

JUDO

Os princípios filosóficos e suas máximas



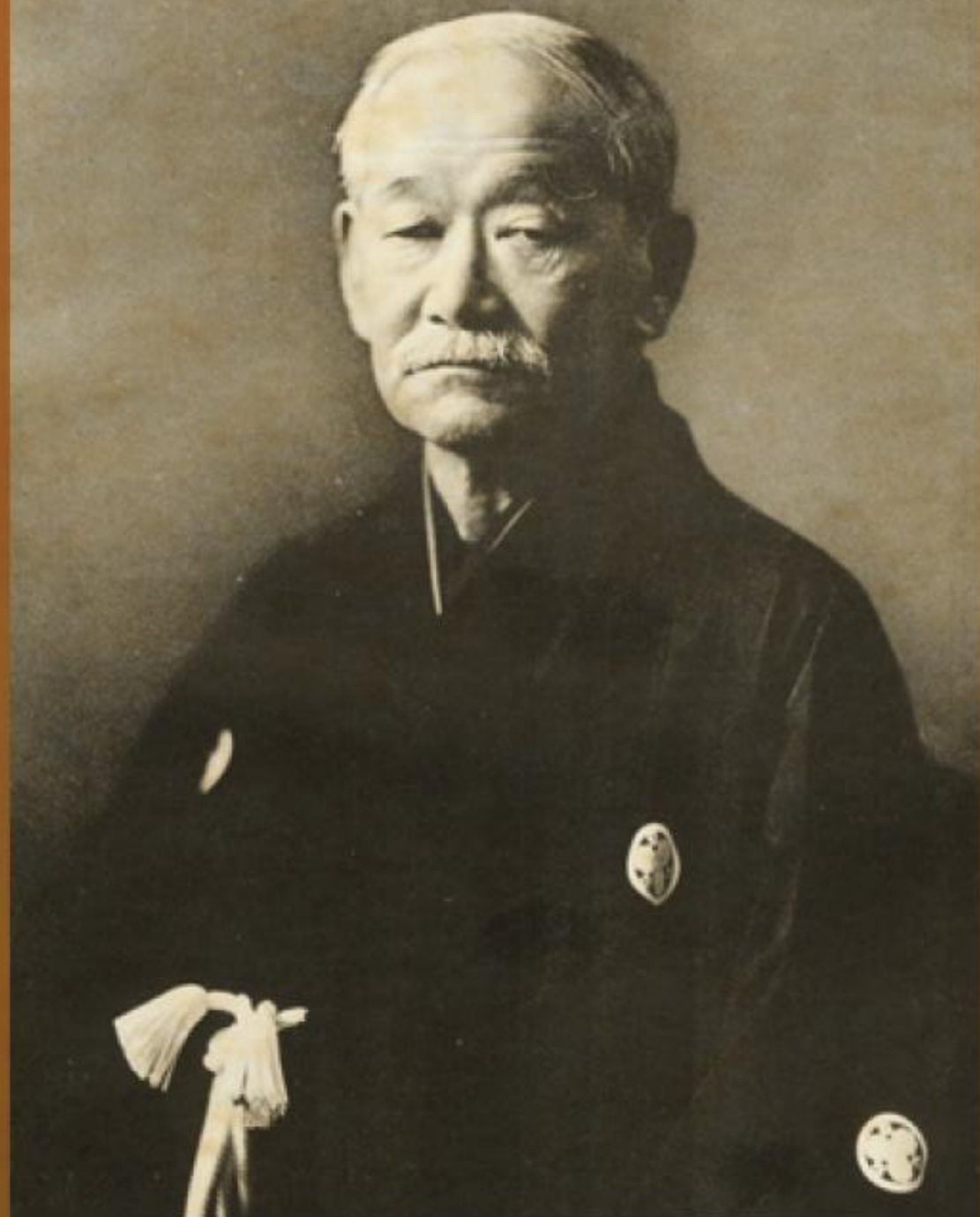
Autores:

Gabriela C. de Souza

Roberto Alves Garcia


Ilustração:

Vincent Renault



Dia 28 de outubro de 1860,
em Mikage, no Japão nasceu
Jigoro Kano.

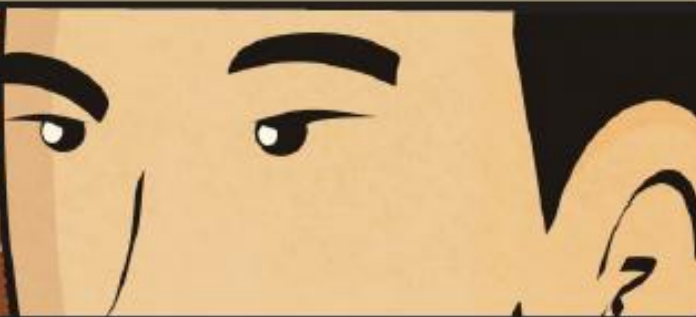
Com 11 anos de idade foi para Kioto estudar inglês e, após praticar diversos esportes, aos 17 anos, teve seu primeiro mestre de Jujutsu, o sensei Fukuda, na Escola Coração de Salgueiro.




Essa luta é realmente muito violenta, sensei Fukuda

Essa luta é mais violenta por ser a Arte Marcial dos antigos Samurais.

Em 1882 se formou pela Universidade Imperial de Tóquio em Letras e Ciências Estéticas e Morais, começou a lecionar inglês. Preocupado com a violência do Jujutsu, deu início a elaboração de um novo estilo de luta.



Preciso criar uma luta que também seja um esporte que não machuque tanto, mas que seja eficiente.




Precisa ser uma luta de respeito...

...Onde os praticantes se relacionem melhor e a disciplina seja mais importante...

...Uma luta que qualquer um possa fazer...

Tem que ser uma luta que não precise de força e nem de violência...



Preciso criar uma luta em que as pessoas se preocupem com o caminho percorrido para aprender sem violência e com suavidade... Vou chamá-la de...

JUDÔ! PREPARAÇÃO PARA A VIDA!



Ainda em 1882, Jigoro Kano criou então a escola de judô chamada Kodokan (escola do Caminho Fraterno).

Caro amigo, Tsunegiro Tomita, criei uma luta diferente..

Como diferente Sensei?!?

Nela vou desenvolver os valores espirituais, físicos, intelectuais e morais.

Amigo Shiro Saigo, gostaria de aprender judô?

E você, Sakujiro Yokoyama...

Toshiki Yamashita, quer aprender também?

Sim, sensei, gostaria!

Sim sensei, desejo!

Quero sensei!

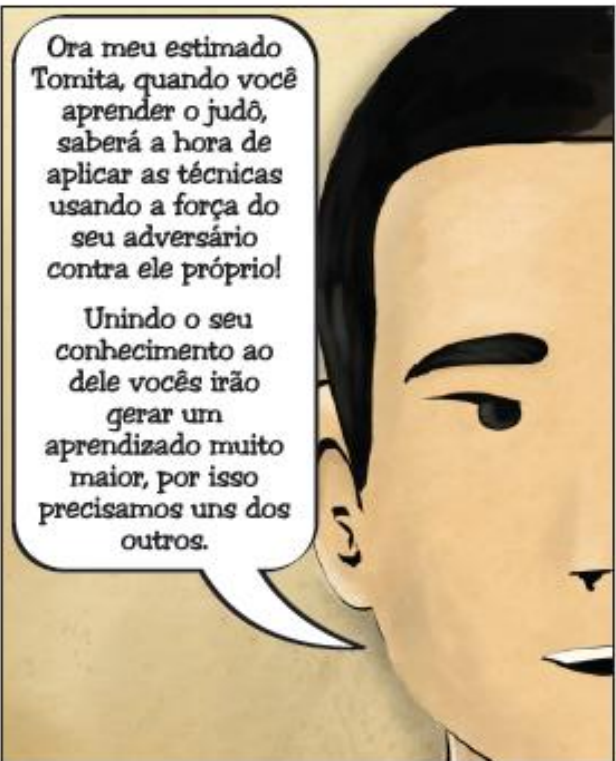
Jigoro Kano então, teve como seus primeiros alunos de judô os estudantes da escola de inglês.



A primeira coisa que devem aprender sobre o judô é que vocês devem ter a **MÁXIMA EFICIÊNCIA COM O MENOR USO DE ENERGIA** este é o **SEIRYOKU ZENYO**...


Além disso, vocês devem sempre se preocupar com a **PROSPERIDADE E BENEFÍCIOS MÚTUOS**, este é o **JITA KYOEI**...

Mas como vou ganhar a luta sem usar muita energia e ainda beneficiar o meu adversário, sensei?




Ora meu estimado Tomita, quando você aprender o judô, saberá a hora de aplicar as técnicas usando a força do seu adversário contra ele próprio!


Unindo o seu conhecimento ao dele vocês irão gerar um aprendizado muito maior, por isso precisamos uns dos outros.



Meus estimados alunos, não podem aprender a derrubar antes de aprender a cair. Vocês precisam dominar o próprio corpo para depois dominarem o corpo do adversário. Vamos fazer o fundamento do judô, o UKEMI!!!!




Agora vocês vão aprender a cair!!!




Mas eu quero derrubar!



Cair?!



Eu não quero cair!




Não sensei!

1º Princípio do judô:
Conhecer-se é dominar-se,
e dominar-se é triunfar.




2º Princípio do judô: Quem teme perder já está vencido.





Alunos, vocês devem praticar os golpes sempre, a perfeição do movimento está no seu treinamento.

3º Princípio do judô:
Somente se aproxima da perfeição quem a procura com constância, sabedoria e, sobretudo, humildade.



Então alunos, conseguiram fazer o osoto-gari que eu mostrei hoje?

Parece que eu nunca havia feito este golpe antes...

Não! foi muito difícil!

Eu nem ganhei do Saigo hoje neste golpe

Não, não entendi nada! Parece que eu não sei nada de judô



4º Princípio do judô:
Quando verificares,
com tristeza, que nada sabes,
terás feito seu primeiro
progresso no aprendizado.





Alunos, não é assim que se aplica o JITA KYOEI, precisam respeitar seus adversários!

5º Princípio do judô:


Nunca te orgulhes de haver vencido um adversário. Ao que venceste hoje, poderá te derrotar amanhã. A única vitória que perdura é a que se conquista sobre a própria ignorância.



Vamos fazer Randori.

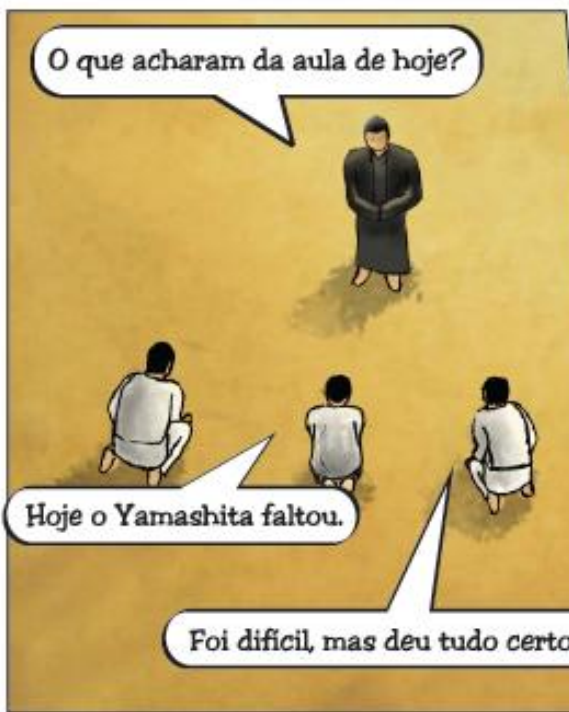
Mas nós gostaríamos de aprender mais golpes para nos aperfeiçoarmos.

É sensei, queremos ensinamentos para lutarmos melhor!



Através da luta é que nos aperfeiçoamos.
Não adianta se preparar para enfrentar
o mundo sem saber batalhar por ele.
É preciso lutar!!!


6º Princípio do judô:
O judoca não se aperfeiçoa
para lutar, luta para
se aperfeiçoar.



O que acharam da aula de hoje?

Hoje o Yamashita faltou.

Foi difícil, mas deu tudo certo!



Pois você mesmo, caro Saigo,
vai ensinar ao Yamashita
o golpe na próxima aula.


Mas eu não sei
ensinar sensei...

Oh meu caro Saigo,
o judoca de verdade
sabe ensinar o que
é compreendido.


Sim sensei...
Vou tentar.

7º Princípio do judô:


O judoca é o que possui inteligência para compreender aquilo que lhe ensinam e paciência para ensinar o que aprendeu aos seus semelhantes.




O que houve Saigo?



Pois então amigos, hoje saindo da Kodokan eu tive que ajudar uma pessoa em apuros com o que eu aprendi no judô!



Que bom Saigo, mas tem que ser o uso do judô para o bem e em caso de extrema necessidade não é?!



Assim como lutamos no Dojo, também temos que lutar pela vida!

Pelo que vejo meus alunos, hoje vocês aprenderam uma lição que faz parte do **JITA KYOEI**

8º Princípio do judô:

Saber cada dia um pouco mais, utilizando o saber para o bem, este é o caminho do verdadeiro judoca.

Agora que já treinaram as técnicas de hoje, vamos seguir o treinamento das técnicas de solo.

Sim sensei! Estamos há horas treinando e não me canso de treinar!

Meus movimentos estão fluindo com leveza e sem esforço.

Ótimo sensei!

A última lição desta etapa do nosso aprendizado do judô foi concluída.

精力善用

Hoje meus amigos e alunos, percebemos como o acúmulo de nosso saber nos torna eficiente em nossos movimentos. Alcançamos uma parte do **SEIRYOKU ZENYO**

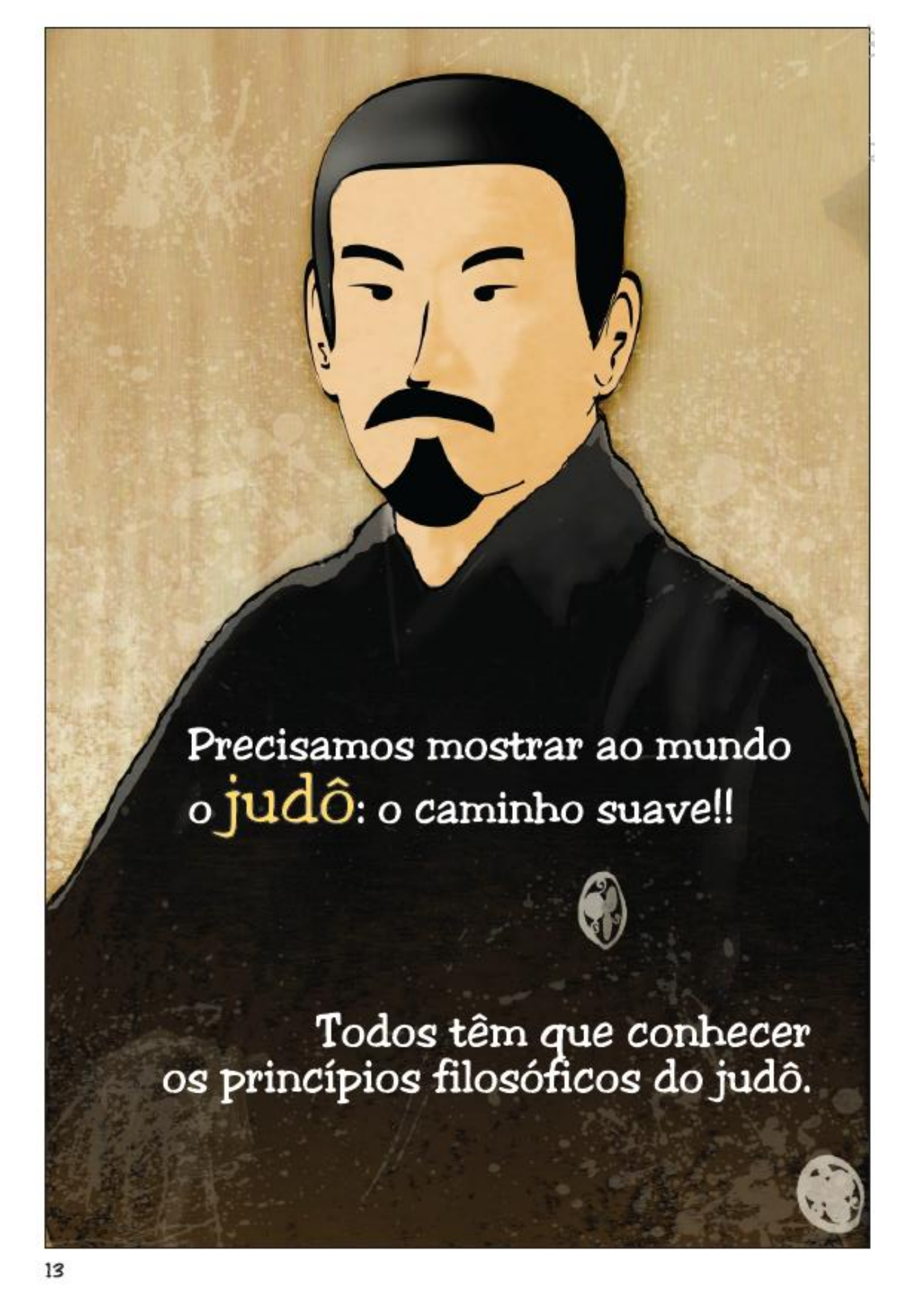


9º Princípio do judô:

Praticar o judô é educar a mente a pensar com velocidade e exatidão, bem como o corpo a obedecer com justeza. O corpo é uma arma cuja eficiência depende da precisão com que se usa a inteligência.

Meus amigos, o judô é um estilo de vida além de ser uma luta. Seu conhecimento é infindável e muitos poderão dar continuidade a seus estudos.





Precisamos mostrar ao mundo
o **judô**: o caminho suave!!

Todos têm que conhecer
os princípios filosóficos do judô.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BORGES, E. O judô e suas simbologias ocidentais.

Disponível em:

<http://www.educacaofisica.com.br/download.asp?tp=biblioteca&id=2375>

Acesso em agosto de 2010.

KANO J. **Kodokan Judô**. Kodansha. Tokio, 1994.

_____. **Energia mental e física: escritos do fundador do judô**.

Trad. BULL, W. São Paulo: Pensamento, 2008.

MORAES, F. D., SOUZA, G. C. **Os princípios filosóficos do judô no cotidiano de seus praticantes**. Universidade Gama Filho (Monografia de final de curso), 2010.

SANTOS, S. G. dos; SILVA, D. **Princípios filosóficos do judô aplicado à prática e ao cotidiano**. Revista Digital - Buenos Aires, n 86, Jul., 2005.

Disponível em:

<http://www.efdeportes.com/efd86/judo.htm>

Acesso em agosto de 2010

SANTOS, S. G.; FIORESE, L. et all. **Estudos sobre a aplicação dos princípios judoísticos na aprendizagem do judô**. Revista da Educação Física/UEM, no 1, 1990. p 11-14

VIRGILIO, S. **A arte do judô**. 2.ed. São Paulo: Papirus, 1986.

