



## NI – DAN PAWEŁ MAŚLEJ

### WYMAGANIA EGZAMINACYJNE 2016:

#### 4 KYU – PAS POMARAŃCZOWY

*Historia judo – JIGORO KANO i KODOKAN (na podstawie Historia Judo – książka wydana przez Polski Związek Judo w 1996 roku. Z języka angielskiego tekst przełożył Sławomir Tyszkowski, wstępem opatrzył Marek Adam):*

Jigoro Kano urodził się w pierwszym roku Epoki Manen, w październiku 1860 r. w prowincji Hyogo. Był trzecim synem Jirosaku Mareshiba Kano, związanego z rządem wojskowym (szogunatem). W dzieciństwie nazywano go „mały Nobunosuke”, ponieważ był drobny i delikatny. Rodzinę, mieszkającą w Mikage, dobrze znano jako producentów sake, której tajemnicę wyrobu przekazywano z ojca na syna od ponad stu lat.

Najpierw jego ojciec Jirosaku przejął interesy rodzinne, lecz wkrótce sam przestał zajmować się produkcją sake i został urzędnikiem państwowym, dostawcą dla rządu wojskowego. Admiralem japońskiej floty był Kaishu Katsu, który stał się sławny w czasie kapitulacji zamku Edo, zaś Jirosaku był jego bliskim przyjacielem. Admirał miał wielki wpływ na Jigoro. Młodego Jigoro uważano za cudowne dziecko. W szkole miał bardzo dobre wyniki, lecz nie w ćwiczeniach fizycznych. Był mały, jeden z niższych uczniów w klasie i niezbyt silny. Szkolni koledzy zazdroszcząc mu osiągnięć w nauce, mścili się, stale go prowokując: - „Aleś ty słaby, Kano” - mówili - „Jeśli chcesz się bić, chodź tutaj, tchórzliwy Kano”. Kano był wystarczająco sprytny, aby nie reagować na zaczepki.

W 1873 roku Kano opuścił swoich rodziców i został uczniem prywatnej szkoły brytyjskiej z internatem w Shiba - Tokio. Wtedy to zaczął myśleć o ju-jutsu”, ale nie znalazł nauczyciela. Baisei Narai, były samuraj, był częstym gościem u rodziców Kano. Ćwiczył on ju-jutsu u mistrza Tetsushiro Imai ze szkoły Kyushin-ryu. Jigoro prosił go o naukę, ale na próżno. Faktycznie ju-jutsu w owych czasach nie cieszyło się dużym szacunkiem. Na dodatek jego ojciec nie chciał, żeby syn tracił czas na ju-jutsu, lecz kazał mu pilnie przykładać się do nauki. Kano przypomniał sobie wtedy o dozorczy willi swego ojca, Ryuji Katagiri, który znał ju-jutsu. Ale ten odmówił, nie chcąc sprzeciwiać się ojcu młodego Kano. W 1877 roku Szkoła Kaisei i Szkoła Medyczna w Tokio połączyły się, tworząc Uniwersytet Tokijski. Nowy uniwersytet miał cztery fakultety: prawa, nauk ścisłych, literatury i medycyny. Kano wstąpił na wydział literatury. Tego samego roku zarekomendowany przez mistrza Teinosuke Yagi został uczniem Hachinosuke Fukuda ze szkoły Tenshin-shinyo-ryu.

Na wydziale literatury jego kolegami byli: Takaaki Kato przyszły premier i Kumazo Tsuboi - przyszły dziekan tego samego wydziału, ale oni nie interesowali się ju-jutsu. Jedynie Tsunejiro Tomita Jego wiemy służący, ćwiczył wtedy z Kano. Kano musiał trzymać w tajemnicy fakt, że ćwiczy ju-jutsu.

Hachinosuke Fukuda chętnie przyjął Kano na swego ucznia. Wówczas Fukuda miał czterdzieści siedem lub osiem lat, nadal był sprawny i w przeciwieństwie do innych mistrzów, mając małą grupę uczniów, nie zrezygnował z nauczania ju-jutsu. Utrzymywał swoją rodzinę dzięki temu, że był nastawiaczem kości. Fukuda był lepszy w praktycznych ćwiczeniach niż w kata. Nauczał techniki przez ćwiczenie, nie przywiązując wagi do formy. Krótco wyjaśniał ruchy i jego uczniowie ćwiczyli bez teoretycznego przygotowania. Jigoro ćwiczył codziennie, czasem jednak nie było zajęć, Fukuda bowiem chorował. Wtedy Kano ćwiczył z Tsunejiro Tomitą, swoim służącym, który również zapisał się do szkoły Fukudy, albo z innym uczniem. Strój używany wówczas do ćwiczeń nazywał się keikogi, miał krótkie rękawy i krótkie nogawki przypominające obszerne szorty. Kano ćwiczył codziennie, nic dziwnego więc, że był zawsze podrapany, zwłaszcza na łokciach i kolanach. Dlatego też chodził oblepiony plastrami, co było złośliwie komentowane przez kolegów, ale Kano nie zwracał uwagi na docinki. Dużo bardziej martwił go niejaki Kenkichi Fukushima. Człowiek ten ważył dziewięćdziesiąt kilogramów i pracował na targu rybnym, bardzo dobry w ju-jutsu, czasem zastępował mistrza Fukudę, ponadto był bardzo silny. Kano ważył zaledwie pięćdziesiąt kilo. Nigdy nie mógł pokonać Fukushimy.

Kano czytał europejskie podręczniki dotyczące wychowania fizycznego, analizował też techniki sumo - tradycyjnych japońskich zapasów, a nawet boks i gimnastykę. Poszukiwania te były bardzo trudne, wtedy bowiem jeszcze nie istniał japoński termin Taiiku, który znaczy „wychowanie fizyczne”. W Japonii ćwiczone nie tyle dla wzmocnienia ciała, co dla celów wojennych. Nic więc dziwnego, że minister edukacji zalecił wszystkim nauczycielom, aby „naśladowali Europejczyków, którzy - jak mówiono - wykonują ruchy ramionami, chcąc cieszyć się dobrym zdrowiem”. Lecz nie wiedziano, jakie ruchy należy wykonywać. Tych, co służyli w wojsku, proszono, by uczyli swych studentów, tego czego nauczyli się będąc w armii.

Również na uniwersytecie ponownie rozpoczęto ćwiczenia ken-jutsu — szermierki oburęcznym mieczem - po okresie, kiedy uznawano tę sztukę za bezużyteczną na skutek dekretu zabraniającego noszenia dwóch mieczy. Profesorowie dyskutowali, czy należy stosować gekiken, czy też nie. Wiele ciosów zadawano w głowę i w związku z tym obawiano się, że może to być szkodliwe dla mózgu. Jednakże pewien amerykański wykładowca z wydziału medycyny, ćwiczący ken-jutsu, stwierdził, że obawy te są bezpodstawne. Zaproszono Kenkichi Sakakibara, mistrza szermierki, aby nauczał studentów na uniwersytecie. Jedna z sal wykładowych rozbrzmiewała więc teraz krzykami uczniów ćwiczących szermierkę. W 1880 roku Sakakibara i stary nauczyciel ju-jutsu ze szkoły Totsuka zostali zaproszeni, aby dać pokaz sztuk walki na uniwersytecie. Doktor Hiroyuki Kato, rektor uniwersytetu - pragnął rozwijać wychowanie fizyczne, pomyślał więc o zorganizowaniu serii pokazów sportowych i sztuk walki. Tak wspomina to wydarzenie Tsunejiro Inoue, doktor literatury: „Potem zaczęło się randori. Wśród ćwiczących ju-jutsu, którzy obserwowali walki szermiercze, tylko jeden zdecydował się uczestniczyć w randori, a był to Jigoro Kano”. Hrabia Yamada, obecny tam, pogratulował mu, mówiąc: - Cóż za odważny student. Widząc ciebie, możemy wierzyć w witalność naszej młodzieży. Pokaz odbył się w wielkiej sali uniwersytetu, zbudowanej w dziesiątym roku Meiji (1877). W owym czasie gdy odbywał się pokaz, uważano ją za „skromną”, lecz mogła pomieścić tysiąc osób i była jedną z największych w Tokio. Architekci, którzy ją zbudowali, podobno inspirowali się nowymi budynkami w dzielnicy cudzoziemskiej w Yokohamie.

Stary mistrz Totsuka miał ponad osiemdziesiąt lat, towarzyszył mu młody mistrz i czterej „pierwsi uczniowie”. W czasie tego pokazu Kano walczył z największym spośród owych czterech „pierwszych”. Człowiek ten był bardzo silny. Wszelkie ataki Kano nie odnosiły skutku, a kiedy przeciwnik zaczął atakować, Kano zdany był zupełnie na jego łaskę. Kano bronił się z determinacją i po walce stary mistrz i jego uczniowie pogratulowali mu wspaniałej postawy. Dzięki pokazowi i poparciu władz nastąpił renesans ju-jutsu i ken-jutsu. Nie istniały wtedy żadne reguły walki dla ju-jutsu, walczono do momentu, gdy jeden z uczestników się poddał. Przeciwnicy chwyтали się za ubranie, jak chcieli. Było to dość brutalne.

Mistrz Iso Masatomo zmarł w 1881 roku. Jigoro studiował pozostawione przez niego rękopisy. Ponadto odwiedzał mistrzów ju-jutsu, chcąc pogłębić swoją wiedzę. Wykupywał z księgarni rękopisy dotyczące ju-jutsu, aby studiować metody różnych szkół. Mniej więcej w tym czasie poznał mistrza Tsunetoshi Ikubo ze szkoły Kito-ryu, zwanego Kuwakichi. Tsunetoshi to imię, którego używał jako mistrz szkoły Kito-ryu. Miał wówczas czterdzieści osiem lat i był jeszcze całkiem silny. Urodzony w Edo (dawna nazwa Tokio), pochodził ze średniej klasy samurajów. Doskonały następca Motonosuke Takenaka, który założył szkołę Kio-ryu Takenaka-ha, posiadał dojo w Azabu (modnej dzielnicy Tokio) i był bardzo znany jako oficjalny mistrz ju-jutsu pod koniec okresu szogunatu Tokugawy. Upadek szogunatu zakłócił spokojne życie Ikubo. Lojalny wobec ostatniego szoguna który wyjechał do jednej ze spokojniejszych prowincji, przeniósł się także do Shizuoka. Jednakże ze względu na trudności z utrzymaniem rodziny, powrócił do stolicy i podjął pracę jako urzędnik w Ministerstwie Kolei i Poczty.

Mimo swej nie najlepszej pozycji społecznej (w porównaniu z okresem za czasów szogunatu) Ikubo zachowywał się jak samuraj i znosił kłopoty finansowe z obojętnością. Miał pociągłą twarz, oczy jak szparki i ponad 180 cm wzrostu. Zawsze po pracy zaglądał do świątyni Eishoji, aby poćwiczyć ju-jutsu. Był bardzo dobry w tachi-waza; rzuty harai-goshi i rzuty z grupy yoko-sutemi wykonywał doskonale. W randori zwracał uwagę na doskonałość techniczną i na elegancję wykonania. Ikubo zmarł w dwudziestym pierwszym roku epoki Meiji (1888 r.) Pozostawił poważną spuściznę, jeśli chodzi o technikę. Był skromny i nigdy nie uważał siebie za wielkiego mistrza. Kano traktował jak swego przyjaciela. Miał nadzieję, że Kano będzie jego następcą jako mistrz szkoły Kito-ryu. Między innymi z powodu pewnego sentymentu żywionego wobec Ikubo Kano umieścił jedno z kata szkoły Kito-ryu w systemie judo Kodokan, a mianowicie kata zwane Koshiki-no-Kata.

Aby zarobić trochę dodatkowych pieniędzy, Kano zabrał się za tłumaczenie z angielskiego na japoński „Traktatu o etyce”. Czasem pracował nad tłumaczeniem całą noc, bez odpoczynku. Robił to na zlecenie Ministerstwa Edukacji. Płacono mu jednego jena za stronę. Dzięki tym tłumaczeniom udało mu się zbudować dojo o powierzchni dwunastu tatami. (Wymiary tatami: 188 x 94 x 6 cm). Kiedy dojo zostało ukończone, przyjaciele Kano: Kumazo Tsuboi, Kojiro Tatsumi i Chiyomatsu Ishikawa przychodzili tam od czasu do czasu aby poćwiczyć i coraz bardziej uświadamiali sobie, że Kano ćwiczenie ju-jutsu traktuje poważnie, a nie jako hobby.

Kiedy powstał Kodokan? „Ogólna historia Kodokanu” podaje datę 5 czerwca 1882, lecz historia ta została napisana trzydzieści lat później. Pierwsza Księga Przyrzeczeń datuje się na siedemnasty rok Meiji, czyli na rok 1884. Bardziej więc uczciwe będzie stwierdzenie, że narodziny Kodokan Judo sięgają 1884 roku. W okresie gdy Kano mieszkał w Kojimachi Ue-Nibancho, dom jego przypominał dojo ju-jutsu. Było to dojo z dwudziestoma tatami i podwyższeniem, podzielonym na dwie części. Po jednej stronie znajdowały się miejsca dla mistrzów, a po drugiej - dla gości honorowych.

Judo nie było jeszcze wtedy doskonałe, przynajmniej w zakresie teorii. W 1883 roku Kano dzięki TsunetoŃhi Ikubo odziedziczył materiały instruktażowe szkoły Kito-ryu. W tym samym roku zorganizował lekcje ken-jutsu w Instytucie Ministerstwa Edukacji. Kano studiował też rękopisy instruktażowe szkół: Kito-ryu, Tenshin-shinyo-ryu, Toda-ryu, Sekiguchi-ryu i Shibukawa-ryu. Kano dokonał znacznego wysiłku, aby nadać pełną formę swemu nowemu ju-jutsu. W 1884 jego wysiłki i w teorii, i w praktyce przyniosły doskonałe efekty. Wtedy Kano zmienił nazwę ju-jutsu na judo. Później, podczas konferencji zorganizowanej przez Kano w sierpniu 1889 roku, w nowym dojo w Fujimicho, wyjaśnił po raz pierwszy: „W naszym Kodokanie utworzyliśmy zupełnie nową sztukę, różną od innych starych szkół. Zachowaliśmy tylko kilka podstawowych elementów. Dlatego nazywamy tę sztukę Kodokan judo, a nie taką czy inną szkołą; każda szkoła (ryu) ma

bowiem swój początek. Kodokan judo nie ma żadnego początku, jest czymś unikalnym w świecie. Jeżeli w przyszłości jacyś członkowie Kodokanu zapragną stworzyć nową formę judo, będą musieli nazwać ją Kodokan-ryu, ponieważ będzie się ona wywodzić z Kodokanu". W rzeczywistości nikt nie zna dokładnie początków Kodokanu. Ani Tsunejiro Tomita, ani nawet Jigoro Kano nie podają ścisłej daty. Kano początkowo, kiedy rozpoczął ćwiczenie ju-jutsu, nie sądził, że tak bardzo zaangażuje się w tę sztukę walki. Nawet później, kiedy powstał Kodokan-judo, Kano nie przypuszczał, że judo stanie się tak popularne nie tylko w Japonii, ale i na świecie.

Analizując stare rękopisy instruktażowe różnych szkół ju-jutsu i szukając przewodniej zasady całego systemu, Kano systematyzował techniki i doskonalił je od strony przydatności w walce. Trudno stwierdzić, kiedy Kano podjął decyzję o stworzeniu Kodokanu jako efektu swoich przemyśleń i studiów nad ju-jutsu. W swoich pamiętnikach Kano tak wspomina: „Moja radość była wielka, gdy po raz pierwszy ujrzałem mistrza ju-jutsu, a następnie ucznia i w końcu nauczyciela judo. Bardzo niewielu było tych, którzy poświęcili się studiowaniu ju-jutsu, a potem judo od początku swoich ćwiczeń. Jednym z tych niewielu ludzi był Yamaoka". Mimo to Tekki Ogura, bliski znajomy i uczeń Tesshu Yamai, komentując ten fragment wspomnień Kano, mówi: „Tak, Yamaoka ćwiczył judo, lecz bez wątpienia jeszcze nie rozumiał idei judo, gdyż nigdy nie zademonstrował tej sztuki publicznie".

Trzydzieści lat później, gdy Kano poprosił Kendo Yokoyamę o napisanie „Historii rozwoju Kodokanu", człowiek ten zupełnie nie wiedział, jaką datę uznać za początek Kodokanu. W piętnastym roku ery Meiji (1882 rok), powstała „Księga Życzeń", wszyscy członkowie Instytutu Kano zostali w niej ujęci. Dziesięciu zostało zapisanych w 1882 roku, a ośmiu w następnym - 1883. Dojo, gdzie Kano prowadził ćwiczenia, nadal używając dla swojej sztuki nazwy ju-jutsu, było bardzo niewielkie. Tsunejiro Tomita uważa, że Kodokan datuje się od lutego 1882 roku, tj, od momentu gdy on i Kano zamieszkali w świątyni Eishoji i rozpoczęli pierwsze ćwiczenia. Można to ostatecznie uznać, ale faktycznie utworzenie Instytutu Kodokan powinno być datowane o dwa lata później - na rok 1884 — gdyż, jak już wspomniano, od tego roku Kano używa nazwy judo, a nie jak dotychczas - ju-jutsu. W świątyni Eishoji godziny ćwiczeń nie były określone. Gdy Kano wracał wieczorem z Gakushuin, rzucał książki i nakładał swoje keikogi, poświęcając się ćwiczeniom. Jeśli ktoś go odwiedzał, wtedy na keikogi zakładał haori. Zaczynał ćwiczyć, gdy czuł się na siłach - obojętnie czy to był dzień, czy też noc. W każdą niedzielę miał cztery lub pięć treningów trwających do 23.00 lub nawet do północy.

Uczestnikom ćwiczeń podawano wtedy napój chłodzący sporządzony z prażonej kukurydzy, zimnej wody i sfermentowanego cukru. W tamtych czasach napój ten był tak popularny jak obecnie kawa i podawano go w licznych restauracjach. Od czasu do czasu, okresowo rząd zabraniał konsumpcji tego napitku; jego nadużywanie uważano za nierozsądne, ponieważ dzięki sfermentowanemu cukrowi zawierał pewien procent alkoholu. Podawanie napoju chłodzącego w dojo, po ćwiczeniach, uważano za wielki przywilej.

W styczniu 1883 roku Jigoro Kano i jego uczniowie przeprowadzili się ze świątyni Eishoji do domu Yoshio Tanaki. Dom ten znajdował się tam, gdzie obecnie stoi budynek uniwersytetu Senshu. Kano musiał się przeprowadzić, gdyż nadal uczył w Gakushuin, a ponadto dziesięć godzin tygodniowo uczył także w Instytucie Kobunkan. Instytut ten znajdował się bardzo daleko zarówno od Gakushuin, jak i od Eishoji. Z tego więc powodu opuścili świątynię Eishoji. Ponieważ jednak nowe pomieszczenia nie pozwalały na otwarcie dojo, Kano zdecydował się na wykorzystanie w tym celu starej szopy. Szopa ta była tak duża jak pomieszczenie w Eishoji, lecz przy tym ciemna, bardzo zimna w zimie, zaś latem panował tam zaduch. Podłoga był twarda, ale chyba najbardziej przeszkadzały w ćwiczeniach drewniane, stojące pośrodku filary.

We wrześniu 1883 roku Kano znowu przeniósł się do Kojimachi Ue-Nibancho i ponownie zamieszkał wspólnie ze swymi uczniami. Dom ów posiadał ogród, pośrodku którego stała niewielka świątynia shinto. Właścicielem posesji był niejaki Kamiyo. Najpierw korzystano z maleńkiego pokoju (osiem tatami), później dzięki uprzejmości właściciela zbudowano w ogrodzie dojo o dwunastu tatami. Typowa tatami ma wymiary 188 cm na 94 cm, a gruba jest na 6 cm. Nowa tatami mimo, że mała, miała bardzo wysoką jakość. W dojo znajdowało się też podwyższenie - dla mistrza i gości - oraz shoji w jednym końcu.

Na początku 1884 roku „Księga Życzeń” została zatwierdzona. Tych, którzy byli uczniami Kano od 1882 roku, poproszono o złożenie podpisów. Jako pierwszy podpisał się będący najstarszym uczniem, Tsunejiro Tomita, a po nim Seiko Higuchi. Przyrzeczenie brzmiało następująco:

1. Stałem się uczniem judo. Przyrzekam nie zaniechać ćwiczenia bez ważnego powodu.
2. Przyrzekam nie robić nic, co splamiłoby honor naszego dojo.
3. Przyrzekam nie ujawniać sekretów dojo bez pozwolenia mistrza.
4. Przyrzekam, że nie będę nauczał judo bez pozwolenia mistrza.
5. Przyrzekam przestrzegać przepisów dojo podczas nauki, a i później, gdy będę nauczał judo, nigdy nie złamię przepisów.

Każdy podpisał się pędzelkiem umoczoną we własnej krwi. Potem co roku organizowano w Kodokanie różne uroczystości: Kagami-biraki tj. Dzień Nowego Roku, zawody czerwono-białych, miesięczne egzaminy i ceremonie promowania na wyższy stopień. Wówczas ćwiczących było jeszcze niewielu, więc zawody czerwono-białych kończyły się w ciągu dwóch godzin. Obecnie potrzeba na to ponad dziesięć godzin, a nieraz i więcej. Dzień, w którym powstała ta Księga, był wielkim wydarzeniem dla Kodokanu. Od tamtego dnia Nihonden Kodokan Judo stało się powszechnie znane. Tego samego dnia Shiro Saigo i Tsunejiro Tomita otrzymali dyplomy na I dan. To oni pierwsi uzyskali czarne pasy w Kodokanie. Mniej więcej w tym samym czasie uczniami Kodokanu zostali - znani później jako wybitni nauczyciele judo - Sakujiro Yokoyama i Yoshiaki Yamashita.

## Stopnie judo:

### Stopnie szkoleniowe:

6 kyu - pas biały

5 kyu - pas żółty

4 kyu - pas pomarańczowy

3 kyu - pas zielony

2 kyu - pas niebieski

1 kyu - pas brązowy

### Stopnie mistrzowskie:

1- 5 dan - pas czarny

6- 8 dan - pas biało-czerwony

9 i 10 dan - pas czerwony

## Komendy:

**HAJIME** - zacząć walkę, walczyć

**MATE** - przerwać walkę

**SANOMAMA** - bezruch

**YOSHI** - walczyć dalej

**OSAEKOMI** - trzymanie

**TOKETA** - przerwanie trzymania

**SOREMADE** - koniec walki

## Liczebniki japońskie:

LICZEBNIKI	KANJI	TRANSKRYPCJA	CZYTANIE
1	一	ICHI	ICI
2	二	NI	NI
3	三	SAN	SAN
4	四	SHI	SI
5	五	GO	GO
6	六	ROKU	ROKU
7	七	SHICHI	SICI
8	八	HACHI	HACI
9	九	KYUU	KJUJ
10	十	JUU	DZIUJ

## Wymagania techniczne:

### NAGE WAZA:

1. UKI GOSHI
2. TAI OTOSHI
3. TSURI GOSHI
4. HARAI GOSHI
5. IPPON SEOI NAGE
6. SASAETSURI KOMI ASHI
7. OKURI ASHI HARAI
9. Umiejętność uzyskiwania przewagi w KUMI KATA
10. Podstawowe RENRAKU WAZA (kombinacje) i HENKA WAZA (kontratak, odmiany rzutu) oparte o dotychczas poznane rzuty

### KATAME WAZA:

1. KUZURE KESA GATAME
2. KATA GATAME
3. USHIRO KESA GATAME
4. KUZURE YOKO SHIHO GATAME
5. KUZURE KAMI SHIHO GATAME
6. KUZURE TATE SHIHO GATAME
7. MUNE GATAME
8. UDE GARAMI
9. UDE HISHIGI JUJI GATAME
10. HADAKA JIME
11. USHIRO JIME
12. OKURI ERI JIME
13. FUSEGI (obrony) przeciwko w/w chwytom

## GOKYO KODOKAN JUDO:

