



**Yuki 7' dan**

**Sulla tecnica il corpo e lo spirito di  
Saigo, Yokoyama e Nagaoka.**

Rivista Ufficiale del Kodokan di Tokyo  
vol 5 n'2 dd 15.03.1955.

Shiro Saigo, che passa per essere il modello di Sugata Sanhiro (eroe della novella e del film) divenne celebre improvvisamente.

Questo genio così particolare sbocciò appena dopo la fondazione del kodokan, e lo lasciò improvvisamente dopo avervi passato otto anni.

Alla sua partenza il maestro Tomita ( poi 10 Dan), il decano del Kodokan, che ben lo conosceva, scrisse che l'apogeo di un uomo non dura a lungo.

Il nome di Saigo era celebrato a quel tempo , la gente comune lo riteneva un superuomo.

Quando la sede del Kodokan era nel distretto di Dimasago-Cho, i bambini che giocavano per strada, declamavano gonfiando il petto: " Sono Saigo del Kodokan".

Questo periodo comunque non durò che tre o quattro anni.

Saigo fu un uomo di un carattere franco, audace e intraprendente.

Per la gente, visto il suo carattere, era il " Mitico maiale" (termine che in Giappone indica l'asocialità).

La improvvisa eclisse di Saigo avvenne in soli 16 mesi, durante i quali Jigoro Kano viaggiava all'estero, ( tra settembre 1889 e gennaio 1891) che bastarono perché Saigo venisse da tutti disprezzato.

A quel momento non aveva ancora lasciato il kodokan, aveva 22 anni e il suo nome sarebbe rimasto ancora a lungo famoso.

Lo incontrai dieci anni dopo che era malato e debole, preda dell'alcolismo.

A soli 34 anni sembrava già un uomo finito, ridotto così male.

La sua fine rammenta quella di Sakujiro Yokoyama, detto il Diavolo,, che morì prematuramente poco dopo la cinquantina, soprattutto per il troppo abuso di sakè.

Anche Nagaoka, una grande figura del kodokan (poi 10 dan), finì come Saigo e Yokoyama varie volte in situazioni molto difficili, tanto da portarlo quasi a lasciare il judo.

Ma grazie a Jigoro Kano egli cambiò vita, si ritirò prima a Kobe e poi a Kyoto per 10 anni, per poi rientrare nel 1913 brillantemente a Tokyo richiamato dal Maestro.

Nagaoka e Saigo avevano un tratto in comune, entrambi primeggiavano su tutti gli altri per la grande capacità tecnica, e anche per la capacità di bere.

Ma l'apogeo di Nagaoka non fu così breve come quello di Saigo.

Esso cominciò con il celebre randori con Yokoyama e finì dopo più di dieci anni.

Secondo me la differenza di questa durata sono da attribuire alla loro differenza di carattere.

Sembra che Grandi maestri come Saigo e Nagaoka avessero delle doti fisiche diverse da quelle comuni, e su questo il Maestro Tomita ha cose interessanti da dire:

" Il corpo di Saigo aveva due caratteristiche peculiari.

La prima era la piccola taglia, infatti egli era alto soltanto un metro e 55 centimetri.

Senza abbassarsi sulle gambe era in grado di caricare sulla schiena , le spalle o le anche un avversario e proiettarlo.

Il suo corpo era un punto di appoggio ideale.

Egli non aveva bisogno di preparare troppo la tecnica, vinceva per la velocità dei suoi attacchi, e non aveva problemi a sorreggere su di se il peso di qualsiasi contendente.

La seconda caratteristica di Saigo era la forma dei suoi piedi.

Le dita si ripiegavano verso l'interno evocando la forma di una zampa d'orso.



## Freebudo a cura di Alessio Oltremari

Quando egli applicava harai goshi o specialmente yama arashi, metteva il piede sulla caviglia dell'avversario, che rimaneva bloccato come fosse saldato, e non scivolava verso il ginocchio.

Questa particolare forma dei suoi arti inferiori si accentuò con la pratica del Judo.

Il corpo di Nagaoka all'apparenza non aveva niente di insolito.

L'unica sua particolarità gli derivava dalla pratica intensa del Ju Jitsu, che egli aveva seguito fino dalla età di 10 anni.

Guardando le sue mani si notava la forma strana delle sue dita, esse erano come piegate verso l'interno del palmo, ed erano storte e nodose.

Erano certamente state le centinaia e centinaia di prese alle maniche e ai baveri ad essere responsabili dello stato delle sue mani, risultato di un lungo e impercettibile processo di trasformazione.

Come le dita gradualmente si incurvavano, le sue mani acquistavano forza.

Anche le sue gambe erano particolari, sia la parte inferiore che quella superiore erano sviluppate oltre la norma, e ciò era dovuto al costante esercizio sulle ginocchia.

Se la tecnica favorita di Saigo era lo Yama arashi, combinato con harai goshi e seoi nage ciò era dovuto alla sua statura e alla forma particolare delle sue gambe.

Per Nagaoka invece le tecniche preferite erano gli Yoko sutemi, eseguiti in forma diversa dal Kata del Kodokan, ma impossibili da evitare.

Questo risultato era anche dovuto alla forza delle sue manie delle sue gambe.

Infine circa il personale stile di rompere la posizione di Saigo, il M'Tomita, che si era a lungo allenato con lui diceva questo:

" Quando Saigo voleva squilibrare il suo avversario, non lo manovrava soltanto da dietro a avanti o da destra a sinistra, ma lo muoveva dal basso in alto fino a fargli perdere la posizione, tanto che egli si sentiva come trasportato dalla forza delle onde.

Si sentiva che tutto ciò non era ottenuto dalla forza delle braccia o delle gambe, ma era la conseguenza di una delicata manovra delle anche, cosa impossibile per coloro che non hanno raggiunto una particolare maestria.

Su Nagaoka.

Un aneddoto racconta che egli, ancora giovane, beveva sake come fosse acqua.

Una volta rientrando al Kodokan si accorse di essere tutto insanguinato, e di essere ferito alla testa.

solo allora, con un certo sforzo, si ricordò di essere caduto per strada.

Impaurito dalla possibilità di essere scoperta, si ripromise da allora di cambiare atteggiamento di vita, sperando che nessuno lo avesse visto.

A quel tempo egli abitava vicino alle case di Kano e Yokoyama, che per sua fortuna non si accorsero mai di nulla.