

## ORIGINI DEL JUDO KODOKAN (programma per V dan)

### Tenjin Shin'yo Ryu

Questa scuola fu fondata da Iso Matauemon; studioso e praticante di Ju Jutsu della scuola **Yoshin ryu** e in seguito della **Shinshinto ryu**.

Iso Matauemon, originario di Ise Matsusaka, fu un vassallo di Kishu e la fondazione della sua scuola risale all'epoca Bunkyu (1861-63), non molto prima della restaurazione Meiji (1868). In quasi tutte le scuole di Ju Jutsu s'insegnava la regola che, nella lotta a corpo a corpo nel campo di battaglia, l'impiego degli *Atemi* e dei *Katame Waza* erano le tecniche più adatte per ottenere la vittoria.

In realtà, nessuna scuola faceva particolari esercitazioni in modo corretto e sistematico. Matauemon, dopo aver avuto molte esperienze in combattimenti reali, capì l'importanza degli *Atemi* per ottenere, salvando la vita dell'avversario, quella che definisce la "vera vittoria".

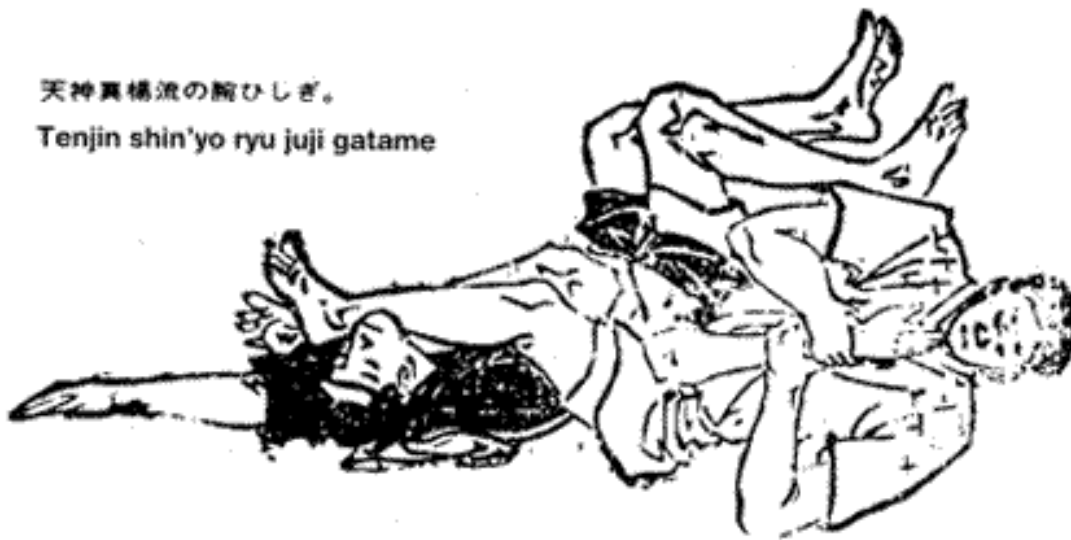
Cominciò ad investigare teoricamente e praticamente sull'utilizzazione di quest'Arte e dopo anni d'approfondite ricerche arrivò a comprendere l'essenza del Ju Jutsu; "il debole che vince sul più forte". Quindi fondò una nuova scuola unificando la tecnica della Yoshin ryu con quella della Shinshinto ryu e la denominò **Tenjin shin'yo ryu**.

L'elemento originale di questa scuola fu nel sostenere che l'allenamento al combattimento a corpo a corpo nel campo di battaglia lo si poteva ottenere, con esercizi specifici, anche in tempo di pace. L'indirizzo filosofico ci appare, invece, molto simile a quello della Shinshinto ryu, soprattutto per quanto riguarda l'interpretazione del Ju Jutsu, e lo si può schematizzare secondo i testi della "tradizione della scuola" nel seguente modo:

"Innanzitutto ci si fissa sulla condizione d'essere nudo, come appena nato, e quindi senza armi e armature; in tale modo s'arriva a percepire il corpo. Se spirito e corpo s'aiutano e si controllano reciprocamente non sorgerà il problema di un dominio dell'armatura sull'uomo. Così nel campo di battaglia, quando si lotterà a corpo a corpo, ci si potrà muovere liberamente come se si fosse privi d'armature. Quindi é di primaria importanza sviluppare l'aspetto mentale. Vale a dire che si deve considerare lo spirito come un signore feudale e le braccia e le gambe come se fossero i suoi vassalli, in tale modo, s'arriverà a sintonizzare bene lo spirito (aspetto mentale) con le membra (aspetto fisico). Se si usa l'armatura dopo essere riusciti a dominare questi due aspetti, sarà più facile eseguire qualsiasi movimento".

Da questo punto di vista, una pratica del Ju Jutsu che portava a ricercare quest'armonia, fra spirito e corpo, era importante ed efficace quanto l'esercitazione per la lotta reale nel campo di battaglia.

天神真楊流の腕ひしぎ。  
Tenjin shin'yo ryu juji gatame



Era invece opinione diffusa, poiché s'ignorava quest'aspirazione fondamentale, che il **Ju Tenjin shin'yo ryu juji gatame Jutsu** non fosse indicato alle persone di nobile lignaggio per la loro difesa ma s'adattasse meglio, come mezzo di difesa, alle persone molto forti, rudi, di basso ceto, ubriachi e via dicendo. Ma ciò non era assolutamente vero. Come sosteneva la tradizione di questa scuola, la filosofia sopra esposta era una

convinzione imprescindibile per tutti quelli che conoscevano il vero significato del Ju Jutsu.

Tuttavia, l'uso della forza dei corpo e dei muscoli rappresentava sempre un argomento importante nelle scuole di Ju Jutsu e ne vennero date diverse interpretazioni e punti di vista. La Tenshin shin'yo ryu seguiva le stesse interpretazioni, sull'uso della forza, della **Kito ryu** e della **Shinshinto ryu**. In altre parole non approvavano l'uso della forza durante le esercitazioni; non perché disistimassero la forza stessa, ma perché impediva l'apprendimento della tecnica. Per questo motivo, all'inizio la forza era sempre negata, ma ciò non avveniva quando si giungeva ad un certo livello dell'addestramento; qualora si riuscisse ad utilizzarla seguendo i dettami della tecnica, l'importanza della forza non era più negata, ma affermata.

La concentrazione spirituale (**Ki** o **Zenshin ni michiwataraseru**) era una tappa molto importante per tutte le scuole. La Tenjin shin'yo ryu dà una spiegazione che troviamo sintetizzata nei seguenti termini:

"Il lottatore quando fronteggia l'avversario non deve odiarlo. Deve soltanto cercare di concentrare lo spirito nel proprio corpo. Concentrarsi spiritualmente non vuole dire chiudere rigidamente la bocca, tendere le vene della fronte e arrossire sul volto. Anzi simili atteggiamenti non sono giusti. E' indispensabile invece rimanere decontratto, mantenere le spalle rilassate e padroneggiare la propria agitazione. Se si cerca d'attaccare ad ogni costo, si finisce per essere dominati facilmente. Il lottatore, quando affronta un avversario, dev'essere rilassato, rendere morbido tutto il corpo, sia camminando che fermandosi; solo così può riuscire a reagire immediatamente alle mosse dell'avversario ed avere, automaticamente, la vera forza concentrata sotto l'ombelico (Seika Ju Jutsu)".

Per quanto riguarda la teoria fondamentale del Ju Jutsu "il debole riesce a sconfiggere il più forte" si trova, nella "tradizione della scuola", la seguente spiegazione:

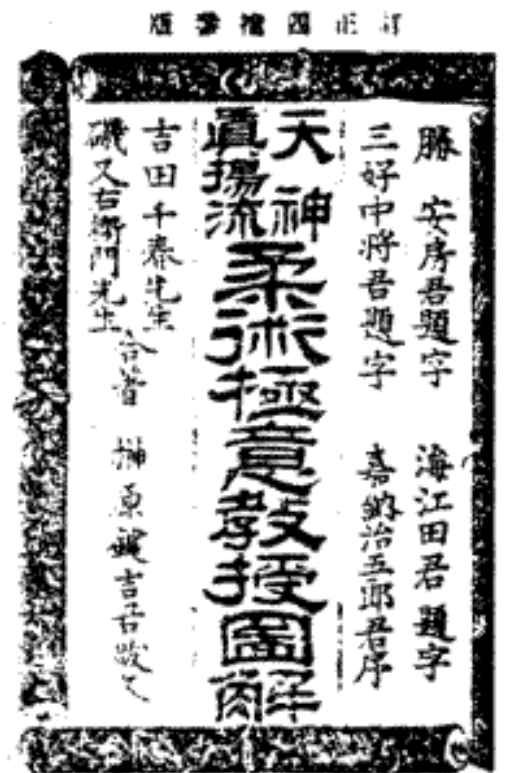
"Se un lottatore non contrasta la forza dell'avversario ma con giusta arte (tecnica), esercitata costantemente, riesce a controllare se stesso come se si trattasse di un pezzo di legno che galleggia sull'onde, si può ottenere la vittoria anche con un avversario più forte. In tal caso l'importante è scegliere la tecnica opportuna che corrisponda al movimenti dei contendente".

Inoltre la tradizione della scuola insegna il significato di *Kurai* (la corretta posizione dei corpo), la teoria di *Fudoshin* (immobilità dello spirito), la teoria di *Muga Mushin* (la mente vuota) e anche il modo d'assumere *Kamae Kata* (la guardia), dandone le seguenti spiegazioni:

"*Kurai* significa l'essere come un pezzo di legno che galleggia sulle onde, come abbiamo già visto presso la scuola Shinshinto ryu. Un lottatore deve essere come un legno che affiora se viene l'onda che lo solleva e s'abbassa quando l'onda lo porta giù, galleggia verso est e verso ovest, non contrario allo scorrere dell'acqua. Nell'applicazione della tecnica non deve contrastare la forza dell'avversario ma, come il pezzo di legno, deve adattarsi ad essa e quando il suo contendente perde l'equilibrata armonia fra corpo e spirito cogliere l'occasione e, utilizzando la forza dell'avversario, riuscire ad ottenere la vittoria in maniera naturale. Questo é quello che viene chiamato il vero *Kurai* in questa scuola.

Il termine *Fudoshin* significa che di fronte a qualsiasi situazione non ci si deve mai inquietare. Mantenendo la mente sempre calma e limpida con lo spirito che permea l'intero corpo, anche se gli occhi vedono una lama tagliente, il cuore non la vede, anche se gli orecchi sentono il tuono di un cannone, il cuore lo ignora e non s'agita per nessuna cosa. Questo é il significato dell'immobilità dello spirito.

Il significato di *Muga Mushin* é l'essere in un apparente stato d'assenza dello spirito. Se un lottatore attacca tutti quelli che vede e mette in pratica le proprie tecniche di lotta eccedendo in dimostrazioni e violenza, ciò gli procurerà per reazione, molti nemici. E' bene invece, anche se l'avversario dimostra il suo coraggio e la sua forza, in modo provocatorio, rimanere rilassati e fingere



天神真楊流の柔術極意書。

Tenjin shin'yo ryu Jujutsu Sukui  
Libro delle tecniche speciali delle scuole.

d'essere come in uno stato d'apatia. E' importante partire sempre da questo stato d'animo e applicare la tecnica appropriata al momento giusto.

Per quanto riguarda *Kamae Kata* (posizione di guardia) nelle tecniche di Ju Jutsu s'intende mantenere l'equilibrio centralizzato del corpo. Se si perde tale equilibrio, l'intero corpo s'indebolisce e anche le tecniche non possono essere eseguite rapidamente. La tradizione insegna che la posizione naturale (Shizen Hontai) é la condizione migliore e la si può ottenere mantenendo rilassate le spalle, eretta la parte superiore del corpo e tendendo la parte inferiore dell'addome".

La Tenjin shin'yo ryu é l'ultima scuola famosa sviluppatasi prima dell'era Meiji. Alcune migliaia di discepoli seguiranno il fondatore Iso Matauemon nell'approfondire la filosofia della scuola e nonostante siano passati molti anni non sono pochi coloro che nei loro Dojo ne mantengono viva la tradizione.

Lo stesso fondatore del "Judo Kodokan", Professor Jigoro Kano, iniziò ad imparare il Ju Jutsu presso la scuola di Tenjin shin'yo ryu. Possiamo infatti notare, se studiamo il Judo di Kano e la sua filosofia, come abbia mantenuto nel suo metodo molti di questi principi tecnici e filosofici.

## **Kito Ryu**

La scuola di Kito ebbe origine dalla Fukuno ryu di Fukuno Shichiroemon Masakatsu. Fukuno Masakatsu nacque a Sessyunaniwa, oggi Osaka, e seguì le lezioni di **Kenpo** (arte di combattimento elaborata dai guerrieri cinesi) del maestro Ching Gen Pin naturalizzato giapponese all'inizio della dinastia Ming. Era molto probabilmente, intorno al periodo compreso tra il quarto Shogun Tokugawa Ietsuna e il quinto Shogun Tokugawa Tsuneyoshi (1650 circa). Si tramanda che Fukuno Masakatsu, il quale amava molto il **Sumo**, mentre stava con i suoi amici Samurai, Miura Kojiuemon e Isogai Jirozaemon, in un tempio di Edo (Tokio) nel quartiere Azabu, abbia ascoltato un discorso sul Kenpo di Ching Gen Pin che in quel periodo si trovava anch'egli ospite presso quel tempio.

Affascinato da quelle parole escogitò un nuovo tipo di Ju Jutsu chiamandolo **Fukuno ryu**. Dalla scuola di Fukuno Masakatsu uscirono tre allievi molto abili di nome Ibaragi Sensai e i due fratelli Terada, il maggiore dei quali creò la **Teishin ryu** e l'altro la **Chokushin ryu**. Il minore, di nome Terada Heizaemon, era al servizio della casata Matsue di Gounshu ed ebbe un allievo di nome Terada Kanuemon Masashige il quale approfondì molto gli studi della Fukuno ryu e denominò questo nuovo stile di Ju Jutsu, Kito ryu.

Tra i seguaci di Terada Masashige c'era un Samurai di nome Yoshimura Heisuke Fujū che ebbe un allievo di nome Horiuchi Jijaku Yoriyasu di Banshu Aku che da giovane praticò molto il Kenpo e studiò la Yoshin ryu Ju Jutsu. Dopo aver conosciuto il maestro Yoshimura, Horiuchi iniziò a fare grandi progressi e la sua tecnica fu chiamata "**Kito Judo Shi Yu Myo Jutsu**"; s'impegnò molto nei suoi studi e insegnò tutta la sua vita con gran responsabilità il Ju Jutsu ai suoi allievi e il luogo in cui visse divenne famoso. Alla sua morte i migliori allievi erano Terada Ichiemon di Kyoto e Takino Yuken di Edo.

Takino Yuken, in gioventù si chiamava Teiko poi Kengyo oppure Senemon, era nato a Kyoto e in un primo tempo insegnava nella città natale ma poi, volendo essere più conosciuto, cedette il suo posto e si trasferì a Edo (periodo Kyoho). Inizialmente si sistemò ad Asakusa nel quartiere Misuji (Tokyo) ed ebbe un gran successo; i suoi allievi erano numerosi, si dice più di tremila, e di questi i migliori erano Yuasa e Yabe. Oltre a loro trovò un allievo che divenne più bravo di tutti gli altri di nome Suzuki Sensai il quale, in seguito, andò ad insegnare al famoso Daimyo Matsudaira Sadanobu. Dopo la morte di Matsudaira, non si sa

bene se suo figlio oppure lo stesso Suzuki divenne maestro della guardia dei corpo dei Tokugawa. Da questa élite di Samurai uscì Ikubo Tsunetoshi allievo di Takenaka Sennosuke, da cui anche il maestro Kano Jigoro prese lezioni in gioventù.



Ciò che abbiamo raccontato finora è a grandi linee la storia della scuola di Kito. Ora cercheremo di spiegare i particolari sull'origine della scuola, presi dal trattato "Zikan" (libro della terra) di Yoshimura Fujū allievo di Terada Masashige.

"Si tramanda che il maestro Fukuno Masakatsu perfezionò il **Kumiuchi Shiyu Jutsu** (arte di combattimento che s'ispirava alla filosofia dei principi opposti, negativo e positivo) creando un nuovo metodo che permetteva di vincere, con poca forza, una gran forza. Tra i suoi numerosi allievi ce ne furono due di nome Miura e Terada che, superiori a tutti gli altri, cominciarono ad insegnare estendendo il numero degli adepti in tutto il paese. A Miura insegnò come aspirare alla duttilità dello spirito attraverso la pace e la calma (Wa); a Terada insegnò come essere naturalmente duttili di spirito attraverso l'adattabilità e la morbidezza (Yawara), filosofia assai simile alla Heiho (tattica, metodo, via, filosofia di combattimento).

Terada Masashige dopo aver praticato e approfondito lo spirito di questi concetti creò il **Muyhoshi** che definì con le parole "senza cadenza, non ritmo". Egli dice: " Un giorno capii finalmente il profondo contenuto dello stato di Muyhoshi. Chi ottiene Muyhoshi ha la rapidità delle scintille del fuoco e può vincere con le mani nude anche un terribile serpente".

In altri due testi della scuola intitolati: *Kito ryu Judo soron* (spiegazioni generali sulla scuola) e *Kito ryu Denso chuchaku* (volume delle spiegazioni particolari) o *Ten no Kan* (libro dei cielo), sono spiegati gli ideogrammi **Ki** e **To** che sono interpretati e letti come Tachi I; sta scritto:

"Tachi I ha a che vedere con il modo d'occupare lo spazio da parte del corpo". E ancora: "Con la separazione del cielo e della terra sono nate tutte le cose, tra queste la più importante è l'uomo perché manifesta la razionalità dell'Universo e per questo è detto Microcosmo. Tutti i diecimila effetti hanno la loro causa in Tachi I, per questa ragione quando diciamo Kito intendiamo tutti gli effetti. La ragione del nome Kito è legata ad un dono che ci ha fatto il cielo e non affatto imposta dall'uomo. Il tema della Kito ryu è l'esistenza, fra i diecimila effetti, della razionalità dell'Universo".

Nel libro intitolato *Ten no Kan* si trova scritto:

"Il termine Kito si legge anche Oki Taoru (alzarsi sdraiarsi, salire-scendere). Il termine Ki è di natura Yang, To di natura Yin. Possiamo vincere con il metodo Yang e Yin". E aggiunge: "Ho raccontato la relazione fra il termine Kito e Yang-Yin perché nella scuola esistono soltanto questi due metodi d'allenamento. Ora cercheremo di comprendere il motivo per cui hanno messo il nome Kito a questo metodo di Judo. La parte più importante nel Judo della Kito ryu è di cercare d'acquisire l'Hontai; nel libro intitolato *Tai no kan* (libro del corpo) c'è la spiegazione di questa parola e ci sono molti esempi riguardo questo tema. Si legge: "L'Hontai è l'essenza del proprio corpo. Dobbiamo immaginare d'allontanarci dalla forma (corpo) per comprendere l'energia di cui è pieno l'Universo che è l'essenza di tutto (Ki): Se non si percepisce la propria essenza non si può capire il Ki: per comprendere l'essenza di Hontai molti pensano che sia necessario incontrarsi con tutti i tipi di nemici, forti e deboli, perché quando saranno riusciti ad affrontarli tutti non avranno più difficoltà davanti ad essi, anche se potranno subire migliaia di trasformazioni. Questa però è un'essenza falsa. Noi dobbiamo prima cercare di capire l'essenza del proprio corpo".

L'Hontai viene affrontato anche dal testo *Ten no kan* con le seguenti spiegazioni:

"Quando avviene il momento importante nell'azione, l'atteggiamento del corpo influenza l'azione del nemico, se noi manteniamo *Fudo* (lo spirito calmo, concentrato) possiamo vincere Kito; è il corpo unificato con lo spirito del Dio (Universo). Se durante il combattimento ci s'accorge che lo spirito del Dio ci è nemico (non unificato), verremo colti dall'emozione e saremo sconfitti; in quel momento il corpo è come se fosse inutile. Se invece riusciamo a mantenere lo stato di *Fudo* e *Shinki* (l'unione con l'energia vitale), ci muoveremo con lo spirito dell'Universo, il massimo dell'energia vitale".

E ancora sull'effetto di *Shinki*: "Quando combattiamo con questo spirito, i nemici si confondono e rimangono bloccati; non possono usare facilmente i loro metodi e perciò possiamo vincere. Questa è la parte più importante della scuola di Kito".

In un altro capitolo troviamo: "Per vincere bisogna avere il corpo intatto (spirito e corpo unificati). Tutte le persone quando nascono hanno *Shinki* che governa il corpo e lo protegge. Facendo allenamento a volte perdiamo *Shinki* e automaticamente c'indeboliamo e non possiamo più proteggere noi stessi, perciò bisogna fare molta attenzione a mantenere *Shinki* sempre, in ogni momento. Questo è quello che s'intende quando si dice studiare l'Hontai; controllare la propria energia vitale e mantenere lo spirito tranquillo in tutte le situazioni".

Questa condizione di "essere" con il proprio corpo era spesso confusa dalla gente con l'esercizio fisico. Nel libro *Kito ryu shugyo benkai* (analisi dell'alienamento) ci sono profonde spiegazioni su quest'argomento. Troviamo:

"Dobbiamo avere sempre lo spirito calmo e tranquillo; con questo spirito noi possiamo vincere tutti i tipi di nemici e non ci perdiamo mai, anche se il nemico ha migliaia di trasformazioni". E ancora: "Prima di tutto insegniamo agli allievi ad ottenere la tranquillità dell'energia vitale per comprendere meglio Shinki e Fudo. Nonostante ciò, molti pensano che il Judo sia soltanto lanciare a terra i propri nemici e durante le lezioni, questi allievi hanno le braccia e le gambe rigide perché pensano di dare più forza al corpo. Ma quando il nemico fa un movimento veloce, loro rimangono immobili, contratti, e perdono così anche la tranquillità dello spirito.

Per questo all'inizio dell'insegnamento dell'Hontai noi spieghiamo Honshu (la conoscenza della ripartizione della forza nel corpo). Il Maestro Takino Yuken agli allievi che iniziavano ad imparare Judo va l'Hosun di contrarre la parte bassa dei ventre; ma questo non significava di forzare la pancia, serviva a ricercare il Seiki (l'energia vitale concentrata nel basso ventre). Noi dobbiamo sempre ricercare il Seiki, in pratica la serenità e la pace interiore. Quando il nemico si muove dobbiamo restare tranquilli sia spiritualmente sia fisicamente. In questo modo un giorno potremo capire il Seiki e chi otterrà questo stato non sarà mai influenzato da nemici che usano il metodo segreto".

Nel libro Ten no kan (il libro dei cielo) si trova scritto che Fudochi e Seiki sono la stessa cosa. Leggiamo:

"Lo spirito del Dio (dell'universo, il massimo dell'energia vitale) si legge *Kami wa nobulu* e significa che l'energia vitale si propaga in tutto il corpo espandendosi e concentrandosi. Se riusciamo ad avere Seiki, possiamo avere Fudochi ed ottenere così anche Shinki. Possiamo capire Seiki soprattutto durante gli allenamenti, movendoci all'improvviso senza rendercene conto, facendo gli stessi gesti dei nostri nemici come fossimo davanti ad uno specchio".

L'energia vitale e l'Hontai sono argomenti trattati anche nel libro Toka Mondo. Si legge:

"Terada Masashige scoprì lo stato di Muyoshi. Una persona che ha potuto capire Seiki e Shinki può capire automaticamente Muyoshi, però può anche capitare che cercando di capire prima Muyoshi sia possibile comprendere Seiki e Shinki".

Nel libro intitolato Chi no kan (libro della terra) si trova scritto a proposito di Muyoshi:

"Il Muyoshi è un elemento molto importante nella scuola di Kito. Oggi negli stili di Yawara o Torite utilizzano metodi per portare alla vittoria i loro praticanti che dipendono esclusivamente da Yoshi (ritmo). Muyoshi è completamente diverso. Quando un nemico ha un suo ritmo, dobbiamo rimanere concentrati noi stessi mantenendo Shinki. Con questo spirito noi possiamo vincere tutti i tipi di nemici (forti, deboli, veloci, lenti, ecc.). Alcuni maestri insegnano ad usare il ritmo come metodo d'allenamento per vincere, ma la scuola Kito insegna il Muyoshi. Quando prendiamo un ritmo che non è giusto perdiamo con noi stessi e anche il giusto spirito. Si può affermare che il ritmo esiste prima del respiro; dopo il respiro esiste Muyoshi".

Il **Kito ryu no kata** (*Koshiki no kata*) comprende 14 forme *omote* e 7 *ura*. Queste forme sono state create per migliorare e potenziare la nostra forza interiore e non per battere i nemici.



Dal libro intitolato **Toka Mondo** (domande e risposte sotto il candeliere) riportiamo alcuni argomenti:

**Domanda** Come mai attraverso la pratica d'altri stili è difficile staccarsi dal desiderio di vittoria che è in noi?

**Risposta.** Perché insegnano tante tecniche con il solo scopo di vincere, però se togliete queste tecniche non rimane niente. Quindi il problema di queste scuole è di non avere nessun maestro che insegni lo spirito del Judo invece di curarne solo l'aspetto materiale dando impulso solo allo spirito di competizione.

**Domanda.** La Kito ryu invece riesce ad eliminare questi desideri?

**Risposta.** Il fondatore, Terada Masashige ha creato le 14 forme *omote* per insegnare a superare la voglia e la preoccupazione di vincere. Mantenere la pace interiore per arrivare ad unirsi allo spirito dell'Universo, sempre guardando sé stessi. Possiamo affermare che il nostro Maestro è l'onestà. Il momento della vittoria è l'attimo della fusione di due energie vitali. Chi possiede lo spirito puro, liberato da desideri materiali, può arrivare alla conclusione di un'azione più velocemente, così vince.

**Domanda.** Nella scuola Kito non c'è un metodo tecnico chiaro, resta che lo scopo del combattimento è vincere. Come possiamo senza un metodo proiettare i nostri nemici?

**Risposta.** Come ho già spiegato, usufruire della tecnica di un metodo per ottenere la vittoria è cosa d'arti marziali, non vi è nulla da discutere o da spiegare. La scuola Kito insegna come vivere bene la vita senza avere paura della morte. Si tratta d'accordare l'energia vitale e il corpo, con questo spirito combattiamo lo spirito del nemico.

**Domanda.** Le 14 forme sono state create per esercitare sé stessi, allora che cosa è *Fukutai* (il controllo di due *Hontai*)?

**Risposta.** Come ho detto prima, le 14 forme non sono per vincere, servono ad unificare in noi tre elementi che sono: *Sei* (qui intende un qualcosa che non ha colore, né forma, né rumore, simile all'energia vitale, che possiamo definire il carattere), *Shin* (l'anima) e *Ki* (l'energia di cui è pieno l'universo che è l'essenza di tutto) per capire sé stessi. Prima bisogna conoscere se stessi e dopo conoscere il nemico, perché se questo avviene dentro di noi, quando incontreremo il nemico vinceremo sempre. Le forme della Kito ryu, *Omote*, sono 14 e per la loro suddivisione sono chiamate *Dan*. Le forme *Ura* sono 7 ed essendo un'unica cosa sono chiamate *Mudan*. Il movimento di una persona nasce dall'energia vitale, quando l'energia vitale si manifesta è l'inizio della vita. Se esiste un inizio esiste anche una fine. Quest'inizio e questa fine sono espressi in una parola, *Dan*. Per esempio, nell'Universo esistono il caldo e il freddo, ma non si può vedere il confine tra il caldo e il freddo, anche se questo cambiamento avviene. Nello stesso modo quando s'esegue un *Kata*, esiste un inizio e una fine del *Ki*, però è difficile distinguere quando e come accade; quindi le 14 forme *Omote* sono state

create per materializzare l'inizio e la fine dell'energia. Tuttavia, nell'Universo il caldo e il freddo s'alternano in continuazione e non è possibile vederne l'istante; per questo motivo sono state create le 7 forme *Ura* e sono state chiamate Mudan".

Aggiungiamo alcuni insegnamenti riguardanti l'allenamento tratti dal medesimo libro.

"Quando avete delle persone che vogliono imparare l'arte non esiste differenza tra chi è portato e chi non lo è. Chi segue la lezione è portato chi non la segue non lo è. Anche se fra questi esiste chi diventa subito bravo e chi ci mette tanto tempo.

Per esempio chi è robusto, sta bene ed è molto forte, spesso s'affida alla sua forza nell'allenamento, quindi impiega molto tempo per comprendere l'Hontai. Tuttavia se questa persona usa poca forza per dimostrare d'essere agile, quest'impiego della forza è falso; egli ha nascosto la sua forza risparmiandola e ciò non è una cosa giusta. A questo tipo d'allievo é meglio insegnare a far uso di tutta la sua forza e dopo insegnare l'Hontai.

Invece nelle persone molto portate e agili spesso lo spirito rimane immaturo. Quindi attraverso l'allenamento, bisogna modificare questo spirito immaturo che troppo confida nell'abilità tecnica. C'è poi chi è studioso ed intelligente. Normalmente hanno una condizione d'apprendere molto buona e riescono ad arrivare a comprendere livelli molto alti dello spirito, ma la loro abilità tecnica rimane scarsa. E vero che lo spirito é più importante del metodo, però è altrettanto vero che senza la tecnica non si può unire lo spirito e il corpo.

Quindi é importante capire lo spirito e il metodo insieme, quando s'incomincia ad imparare Judo é meglio cominciare con il metodo, poi cercare di comprendere lo spirito, così facendo l'unione dello spirito con la tecnica diventa una cosa utile ed efficace".

In tutte le scuole dell'epoca Miji (1868-1912) era usato abitualmente il termine Jujutsu. Solo i praticanti della scuola di Kito e poche altre chiamavano spesso la loro disciplina con il termine Judo. Per esempio nei libri intitolati *Kito ryu Shugyo Benkai* e *Kitoryu Jujutsu yoroi Kumiuchi*, era usato il termine Jujutsu; in altri libri invece come il *Kito ryu Tai no Kan* e *Kito ryu Judo soron*, viene usato il termine Judo.

Anche nel libro di Takenaka Sennosuke che fu lasciato a Saito Josuke nel gennaio del sesto anno dell'epoca Ansei intitolato *Kito Judo Chi no Kan*, troviamo una frase espressiva a questo proposito: "Questo libro, intitolato Chi no Kan, contiene il tema e i principi fondamentali del nostro metodo di Judo".

Poi c'è il libro *Taika Zakki* scritto dal Ministro Matsudaira Sadanobu in cui si trova spesso il termine Judo anche se sembra che Matsudaira fosse convinto che il termine Judo fosse stato creato dal suo maestro Suzuki. Ora riportiamo una frase scritta da Matsudaira Sadanobu che fa riferimento al termine Judo: "Il 9 Novembre dell'epoca Otou ho imparato l'Hontai del Judo. Questo Judo é la cosa più rara che esiste al mondo".

Il padre di Suzuki Seibei, studiò in maniera completa circa cinque scuole di Ken Jutsu e sette di Jujutsu e scrisse a proposito della Kito ryu:

"Il metodo della scuola di Kito è una cosa molto interessante e particolare. Un giorno mentre camminavo su un ponte, riflettendo su questo metodo mi risvegliai spiritualmente all'improvviso. Pensai, nel combattimento uso indifferentemente le tecniche del Ken jutsu e le tecniche dei Jujutsu. Tuttavia, a volte mi capita di perdere. M'accorsi allora che quando vincevo non dipendeva dalla tecnica che impiegavo ma dalla condizione del mio spirito che in quel momento era sicuro e tranquillo. Perciò capii che era necessario studiare profondamente lo spirito, e da lì cominciai a capire tante cose. Così un anno dopo mi misi a studiare e a seguire le lezioni del libro Ten no Kan".

Il ministro Matsudaira Sadanobu fu uno dei più bravi allievi del maestro Suzuki e inventò anche una specie

di kata, tuttavia nonostante fosse un personaggio molto importante e istruito, non si sa bene il perché, attribuì sempre la creazione dei termini Judo al suo maestro. Probabilmente, lo si deve al fatto che a quell'epoca, nella regione di Izumo (residenza di Matsudaira), visse un allievo di Fukuno Masakatsu di nome Terada Heizaemon fondatore della scuola **Chokushin ryu Judo** e poi un allievo dello stesso Terada di nome Terada Masashige che fondò la Kito ryu. Perciò è possibile che la Chokushin ryu Judo abbia influenzato altre scuole nell'utilizzazione dei termini Judo.

Oppure più semplicemente, nel periodo che nascevano la Chokushin ryu e la Kito ryu si cominciava ad usare il termine Judo invece di Jujutsu.

Qualche anno dopo la nascita della Kito ryu, un allievo del maestro Takino Yuken di nome Kobe Yurinsai creò la **Kashin ryu** e un altro allievo di nome Inugai Eiho fondò la **Kyushin ryu**. Le scuole più simili al metodo di Kito ryu erano il Chokushin ryu, Teishin ryu e **Ryoishinto ryu**. Dalla Ryoishinto ryu nacque la **Jigo Terishin ryu**.

Tutte queste scuole erano le principali, come importanza, nella storia del Jujutsu.