

LE PREMESSE:

La nascita del Randori

Nel 1922 Jigoro Kano su “**Judo Kyohon**” descrive l’origine del Randori facendola risalire ad una forma di allenamento precedente alla Restaurazione Meiji, chiamata Nokori-ai, traducibile come “entrambi attivi”, scaturita da forme di attacco-difesa prestabilite (kata), nelle quali accadeva in alcuni casi che cit.

” l’azione di controllo o di proiezione, non ottenendo un’efficacia decisiva, lasciava pienamente efficaci entrambi i contendenti (nokori-ai) con il risultato che questi erano pronti a prendere una nuova iniziativa senza rispettare le forme prescritte (randori). Non si conosce con precisione il periodo in cui si diffuse la nuova pratica, credo che ciò sia avvenuto due o tre generazioni prima dei nostri Maestri, tanto che ancora nell’epoca precedente alla fondazione del Kodokan molti esperti di Jujutsu orientavano l’allenamento soprattutto sul kata e perfino nelle scuole Yoshin, Kito e Tenshin-shin’yo ryu, che erano note per praticare il randori, la lezione iniziava con le forme. Mentre oggi assistiamo a una realtà del tutto diversa: chiunque sia, non appena entra in palestra esercita il randori; senza parlare dell’indifferenza quasi totale verso il kata, tanto che randori è divenuto sinonimo di judo in palestra: un fenomeno mai verificatosi nella storia del Kodokan, con conseguenze negative e dannose”.

Le scuole di Jujutsu praticavano Randori

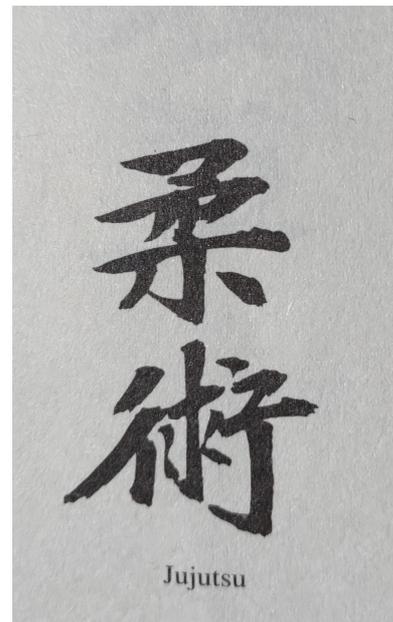
Prima di addentrarci nello studio del Randori Judo come lo pratichiamo normalmente oggi, ci sono alcune premesse che pongono la base di questo studio.

Il nome Kodokan era già usato a Mito, il Kodokan di Mito del 1800 promuoveva la cultura accademica nazionalista, ma il Ko di Mito era diverso da Ko di Kodokan di Kano anche se il proposito era simile, e cioè quello promuovere uno sforzo culturale.

Anche **Il termine Judo** era già usato nel Jikishin Ryu due secoli prima, e da altri Ryu classici, per questo Jigoro Kano lo prefissa con Kodokan: Kodokan Judo.

Da notare che **Jikishin Ryu fu fondato da un Terada Kan’emon, che era stato il quinto Maestro di Kito Ryu;** interessante sapere che dopo aver assunto la carica di Maestro di Kito Ryu, questo Maestro apportò dei cambiamenti

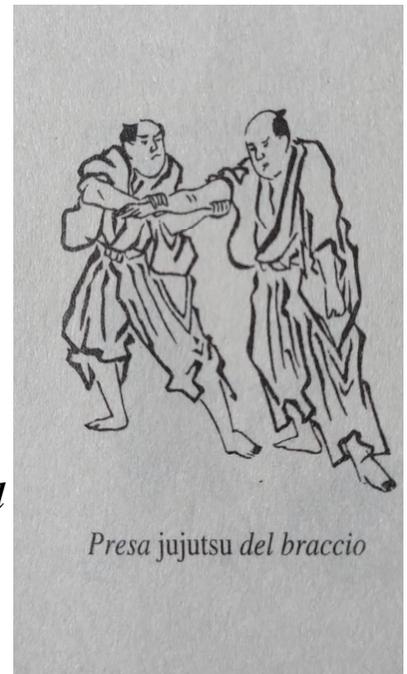
interpretativi conservando non molti elementi che avevano caratterizzato il Kito, mettendo invece in risalto l’estetica, lo sviluppo della forma nell’esecuzione tecnica, con minore interesse verso il risultato fisico del combattimento reale.



Da “Budo Classico” , Donn Draeger, ed.Mediterranee

“.. .. Kan’emon affermava che le proprie tecniche a mani vuote (senza armi , ndr) erano ran, “libertà”, e incoraggiò i propri discepoli a “ran o toru”, a “sentirsi liberi” nell’esecuzione, insistendo sull’importanza di muoversi liberamente e di apportare le modifiche ritenute più adeguate. Kan’emon manifestava le proprie convinzioni proprio nell’affermazione inequivocabile che il “ran” è qualcosa di completamente differente dal jujutsu.

Quando lasciò il proprio incarico di Maestro di Kito Ryu, Kan’emon rimase con un certo sentimento di insoddisfazione in merito alle tecniche a mani nude. Fondò quindi una propria organizzazione piuttosto eclettica, il **Jikishin Ryu**, che prevedeva un’unica materia di indagine: le tecniche a mani nude. Scorgendo nell’aspetto mentale il perno dell’addestramento, Kan’emon riteneva che né **RAN** né **JUJUTSU** riuscissero a descrivere adeguatamente l’essenza dei propri insegnamenti. Scelse così **la parola JUDO**; il termine si compone da due ideogrammi, **JU** che si riferisce al principio della duttilità o flessibilità, e **DO** che descrive il concetto filosofico di **MICHI**, o **VIA**. **Il Jikishin Ryu divenne il primo Ryu di Budo Classico a istituire l’impiego di tecniche puramente a mani nude come disciplina spirituale. Quello di Kan’emon fu pertanto un approccio di portata rivoluzionaria.**”



Il principio del Ju o Yawara dunque esisteva anche prima della fondazione del Judo, per esempio, sembra che venisse usato anche nel Kito Ryu, ma qualche volta il Ju creava una certa confusione: applicato in maniera puramente teorica od estetica non era riuscito a scaturire in applicazioni tecniche efficaci.

Questa idea che la debolezza controllasse la forza era da chiarire, in quanto non era così in assoluto, ma era chiaro che le cose flessibili fossero più adeguate di quelle rigide, compreso l’atteggiamento mentale flessibile.

Kano parla di un uso intelligente della forza, di una forza elastica, e di un atteggiamento mentale che si adegua alle mosse o al modo di fare dell’avversario: se spinge io tiro, se tira io spingo. Seiryoku-zen'yo è il “miglior uso dell’energia”, e questo il principio tecnico, mentre quello morale, etico, è Ji ta Kyoei, il “tutti insieme per crescere e progredire”.

Tornando al principio tecnico, anche se il Ju o Yawara era già abbondantemente in uso, c’erano appunto poca chiarezza e svariati fraintendimenti: **Kano dunque lo perfeziona e lo chiarisce**. La forza è da usare quando serve, l’adattabilità è in questo senso, a volte si forza, a volte si cede e si approfitta della forza dell’avversario: lo spirito, l’essenza tecnica del judo, che significa via della cedevolezza, è usare quanta forza occorre, né di più, né di meno, possibilmente sfruttando quella del nostro compagno, anche se ci sono aspetti go, di forza, di opposizione, e aspetti ju, di adattabilità. Entrambi vanno conosciuti e saputi usare sapientemente.

Il tutto ha una base assoluta e inconfutabile, l'incolumità del corpo: non ci si fa male, né da soli, né si fa male agli altri. E questo lo si ottiene seguendo e rispettando i precetti, le regole, i canoni del Judo.

Il Randori non era nemmeno quello prerogativa del Kodokan judo.

Jigoro Kano l'aveva praticato anche negli altri stili di Jujutsu, ma il Randori Jujutsu non era così semplice da esercitare, perché le tecniche, alcune almeno, erano pericolose.

Kano praticava con il M°Fukuda il Randori del Tenjin Shin'yo Ryu, che era prevalentemente katame waza. Ma non immaginiamoci il randori ne waza del Judo! Quelle erano tecniche che puntavano molto a strangolare, fare leve e poi immobilizzare, senza però la continuità e le dinamiche del nostro randori ne waza. La Tenjin Shin'yo Ryu proveniva a sua volta dalla Shin no shinto Ryu che aveva la peculiarità del katame waza (*nota, il Fondatore della Shin no Shinto Ryu, Yamamoto Tamizaemon, era un esperto di Yoshin ryu, e da questa scuola aveva ripreso 68 delle 303 tecniche presenti in quella scuola, perlopiù adatte a controllare disarmando e arrestando Samurai impenitenti*), anche se Tenjin Shin'yo Ryu in realtà conteneva un'interessante parte di tachi waza, probabilmente usata in situazioni più estreme e quindi meno adatte al Randori. Sembra che Kano praticasse Randori con Fukuda come metodo didattico, in piedi e a terra, ma solo dopo aver conosciuto Kito Ryu pare abbia veramente potuto apprezzare il randori in piedi, con il M°Ikubo.

Nel Tenjin Shin'yo Ryu, conosciuta per essere specializzata appunto in atemi e katame waza (l'idea era quella di sconfiggere più avversari che attaccavano contemporaneamente, per cui non si continuava nel ne waza ma si finiva con la resa NDR), l'incontro si doveva appunto chiudere con una tecnica a terra, comunque di katame waza, e

non esisteva una continuità a terra. La parte di nage waza, in realtà molto ricca, come dicevamo, era evidentemente dedicata a situazioni diverse dal randori.

Come già detto in altre occasioni, dobbiamo al Maestro Oda Tsunetane del Kosen di Kyoto e legata al Butokukai, lo sviluppo della lotta a terra. Nel Kosen di quel periodo (nel 1914 cominciò ad organizzare gare di ne waza), veniva spostata la conclusione del combattimento preferibilmente a terra, contrariamente a quanto prescriveva invece il Judo di Kano. Nel confronto tra il Kosen e il Kodokan, quest'ultimo soccombeva nel ne waza, e dunque al Kodokan si cominciò a studiare maggiormente la parte a terra. Quindi molta della parte a terra provenne dal Kosen Judo. Dopo la seconda guerra mondiale il Butokukai venne chiuso e Oda si trasferì come insegnante al Kodokan di Tokyo. Qui si chiude il cerchio.



Una tattica jujutsu

Le principali novità del Randori Judo sono:

1) l'epurazione, evidentemente avvenuta gradualmente, di tecniche pericolose.

2) L'importanza assoluta delle prese al Judogi, in parte epurate e modificate, mantenendo quelle alla casacca o cintura ed eliminando quelle non consone al controllo, cioè quelle che non presupponevano l'uso del judogi, atto al controllo delle tecniche. Anche la presa centrale ai doppi baveri del Koshiki no kata, molto usata nei vari Ryu, fu lasciata solo appunto solo in questo Kata, tanto per fare un esempio.



3) La posizione prettamente Jigotai del jujustu (o da lontano) cambiò nello shizentai del judo, posizione che aveva lo scopo :

- a) di applicare correttamente le tecniche del judo, in quanto considerata come più ergonomica;
- b) di controllare un'ipotetica o ideale situazione di combattimento anche a distanza e contro più avversari, anche se per fare un esercizio randori in completa sicurezza le tecniche di atemi non sarebbero state permesse, ma studiate a parte;
- c) contribuire inoltre a quella fluidità data dal principio di adattabilità, cedevolezza, che rendeva il tutto molto più sostenibile, fluido, non pericoloso, magari divertente, cioè qualcosa che si può fare con una certa sicurezza e tranquillità;
- d) il totale controllo della caduta, assieme alle modifiche che Kano apportò al Judogi, rendendolo più adatto al tipo di pratica che si stava affermando.

Queste ed altre modifiche concorsero alla diffusione di un Randori Judo più sostenibile, cosa che fece impennare le adesioni al Kdk Judo: molti praticanti di Jujutsu furono attirati verso questa forma di combattimento, di esercizio libero in quanto finalmente si poteva esprimere potenza tecnica senza pericolosità.

Questa cose delle prese, dori, è importante, spiegherò perché. Dori è già contenuto nella parola RanDori. Dori sta appunto per prese, che è la stessa cosa di TORI ma diventa D se nella parola è messa dopo: etimologicamente potrebbe significare "prendere il controllo", ma di cosa ? RAN sta per guerra, ribellione, disordine, confusione ed altro.

Una definizione di Kano di Randori è “esercizio libero”, cioè libero in quanto ognuno può agire senza rispettare alcun ordine precostituito -come il kata- , quindi si agisce a sorpresa: Randori è l’unico esercizio del Judo dove non ci sono ruoli prestabiliti! Ma l’idea sarebbe quella di controllare un qualcosa di caotico, di confusionario. Ecco la complessità dell’idea del Randori: è *esercizio libero* perché non precostituito e dunque completamente aperto, ma a ciò sottende l’idea di controllo del caos, del mettere ordine nel disordine. Probabilmente il concetto si estende con il controllare in generale qualcosa che è in disordine anche nella vita. È un po’ l’idea del libero arbitrio, noi possiamo agire liberamente, ma al contempo siamo responsabili di ciò che facciamo. Liberi e responsabili, senza responsabilità non ci può essere libertà.

Ma tornando al Randori, mettiamo l’accento su dori, presa, prendere, controllare, che, tra parentesi, in quel momento storico voleva anche significare che si partiva in presa perché non era ammessa nel Randori la lotta a distanza.

Non dobbiamo dimenticare che anche le discipline classiche, del Budo moderno come il Judo, derivano comunque dal Bujutsu e Budo Classico, dove si usavano le armi, e dopo che l’uso delle armi fu proibito ci si impraticò nell’uso di atemi e corpo a corpo, e infine, raffinando il corpo a corpo del jujutsu si approda al Judo.

Ma nella mente di Jigoro Kano, che sembra abbia continuato a studiare per quasi tutta la vita jujutsu con Maestri di grande livello proprio per non abbandonare lo spirito né il contenuto del jujutsu da cui tanto aveva appreso, il Judo avrebbe dovuto essere non solo la sintesi “sostenibile”, il do, la via, quindi l’evoluzione in senso esistenziale della marzialità, ma avrebbe dovuto comunque mantenere questo patrimonio marziale.

Sembra che i suoi auspici non si siano concretizzati, o forse un pochino sì, se oggi siamo qui a parlare di queste cose. In realtà, chi ha conosciuto i vari Maestri giapponesi che si sono avvicinati in Italia, in particolare quelli non ufficiali del Kodokan, può notare che tutti loro avevano conoscenze molto ampie, avevano molti dan in altre discipline, Aikido, Jujutsu, stili antichi armati....

Purtroppo non penso che questo patrimonio legato alla tradizione e quindi all’essenza, alla storia della marzialità, sia stato degnamente ereditato dalle nuove generazioni. Tutto è stato disperso nella mentalità sportiva. Di questo i giapponesi sono gravemente responsabili.

I Kyohon nel Randori

Se noi vediamo come sono perlopiù svolti oggi Randori e Shiai, con un Randori quasi completamente finalizzato alla gara, notiamo proprio quanto i fondamentali siano ad un pericoloso livello di trascuratezza.

LE CADUTE -UKEMI-:

Se il Randori diventa solo funzionale allo Shiai, nessuno vorrà più cadere. Ci si preoccuperà di non mettere mai la schiena a terra (ora se la schiena tocca terra la

valutazione è praticamente quasi sempre Ippon), e si baderà bene a non appoggiare la spalla, quella parte di spalla che farà conquistare wazari al nostro avversario. Si vince con poco, si perde con poco, un koka è valutato come un Ippon.

LE PRESE - KUMI KATA - :

Nessuno si vuol far fare le prese, e si fatica molto a farle. La conseguenza di ciò è che il pochissimo tempo che si ha a disposizione in presa (a volte una sola), costringe ad azioni talmente repentine, spesso senza un controllo opportuno, che il Judo diventa deformato e molto, molto selettivo. Anche perché le prese diventano molto dure, le braccia anche.

Sempre da “Judo Kyohon”, L’importanza del combattimento Nage:

“...Tenere il corpo in maniera leggera e mobile, invece che tenerlo basso come sprofondato; evitare soprattutto la posizione col bacino all’indietro e la testa protesa in avanti, trattandosi di una posizione vile dal punto di vista del combattimento, ma soprattutto per la sua pericolosità nel caso che il rivale volesse colpire ad esempio con un pugno al volto.

Afferrare la casacca con leggerezza e mai impugnarla con forza (con la precisazione che è norma prendere qualsiasi parte della casacca, ad eccezione dei principianti che sono tenuti ad afferrare la manica con una mano e il bavero con l’altra): in altre parole, invece di usare la mano, usare le dita, impiegando la forza in modo da non schiacciare un uovo sodo nella mano. La sottolineatura su come effettuare la presa deriva da due ragioni. La prima perché impiegare forza procura stanchezza alle braccia, ma la vera ragione è spiegata dalla logica della conseguenza: maggiore è la forza usata e maggiore la reazione, per cui tenendo con forza si rischia di segnalare all’avversario l’intenzione dell’attacco imminente, ammesso che si sia costretti o si voglia cambiare la tattica del gioco cercando di sorprenderlo....”

GLI SPOSTAMENTI SHINTAI :

Gli spostamenti sono ridotti al minimo e avvengono difficilmente partendo da una buona posizione. Gli spostamenti servono a costruire un attacco, ora non c’è più tempo di fare questo, conta solo la velocità, non conta l’opportunità, il tempo giusto, deve essere tutto veloce, sempre più veloce, senza un alternarsi, senza ritmo.

Entrando spesso nella tecnica senza opportunità va da sé che si debba fare affidamento sull’uso a volte smodato della forza, ma questo ha poco o niente a che vedere con il principio del miglior impiego dell’energia.

LA POSIZIONE - SHISEI -:

La posizione shizen-hon-tai, posizione naturale, è oramai praticamente in disuso, a parte nei judoka giapponesi: non conviene stare dritti, si è troppo esposti alla tecnica dell’avversario, cosa peraltro normale nella pratica del combattimento.

Ad esempio, una posizione piegata, con le braccia tese, obbligherà a deformare il tipo e lo stile di entrate, di tecniche, del come si porta una tecnica, si è costretti a sbarbare l’avversario andando ancora più in basso, ma questa cosa non ha nulla a che vedere con il Randori-Judo.

Jigoro Kano infatti non ha mai detto che l’atteggiamento giusto fosse quello di

impedire al nostro avversario di attaccare, cosa EVIDENTEMENTE, e sottolineo evidentemente contraria al principio del Ju.

Il principio del Ju e la sua applicazione nel Judo non vogliono significare in assoluto che una cosa debole sia meglio di una forte, ma presuppongono che l'atteggiamento tecnico e quello mentale siano cedevoli, adattabili, elastici, anche nell'uso della forza. Se il nostro compagno attacca, va bene, ecco, questa sì che è una grossa novità al giorno d'oggi. Va bene che il mio compagno attacchi, va bene che io cada senza battere la faccia o mi rompa un polso, una spalla o mi storga il collo per difendermi strenuamente. Posso difendermi, ci sono le difese bogyo, quei gesti tecnici atti a controllare l'azione dell'avversario e anche a contrattaccare, mantenendo una posizione forte ed elegante. E c'è la posizione, un'arma efficacissima per ovviare agli attacchi, pur mantenendosi dritti e con le braccia morbide. Ecco quali sono le armi lecite sia Randori che nello Shiai.

Sarebbe stato come bestemmiare presentare a Kano un incontro dove si tengono gli arti duri, si impedisce al compagno di attaccare, ci si piega, si cerca in tutti i modi, anche scorretti, di non cadere. Una vera e propria blasfemia. Contraria a tutti i principi che lui ha tentato faticosamente di comunicare, e che sono stati nel tempo non so se dire dimenticati, trascurati, malamente modificati, con la scusa di una non ben chiara evoluzione che avrebbe caratterizzato il Judo negli ultimi 100 anni, evoluzione che va in una direzione palesemente contraria a ciò che lui diceva. Infatti già all'epoca di Kano si cominciavano ad intravedere modi di fare che in parte differivano dagli insegnamenti originari di Kano: a volte le prese si indurivano un po', le posizioni si abbassavano un po', anche se quello non era niente di minimamente paragonabile a ciò che il Judo sarebbe diventato.

Sempre da “Judo Kyohon”

Koaku-Shiai dell'autunno 1916

“... La seconda osservazione riguarda la posizione o postura del corpo nel combattimento. Molti hanno adottato una posizione scorretta. Tralasciando coloro che mostravano un perfetto Shizen-tai, mi ha particolarmente colpito l'esempio di un allievo che si presentò al momento della presa col bacino arretrato e le braccia protese in avanti come per non farsi avvicinare dall'avversario. Questa è una posizione tutta difensiva, che in genere diminuisce notevolmente la potenza necessaria ad attaccare.... Allenatevi il più possibile in shizen-tai. Nei combattimenti a volte si è costretti ad assumere jigo-tai per proteggere il corpo. Ma adottandola abitualmente si compromette la ricerca dell'efficacia e si trascura lo sviluppo armonioso del corpo....jigo-tai è tanto efficace se si tratta di contrastare un attacco specifico, ma inutile quando viene usata come prevenzione o come abitudine, cosa che oggi spesso si verifica. Diverso è il caso di shizen-tai, che a prima vista può sembrare precaria nel senso



che può essere attaccata da qualsiasi direzione, ma che dispone dell'adattabilità utile ad evitare l'irruenza dell'avversario con un semplice spostamento del corpo, per conformarsi poi prontamente all'azione di contrattacco.

.... ma siccome è una posizione facile da attaccare e la cosa non piace, molti si orientano ad evitare questo pericolo, adeguando il corpo quasi esclusivamente al modello jigo-tai, nel peggiore dei casi anche esibendosi col bacino all'indietro per scoraggiare l'attacco altrui."

Aggiungiamo anche (ma qui si parla soprattutto del dopoguerra) la concentrazione da parte dei giapponesi dello studio di poche tecniche, cosa contraria allo spirito del Judo: abbiamo avuto periodi in cui i giapponesi tiravano bene alcune tecniche, le tiravano a tutti, tipo seoi-nage, uchi-mata, o-soto-gari, ma conoscere seppur bene poche tecniche, non rientra nello spirito del judo, che prevede l'uso di molte tecniche, cioè molti modi per risolvere tecnicamente i problemi che l'avversario ti pone.

La diffusione rapidissima che a un certo punto, dopo qualche anno di stenti, il Judo ebbe, anche grazie al fatto che il Randori Judo era molto più sostenibile, interessante del Randori jujutsu, non contribuì a far passare il messaggio del Kodokan Judo per intero.

Che era molto diverso da quello che ci è arrivato.

Ecco un articolo che chiarisce le idee (probabilmente risale agli anni '20):

Kano Jigoro – Aiki News 85 (estate 1990)

Come la pratica si è deteriorata

[..]Ci sono due motivi all'origine dell'odierno deterioramento della pratica. Uno di questi risiede nel fatto che abbiamo incoraggiato i praticanti a partecipare a gare ...come tsukinami (combattimenti mensili) e kohaku (bianchi-e-rossi) per stimolare la diffusione del judo. E per organizzare i combattimenti è stato necessario definire le regole specifiche di arbitraggio, dato che gli shihan (insegnanti anziani) non erano sempre disponibili come arbitri.

Anche quando mi è capitato di partecipare personalmente come arbitro ho dovuto appellarmi alle regole, altrimenti non sarebbe stato condiviso il giudizio di vittoria e sconfitta. E ancor più quando arbitravano persone che non erano shihan bisognava che si attenessero a regole condivisibili. Insomma, quando è stato deciso di disputare incontri arbitrati sono nati dei problemi perché la gente si preoccupava troppo del regolamento, dimenticando l'ideale del movimento naturale che caratterizzava il mio judo.

La seconda ragione di questo deterioramento è stata la scarsità di istruttori qualificati all'insegnamento del randori corretto, dovuta alla crisi di crescita del judo e al moltiplicarsi dei suoi praticanti. Questa crisi ha impedito che venisse correttamente trasmesso il mio metodo di randori[...]

Ecco che, dopo questo articolo, possiamo confrontare la semplicità, direi essenzialità del metodo Kodokan Judo, nonostante la sua completezza e complessità, valutando, ognuno con la propria testa se il regolamento odierno parte delle stesse cose, se parla lo stesso linguaggio, se addirittura parla della stessa cosa.

A voi l'ardua sentenza.

Le continue variazioni che nel tempo che hanno caratterizzato l'esercizio Randori e lo Shiai sono state dettate dalle frequenti modificazioni dei regolamenti arbitrari internazionali, scaturite molto spesso da eventi (tipo l'entrata far parte del circuito competitivo internazionale dei paesi dell'Est Europa, che hanno portato ad una sorta di deformazione della tecnica in favore appunto di questi paesi, vedi posizioni basse, tecniche alle gambe eccetera.

Ma che non hanno tutto sommato nessun valore marziale, quanto semmai una - per così dire - logica sportiva.

Tant'è vero che i regolamenti vengono continuamente modificati, come se spesso si prendesse un abbaglio. All'esordio dei paesi dell'est, per esempio, il Judo era passato ad una posizione a 90°, le prese "proibitive", guai a fare una presa, la stragrande maggioranza delle tecniche era tirata sotto la cintura. Poi, per ovviare a tutto ciò, essendo diventato il Judo uno spettacolo inguardabile e, diciamola tutta, incomprensibile, la cura per certi aspetti fu peggiore della malattia, quando proibirono categoricamente di fare prese sotto la cintura, fino a squalificare atleti che per sbaglio avevano toccato il pantalone, ed eliminando signore tecniche quali kata-guruma, te-guruma, eccetera. È evidente che non ci sia e non ci sia stata una logica marziale, ma solo di opportunità sportiva.

L'ultima eliminazione è stata del seoi-nage reverse, che pure per un certo periodo è stato accettato, una tecnica in verità presente nel jujutsu (tenjin shin jo ryu), ma che Jigoro Kano evidentemente scelse di non mettere.

È palese come queste scelte siano arbitrarie, nel vero senso della parola, e fatte spesso in modo da dover modificare le decisioni prese.

Lo sforzo è quello di comprendere che il Randori Judo è come il frutto di un albero, la parte più gustosa, quella che spicca, che è più visibile, che tutti

vogliono, che però cresce e si sviluppa con l'aiuto dell'intero albero. Il Randori, lo Shiai, sono esercizi che non possono essere svolti a prescindere da tutto l'impianto del Kodokan Judo. Il frutto è il frutto dell'albero, *e non c'è frutto senza un albero.*



Per quanto riguarda la differenza, o meglio le differenze tra Randori e Shiai, sono in realtà molte.

Randori si pratica con tutti e tra tutti livelli, pesi, generi, adattandosi alle circostanze, a chi si ha davanti, rapportandosi all'altro con educazione, rispetto ed empatia.

Accade che se faccio Randori con una cintura gialla mi faccia proiettare, adegui la mia energia alla sua... quindi si fa tra gradi tecnici, pesi, generi, categorie diverse, non importa il numero di Ippon che subisco o tiro.

Randori è un esercizio didattico, Shiai è una gara, in Randori si possono subire molte volte tecniche, ippon, in Shiai no, c'è solo una possibilità, o si vince o si perde.

Randori si può fare per un tempo prolungato, per ore, ci possiamo divertire a farci proiettare finché non riusciamo ad organizzare una difesa, un contrattacco, in Shiai questo non è possibile.

TRATTO DA UN'INTERVISTA A YVES CADOT

".....C'è un altro problema in Francia, cioè non si fa più tanto randori, non c'è più abbastanza pratica. La finalizzazione di tutto all'agonismo ha corrotto il metodo di allenamento, solo botte per rinforzarsi e vincere le gare.

D: Yves, in che senso non si fa più randori?

"Innanzitutto per prima cosa nei club si fa poco randori, magari solo 3/4 cambi a fine corso, poi di solito non è randori ma shiai, quindi di fatto quando si inizia a diventare anziani non si può più confrontarsi con i più giovani, cosa che si dovrebbe poter fare invece, ma che non è più possibile a livello fisico. Inoltre, quando succede questo, il Judo diventa poco efficace, si perde il concetto di lancio ed il modo di proiettare è solo un tirare giù. Si può comunque fare Judo parlandone ("da intellettuali") però se si perde la pratica si perde tutto, il messaggio cade senza l'esempio e non colpisce più."



D: Rispetto a questa situazione che mi sembra comune in Francia come in Italia, che proposte faresti per cambiare?

"Secondo me il miglior modo è avere dei bravi judoisti che danno un buon esempio. Non so se conoscete Frederic Dambach o Yves Glotin; quando hai queste persone che alla loro età fanno un judo molto bello ed efficace, molto tecnico e senza forza, fai randori con loro, stai bene ed hai piacere, allora tramite questa esperienza puoi convincere la gente. Non puoi dire ad un ragazzo che si allena per fare i campionati nazionali francesi o mondiali che non fa bene quello che sta facendo senza dare un esempio. Di fatto bisogna convincere la gente sul tatami dandogli un modo di fare differente."

Yves Cadot ha fatto l'introduzione all'ultimo libro di Alfredo Vismara, il quale esprime pensieri corrispondenti a quelli di Cadot circa il Randori. Altri importanti Maestri di Judo calcano sulle stesse cose, ultimamente il M° Katanishi ha messo l'accento, per così dire, sulla differenza tra lo studio e il Randori, dopo avere visto il Randori praticato. Nella sua intervista "L'Arte di posare le mani" (Spirit of Judo, marzo aprile 2008), egli ricalca, circa le prese, l'idea di Jigoro Kano: le prese sono fatte per fare Judo, non per impedire di farlo al nostro avversario.

In Giappone, e anche in Romania, hanno deciso di interrompere le competizioni giovanili a causa della pericolosità e dell'eccesso di agonismo che veniva in queste occasioni rilevato.

Pare dunque abbastanza chiaro che l'eccesso di spirito competitivo a discapito di una comprensione più generale del Judo e i suoi principi stia diventando un tema su cui porre seriamente l'attenzione, in modo da recuperare la possibilità, tra le altre cose, di eseguire Randori in una maniera più consona ai dettami del Fondatore.

Biografia:

"Fondamenti del Judo", Jigoro Kano –

"Quaderni del Busen", Kyu Shin Do ed. -

"Kodokan Judo Rentai ho", Alfredo Vismara –

"Jigoro Kano e l'origine del Judo", Hancock e Higashi

"Budo classico", Donn Draeger