattimento divenuto famoso Ernest Régnier (che si faceva chiamare Ré-Nié) e Georges Dubois, valente pugile, schermitore e pesista. Ré-Nié ebbe la meglio sul più pesante rivale in appena 26 secondi con una leva articolare. La notorietà acquisita lo portò a pubblicare nel 1906 – in collaborazione con il giornalista Guy de Montgailard – un opuscolo dal titolo *Les secrets du jujitsu*.

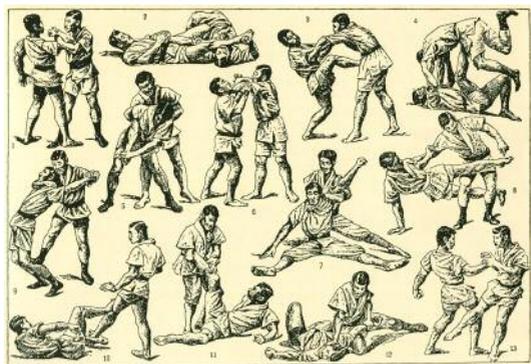
Sul finire del 1905 giunsero a Parigi il già citato Tani e Katsukuma Higashi, proveniente dagli Stati Uniti (dove aveva scritto con Irving Hancock un libro sul “metodo Kano”). In dicembre i due disputarono all'Hippodrome Bostock un

incontro così violento che spinse la prefettura a vietare i combattimenti tra due giapponesi. Nel 1906, a Berlino, il ventunenne Erich Rahn apriva la prima palestra di jujitsu in Germania, venendo ben presto incaricato d'impartire lezioni alla Polizia berlinese e all'Istituto Sportivo Militare.

Grazie anche ai numerosi libri di Irving Hancock, fin dai primi anni del secolo gli USA si appassionarono al jujitsu (nel 1905 veniva insegnato all'Accademia Navale di Annapolis). Hancock stesso, allievo del maestro Inouye, lo praticò con discreti risultati. Per diffondere il "metodo Kano" soggiornò in America dal 1902 al 1907

Yoshiaki Yamashita (nel 1935 ottenne il 10° dan), che ebbe tra i suoi allievi il presidente Theodore Roosevelt, graduato cintura marrone dopo tre anni di proficue lezioni impartitegli alla Casa Bianca. Una prova dell'interesse statunitense per il jujitsu è la sua inclusione nel programma delle Olimpiadi da disputarsi a Chicago nel 1904 (poi assegnate a Saint Louis).

Anche in Italia, dove imperava la lotta greco-romana, non mancò qualche sporadica dimostrazione. Tra il dicembre 1905 ed il marzo 1906 si disputò il Trofeo Florio di lotta, articolato in tre prove. A Palermo, Napoli e Roma il pubblico poté assistere alle sfide di jujitsu tra lo statunitense Witzler (che a Parigi aveva battuto Ré-Nié con una testata in pieno volto) e alcuni partecipanti al torneo. A Roma le gare si svolsero al teatro Adriano: Witzler rinnovò la sua sfida, sconfiggendo prima il tedesco Schakmann e poi il senegalese Amalhou, ma arrendendosi al fortissimo Raoul le Boucher. Stesso copione nell'aprile 1906 al teatro Verdi di Firenze. Sempre nell'aprile 1906 tre maestri giapponesi di passaggio a Roma si esibirono al Club Atletico Romano e uno di loro si trattenne per qualche tempo nella capitale, impartendo lezioni ai soci del club.



Tecniche di jujitsu (dal *Grand Larousse illustré*, 1921)



Allenamento di jujitsu a bordo dell'incrociatore *Vesuvio* (1907)

La Marina italiana scopre la "lotta giapponese"

I numerosi contatti stabiliti tra i marinai italiani e quelli nipponici, consolidati al tempo della rivolta cinese dei *Boxer* (1900), favorirono la diffusione delle tecniche di jujitsu anche tra i nostri soldati, incuriositi ed affascinati dal modo particolare di combattere all'arma bianca o a mani nude: i guerrieri del Mikado, presi singolarmente, erano senza dubbio i migliori mai visti. L'esaltante vittoria giapponese sulla Russia (1904-1905), che faceva seguito alla conquista della Corea del Sud, accrebbe l'ammirazione per quel popolo: uscito da un interminabile medioevo

feudale solo nella seconda metà dell'Ottocento, in pochi lustri aveva saputo conquistarsi un posto di primo piano tra le grandi potenze. Nel mondo si cominciò a parlare degli invincibili samurai e del loro codice d'onore, che Inazo Nitobe descrisse con efficacia in *Bushido. The Soul of Japan* (del 1899), un libro divenuto ben presto famoso e tradotto per la prima volta in italiano nel 1917.

Domata la rivolta xenofoba dei Boxer, l'Italia ottenne una concessione a Tientsin (a sud-est di Pechino, lungo il fiume Peiho), allargando così i propri interessi in Estremo Oriente. Gli entusiastici commenti di civili e militari sulle virtù del jujitsu, soprattutto in vista di un suo impiego bellico, nel 1906 convinsero il Ministro della Marina Carlo Mirabello ad organizzarne un corso sperimentale sull'incrociatore corazzato *Marco Polo*.

Assegnato al capitano di vascello Carlo Maria Novellis il comando della nave, che stazionava nelle acque della Cina, lo incaricò quindi di assumere a bordo un istruttore di jujitsu, firmando così l'atto di nascita della "lotta giapponese" in Italia. Seguiamo la missione di Novellis attraverso i documenti conservati all'Ufficio Storico della Marina Militare.

Dopo molte ricerche Novellis trovò a Shanghai un insegnante che godeva la fiducia del console nipponico. Il 24 luglio 1906 venne pertanto stipulato un contratto di quattro mesi, tempo che il maestro giudicava «necessario e sufficiente per portare gli allievi ad un grado di capacità tale da renderli abili ad insegnare alla loro volta». Il corso si sarebbe svolto a bordo e al termine gli allievi migliori avrebbero sostenuto gli esami al Kodokan.

In ottobre, infatti, i nostri baldi marinai si sottoposero agli esami, ma il risultato fu decisamente negativo. La colpa era del maestro, commentarono al Kodokan: «Pur essendo abbastanza abile, non poteva insegnare ai suoi allievi più di quanto sapesse», cioè non molto, e quindi non aveva mentito assicurando che «in quattro mesi avrebbe portato gli allievi alla sua altezza». Si risolse dunque con una beffa la prima esperienza del judo italiano.

Per evitare altre spiacevoli sorprese, il povero Novellis pensò allora di assumere uno o due insegnanti del Kodokan, come consigliò lo stesso Kano, ma Mirabello non diede il suo assenso. Quale occasione perduta per il nostro judo!

Il 31 dicembre 1906 giunse a Shanghai l'incrociatore *Vesuvio* e Novellis cedette il comando delle operazioni in Estremo Oriente al capitano di vascello barone Eugenio Bollati di Saint Pierre. Questi fece imbarcare dal *Marco Polo* due marinai ormai abili nella lotta giapponese: uno di loro, il timoniere brindisino Luigi Moscardelli, nell'aprile 1907 ottenne a Tokyo «il diploma di abilitazione all'insegnamento». In settembre a bordo del *Vesuvio* si disputarono le gare semestrali imposte dal Ministero della Marina per mantenere in allenamento gli equipaggi: la gara di jujitsu fu vinta dal sottocapo cannoniere Raffaele Piazzolla di Trani sul cannoniere scelto Carlo Oletti, diciannovenne torinese destinato a lasciare un segno profondo nella storia della disciplina in Italia.

Le lezioni di jujitsu sul *Vesuvio* furono dunque impartite da un nostro marinaio, magari capace, che aveva però soltanto pochi mesi di esperienza, per di più fatta con un mediocre insegnante giapponese. Attingendo solo saltuariamente alle fonti dell'«arte gentile» finimmo per confondere il judo con il jujitsu, dando vita a una disciplina «autarchica» ben diversa da quella del Kodokan.



Il marinaio cannoniere Carlo Oletti (Torino, 1888 - Genova, 1964)

Tradendone completamente lo spirito, nel nostro paese il *jujitsu-judo* fu praticato usando molto più la forza della cedevolezza (*ju*), trascurando completamente la ricerca della “Via” (*do*).

A riprova della confusione che regnava intorno alla disciplina basti pensare che nel 1926 il termine *judo* in Italia veniva ancora tradotto «rompi muscoli!» Persino dal già citato Oletti, che si vantava di averne appreso «tutti i segreti» e di essere perciò «padrone di tale metodo».

La “lotta giapponese” in Italia

Il 30 maggio 1908 durante le feste organizzate a Roma dalla Società nazionale per il movimento dei forestieri e dall’Istituto nazionale per l’incremento dell’educazione fisica si assisté alla prima dimostrazione tutta italiana di jujitsu. Nell’incantevole scenario di villa Corsini, alle pendici del Gianicolo, «due abilissimi sottufficiali di marina diedero una dimostrazione della teoria e della pratica della lotta giapponese» sotto lo sguardo attento del ministro Mirabello. Pochi giorni dopo, evidentemente incuriosito, Vittorio Emanuele III volle che l’esibizione fosse ripetuta nei giardini del Quirinale.

Nel giugno 1909, durante la seconda festa sportiva organizzata a Roma dall’INIEF, all’Arena Nazionale si tenne una nuova dimostrazione. Presentati dal 2° capo torpediniere Emanuele Vegliante, si esibirono il capo timoniere Giuseppe Guzzardi e il capo cannoniere Romolo Scarinei (Vegliante e Guzzardi erano gli stessi del 1908 a villa Corsini). La manifestazione questa volta ebbe però minore risonanza.

Nonostante il buon esordio, il cammino del jujitsu fu lento e difficile. Infatti, se si eccettua qualche articolo o conferenza, una timida proposta dell’INIEF e i generosi ma vani tentativi del lottatore bresciano Cristini, della «Via della cedevolezza» non si parlò davvero molto nel nostro paese.

Risale al 1911 il primo libro italiano che si occupò, per quanto sommariamente, di jujitsu: *Pugilato e Lotta libera per la difesa personale*, edito da Ulrico Hoepli. Ma l’autore, il giornalista sportivo Alberto Cugnet, si limitava a riportare ampi brani della già citata opera di Cherpillod. Cugnet volle tornare sull’argomento appena un anno dopo, dedicando ampio spazio alla lotta giapponese nel suo libro *Le lotte libere moderne*, ancora nelle edizioni Hoepli.

Quale “contorno” al Torneo delle Nazioni di lotta, disputato al teatro Eden di Milano dal 16 gennaio al 15 febbraio 1911, il giapponese Akitaro Ono sostenne svariati combattimenti di jujitsu,



Umberto Cristini (1878-1915) al tempo della guerra anglo-boera



Esibizione di jujitsu a Roma (Villa Corsini, 30 maggio 1908), dalla “Tribuna illustrata”, giugno 1908

promettendo 200 lire di premio a chi avesse saputo resistergli per due minuti: è ovvio che vinse sempre e con facilità. Ma tra i suoi avversari **Umberto Cristini** dimostrò «inconfutabilmente di essere uno specialista finissimo dell'arte nipponica della difesa personale», tanto che pochi giorni dopo il loro incontro, Ono e Cristini furono invitati ad una nuova esibizione.

Dal 1° marzo 1911 i milanesi poterono assistere per alcuni giorni agli incontri di jujitsu, sumo e *gominuki* disputati al Trianon da 24 atleti nipponici, che vennero anche al teatro Apollo di Roma dall'11 al 20 marzo.



Allenamenti di jujitsu-judo alla SCMEF di Roma

Commentava Cougnet: «Sono esibizioni d'una straordinaria suggestività e che dimostrano una tecnica ed un'abilità molto superiore a quella della greco-romana, cristallizzatasi, da due millenni, in formule combattive ed estetiche, ma di poca o nulla praticità come difesa personale». Il 9 marzo al Trianon il solito Cristini resisté ben otto minuti all'esperto Atagawa. A Milano vanno anche ricordate le sue sfide ai lottatori professionisti Ambrogio Andreoli (al teatro Lirico) e Giovanni Raicevich (al Trianon) nel tentativo di dimostrare la superiorità del jujitsu sulla lotta greco-romana.

Poi, complice la guerra e la morte di Cristini (ufficiale della brigata Garibaldi, cadde eroicamente nelle Argonne), per molti anni sulla lotta giapponese calò il silenzio. E un totale disinteresse mostrò la Federazione Atletica Italiana, che allora si occupava di lotta greco-romana, pugilato e sollevamento pesi, ma non voleva sentir parlare di lotta libera, soprattutto di *catch* o di jujitsu. Il lavoro compiuto non fu comunque inutile: secondo Tommaso Betti Berutto, infatti, i marinai che avevano appreso il jujitsu in Estremo Oriente vennero utilizzati per addestrare i Caimani del Piave durante la Grande Guerra. Proprio il conflitto mondiale fece comprendere non solo la necessità di diffondere l'educazione fisica nell'esercito, ma anche l'utilità di disporre di reparti speciali, esperti nel combattimento corpo a corpo.

Nel primo dopoguerra due eventi avvicinarono Italia e Giappone, rinverdendo vecchi legami di amicizia: il raid aereo Roma-Tokyo, pensato da Gabriele d'Annunzio ma realizzato dal tenente Arturo Ferrarin tra il febbraio e il maggio 1920, e la visita a Roma del principe ereditario Hirohito nel luglio 1921. Gli avvenimenti, largamente reclamizzati dalla stampa, ridestarono l'interesse della gente per l'impero del Sol Levante, per i suoi costumi e per le sue efficacissime tecniche di combattimento. Così, sul finire del 1921, il capo cannoniere di prima classe **Carlo Oletti**, fu chiamato a dirigere i corsi di jujitsu introdotti alla Scuola Centrale Militare di Educazione Fisica a Roma, di cui era comandante il colonnello Giulio Cravero. La Scuola, istituita con R.D. 20 aprile 1920, ebbe sede nei locali del Tiro a Segno Nazionale alla Farnesina, segnalandosi subito all'attenzione generale.

Da quel momento le iniziative si susseguirono numerose e per un decennio Oletti (già imbarcato sull'incrociatore *Vesuvio*) fu l'animatore instancabile dell'attività judoistica nella capitale. Nel 1922 insegnò nella palestra della Giovane Italia in via della Consulta (nei pressi del Quirinale)

e dal gennaio 1923 cominciò le lezioni alla Cristoforo Colombo in via Tacito, nel quartiere Prati. La Colombo, fondata nel 1906, era presieduta da Giacinto Vermiglio Puglisi.

Per diffondere la disciplina, domenica 30 marzo 1924 i delegati di 28 società o gruppi sportivi civili e militari si riunirono nella palestra della Colombo per costituire la **Federazione Jiu-Jitsuista Italiana**. Il consiglio direttivo, presieduto dal comm. Antonello Caprino, avvocato ed alto funzionario comunale, era composto da 12 membri, tra cui Puglisi (vicepresidente), il marchese Giorgio Guglielmi (membro del CIO), l'avvocato e giornalista Felice Tonetti (vicepresidente del CONI) e Carlo Oletti. Il primo articolo del regolamento tecnico

federale riconosceva «quale metodo ufficiale di Jiu-Jitsu, sia per l'insegnamento che per la pratica, il metodo Kano»; il secondo articolo precisava che la FJJI aveva sede a Roma; il terzo articolo affermava: «La FJJI ha carattere prettamente sportivo, onde è apolitica e non si occupa di questioni religiose». Questo articolo fu depennato nel testo del 1927.

Il 20 e 21 giugno 1924 alla sala Flores in via Pompeo Magno (quartiere Prati) si disputò il primo campionato italiano: suddivisi nelle categorie Esperti e Lottatori, gli atleti si diedero battaglia per la conquista della cintura bianca «con artistica placca» spettante al vincitore. Pierino Zerella, esperto di lotta greco-romana, si aggiudicò il titolo assoluto sfoggiando «doti eccezionali di forza e di agilità»;

il titolo a squadre andò alla Legione Allievi Carabinieri di Roma davanti alla SCMEF e alla Guardia di Finanza. «Il completo successo di tali gare – commentava la stampa – ha confermato l'interesse del pubblico per questo genere di sport, che è mezzo efficace di cultura fisica e di educazione del carattere, mentre insegna pratiche originali di difesa personale e procedimenti strani e tuttora incomprensibili di mezzi per richiamare alla vita», con evidente riferimento al *kuatsu*. Zerella e i Carabinieri riconquistarono il titolo nel 1925.

Nonostante gli sforzi di pochi appassionati, il jujitsu non riusciva a farsi largo tra il grande pubblico. Tra l'altro, dopo le edizioni del 1924, 1925 e 1926 (tutte disputate alla sala Flores), i campionati italiani erano stati interrotti. A nulla era servita, nel 1927, la trasformazione della FJJI in **Federazione Italiana Lotta Giapponese** sotto la presidenza di Puglisi. Ritenendo che la disciplina potesse fare un salto di qualità con una spettacolare manifestazione, il 7 luglio 1928 il quotidiano *L'Impero* organizzò con l'A.S. Trastevere una grande riunione di propaganda nella sala della Corporazione della Stampa in viale del Re (oggi viale Trastevere). La manifestazione ebbe un buon successo



I partecipanti al 1° Corso per maestri di jujitsu-judo con il maestro Oletti (Roma, 1928)



La copertina di un libro di Oletti edito nel 1926

grazie a due presenze non previste: la partecipazione dell'esperto judoka nipponico Mata-Katsu Mori, che si trovava a Roma in veste di pedagogo presso la famiglia del poeta Shimoï, e – soprattutto – l'intervento del Maestro Kano. Questi, venuto a conoscenza dell'iniziativa mentre era a Parigi, non volle mancare all'appuntamento. Fortunatamente per noi, *L'Impero* comprese il valore di quella presenza eccezionale e mandò senza indugio un suo cronista all'hotel Royal in via XX Settembre per conoscere Kano.

Servendosi dell'illustre poeta Harukichi Shimoï quale interprete, nel luglio 1928 Kano rilasciò a *L'Impero* un'intervista preziosa. Ritengo quindi utile trascriverne un brano significativo.

«Il Judo è l'arte di utilizzare col massimo rendimento la forza umana: utilizzare la forza umana vuol dire farle assumere diverse forme e farle raggiungere diversi risultati. Combattere per la gioia di vincere, cercare la robustezza del proprio fisico, coltivare la forza senza perdere nulla in scienza e in intelligenza, migliorare l'uomo rispetto alla vita sociale: ecco i fini che deve avere uno sport che vuole rendersi utile nella vita di una razza e di una nazione. Ed ecco ciò che si propone il Judo, il quale non ha solo lo scopo di educare il corpo, ma vuole anche plasmare moralmente e intellettualmente l'individuo per formarne un ottimo cittadino [...].

Per questo il Judo in Giappone non viene considerato come un'arte, ma come una cultura, che oltre ad offrire un'utilità immediata con la difesa personale per la vita, rinvigorisce i sentimenti migliori dello sportivo e dell'uomo».

Un pubblico numeroso si radunò in Trastevere per assistere a dimostrazioni e combattimenti. La riunione ebbe un «successo lusinghiero», riscuotendo anche il plauso di Kano, che tenne nell'occasione una «conferenza teorico-pratica». I combattimenti più attesi videro due successi del campione giapponese: senza troppi affanni su Mario Cuzzocrea, mentre Roberto Piconi, «ottimo elemento e lottatore completo, mise a dura prova il virtuosismo di Mata-Katsu Mori nell'incontro che chiuse la brillante serata». Mori si trattenne per qualche tempo nella capitale, insegnando jujitsu-judo presso la Società Ginnastica Roma.

Pochi giorni dopo la manifestazione a Trastevere si svolsero alla SCMEF i primi esami per l'attribuzione della qualifica di Maestro. Quindi, nel giugno 1929, si disputò a Roma il quarto campionato italiano. Ma il trasferimento di Oletti a La Spezia nel 1930, nonostante le manifestazioni caparbiamente organizzate dalla Colombo, raffreddò non poco gli entusiasmi. Nel febbraio 1931, per di più, la FILG venne sciolta e la sua attività inquadrata nella **Federazione Atletica Italiana** (fondata nel 1902 dal marchese Luigi Monticelli Obizzi), provocando l'inesorabile declino del jujitsu.



Kano con Carlo Oletti, Giacinto Vermiglio Puglisi e Mata-Katsu Mori (seduti); il poeta Harukichi Shimoï e il cronista de *L'Impero* (in piedi)

primi regolamenti

Mi pare a questo punto interessante esaminare qualche curiosità emersa dalla lettura dei primi regolamenti federali.

Secondo il regolamento della Federazione Jiu-Jitsuista Italiana (**1924**) i praticanti si dividevano in Maestri (cintura nera), Esperti (blu) e Lottatori (bianca), distinti in professionisti e dilettanti. Si diveniva Maestro o Esperto, abilitati all'insegnamento e all'arbitraggio, superando gli esami annuali banditi dalla FJJI. Cinque erano le categorie di peso: piuma (fino a 60 kg), leggeri (fino a 70), medi (fino a 80), medio-massimi (fino a 90), massimi (oltre 90). Gli incontri, sia per dilettanti che per professionisti, si disputavano in tre riprese di durata complessiva non superiore a trenta minuti – con intervalli di due minuti – tra atleti aventi la stessa qualifica e peso. Risultava vincitore chi si aggiudicava almeno due riprese, ma l'arbitro poteva sospendere il combattimento per resa o manifesta inferiorità tecnica di uno dei contendenti. Ai professionisti era consentito di mettere in palio il titolo in combattimenti al di fuori delle gare organizzate annualmente dalla Federazione.

La materassina, «imbottita di lana, crine o segatura», misurava non meno di 4 metri per lato (con spazio libero circostante di almeno un metro) e appoggiava su pavimenti di legno. Gli atleti indossavano la casacca bianca e i calzoncini. Erano facoltative le calze e le ginocchiere elastiche, vietate le scarpe. Per effettuare il saluto, obbligatorio «all'inizio del primo assalto e al termine dell'ultimo», gli avversari si disponevano agli angoli opposti della materassina, appoggiavano sul tappeto le mani e il ginocchio destro, quindi eseguivano un inchino con la testa; in caso di sfida, lo sfidante batteva la mano destra sul tappeto. Proiezioni e immobilizzazioni erano valide solo se effettuate all'interno della materassina. Il regolamento vietava le prese alle dita di mani e piedi, nonché i colpi con qualsiasi parte del corpo, ma consentiva strangolamenti «con gli avambracci, con le gambe e con i baveri», oltre a compressioni con le gambe «ai fianchi, all'addome e allo stomaco».

Le sanzioni disciplinari consistevano in: ammonizione, sospensione fino a due mesi, sospensione fino a sei mesi, espulsione.

Secondo le norme dello statuto-regolamento approvato nel **1927** i praticanti furono divisi in Maestri Arbitri (cintura nera), Esperti Arbitri (blu), Lottatori professionisti (rossa) e Lottatori dilettanti (bianca). Le categorie di peso divennero sei: minimi, piuma, leggeri, medi, medio-massimi e massimi. Il combattimento poteva essere «semplice» o «vero». Il primo consisteva «nell'atterrare con un colpo o controcolpo il proprio contendente facendogli toccare anche una spalla sul tappeto, oppure tenerlo immobilizzato con una o tutte e due le spalle allo stesso per 30 minuti secondi». Il combattimento «vero», in più, consentiva strangolamenti e leve «da qualsiasi posizione». La durata dei combattimenti, sempre in tre riprese con intervalli di due minuti, fu ridotta a 15 minuti per i dilettanti e 21 minuti per i professionisti. L'ultimo articolo del regolamento stabiliva che ogni incontro fosse improntato «al più alto senso cavalleresco e, più che una dimostrazione di forza, doveva essere lo sfoggio dell'intelligenza e della tecnica acquisita nel metodo».

Lo statuto-regolamento della FAI approvato dal CONI nel gennaio **1933**, per la lotta giapponese prevedeva le stesse norme del 1927. Va tuttavia rilevato un cambiamento importante: il termine «Jiu-Jitsu Jùdò» era stato sostituito dal semplice «Jùdò».

Verso la catastrofe bellica

Kano morì sul piroscampo Hikawa-Marù la notte tra il 4 e il 5 maggio 1938, mentre tornava in patria dopo aver presenziato al congresso del CIO svoltosi al Cairo. Non assistette quindi né alla malinconica rinuncia del Giappone a ospitare le Olimpiadi del 1940, né alla disfatta militare del suo paese. Tuttavia, quasi presagisse la tempesta, aveva lasciato una specie di testamento spirituale ai judoisti di tutto il mondo, così riferitoci dal Maestro Koizumi:

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



Jigoro Kano sul piroscampo *Hikawa Maru* a Vancouver nel 1938: è la sua ultima foto

Dopo un lunghissimo silenzio, il 14 giugno 1942 ebbe inizio alla Scuola di polizia di Caserta il 1° Corso allenatori di lotta giapponese, diretto da **Francesco Cao**, che aveva abitato a lungo in Giappone, ottenendovi la cintura nera. I 19 atleti selezionati agli esami del 30 luglio presero parte al Corso di perfezionamento inaugurato il 3 settembre alla Scuola di Polizia di Roma.

Gli appunti di Cao, pubblicati nel 1943 dal Ministero dell'Interno, non parlavano più di jujitsu, ma di judo. E indubbiamente nell'opuscolo si riscontrava una chiara conoscenza dello "stile Kodokan", persino nell'uso dei termini giapponesi appropriati. Cao descrisse con minuzia il «saluto», le «posizioni»,

gli «spostamenti», gli «squilibri», le «cadute», suddividendo le tecniche secondo lo schema ancora oggi adottato. Il "vero" judo faceva quindi capolino in Italia proprio nel momento più tragico della nostra storia recente.

Giovanni Valente, insediatosi alla presidenza federale nel luglio 1941, organizzò inoltre il Trofeo del Giudò (*sic*) in categoria unica, concluso a Venezia il 5 luglio 1943 con la vittoria di Enzo Fantoni su Marino Cipolat (ambidue agenti di P.S. del Centro di Milano). Venne anche bandito un nuovo campionato assoluto, da disputare a Roma in ottobre (l'ultimo risaliva al 1929), ma le drammatiche vicende succedute al 25 luglio 1943 arrestarono nuovamente il cammino del judo italiano.

Con il decreto 2 agosto 1943 il Partito Nazionale Fascista veniva soppresso e il CONI era posto alle dipendenze della Presidenza del Consiglio dei Ministri. Pochi giorni dopo il maresciallo Badoglio nominò commissario del CONI il conte Alberto Bonacossa, che il 12 agosto assunse anche la presidenza di tutte le Federazioni Sportive. Poi venne l'8 settembre, quindi l'occupazione tedesca, la costituzione della Repubblica Sociale Italiana, la Resistenza e, finalmente, la Liberazione. Per la lotta giapponese, tuttavia, i giorni erano sempre bui.

La ripresa nel dopoguerra

Solo nel 1947 si ebbe una ripresa dell'attività con la nomina di una commissione tecnica presieduta da Alfonso Castelli, segretario generale della **Federazione Italiana Atletica Pesante** (FAI fino al 1933). La commissione incontrò molti ostacoli per i contrasti sorti tra i suoi membri, ciascuno dei quali «asseriva di essere l'unico depositario del vero metodo» (ALFONSO CASTELLI), anche se soltanto Alfredo Galloni fu poi irremovibile nella sua intransigenza, fondando una Federazione separata, la FIJJJ.

Il primo campionato nazionale del dopoguerra si disputò a Lanciano nei giorni 1 e 2 maggio 1948. A contendersi la vittoria nelle cinque categorie furono 29 atleti di 9 società: cinque di Roma (CUS, Excelsior, Fronte della Gioventù, Poligrafico, YMCA), due di Lanciano, una di Bari e una di Varese. I titoli individuali andarono ad Adriano Battisti (piuma), ad Augusto Ceracchini (leggeri), a Carlo Mazzantini (medi), ad Amerigo Santarelli (medio-massimi) e a Vincenzo Fanelli (massimi). Nella classifica per società fu prima la S.G. Angiulli di Bari, diretta dal maestro Franco Scioscia, davanti all'U.S. Excelsior e al CUS Roma, allenate da Romolo Stacconi e Arnaldo Santarelli. In occasione del campionato si riunì la commissione tecnica, che prese atto delle dimissioni di Castelli, eleggendo presidente Stacconi.

Durante il III Congresso della FIAP, tenuto a Genova il 16 e 17 ottobre 1948, Giorgio Giubilo fu confermato presidente e Castelli segretario generale. Il congresso approvò il nuovo statuto federale, che contemplava tra gli organi centrali il **Gruppo Autonomo Lotta Giapponese** (trasformato in Gruppo Autonomo Judo nel 1951). Sciolta la commissione tecnica il 29 ottobre, l'assemblea del GALG svoltasi a Roma il 14 novembre elesse presidente **Aldo Torti**, segretario

Arnaldo Santarelli, consiglieri Tommaso Betti Berutto e Alfredo Cardarelli. Rintracciato dall'ex allievo Betti Berutto ad Angera, sul lago Maggiore, il 18 gennaio 1949 Carlo Oletti accettò la presidenza onoraria «e con la sua autorità rese possibile la riunificazione generale di tutte le forze judoistiche italiane» (A. CASTELLI). Nel congresso del GALG tenuto il 29 marzo, infatti, il numero dei consiglieri fu portato a quattro con l'inclusione di Roberto Piconi e del "pentito" Galloni.

Per la stesura del testo definitivo del regolamento tecnico fu nominata una commissione presieduta da Oletti e composta da Galloni, Piconi, Porceddu, Ramella, Scioscia e Stacconi. Il regolamento, tra l'altro, divideva i praticanti in tre categorie: allievi (cintura bianca), lottatori di III, II o I serie (cintura verde, rossa o marrone), maestri (cintura nera). Il 1° dan venne riconosciuto a 7 maestri, il 2° dan a 11, il 3° dan a 9, e precisamente a Giulio Bovi, Francesco Cao, Mario Cuzzocrea, Oronzo Donno, Alfredo Galloni, Ennio Marchionni, Lucio Migiara, Michele Savarino e Franco Scioscia.



Aldo Torti, Jakob Nauwelaerts de Age, Maurizio Genolini e Anton Geesink in una foto del 1956



Il manifesto del CE disputato a Milano nel 1961

Nasce l'Unione Europea di Judo

In occasione dell'Olimpiade del 1948, per iniziativa del Budokwai di Londra, fu convocata una conferenza internazionale presso il New Imperial College a South Kensington. Si decise la costituzione dell'**Unione Europea di Judo**, di cui fu eletto presidente l'inglese Trevor P. Legget, l'unico non giapponese graduato 5° dan. Il 29 ottobre 1949 si riunì a Bloemendaal, in Olanda, il II Congresso dell'UEJ, che approvò lo statuto e il regolamento tecnico, ripreso da quello del Kodokan. Torti fu eletto presidente, Castelli segretario, Galloni tesoriere, e la sede venne trasferita a Roma. «Era la prima Federazione internazionale – anche se modesta – presieduta da un italiano e con sede in Italia, dopo la guerra» (A. CASTELLI). Davvero una grande soddisfazione dopo tanti momenti bui.

Il 29 ottobre 1950 si svolse a Venezia il III Congresso dell'UEJ, che confermò Torti presidente e Castelli segretario. Il IV Congresso si tenne a Londra il 2 luglio 1951. Ispirato dalla Francia, il Kodokan di Tokyo inviò un messaggio nel quale proponeva di trasformare l'UEJ in una Federazione internazionale sotto la presidenza di Risei Kano, figlio di Jigoro, e con sede nella capitale nipponica. Sulla trasformazione «l'Italia era d'accordo ed aveva anzi preparato uno statuto che venne approvato con poche modifiche. Ma non era d'accordo nel consegnarsi mani e piedi legati ai giapponesi, perché riteneva che ciò costituisse un ostacolo alla realizzazione del massimo programma, che era quello di far ammettere il judo alle Olimpiadi. La maggiore accusa che il C.I.O. faceva al judo, infatti, era quella di essere uno sport nazionale giapponese e non uno sport universale. Consegnandosi ai giapponesi si sarebbe rafforzata questa opinione. / Gli italiani si opposero con tutte le loro energie e, per quella volta, riuscirono a spuntarla» (A. CASTELLI). La neonata **Federazione Internazionale di Judo** elesse Torti presidente e Castelli segretario, ma nel settembre 1952, al congresso di Zurigo, la presidenza passò a Kano e la sede si trasferì a Tokyo. Torti fu però posto a capo della ricostituita UEJ.

Già alla fine del 1951, tuttavia, Castelli si era dimesso da segretario della FIJ. Tra l'altro contestava alla Francia di offrire la presidenza della Federazione ai nipponici prima ancora della loro adesione al nuovo organismo. Il *casus belli* consisteva nelle categorie di peso. L'Italia ne era la principale sostenitrice, mentre la Francia si dichiarava nettamente contraria, rifacendosi alla concezione orientale. I nostri rappresentanti sapevano, e i fatti lo hanno ampiamente dimostrato, che «la romantica storiella dell'uomo piccolo e debole che può abbattere il colosso è vera solo quando l'uomo piccolo e debole conosce benissimo il judo e il colosso non lo conosce affatto. Ma nel campo agonistico, quando entrambi gli atleti sono tecnicamente preparati, il colosso non ha nessuna difficoltà a sbatacchiare per aria l'uomo piccolo, anche se questi non è affatto debole. In tali condizioni ostinarsi a dare l'ostracismo alle categorie di peso significava chiudere gli occhi davanti alla realtà» (A. CASTELLI).



Nel settembre 1951 la Nazionale esordì a Salisburgo nella Mitropa Cup. La nostra squadra, composta da Cesare Canzi,

Ken Otani (nato a Tokyo nel 1920) e Tommaso Betti Berutto (1909-1990)



Nicola Tempesta (nato a Napoli nel 1935)

Augusto Ceracchini, Mario Sarrocco, Elio e Virgilio Volpi, fu sconfitta 8-2 dall'Austria e 7-3 dalla Germania. Il 5 e 6 dicembre 1951, al Palais des Sports di Parigi, si disputò la prima edizione dei campionati europei di judo (senza categorie di peso, introdotte però l'anno successivo): Elio Volpi conquistò la medaglia di bronzo tra le cinture marrone, dietro il francese Dupré e l'olandese Geesink. Ancora medaglie di bronzo con Volpi (2) e Pio Gaddi nel 1952 a Parigi, con Maurizio Cataldi e Nicola Tempesta nel 1954 a Bruxelles. Nell'ottobre 1953 vincemmo la prima medaglia a squadre ai campionati europei: a Londra fummo terzi dietro Olanda e Francia. Al contemporaneo congresso dell'UEJ Maurizio Genolini fu nominato per acclamazione segretario generale.

Il 5 ottobre 1952 si costituì il Collegio delle Cinture Nere: presidente onorario era Oletti, presidente effettivo Arnaldo Santarelli, segretario Tommaso Betti Berutto.

L'1 e 2 novembre 1952 si svolse a Trento il VI Congresso della FIAP, che vide il vicepresidente Giovanni Valente superare il presidente in carica Giubilo per 134 voti contro 132. Come ho già ricordato, a Valente si doveva la ripresa del judo tra il 1941 e il 1943, quindi la sua elezione fece nascere giustificate speranze. Qualche mese dopo un altro avvenimento galvanizzò i judoisti italiani: su invito del Kodokan Club di Roma, nel 1953 venne nel nostro paese il Maestro **Ken Noritomo Otani**, allora 5° dan (seguito nel 1956 da Tadashi Koikè), che contribuì in maniera decisiva allo sviluppo del judo in Italia.

Le speranze riposte in Valente, tuttavia, andarono presto deluse. Dal 31 ottobre al 1° novembre 1953 si svolse a Rimini il VII Congresso federale, che soppresse il Gruppo Autonomo Judo inquadrando il judo tra le discipline della FIAP, «a parità di doveri, ma non ancora di diritti» (A. CASTELLI). Dopo lo scioglimento del GAJ, alla guida del judo si susseguirono diversi commissari finché, nel 1956, tutti i poteri tecnici si concentrarono nelle mani di Genolini. In quell'anno si disputò a Tokyo il primo campionato mondiale, in categoria unica, vinto dal nipponico Natsui. L'Italia, assente alla prima e alla seconda edizione (ancora a Tokyo, nel 1958), prese parte alla terza edizione del Mondiale (Parigi, 1961), l'ultima in categoria unica, ottenendo un 5° posto con Remo Venturelli.

Al campionato continentale svoltosi a Rotterdam nel novembre 1957, **Nicola Tempesta** conquistò la prima medaglia d'oro nella disciplina. La seconda l'ottenne quattro anni dopo all'Europeo disputato al Palazzo Lido Sport di Milano dall'11 al 13 maggio 1961. Tempesta vinse nella categoria "quarti dan", Fiocchi fu terzo nei leggeri e l'Italia terza nella gara a squadre. Ai campionati d'Europa il judoka napoletano ha vinto complessivamente 2 medaglie d'oro, 6 d'argento e 5 di bronzo, di cui quattro nel torneo a squadre.

Nel 1962 al campionato giapponese di judo furono introdotte per la prima volta le categorie di peso: leggeri, medi e massimi. Anche all'Europeo del 1963, abolite le gare per *dan*, si tenne conto soltanto delle categorie di peso. Dopo tante polemiche si riconosceva così implicitamente la validità delle proposte avanzate dall'Italia in seno all'UEJ e alla FIJ.

Il Judo alle Olimpiadi

La XVIII Olimpiade si disputò a Tokyo (10-24 ottobre 1964). Come stabilito durante la sessione del CIO tenuto a Roma nell'agosto 1960, per la prima volta nel programma figurava il judo con 3 categorie di peso (68, 80 e +80 kg) più l'*open*.

Nel judo scesero in campo 27 nazioni e 74 atleti, tra cui i nostri Bruno Carmeni (campione italiano 1961 e 1964) e Tempesta (campione europeo 1957 e 1961), eliminati nelle qualificazioni.

Il torneo olimpico di judo era valido anche quale campionato del mondo (il quarto, dopo quelli del 1956, 1958 e 1961). Il Giappone, patria del judo, vinse tre titoli con Nakatani (68 kg), Okano (80) e Inokuma (+80), mentre il gigante olandese Anton Geesink (altezza 198 cm, peso 121 kg) conquistò l'oro nell'*open* battendo Akio Kaminaga per immobilizzazione a terra dopo 9'22". Un silenzio di ghiaccio scese sulla Nippon Budokan Hall stipata da 15.000 spettatori, anche se la sconfitta non doveva risultare del tutto inaspettata, visto che l'olandese era campione europeo e mondiale in carica e aveva già sconfitto Kaminaga nelle qualificazioni. Geesink concluse la sua straordinaria carriera sportiva dopo aver vinto il terzo titolo mondiale a Rio de Janeiro nel 1965 e il 23° titolo europeo a Roma nel 1967.

L'insuccesso di Tokyo accrebbe la situazione di disagio all'interno della FIAP: la fronda che si levava con sempre maggior vigore contro di lui, spinse Valente a rassegnare le dimissioni con una lettera indirizzata a Giulio Onesti il 25 novembre 1964. Si concludeva così, dopo 12 anni, la seconda presidenza di Valente, al quale successe Carlo Zanelli.

Nel 1974 la FIAP cambiò il proprio nome in **Federazione Italiana Lotta Pesì Judo** (FILPJ), che fu guidata da Zanelli fino al 1981. La XVIII Assemblea nazionale, svoltasi al Jolly Hotel di Roma il 29 marzo 1981, elesse presidente **Matteo Pellicone**, tuttora al timone della FIJLKAM.

Il 23 ottobre 1966 le donne disputarono a Milano il primo campionato italiano (5 le categorie) e in dicembre la Nazionale femminile debuttò sconfiggendo la Cecoslovacchia a Kromeriz.

Nel 1970 furono istituiti corsi obbligatori di qualificazione e aggiornamento per gli insegnanti tecnici di judo: il primo, intitolato a Jigoro Kano, s'inaugurò all'Acqua Acetosa di Roma il 20 aprile alla presenza di Onesti, Zanelli e Ceracchini. Tra i docenti ricordo lo stesso Ceracchini, Genolini, Gaddi, Otani e Koikè.

Appoggiato da Zanelli e assistito da Genolini, nel 1971 Ceracchini varò l'Accademia Nazionale Italiana di Judo, la cui sede venne fissata nella foresteria del Velodromo Olimpico all'EUR. Il 30 aprile Zanelli ne annunciò la nascita alla stampa e il 12 settembre i primi 14 allievi iniziarono le lezioni.

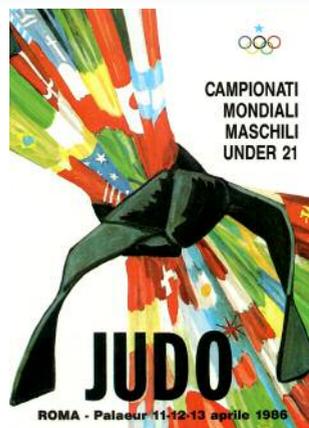


La Nazionale di judo all'Olimpiade del 1984 con il DT Franco Capelletti e l'allenatore Masami Matsushita

L'Olimpiade del 1976 si disputò a Montreal (17 luglio - 1° agosto). La prima medaglia dell'Italia nel judo fu conquistata da **Felice Mariani**, terzo nei leggeri. Direttore tecnico era Silvano Addamiani, in carica dal 1968. Mariani vinse tre titoli europei nel 1978, 1979 e 1980. Solo Laura di Toma, in Italia, ne vanta altrettanti.

L'Olimpiade del 1980 si disputò a Mosca (19 luglio - 3 agosto). Va ricordato il boicottaggio attuato dagli USA e da molti altri paesi a causa dell'invasione sovietica dell'Afghanistan. Il governo italiano si pronunciò contro la nostra partecipazione, il CONI a favore con larghissima maggioranza (29 sì, 3 no, 2 astensioni). Il governo, allora, decise d'impedire la trasferta a tutti gli atleti inquadrati nelle Forze Armate.

Il finanziere Mariani, all'epoca in gran forma, dovette rinunciare alla magnifica occasione. Il carabiniere **Ezio Gamba**, invece, chiese il congedo e partì per Mosca accompagnato dal suo maestro, Franco Capelletti, all'epoca anche direttore tecnico nazionale. Gamba giunse alla finale nei 71 kg contro il britannico Neil Adams, sconfiggendolo. Gamba nel 1982 vinse il titolo europeo (il 6° maschile dell'Italia) e nel 1984 la medaglia d'argento all'Olimpiade di Los Angeles, sorprendentemente battuto in finale dal coreano Ahn dopo quattro *ippon* ottenuti in appena 4 minuti.



Il manifesto del CM juniores disputato a Roma nel 1986

Il primo campionato europeo femminile si disputò a Monaco di Baviera nel 1975, il secondo a Vienna l'anno seguente e **Laura Di Toma** vinse il titolo nell'*open*. Colse altri due successi: nel 1980 a Udine e nel 1983 a Genova.

Alla prima edizione dei mondiali femminili, disputata al Madison Square Garden di New York il 29-30 novembre 1980, **Margherita De Cal** conquistò l'oro nella categoria oltre 72 kg. Vinse anche due volte il campionato continentale, nel 1980 (Udine) e 1981 (Madrid).

Maria Teresa Motta, campionessa d'Europa a Genova nel 1983, si aggiudicò il titolo mondiale nel 1984 a Vienna (+72 kg).



Un poker d'assi all'Olimpiade di Sydney nel 2000: Maddaloni, Scapin, Pierantozzi e Giovinazzo

Nel 1988 il judo femminile fu introdotto alle Olimpiadi quale sport dimostrativo: la nostra **Alessandra Giungi**, campionessa europea proprio quell'anno a Pamplona (si ripeté nel 1995 a Birmingham), conquistò la medaglia di bronzo nei 52 kg. Nel 1991, a Barcellona, si aggiudicò anche il titolo mondiale.

Ai Giochi del 1992 **Emanuela Pierantozzi**, campionessa mondiale nel 1989 e nel 1991 nonché campionessa europea nel 1989 e nel 1992, vinse l'argento nei 66 kg. All'Olimpiade del 2000 si guadagnò una medaglia di bronzo nei 78 kg.

Nel 1996 furono due le medaglie conquistate nel judo: l'argento di **Girolamo Giovinazzo** (campione

europeo nel 1994 a Danzica) nei 60 kg e il bronzo di **Ylenia Scapin** (campionessa europea nel 2008) nei 72 kg.

Ai Giochi di Sydney nel 2000 la Federazione colse un grande successo con la medaglia d'oro di **Giuseppe Maddaloni** nei 73 kg e le tre di bronzo di Giovinazzo (66 kg), Scapin (70 kg) e Pierantozzi (78 kg). Maddaloni all'epoca vantava i titoli continentali del 1998 a Oviedo e del 1999 a Bratislava.

All'Olimpiade ateniese del 2004 **Lucia Morico**, campionessa europea l'anno prima a Düsseldorf, conquistò il bronzo nei 78 kg.

Nel 2008, a Pechino, la FIJLKAM ha ottenuto la prima medaglia d'oro nel judo femminile con **Giulia Quintavalle** nei 57 kg; nel 2012, infine, ai Giochi di Londra è arrivato il bronzo di **Rosalba Forciniti** nei 52 kg.



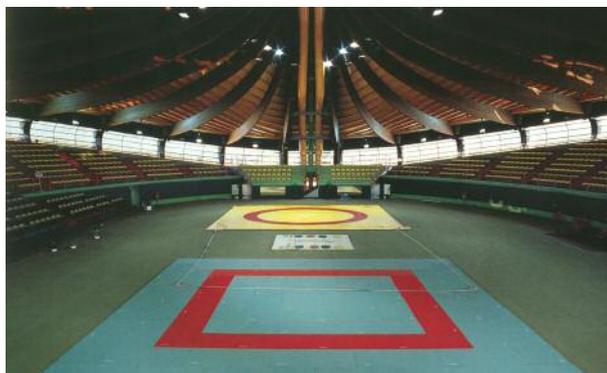
Giulia Quintavalle



La squadra maschile di judo vincitrice del titolo europeo a Madera nel 2001



La squadra femminile di judo vincitrice del titolo europeo a Vienna nel 2010



Il Centro Olimpico di Ostia, intitolato a Matteo Pellicone, fu inaugurato il 18 dicembre 1992 alla presenza del presidente del CONI, Arrigo Gattai. L'inaugurazione del Palazzetto era avvenuta il 25 aprile 1990, presenti Gattai e il sindaco Franco Carraro

Cronologia essenziale del Judo italiano

- 1906 A bordo dell'incrociatore *Marco Polo* alcuni marinai ricevono lezioni di "lotta giapponese"
- 1908 Prima dimostrazione di jujitsu in Italia (a Roma) eseguita dai nostri marinai
- 1921 È istituito un corso di jujitsu alla Scuola Centrale Militare di Educazione Fisica (a Roma)
- 1923 Carlo Oletti, già imbarcato sul *Vesuvio*, insegna alla società Colombo di Roma
- 1924 Nasce a Roma la Federazione Jiu-Jitsuista Italiana
- 1924 1° Campionato italiano (a Roma)
- 1927 La FJJI diviene Federazione Italiana Lotta Giapponese
- 1928 Jigoro Kano viene a Roma per assistere a una dimostrazione organizzata da Oletti
- 1928 Primi esami alla SCMEF per l'attribuzione della qualifica di Maestro
- 1930 Oletti è trasferito a La Spezia
- 1931 La FILG è sciolta e la sua attività viene inquadrata nella Federazione Atletica Italiana
- 1943 Dopo anni d'inattività si disputa il Trofeo del Giudò (*sic*)
- 1948 1° Campionato italiano maschile del dopoguerra (a Lanciano)
- 1948 Nasce il Gruppo Autonomo Lotta Giapponese
- 1948 Nasce l'Unione Europea di Judo
- 1951 Nasce il Gruppo Autonomo Judo
- 1951 1° Campionato europeo maschile (a Parigi)
- 1951 Nasce la Federazione Internazionale di Judo
- 1956 1° Campionato mondiale maschile (a Tokyo)
- 1957 Nicola Tempesta vince a Rotterdam il primo titolo europeo dell'Italia
- 1961 Per la prima volta il Campionato europeo si disputa in Italia (a Milano)
- 1964 A Tokyo il Judo entra provvisoriamente nel programma olimpico (3 categorie + *open*)
- 1966 1° Campionato italiano femminile (a Milano)
- 1971 Il Judo maschile entra nel programma dei Giochi del Mediterraneo
- 1972 Escluso nel 1968, a Monaco il Judo entra definitivamente nel programma delle Olimpiadi
- 1975 1° Campionato europeo femminile (a Monaco)
- 1976 All'Olimpiade di Montreal Felice Mariani vince la prima medaglia dell'Italia nel Judo
- 1976 Laura Di Toma vince a Vienna il primo titolo europeo femminile dell'Italia
- 1980 Margherita De Cal vince a New York il 1° Campionato Mondiale femminile
- 1980 All'Olimpiade di Mosca Ezio Gamba vince la prima medaglia d'oro dell'Italia nel Judo
- 1984 Maria Teresa Motta vince il Campionato mondiale (a Vienna)
- 1986 Si disputa al Palaeur di Roma il Campionato mondiale juniores
- 1988 Il Judo femminile entra nel programma olimpico come sport dimostrativo
- 1989 Emanuela Pierantozzi vince il Campionato mondiale (a Belgrado)
- 1991 Alessandra Giungi ed Emanuela Pierantozzi vincono il Campionato mondiale (a Barcellona)
- 1992 Il Judo femminile entra nel programma delle Olimpiadi
- 1997 Il Judo femminile entra nel programma dei Giochi del Mediterraneo
- 2000 All'Olimpiade di Sydney Giuseppe Maddaloni vince la seconda medaglia d'oro dell'Italia nel Judo
- 2001 La squadra maschile vince il Campionato europeo a Madera
- 2008 All'Olimpiade di Pechino Giulia Quintavalle vince la terza medaglia d'oro dell'Italia nel Judo
- 2010 La squadra femminile vince il Campionato europeo a Vienna

Cronologia essenziale del Giappone

- 660 a.C. È considerata la data di nascita dell'impero giapponese ad opera di Jimmu Tenno.
- 4 a.C. Il tempio che ospita i simboli imperiali (il gioiello, lo specchio e la spada) è trasferito a Ise, dove esiste ancora.
- 645 Costituzione dell'imperatore Kotoku, detta Riforma Taika: nessun nobile può possedere terre personali, che passano tutte in proprietà dello Stato.
- 710 Fondazione di Nara, che diviene la capitale.
- 712 È ultimato il *Kojiki*, la più antica cronaca del Giappone, scritta in cinese come il *Nihongi* (o *Nihon Shoki*), del 720.
- 794 Fondazione di Heiankyo (Kyoto). L'imperatore Kammu vi trasferisce la capitale.
- 1167 Kyomori Taira ottiene la carica di cancelliere, la più importante dell'impero.
- 1180 Ha inizio la guerra Gempei tra i potenti clan Taira (o Heishi / Heike) e Minamoto (o Genji).
- 1184 Yoritomo e Yoshitsune Minamoto battono i Taira a Ichinotani, Yashima e Dannoura.
- 1192 Yoritomo Minamoto è nominato *shogun*. La capitale è trasferita a Kamakura.
- 1199 Alla morte di Yoritomo la moglie Masako, della famiglia Hojo, governa in nome del figlio.
- 1274 Prima invasione mongola (con 150 grosse navi che portano 15.000 guerrieri).
L'attacco è diretto alla baia di Hakata, a nord dell'isola di Kyushu.
Per la prima volta i giapponesi vedono armi da fuoco.
- 1281 Seconda invasione mongola. 40.000 coreani sbarcano nell'isola di Iki (nella baia di Hakata) e massacrano gli abitanti. La flotta cinese con 100.000 guerrieri attracca a Hirado. L'esercito di Takimune Hojo resiste per sette settimane.
Il 25 agosto scoppia una violenta tempesta.
- 1331 L'imperatore Go-Daigo tenta un colpo di stato, che fallisce.
Takauji Ashikaga, autoproclamatosi *shogun*, sconfigge Go-Daigo presso Kobe.
- 1404 Lo *shogun* Yoshimitsu Ashikaga invia ambasciatori alla corte dei Ming.
- 1543 I Portoghesi sbarcano in Giappone e vi introducono l'uso di perfezionati archibugi occidentali, il cui impiego modifica radicalmente la tecnica di guerra.
- 1572 Oda Nobunaga depone e manda in esilio lo *shogun* Yoshiaki Ashikaga, che ha complottato contro di lui.
Stabilisce il suo quartier generale ad Azuchi, dove fa costruire il più grande e splendido castello del tempo, ma non assume il titolo di *shogun*.
- 1582 Parte dal Giappone la prima ambasceria verso l'Occidente (giunge in Italia nel 1585), che fa ritorno nel 1590.
- 1584 Nasce il grande spadaccino Miyamoto Musashi, autore del *Gorin-no-sho*.
Il fondatore del *Niten-ichi-ryu* («Due cieli, una scuola») muore nel 1645.
- 1587 Hideyoshi assesta un colpo decisivo alla pirateria conquistando l'intero Kyushu.
- 1592 Prima spedizione di Hideyoshi in Corea con un esercito di 150.000 soldati.
- 1597 Seconda spedizione in Corea di Hideyoshi, che muore l'anno seguente.
- 1600 Il 21 ottobre Ieyasu Tokugawa sconfigge Hideyori, figlio di Hideyoshi, a Sekigahara, vicino al lago Biwa.
- 1603 Ieyasu riceve dall'imperatore il titolo di *shogun*.
- 1609 Il clan Shimazu di Satsuma conquista le isole Ryukyu con un esercito di 3.000 samurai.

- 1615 Ieyasu conquista il castello di Osaka.
- 1636 I Portoghesi vengono espulsi dal Giappone ed ha inizio la politica isolazionista. I sudditi giapponesi non possono lasciare il paese o, dopo averlo lasciato, farvi ritorno.
- 1641 Concessione olandese a Deshima, piccola isola nella baia di Nagasaki.
- 1702 In dicembre ha luogo il famoso episodio dei 47 ronin, che attaccano il palazzo di Kira Yoshinaka a Edo per vendicare il loro signore, Asato Naganori.
- 1853 L'8 luglio quattro navi statunitensi, comandate dal commodoro Matthew C. Perry, entrano nella baia di Edo.
- 1854 Il 31 marzo viene firmato il trattato di Kanagawa con gli USA. Altri trattati sono firmati con la Gran Bretagna, la Russia, l'Olanda e la Francia.
- 1866 Muore lo shogun, seguito pochi mesi dopo dall'imperatore Komei. I loro successori sono Keiki Tokugawa e Mutsuhito.
- 1867 Il 9 novembre Keiki restituisce nelle mani dell'imperatore la carica di shogun, che Yoritomo Minamoto ha ricevuto per la prima volta nel 1192.
- 1868 I più fanatici sostenitori di Keiki, i samurai di Aizu, si ribellano. Lo scontro decisivo con le truppe imperiali avviene nei pressi di Fushimi, una decina di chilometri a sud di Kyoto. La battaglia dura 3 giorni, dal 28 al 30 gennaio, e vede il successo dell'esercito imperiale. Il 4 luglio i superstiti sostenitori dei Tokugawa vengono annientati a Ueno. Ha inizio l'era Meiji (del «governo illuminato»)
- 1871 Abolizione dei *daimyo* e degli *han*, sostituiti da prefetture. Lo Shinto diviene religione di stato.
- 1872 Saigo Takamori (1827-1877) è nominato comandante in capo delle forze armate.
- 1873 Legge per la coscrizione obbligatoria: la ferma è di 3 anni per tutti i maschi di 21 anni. Viene adottato il calendario solare (gregoriano) al posto di quello lunare.
- 1876 Un editto vieta ai samurai di portare la spada.
- 1877 Saigo Takamori ("l'ultimo samurai") si ribella alle nuove leggi. Il 24 settembre a Kagoshima si scontrano 30.000 samurai e 76.000 soldati dell'esercito regolare: Saigo, sconfitto, si suicida. Gli viene eretto un monumento nel parco di Ueno.
- 1878 Assassinio di Okubo Toshimichi, il "Bismark del Giappone".
- 1884 Il Giappone adotta come fondamentale il meridiano di Greenwich.
- 1889 La Costituzione è promulgata l'11 febbraio, nell'anniversario della fondazione dello Stato giapponese, che il *Nihongi* fa risalire all'11 febbraio del 660 a.C.
- 1895 Il 17 aprile viene firmato il trattato di Shimonoseki tra il Giappone vittorioso e la Cina.
- 1895 È fondato a Kyoto il Dai Nippon Butokukai (Associazione per lo sviluppo delle virtù marziali del Giappone), che nel 1899 ricostruisce il Butokuden (luogo delle virtù marziali).
- 1905 Il 5 settembre viene firmato a Portsmouth (USA) il trattato di pace tra il Giappone vittorioso e la Russia.
- 1912 Muore l'imperatore Meiji. Con Yoshihito ha inizio l'era Taisho (della «grande rettitudine»).
- 1923 Il terremoto devasta Tokyo.
- 1926 Con l'imperatore Hirohito ha inizio l'era Showa (della «pace illuminata»).
- 1941 Il 7 dicembre l'aviazione giapponese attacca Pearl Harbour.
- 1945 Il 2 settembre il Giappone firma la resa sulla nave ammiraglia americana *Missouri* nella baia di Tokyo.
- 1989 Con l'imperatore Akihito ha inizio l'era Eisei (della «pace compiuta»).

Dizionario giapponese

ai	amore, armonia
Amaterasu	dea del sole e progenitrice della casata imperiale
arashi	tempesta > <i>dojo-arashi</i> = tempesta sul <i>dojo</i>
atemi	colpire al corpo (<i>ateru</i> = colpire, <i>mi</i> = corpo)
bakufu	governo della tenda
bakumatsu	declino del <i>bakufu</i> (ultimi anni dello shogunato Tokugawa)
bu	virtù militare
buke	il corrispettivo del nostro cavaliere medievale
bun	virtù civile
bushi	guerriero
bushido	Via del guerriero, codice d'onore dei samurai
chanoyu	cerimonia del tè
chusei	fedeltà
dai	grande > <i>dai-Nippon</i> = il grande Giappone
daimyo	signore terriero, governatore (letteralmente: «grande nome»)
densho	documenti segreti delle scuole di <i>bugei</i>
do (michi)	Via spirituale (<i>dao</i> o <i>tao</i> in cinese)
dojo	luogo dove si apprende la Via
emakimono	pittura di tipo narrativo su rotoli orizzontali
-gi	(suffisso) costume > <i>judo-gi</i>
giri	dovere, in particolare verso un superiore
gokyo	cinque principi
gorin	i cinque principi etici fondamentali (letteralmente: «»)
han	feudo
haniwa	statuette di argilla usate anticamente come ornamento sepolcrale
hara (tanden)	ventre, addome > <i>haragei</i> = arte di concentrare l'energia vitale nell' <i>hara</i>
heimin	gente comune
-ji	(suffisso) monastero, tempio > <i>Shaolin-ji</i> = il monastero di Shaolin
-jidai	(suffisso) epoca > <i>sengoku-no-jidai</i> = epoca dei regni combattenti
jitsu	arte, tecnica
-jo	(suffisso) castello
joseki	lato d'onore
ju	cedevole, flessibile
kabuki	forma vivace di teatro giapponese (il <i>no</i> è una forma sobria e raffinata)
kakemono	rotolo verticale
kami-no-kuni	il paese degli dei (= il Giappone)
kanji	ideogrammi cinesi
katana	spada lunga leggermente curva > <i>te-gatana</i> = mano a sciabola (<i>shuto</i>)
kaze	il vento > <i>kami-kaze</i> = vento divino
ken	prefettura / spada > <i>ken-do</i> = Via della spada
kerai	vassallo

kime	decisione senza riserve
kimono	tipico abito giapponese
kobudo	<i>budo</i> antico
kokoro	cuore, spirito
ku	il vuoto
kuge	nobile di corte
kyu-ba-no-michi	Via dell'arco e del cavallo
manga	schizzo, disegno
Mikado	Augusta Porta (= l'imperatore del Giappone)
mon	stemmi di famiglia
mushin	non-mente; stato di "mente vuota"
ran	ribellione
rei	saluto > <i>ritsu-rei</i> o <i>tachi-rei</i> = saluto in piedi; <i>za-rei</i> = saluto in ginocchio
ryu	scuola > <i>kito-ryu</i> , <i>yoshin-ryu</i> , ecc.
saburau	essere al servizio di un nobile (da cui il sostantivo <i>samurai</i>)
sakura	fiore di ciliegio, considerato il simbolo del <i>Bushido</i>
satori	risveglio; stato di illuminazione della mente
seiza	posizione seduta alla giapponese (sui talloni)
sensei	maestro > <i>sensei-ni-rei</i> = saluto al maestro
seppuku	nome formale dell' <i>harakiri</i> (= tagliare il ventre); suicidio rituale dei samurai
shin	mente, cuore, anima, spirito > <i>yo-shin</i> = cuore di salice
shintou	Via degli dei o <i>kami-no-michi</i> (dal cinese <i>shen-tao</i>); l'antica religione giapponese
shizoku	gentiluomo di campagna
shoen	feudo, proprietà
shogun	comandante in capo (il primo fu Yoritomo Minamoto nel 1192)
sonno joi	«venerare l'imperatore, espellere i barbari» (slogan patriottico)
tai	corpo > <i>tai-sabaki</i> = rotazione del corpo
tenno	sovrano celeste (= l'imperatore del Giappone) > <i>wang</i> in cinese
tenshin	spirito cosmico / ma anche: figlio del Cielo (= l'imperatore del Giappone)
torii	portale all'ingresso dei santuari shintoisti (ha la forma del pi greco: π)
tsuba	guardia della spada: in metallo finemente lavorato, protegge l'impugnatura
-tzu	(suffisso) maestro > <i>Lao-tzu</i> , <i>Sun-tzu</i> , ecc.
ukiyo-e	stampa con matrici di legno (letteralmente: «pittura del mondo fluttuante»)
Yamato damashii	lo spirito del Giappone
yoroi	armatura > <i>yoroi-gumi-uchi</i> = combattimento con l'armatura
yu	coraggio, audacia, generosità
zanshin	attenzione
zen	meditazione

PRONUNCIA

La lettera J si pronuncia G (dolce), la G si pronuncia G (dura), la W si pronuncia U, la Y si pronuncia I. Le lettere CH si pronunciano C (dolce), le lettere SH si pronunciano SC.

Le parole che iniziano con H o K, quando sono precedute da un'altra parola cambiano la H in B e la K in G: HARAI-MAKIKOMI e DE-ASHI-BARAI, KOSHI-WAZA e O-GOSHI. Inoltre, SHI diventa JI: SHIME-WAZA e JUJI-JIME.

Bibliografia sulla storia delle *Arti Marziali*

(dal 1980 ad oggi)

- KENJI TOKITSU, ed. it. *Lo Zen e la via del Karate*, SugarCo, Milano, 1980
- PETER PAYNE, ed. it. *Arti marziali. La dimensione spirituale*, Fabbri, Milano, 1982
- LUIS ROBERT, ed. it. *Judo (La storia del Judo: pp. 7-25)*, SIAD, Milano, 1983
- TOMMASO BETTI BERUTTO, *Da cintura bianca a cintura nera*, NES, Roma, 1985 / 10^a edizione
- GICHIN FUNAKOSHI, ed. it. *Karate Do. Il mio stile di vita*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1987
- OSCAR RATTI e ADELE WESTBROOK, ed. it. *I segreti dei samurai*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1987 / 2^a edizione
- CESARE BARIOLI, *Il grande libro del Karate (La storia: pp. 9-73)*, De Vecchi, Milano, 1988
- PETER LEWIS, ed. it. *Arti marziali*, Rizzoli, Milano, 1988
- HOWARD REID e MICHAEL CROUCHER, ed. it. *La via delle arti marziali*, RED, Como, 1988
- ENNIO FALSONI, *La storia del Karate italiano*, vv. 2 (numeri speciali di "Banzai"), 1989
- ROBERTO FASSI, *Il Karate*, De Vecchi, Milano, 1990 (*La storia: pp. 8-18*)
- LOUIS FREDERIC, ed. it. *Le arti marziali dall'A alla Z*, Sperling & Kupfer, Milano, 1990
- GEORGE W. ALEXANDER, ed. it. *Okinawa: isola del Karate*, Yamazato Publications, Lake Worth - USA, 1991
- Studi su Jigoro Kano*, in *Quaderni del Bu-Sen*, 1, 1991, pp. 27-66
- WALTER LONG, ed. it. *Sumo. La più spettacolare arte marziale giapponese*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1992
- OSCAR RATTI e ADELE WESTBROOK, ed. it. *Aikido e la sfera dinamica*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1992 (ristampa)
- KISSHOMARU UESHIBA, ed. it. *Lo spirito dell'Aikido*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1992 (ristampa)
- JOHN STEVENS, ed. it. *La Via dell'Armonia*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1992
- KENJI TOKITSU, ed. it. *L'arte del combattere*, Luni, Milano, 1993
- MORIHEI UESHIBA, ed. it. *Budo*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1994
- JIGORO KANO, ed. it. *Judo Jujutsu*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1995
- JOHN STEVENS, ed. it. *I Maestri del Budo*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1995
- MICHEL BROUSSE, *Le Judo. Son histoire, ses succès*, Liber, Ginevra, 1996
- PIO GADDI, *L'evoluzione delle regole internazionali per le competizioni di Judo dal 1951 al 1996*, FILPJK, Roma, 1996
- WERNER LIND, ed. it. *Budo. La via spirituale delle arti marziali*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1996
- JIGORO KANO, ed. it. *Fondamenti del Judo* (prefazione di CESARE BARIOLI), Luni, Milano, 1997
- YVES KIEFFER e LUIGI ZANINI, ed. it. *Il Kung fu*, Xenia, Milano, 1997
- Dossier Kata*, in "Arti d'Oriente", 3, luglio-agosto 1998, pp. 32-45
- CESARE BARIOLI, *Il Kung-fu*, De Vecchi, Milano, 1998
- DONN FREDERICK DRAEGER, ed. it. *Le arti marziali giapponesi come discipline spirituali*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1998, vv. 3
- ANTONIO FERRANTE, *Glossario del Judo*, FILPJK, Roma, 1998
- WERNER LIND, ed. it. *Karate*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1998
- MICHEL BROUSSE, *Judo: a Sport and Way of Life*, IJF, Seul, 1999

- KOZO NISHINO, ed. it. *Il respiro della vita. La massima vitalità della forza ki*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1999
- JOHN STEVENS, ed. it. *Guerriero invincibile. La vita straordinaria di Morihei Ueshiba, il fondatore dell'Aikido*, Il Punto d'Incontro, Vicenza, 1999
- Bubishi. La Bibbia del Karate* (ed. it., commentata da PATRICK McCARTHY), Edizioni Mediterranee, Roma, 2000
- Enciclopedia delle arti marziali*, Luni - Samurai, Milano, 2001
- SHOSHIN NAGAMINE, ed. it. *I grandi Maestri di Okinawa*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2002
- KENJI TOKITSU, ed. it. *Il ki e il senso del combattimento*, Luni, Milano, 2002
- KENJI TOKITSU, ed. it. *Vita di Musashi*, Luni, Milano, 2002
- MORIHEI UESHIBA, ed. it. *L'essenza dell'Aikido*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2003
- CESARE BARIOLI, *L'avventura del Judo. Corpo-mente-cuore*, Vallardi, Milano, 2004
- GICHIN FUNAKOSHI, ed. it. *Karate Jutsu*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2004
- MORIHEI UESHIBA, ed. it. *L'Arte della Pace*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2004
- H. IRVING HANCOCK e KATSUKUMA HIGASHI, ed. it. *Jigoro Kano o l'origine del Judo*, Luni, Milano, 2005
- KENJI TOKITSU, ed. it. *Storia del Karate*, Luni, Milano, 2005
- BRIAN N. WATSON, ed. it. *Il Padre del Judo*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2005
- Vibrazioni nella forza. Storia critica delle discipline orientali*, a cura di SERGIO RAIMONDO, La Meridiana, Molfetta, 2007
- MARCO RUBATTO, *Aikido: didattica e pratica*, FIJKAM, Roma, 2008
- CESARE BARIOLI, *Kano Jigoro educatore. Il vero Judo*, Nuove Operazioni Culturali, 2010
- GICHIN FUNAKOSHI, ed. it. *I venti principi del Karate*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2010
- JIGORO KANO, ed. it. *La mente prima dei muscoli. Gli scritti del fondatore del Judo*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2011
- MORIHEI UESHIBA, ed. it. *Il cuore dell'Aikido*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2011

Riviste:

“Athlon”, 1982 (I) - 2014 (XXXIII)

“Samurai”, dal 1976 / nuova serie: 2006 (I) - 2014 (IX)



Il leggendario spadaccino Miyamoto Musashi (ukiyo-e di Utagawa Kuniyoshi)

Alcune pubblicazioni dell'Autore

- Judo, la flessibilità che vince: flectar, non frangar*, in "Lancillotto e Nausica", 1-3, gennaio-dicembre 1989, pp. 128-145
- La lotta giapponese in Italia*, in "Athlon", 1-3, gennaio-marzo 1990, pp. 64-72 e 88
- La lotta giapponese alla Società Ginnastica Roma*, in AA.VV., *Società Ginnastica Roma. 1890-1990: cento anni di sport e amicizia*, Roma, 1990, pp. 84-88
- Marinai anche marziali*, in "Lancillotto e Nausica", 1-2, gennaio-agosto 1991, pp. 68-75
- La rinascita del judo nel dopoguerra*, in "Judo", 4, ottobre 1992, p. 16
- Storia del Judo*, in *Breve prontuario per aspiranti tecnici di Judo*, edito dal Comitato Regionale Laziale di Judo, Roma, 1993, pp. 8-16
- La marina militare italiana in Cina (1906) e la diffusione della "lotta giapponese" in Italia*, in "Rassegna storica del Risorgimento", 3, luglio-settembre 1993, pp. 344-365
- Il judo alle Olimpiadi*, in "Judo", 1, gennaio 1994, pp. 18-19
- Karate. Tra storia e leggenda*, in "Sportivo", 3, marzo 1994, pp. 62-64
- Le radici delle arti marziali in Oriente*, in "Sport mese", 3, maggio 1995, pp. 203-209
- Il contributo della Marina e dell'Esercito alla nascita della lotta giapponese in Italia. Cinquant'anni di storia in Europa (1870-1914)*, in AA.VV., *Lo sport in uniforme* (Atti del convegno internazionale di studi sulla storia dello sport militare, 8 novembre 1997), Roma, 1998, pp. 162-166
- 1948: nasce l'Unione Europea di Judo*, in "Athlon", 10, ottobre 1998, pp. 44-45
- Il primo campionato europeo di judo*, in "Athlon", 12, dicembre 1998, pp. 46-47
- La Via di Marte. Da Bodhidharma a Jigoro Kano*, in "Lancillotto e Nausica", 2-3, maggio-dicembre 1998, pp. 6-21
- Da Shaolin al Giappone*, in "Athlon", 1-2, gennaio-febbraio 1999, pp. 52-54
- I primi regolamenti italiani del judo*, in "Athlon", 4, aprile 1999, pp. 42-43
- FIJLKAM 1902-2002: 100 anni di storia*, Roma, 2002 (sulle arti marziali vedi pp. 12-19)
- Nasceva 80 anni fa la Federazione Jiu-Jitsuista Italiana*, in "Athlon", 11-12, novembre-dicembre 2004, pp. 64-65
- Voce: Judo*, in *Enciclopedia dello Sport*, Istituto Treccani, 2004
- Risale a 100 anni fa il nostro primo contatto con la "lotta giapponese"*, in "Athlon", 8-9, agosto-settembre 2006, pp. 36-38
- Trentasei anni di Campionati mondiali*, in *Il Karate azzurro sul tetto del mondo*, FIJLKAM, Roma, dicembre 2006, pp. 8-15
- Campionati europei e mondiali di Judo*, in *Breve storia del Judo italiano*, FIJLKAM, Roma, 2007, pp. 5-33
- Umberto Cristini*, in "Rassegna storica del Risorgimento", ottobre-dicembre 2007, pp. 569-573
- Il padre del Judo venne nella capitale 80 anni fa. Jigoro Kano a Roma nel 1928*, in "Athlon", 10, ottobre 2008, pp. 49-51
- Jigoro Kano, l'Olimpiade del 1940 a Tokyo e l'ultimo messaggio del barone de Coubertin*, in "Athlon", 9-10, settembre-ottobre 2010, pp. 47-49
- Umberto Cristini. Una vita avventurosa e una morte eroica*, in "Athlon", 1-2, gennaio-febbraio 2011, pp. 39-41

Storia, usi e costumi orientali

- WILLIAM GERALD BEASLEY, ed. it. *Storia del Giappone moderno*, Einaudi, Torino, 1975
- RICHARD STORRY, ed. it. *Samurai. I guerrieri aristocratici*, Istituto Geografico De Agostini, Novara, 1980
- MARCO BERTONA, *Il tempio di Shaolin*, EOS, Novara, 1983
- MIYAMOTO MUSASHI, ed. it. *Il libro dei cinque anelli*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1984 (titolo originale: *Gorin-no-sho*)
- LOUIS FREDERIC, ed. it. *La vita quotidiana in Giappone al tempo dei samurai*, Rizzoli, Milano, 1987
- GIULIA HUTT, ed. it. *Capire l'arte dell'Estremo Oriente*, Mondadori, Milano, 1987
- Giappone*, TCI, Milano, 1988
- Tao-tê-ching* (ed. it. a cura di J.J.L. DUYVENDAK), Bompiani, Milano, 1988
- STEPHEN TURNBULL, ed. it. *Samurai*, Rizzoli, Milano, 1988
- YUKIO MISHIMA, ed. it. *Lezioni spirituali per giovani samurai*, Feltrinelli, Milano, 1990
- STEPHEN TURNBULL, ed. it. *I guerrieri samurai*, Melita, La Spezia, 1991
- STEPHEN TURNBULL, ed. it. *Le battaglie dei samurai*, Melita, La Spezia, 1991
- ARTHUR LINDSAY SADLER, ed. it. *Il codice del samurai*, Edizioni Mediterranee, Roma, 1992
- THOMAS CLEARY, ed. it. *L'arte giapponese della guerra*, Mondadori, Milano, 1993
- YAMAMOTO TSUNETOMO, ed. it. *Hagakure. Il codice segreto dei samurai*, AVE, Roma, 1993 (titolo originale: *Hagakure*)
- ALBERTO ROATTI e STEFANO VERRINA, *La spada giapponese*, Planetario, Bologna, 1994
- SUN TZU, ed. it. *L'arte della guerra*, Newton Compton, Roma, 1994 (titolo originale: *Bingfa*)
- PAOLO BEONIO-BROCCHIERI, *Storia del Giappone*, Mondadori, Milano, 1996
- YUKIO MISHIMA, ed. it. *La Via del samurai*, Bompiani, Milano, 1996
- MARIO POLIA, *Letica del Bushido*, Il Cerchio, Rimini, 1997 (nuova edizione: 2008)
- NELLY DELAY, ed. it. *Giappone: arte e cultura di un impero*, Electa / Gallimard, Parigi, 1999
- ALIDA ALABISO, *Storia del Giappone*, Newton & Compton, Roma, 2001
- LEONARDO VITTORIO ARENA, *Samurai*, Mondadori, Milano, 2002
- ERNEST J. HARRISON, ed. it. *Lo spirito guerriero del Giappone*, Luni, Milano, 2003
- INAZO NITOBÉ, ed. it. *Bushido. L'anima del Giappone*, Luni, Milano, 2003 (titolo originale: *Bushido. The Soul of Japan*)
- TREVOR LEGGET, ed. it. *Lo zen del samurai*, Astrolabio, Roma, 2004
- JOHN STEVENS, ed. it. *Lo zen e la spada*, Luni, Milano, 2004
- KENNETH G. HENSHALL, ed. it. *Storia del Giappone*, Mondadori Milano, 2005
- ROSSELLA MENEGAZZO, *I Dizionari delle Civiltà: Giappone*, Electa, Milano, 2007
- LEONARDO VITTORIO ARENA, *Lo spirito del Giappone. La filosofia del Sol Levante dalle origini ai giorni nostri*, Rizzoli, Milano, 2008
- THOMAS CLEARY, ed. it. *La mente del samurai. Il Codice del Bushido*, Mondadori, Milano, 2009
- SRI ROHININANDANA DAS (ROBERTO FAGIANI), *Lo Shaolin. Mistero e magia dei monaci guerrieri*, Xenia, Milano, 2009
- WILLIAM SCOTT WILSON, ed. it. *Il samurai solitario. Miyamoto Musashi*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2010
- THOMAS CLEARY, ed. it. *La saggezza dei samurai*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2012

*La massima abilità nel disporre le truppe
sta nel non dare forma certa.
La disposizione delle truppe deve somigliare all'acqua.
Come l'acqua, nel suo movimento,
scende dall'alto e si raccoglie in basso,
così le truppe devono evitare i punti di forza e concentrarsi sui vuoti.
Come l'acqua regola il suo scorrere in base al terreno,
così l'esercito deve costruire la vittoria adattandosi al nemico.
Gli eserciti non hanno equilibri di forze costanti,
così come l'acqua non ha forma costante.*

SUN-TZU / SUNZI, *Bingfa*, VI



HIROSHIGE, *Il mare di Satta*



HIROSHIGE, *I gorghi di Naruto*



HOKUSAI, *L'onda a Kanagawa*

Breve storia del Judo

FIJLKAM / Medagliere del Judo

	OLIMPIADI			C. MONDIALI			C. EUROPEI			Giochi del Med.		
	O	A	B	O	A	B	O	A	B	O	A	B
Judo M	2	2	2	0	3	9	10	20	29	20	16	27
Judo F	1	1	6	5	3	8	14	32	48	6	10	7
Judo / Kata				0	8	8	40	31	26			
	3	3	8	5	14	25	64	83	103	26	26	34

Aggiornato al 25 maggio 2014 (dopo il Campionato Europeo di Kata disputato a Lignano S.)



La medaglia di Silvia Girlanda per i 90 anni della FILPJ



La medaglia di Silvia Girlanda per i 100 anni della FIJLKAM



