

JIGORO KANO, FUNDADOR DEL  
JUDO KODOKAN.  
*Fotografía cortesía de la  
National Diet Library  
(Japón), a través de su  
página web.*

---

# “LA CONTRIBUCIÓN DEL JUDO A LA EDUCACIÓN”

DE JIGORO KANO. INTRODUCCIÓN, TRADUCCIÓN Y NOTAS

CARLOS GUTIÉRREZ GARCÍA Y MIKEL PÉREZ GUTIÉRREZ



---

## Resumen

En el presente artículo se traduce y comenta la conferencia que Jigoro Kano (1860-1938), creador del Judo Kodokan, impartiera en la Universidad de Southern California (Los Angeles) en 1932 bajo el título *La contribución del judo a la educación*. A través de su lectura no sólo se aprecia la concepción que mantenía Kano respecto al judo, sino también rasgos de su personalidad que revelan tanto la amplitud de sus conocimientos como un carácter humanista basado en la racionalidad y en la colaboración entre personas y países.

---

## Introducción

Cualquier practicante de judo medianamente formado ha oído o leído algo sobre Jigoro Kano (1860-1938), el creador del Judo Kodokan. Su fotografía aún hoy en día preside muchos *dojos*, y es difícil encontrar un libro de judo que no dedique algunas palabras a quien representa el origen y los ideales de una práctica que actualmente es el deporte de combate más extendido y practicado a nivel mundial.

España, y por extensión el ámbito hispanohablante, no ha sido ajeno a la mitificación de la figura de Jigoro Kano, aunque las informaciones que se han transmitido sobre su figura en las publicaciones hayan sido por lo general más bien escasas, reiterativas, y en ocasiones absolutamente falsas. Salvando la honrosa excepción del *Judo Kodokan*, editado por Eyra (Kano, 1989a), no existe hasta la fecha ninguna otra publicación en español que recopile de algún modo parte de la abundante obra de Kano, circunstancia que sí sucede en otras lenguas occidentales (véanse por ejemplo en francés Kano, 1974; en italiano Kano, 1995, 1998; en inglés, Kano, 2006).

El presente artículo supone la edición comentada de la conferencia *The Contribution of Judo to Education* [*La contribución del judo a la educación*], que Jigoro Kano impartiera en la Universidad de Southern California (Los Angeles) en 1932, y que sería posteriormente publicada en el *Journal of Health and Physical Education* (Kano, 1932). La traducción que aquí realizamos parte de reimpressiones más modernas (Kano, 1977, 1989b, 2005), al no haber tenido acceso a la publicación original. Hemos descartado la versión que reproduce Nelson (Kano, 1989b) al ser ésta incom-



RETRATO DE JIGORO KANO,  
FUNDADOR DEL  
JUDO KODOKAN.  
*Fotografía cortesía de la  
National Diet Library  
(Japón), a través de  
su página web.*

pleta. También hemos de señalar que la mayor parte del contenido de esta conferencia serviría de base para los dos primeros capítulos del libro *Judo (Jujutsu)* (Kano, 1937) y para diversas secciones del *Judo Kodokan*, por lo que las ideas expresadas por Kano en esta conferencia no resultarán extrañas a quienes conozcan dichas obras.

*La contribución del judo a la educación* es un trabajo significativo en la historia del judo ya que presenta el concepto que mantiene su creador respecto al judo y a sus valores educativos en un momento vital de gran madurez. A sus 71 años, Kano no sólo llevaba ya a sus espaldas medio siglo de experiencia en la dirección del Kodokan, sino que había desempeñado labores de creciente responsabilidad en el sistema educativo y deportivo japonés, siendo nombrado miembro del Comité Olímpico Internacional en 1909. Asimismo, desde 1887 había tenido la oportunidad de realizar numerosos viajes al extranjero gracias a los cuales conoció los sistemas educativos de numerosos países así como el desarrollo del movimiento olímpico, del que fue un firme impulsor (Brousse y Matsumoto, 1999; Villamón y Brousse, 1999; Watson, 2000). Sus conocimientos, por tanto, del ámbito educativo y de la educación mediante el deporte y los ejercicios físicos son extremadamente sólidos para la época, situándole en una posición de privilegio como pedagogo excepcional y persona a la vanguardia de su tiempo.

Es, de hecho, su tercer viaje a los Estados Unidos, con motivo de la celebración de los X Juegos Olímpicos de Verano, y teniendo la misión de promocionar la candidatura olímpica de Tokyo para los Juegos Olímpicos de 1940, el que da la oportunidad a Kano de impartir esta conferencia. Además de documento histórico, las palabras de Jigoro Kano nos dan la oportunidad para reflexionar sobre el desarrollo y las tendencias del judo actual, y cómo éstas manifiestan o no los conceptos e intenciones educativas expresadas por su creador.

## LA CONTRIBUCIÓN DEL JUDO A LA EDUCACIÓN POR EL PROFESOR JIGORO KANO

*Profesor Honorario y antiguo Presidente de la Escuela Normal Superior y Miembro de la Cámara de los Pares de Japón; Presidente del Kodokan (una institución para el estudio y la práctica del Judo) (Primer Fundador del Judo y del Kodokan). Presidente Honorario, Asociación Atlética Amateur de Japón (fundador y antiguo Presidente); impartida en la Universidad de Southern California en ocasión de la 11<sup>a</sup> Olimpiada, 1932<sup>1</sup>.*

El objetivo de esta conferencia es explicarles de un modo general qué es el JUDO. En nuestra época feudal existían muchas prácticas militares, tales como esgrima, tiro con arco, uso de lanzas, etc. Entre éstas existía una llamada JIUJITSU que era una práctica compuesta, que consistía principalmente en los procedimientos de combatir sin armas, utilizando ocasionalmente, sin embargo, dagas, espadas y otras armas.

Los tipos de ataque eran principalmente proyectar, golpear, estrangular, inmovilizar al oponente en el suelo, y doblar o torcer los brazos o piernas del oponente de

<sup>1</sup> Posiblemente un error en el original, ya que Los Angeles 1932 se considera oficialmente la X Olimpiada (la IX si se considerase la no celebración de la VI Olimpiada Berlín 1916, y la XIII o XII si se considerasen las Olimpiadas de Invierno de 1924, 1928 y 1932).

---

tal manera que se causase dolor o una fractura. También se enseñaba el uso de espadas y dagas. Así mismo teníamos numerosas formas de defendernos contra tales ataques. Tal práctica, en su forma primitiva, existió incluso en nuestra era mitológica. Pero la instrucción sistemática, como un arte, data aproximadamente de tan sólo trescientos cincuenta años<sup>2</sup>.

En mis tempranos días estudié este arte con tres eminentes maestros de la época<sup>3</sup>. El gran beneficio que he obtenido como resultado de este estudio me condujo a la decisión de seguir adelante con el tema más seriamente, y en 1882 fundé mi propia escuela y la llamé Kodokan. Kodokan significa literalmente “escuela para estudiar el camino”, significando “el camino” el propio concepto de vida<sup>4</sup>. Llamé a la materia que enseñaba JUDO en lugar de JIUJITSU. En primer lugar, les explicaré el significado de estas palabras: JIU significa “suave” o “que cede”<sup>5</sup>, JITSU, un “arte” o “práctica”, y DO, “camino” o “principio”, así que JIUJITSU significa un arte o práctica de la suavidad o de ceder primero con el propósito de obtener la victoria en último término; mientras que JUDO significa el camino o el principio de lo mismo.

Permítanme ahora explicar qué significa realmente esta suavidad o ceder. Supongan que asumimos que podemos estimar la fuerza de un hombre en unidades. Digamos que la fuerza del hombre que está frente a mí está representada por diez unidades, mientras que mi fuerza, menor que la suya, está representada por siete unidades. Entonces, si él me empuja con toda su fuerza, con certeza será impelido hacia atrás o tirado al suelo, incluso si utilizo toda mi fuerza contra él. Eso ocurriría porque yo utilicé toda mi fuerza contra él, oponiendo fuerza contra fuerza. Pero si, en lugar de oponerme a él, yo hubiera cedido ante su fuerza retirando mi cuerpo justamente tanto como él empujaba, recordando al mismo tiempo mantener mi equilibrio, entonces él se ladearía hacia delante de modo natural y de este modo pierde su equilibrio.

En esta nueva posición, puede volverse tan débil (no en fuerza física real, sino a causa de su comprometida posición) como para tener su fuerza representada por el momento por, digamos, únicamente tres unidades, en lugar de sus diez unidades normales. Pero mientras tanto yo, manteniendo mi equilibrio, conservo toda mi



JUDO  
CAMINO DE LA SUAVIDAD

---

2 Inicios de la Era Tokugawa (1603-1868), que supondría la pacificación del país bajo el férreo control del *shogunato* o gobierno militar de los Tokugawa. Como señalan Ratti y Westbrook (1994), durante esta época se sustituiría el conocimiento general de las artes guerreras (*bujutsu*), tremendamente práctico en el campo de batalla, por un conocimiento más especializado de cada arte marcial, cuyo currículum desarrollarían las diversas escuelas marciales o *ryu*, y de ahí la afirmación de Kano. Esto no quiere decir que esta afirmación no sea una simplificación de la realidad, puesto que anteriormente a la Era Tokugawa ya existieron algunas escuelas de *jujutsu* (Mol, 2001).

3 Hachinosuke Fukuda (1829-1880) y Masamoto Iso (1818-1880), de la Tenshin Shin'yo Ryu, y Tsunetoshi Iikubo (1835-1889), de la Kito Ryu. Desde sus inicios como practicante, en 1877, y hasta la fundación de su propio *dojo*, el Kodokan, en 1882, Jigoro Kano acumuló aproximadamente cinco años de práctica. Kano también conocería otros estilos de combate, tanto japoneses como occidentales (Villamón y Brousse, 1999; Watson, 2000).

4 El “Do” japonés, tan propio de las artes marciales (*karatedo*, *aikido*, *kendo*, *kyudo*, etc.), así como de un buen número de tradiciones con un profundo significado ético y estético (*chado* –camino del té–, *kado* –el camino de las flores–, *shodo* –el camino de la escritura–, *kodo* –el camino de las fragancias–, etc.). Kano identifica el *do* con el propio camino o trayectoria vital.

5 También se ha traducido como “flexibilidad”, y judo como “el arte de la flexibilidad”. Esto ha conducido en ocasiones a confundir este concepto de flexibilidad (suavidad, capacidad de ceder o amoldarse a) con la capacidad física de la flexibilidad, la cual no representa el concepto de judo.

---

fuerza, que estaba representada originalmente por siete unidades. Aquí, entonces, estoy momentáneamente en una posición ventajosa, y puedo derrotar a mi oponente utilizando solamente la mitad de mi fuerza, esto es la mitad de mis siete unidades, o tres y media, contra sus tres. Eso deja disponible la mitad de mi fuerza para cualquier propósito. En el caso de que tuviese una fuerza superior a la de mi oponente por supuesto le podría hacer retroceder. Pero incluso en este caso, es decir, si hubiese querido empujarle y tuviese la fuerza para hacerlo, habría sido mejor para mí ceder primero, porque haciéndolo habría economizado mi energía en gran medida.

Ése es un sencillo ejemplo de cómo un oponente puede ser derrotado cediendo. Se pueden dar otros ejemplos.

Supongan que mi oponente intenta torcer mi cuerpo (como demostramos aquí mi asistente y yo mismo) tratando de que caiga. Si yo le resistiese seguramente sería proyectado, porque mi fuerza para resistirle no es suficiente para superar a la suya. Pero si, por el contrario, yo cedo ante él, y mientras hago esto tiro de mi oponente (como se demuestra) echando mi cuerpo voluntariamente al suelo, puedo proyectarlo muy fácilmente<sup>6</sup>.

Daré otro ejemplo. Supongan que estamos paseando por un camino de montaña con un precipicio a un lado (como se demuestra) y que este hombre súbitamente ha saltado sobre mí e intenta empujarme hacia el precipicio. En este caso no podría evitar ser empujado al precipicio si intento resistirle, mientras que, por el contrario, si cedo ante él al mismo tiempo, poniendo mi cuerpo redondo (como se demuestra) y tirando a mi oponente hacia el precipicio, puedo tirar a mi oponente fácilmente por encima del borde y al mismo tiempo llevar mi propio cuerpo al suelo con seguridad<sup>7</sup>.

Puedo multiplicar estos ejemplos en cualquier grado, pero pienso que los que he dado serán suficientes para permitirles comprender cómo puedo vencer a un oponente cediendo, y cómo en el combate de Jiu-jitsu existen muchos ejemplos donde se aplica este principio, el nombre Jiu-jitsu (es decir, el arte de la suavidad o de ceder) se ha convertido en el nombre del arte en su totalidad.

Pero hablando rigurosamente, el verdadero Jiu-jitsu es algo más. La forma de conseguir la victoria sobre un oponente mediante el Jiu-jitsu no se limita únicamente a obtener la victoria cediendo. Algunas veces golpeamos, damos patadas y estrangulamos en los combates físicos, pero a diferencia del ceder, estas son formas de ataque directo.

Algunas veces un oponente agarra la muñeca de uno. ¿Cómo puede éste liberarse sin utilizar la propia fuerza contra el agarre del oponente? Se puede preguntar lo mismo cuando alguien agarra a uno por detrás. Si, entonces, el principio de ceder no puede cubrir todos los métodos en el combate de Jiu-jitsu, ¿existe algún principio que cubra realmente todo el campo de acción? Si, existe, y ese es el principio de la

---

6 Esta ejemplificación se realizaría con toda probabilidad mediante la técnica *uki otoshi* (caída flotante) (véase Kano, 1937: 12-13), una de las técnicas aparentemente más sencillas del judo, y que en una de sus variantes se realiza llevando una rodilla al suelo, como sucede en la *nage no kata* (forma de las proyecciones).

7 Aquí Kano realizaría esta ejemplificación a través de la técnica *tomoe nage* (proyección en círculo), una de las técnicas visualmente más atractivas del judo y que ha sido utilizada como recurso en infinidad de combates simulados en películas y series televisivas.

---

máxima eficiencia en el uso del cuerpo y la mente<sup>8</sup>, y el Jiujitsu no es otra cosa que una aplicación de este principio que abarca todo al ataque y a la defensa.

¿Puede aplicarse este principio en otros ámbitos de la actividad humana? Sí, este mismo principio puede ser aplicado a la mejora del cuerpo, haciéndolo fuerte, sano y útil, y esto es lo que constituye la educación física. También puede aplicarse a la mejora de la fuerza moral e intelectual, y de esta manera constituye la educación moral y mental. También puede aplicarse al mismo tiempo a la mejora del régimen alimenticio, de la vestimenta, del hogar, de la vida en sociedad, y de estrategia de los negocios, constituyendo de este modo el estudio y el entrenamiento para la vida. Yo di el nombre de “Ju-do” a este principio que abarca todo. Por tanto JUDO, en su sentido más completo, es un estudio y un método de entrenamiento del cuerpo y de la mente así como de la regulación de la vida y de los acontecimientos<sup>9</sup>.

El Judo, por tanto, en una de sus facetas, puede ser estudiado y practicado con el ataque y la defensa como su objeto principal. Antes de que yo fundase el Kodokan, esta faceta de ataque y defensa del Judo sólo era estudiada y practicada en Japón bajo el nombre de Jiujitsu, algunas veces denominado Taijutsu, significando el arte de controlar el cuerpo, o Yawara, el “control suave”. Pero vine a pensar que el estudio de este principio que abarca todo es más importante que la mera práctica del Jiujitsu, porque la auténtica comprensión del principio no sólo le permite a uno aplicarlo a todas las facetas de la vida, sino que también es de gran utilidad para el propio estudio del arte del Jiujitsu<sup>10</sup>.

Se puede llegar a entender este principio no únicamente por el procedimiento que yo he seguido. Uno puede llegar a la misma conclusión a través de la interpretación filosófica de las transacciones cotidianas de los negocios, o por un razonamiento filosófico abstracto. Pero cuando empecé a enseñar Judo pensé que era conveniente

---

8 *Seiryoku zen'yo*, más exactamente “máxima eficiencia en el uso de la energía vital”. Citando a Maekawa y Hasegawa (1963: 9), “Consideraremos ahora qué quiere decir ‘la utilización más efectiva de la energía’ que Kano defendía tan enfáticamente. ‘Más efectiva’, huelga decir, se relaciona con el resultado de una acción, y cuando el objetivo se logra del mejor modo, puede decirse que es ‘más efectivo’. En relación a esto, Kano decía que ‘Cualquier cosa que haga una persona, debe hacerlo para obtener buenos resultados. El mejor medio para obtener buenos resultados es utilizar la propia energía en la dirección correcta con el menor gasto posible, y con efectividad’... También ‘Utilizar con efectividad la propia energía física y espiritual significa obtener los máximos resultados de ello’... Donde si la ‘energía’ es utilizada o no con efectividad sólo puede decidirse por el resultado, teniendo que considerar también el método mediante el que ésta se gasta. En cualquier caso, la razón por la que Kano estableció un principio fundamental como este fue por su fuerte deseo de adoptar el racionalismo y la eficiencia moderna...”.

9 Kano expresa aquí su concepción del judo como un principio que puede manifestarse en cualquier actividad humana, trascendiendo la práctica del deporte que hoy conocemos como “judo”. Obsérvese la identidad, por tanto, del Principio de máxima eficiencia en el uso de la energía vital (*Seiryoku zen'yo*) y el judo, o, dicho de otra manera, el concepto del judo como Principio de máxima eficiencia en el uso de la energía vital. Obsérvese también el carácter pedagógico (*Educación de..., Preparación para...*) que Kano atribuye a la aplicación de este principio, dotando de pleno sentido la fundación de una escuela (el *Kodokan*) para estudiar y desarrollar una trayectoria vital integral –camino– basada en la aplicación del mismo.

10 Aquí se apunta la importancia de la reflexión sobre la acción para mejorar la propia acción; es decir, frente a una pedagogía basada en el “hacer y hacer” –o “repetir y repetir”– tan característica en muchas formas de enseñanza de las artes marciales, que consideran que el practicante llegará a interiorizar y aplicar correctamente los principios y las técnicas mediante la mera repetición (método inductivo), Kano ensalza la importancia de la propia comprensión del principio para su posterior aplicación en técnicas específicas y, en general, a cualquier aspecto de la vida (método deductivo).

---

seguir la misma ruta que había tomado en el estudio de la materia, porque de este modo podía hacer que el cuerpo de mi alumno fuese sano, fuerte y útil<sup>11</sup>. Y al mismo tiempo, podía ayudarle gradualmente a comprender este principio en toda su importancia. Por este motivo comencé la enseñanza del Judo con el entrenamiento en el RANDORI y en la KATA.

RANDORI, significa “práctica libre”, se practica en condiciones de duelo real. Incluye proyectar, estrangular, controlar al oponente en el suelo, y doblar o torcer sus brazos o piernas. Los dos combatientes pueden utilizar cualesquiera métodos que deseen a condición de que no se hagan daño el uno al otro y no obvien las reglas del Judo respecto a la etiqueta, que son esenciales para su correcto desarrollo<sup>12</sup>.

KATA, que significa literalmente “*forma*”, es un sistema formal de ejercicios preestablecidos, incluyendo golpear, cortar, dar patadas, dar estocadas, etc., de acuerdo a unas reglas bajo las cuales cada combatiente sabe de antemano exactamente lo que su oponente va a hacer. Los ejercicios de golpear, dar patadas, cortar y dar estocadas se enseñan en la Kata y no en el Randori, porque si se usasen en Randori podría producirse frecuentemente casos de lesión, mientras que cuando se enseñan en Kata no es plausible que se produzca tal lesión puesto que todos los ataques y defensas están preestablecidos<sup>13</sup>.

El randori puede ser practicado de varias maneras. Si el objetivo es simplemente entrenarse en el método de ataque y defensa, la atención debe dirigirse especialmente al entrenamiento de los modos más eficientes de proyectar, doblar, o torcer, sin especial atención al desarrollo del cuerpo o de la cultura mental y moral.

El randori puede ser estudiado también con la educación física como principal objetivo. De todo lo que ya he dicho, cualquier cosa para ser ideal debe ser realizada de acuerdo al principio de máxima eficiencia<sup>14</sup>.

---

11 El interés de Kano por la educación corporal no ha de buscarse únicamente en el hecho, tan reiterado en sus más o menos extensas biografías, de que durante su niñez fue un chico frágil que sufrió los abusos a los que se suele someter a los estudiantes débiles, y que a consecuencia de ello se vio en la necesidad de fortalecer su cuerpo. Además, este interés ha de contextualizarse en un momento histórico (finales del s. XIX) de gran evolución de las escuelas gimnásticas europeas, bien conocidas por Kano debido a su extensa formación y a sus viajes de estudio al viejo continente.

12 Como bien señalan Brousse, Villamón y Molina (1999: 186), en el *randori* “... se intenta dominar al compañero, pero esta no es la meta final, sino que representa únicamente un medio para alcanzar el desarrollo personal. El resultado, en términos de ganar o perder, no importa, así que no hay necesidad de ‘hacerlo bien’. El placer y la satisfacción pueden obtenerse del proceso de experimentación y búsqueda de soluciones a los muchos problemas que aparecen espontáneamente o que son creados por uno mismo”.

13 *Kata* es un concepto nuclear dentro de la cultura japonesa, que define el modo o manera correcta de hacer las cosas. Como señala Ebell (2008: 31), “... las katas son formas para ser seguidas, asegurando que un cuerpo preciso de conocimientos se transfiera del profesor al estudiante. Es una especie de plantilla para ser seguida tanto en el aprendizaje como en la ejecución”. En el judo, por tanto, aseguran la transmisión fidedigna de las técnicas de profesor a alumno, aunque aquí la justificación de Kano se oriente específicamente hacia la seguridad de la práctica que éstas proporcionan. Otaki y Draeger (1997) dividen las ocho katas oficiales del Judo Kodokan en cuatro grupos: *randori* (*nage no kata* y *katame no kata*), defensa personal (*kime no kata* y *goshin jutsu no kata*), educación física (*ju no kata* y *seiryoku zen'yo kokumin taiiku*) y teoría del judo (*itsutsu no kata* y *koshiki no kata*).

14 Kano muestra aquí una visión muy ecléctica del judo, en consonancia con lo que actualmente han venido a denominarse facetas, vertientes u orientaciones del judo y en general de las artes marciales (Theeboom, De know y Wylleman, 1995; Villamón, Carratalá y Pablos, 1995). No escasean, en este sentido, discursos posteriores que han tratado de definir “lo que es” o “lo que no es” el judo, tanto desde una perspectiva “tradicionalista” como “radicalmente deportiva”. Parece que para Kano, sencillamente, *es judo* si se ajusta al Principio de máxima eficiencia en el uso de la energía vital.

---

Ahora veremos cómo los sistemas de educación física existentes pueden soportar esta prueba.

Tomando los deportes en conjunto, no puedo evitar pensar que no son la forma ideal de educación física, ya que cada movimiento no se selecciona para el desarrollo completo del cuerpo sino para lograr otro propósito definido. Y además, como normalmente necesitamos un equipamiento especial y a veces un buen número de personas para participar en ellos, los deportes son adecuados como entrenamiento para grupos selectos de personas y no como medios para mejorar la condición física de toda una nación. Esto sigue siendo cierto en el boxeo, la lucha, y diferentes tipos de ejercicios militares que se practican por todo el mundo<sup>15</sup>. Entonces la gente puede preguntar, “¿No son los ejercicios gimnásticos una forma ideal de entrenamiento físico nacional?”.

A esto yo respondo que son una forma ideal de educación física puesto que están ideados para el desarrollo integral del cuerpo, y no requieren necesariamente de un equipamiento y participantes especiales. Pero los ejercicios gimnásticos carecen de cosas muy importantes esenciales para la educación física de una nación completa. Los defectos son:

- 1- Los diferentes movimientos gimnásticos no tienen sentido y carecen de interés.
- 2- De su práctica no se derivan beneficios secundarios.
- 3- El logro de “habilidad” (utilizando la palabra “habilidad” en un sentido especial) no puede buscarse en los ejercicios gimnásticos como en otros tipos de ejercicios<sup>16</sup>.

A partir de esta breve panorámica del campo completo de la educación física, puedo afirmar que aún no se ha inventado una forma ideal que cumpla con las condiciones necesarias para tal educación física.

Esta forma ideal solamente puede diseñarse a partir de un estudio basado en la máxima eficiencia. Para cumplir con todas aquellas condiciones o requisitos, debe diseñarse un sistema que tenga como primera consideración el desarrollo completo del cuerpo, como es el caso de los ejercicios gimnásticos. A continuación, los movimientos deben tener algún sentido de modo que puedan ser practicados con interés. De nuevo, las actividades deben ser tales que no requieran un gran espacio ni una vestimenta o equipamiento especial. Además, deben ser tales que puedan realizarse tanto individualmente como en grupos.

Esas son las condiciones o requisitos para un sistema satisfactorio de educación física para el conjunto de una nación. Cualquier sistema que pueda alcanzar exitosamente esos requisitos podrá, por vez primera, ser considerado como un programa de educación física basado en el principio de máxima eficiencia<sup>17</sup>.

---

15 Recordemos que el deporte que conoce Kano es aún fundamentalmente una práctica elitista que sólo pueden permitirse las clases sociales más acomodadas.

16 Kano se refiere aquí a los ejercicios tipo “Tablas Gimnásticas”, tan habituales en el ámbito educativo y militar de la época, los cuales se centraban casi exclusivamente en el desarrollo corporal armónico (cuerpo anatómico).

17 Se revela aquí la concepción social de la educación física que mantiene Kano, que habría de servir para la educación de la nación en general y no únicamente para la formación de las élites.

POESÍAS DE JIGORO KANO  
SOBRE LA EDUCACIÓN  
(EN KANO, 2005B: 146)

EDUCACIÓN  
No hay nada más  
grande en el mundo.  
La educación moral  
de una persona se  
extiende a diez mil  
personas.  
La educación de una  
generación se extiende  
a cien generaciones.

EDUCACIÓN  
No hay nada más  
agradable  
en el mundo.  
Cultivando el talento  
y mejorando el mundo,  
Esta fragancia pervive  
para siempre después  
de la muerte.

He estado estudiando este tema durante mucho tiempo y he tenido éxito al diseñar dos formas de las que puede decirse que cumplen todos esos requisitos<sup>18</sup>.

18 Kano se refiere aquí a dos “propuestas gimnásticas” para una educación física nacional: el *Kobo-shiki* o *Bujutsu-shiki* y el *Buyo-Shiki*. En un artículo publicado en 1937 (un año antes de su muerte) señalaba: “El primero propone la gimnástica integrada en el entrenamiento ataque-defensa, denominado *Kobo-shiki*, o *Bujutsu-shiki*. Se trata de un método que permite a los judokas lograr un físico equilibrado, mientras que ofrece a los no judokas un ejercicio divertido y variado. Mientras que el *Buyo-shiki* (estilo de danza, o de expresión) se creó inicialmente para el cultivo intelectual, en relación a todo lo que concierne a la actividad interior de los seres humanos, del placer del espíritu a la fidelidad a la sociedad, del comportamiento ético a la cultivación del gusto estético y de sentimientos refinados. Su ejercicio se basa en la capacidad expresiva, y con los movimientos expresivos de varios segmentos del cuerpo se expresan pensamientos, sentimientos y representaciones de la naturaleza. No obstante su contenido gimnástico se va perfeccionando ulteriormente” (en Kano, 1998: 217). El *Kobo-shiki* o *Bujutsu-shiki* se materializaba en la *Seiryoku zen'yo kokumin taiiku no kata*, o Forma de la Educación Física Nacional de La Máxima Eficacia. (ibídem, p. 263), creada sobre 1924. El desarrollo del *Buyo-shiki* se muestra como más complejo, teniendo como precedente conceptual la *itsutsu no kata*, creada por Kano en 1887. En 1927 Kano señalaba “... quisiera señalar otro sistema, por el momento en gestación, llamado ‘Educación física popular Hyogen-shiki’ (estilo de expresión), nacido sobre la consideración de que los movimientos deben contener un sentido o significado antes que ser monótonos y automáticos. Se trata de un método con el cual, a la manera de la kata *Itsutsu*, se trata de representar, a través de los movimientos corporales, los pensamientos, los sentimientos, o bien la fuerza de la Gran Naturaleza, verificables por otra parte en las artes tradicionales del No y de la danza. Pero el hecho de que no haya nacido como método de educación física y que por tanto carezca de contenido gimnástico, me obliga a perfeccionarlo ulteriormente, con la esperanza de presentarlo al público en fechas no lejanas” (ibídem, p. 265). Dos años más tarde el *Kobo-shiki* seguía desarrollándose, mientras el *Hyogen-shiki* (aquí Kano no habla de *Buyo-shiki*) seguía en fase conceptual (ibídem, p. 268). En 1934, dos años más tarde de pronunciar la conferencia que traducimos, señalaba: “Y quien se vea atraído por la temática expresiva, por la manifestación de sentimientos y pensamientos, o por el fluir de la naturaleza, sólo en la kata hallará la posibilidad de expresarse a través de nuestro mo-

---

Una forma es la que llamé “forma simbólica”. Este es un modo de representar ideas, emociones y diferentes movimientos de objetos naturales mediante el movimiento de las extremidades, cuerpo y cuello. La danza es uno de los ejemplos de esto, pero originalmente la danza no fue diseñada teniendo como objeto la educación física, y por tanto no puede decirse que cumpla con esos requisitos. Pero es posible diseñar tipos especiales de danza creados para ajustarse a personas de diferente sexo y condiciones físicas y mentales, y elaboradas para expresar ideas y sentimientos morales, de modo que junto con el cultivo del aspecto espiritual de una nación pueda desarrollar también el cuerpo de un modo que se ajuste a todos.

Esta “forma simbólica” es, creo, practicada en América y Europa de un modo u otro, y ustedes pueden imaginar lo que quiero decir; por tanto ya no trataré sobre ello de aquí en adelante<sup>19</sup>.

Existe otra forma a la que llamé “forma de ataque y defensa”. En ésta, he combinado diferentes métodos de ataque y defensa, de tal manera que el resultado conducirá al desarrollo armonioso de todo el cuerpo. Los métodos ordinarios de ataque y defensa enseñados en el Jiu-jitsu no puede decirse que sean ideales para el desarrollo del cuerpo; por consiguiente, los he combinado especialmente de manera que cumplan las condiciones necesarias para el desarrollo armonioso del cuerpo. Esto puede decirse que reúne dos propósitos: 1) el desarrollo del cuerpo, y 2) el entrenamiento en el arte del enfrentamiento. Al igual que se exige a toda nación que vele por su propia defensa, del mismo modo todo individuo debe saber cómo defenderse. En esta época de iluminación, nadie se preocuparía de prepararse para una agresión nacional o para el ejercicio de la violencia contra el prójimo. Pero la defensa en interés de la justicia y de la humanidad no debe ser jamás descuidada ni por una nación ni por un individuo.

Voy a mostraros mediante la práctica real este método de educación física en la forma de ataque y defensa. Éste se divide en dos tipos de ejercicios: uno es el ejercicio individual y el otro es el ejercicio con un oponente (como se demuestra)<sup>20</sup>.

Según lo que he explicado y mostrado mediante la práctica, habréis comprendido sin duda qué es lo que yo entiendo por educación física basada sobre el principio de la máxima eficacia. Aunque sostengo con firmeza que la educación física de toda una nación debe fundarse sobre este principio, al mismo tiempo no quiero decir que se ponga poco énfasis en los deportes o en los diversos tipos de ejercicios militares. Aunque no se les puede considerar como apropiados para la educación física de toda una nación, en tanto que cultura de un grupo o de grupos de personas, tiene su valor

---

movimiento del arte y del cuerpo. Hablo del método Buyo-shiki (*estilo de danza*), creado hace algún tiempo para el cultivo intelectual, al que intento inspirar en el futuro próximo un nuevo sistema, interpretándolo como contenido gimnástico, además de estético y de placer” (en Kano, 1998: 212). Por lo que parece que el perfeccionamiento del “estilo de expresión” como parte de la Educación Física Nacional de la Máxima Eficacia no llegó a completarse, aunque está presente en movimientos de diversas katas como la *itsutsu no kata*, *ju no kata*, o en la propia *Seiryoku zen’yo kokumin taiiku no kata* (movimiento *kagami mikage* o “pulido del espejo”).

19 Como hemos señalado, esta forma expresiva no estaba tan desarrollada como otras facetas del judo, por lo que no es extraño que Kano no ofreciese más explicaciones al respecto.

20 Se demostraría aquí la *Seiryoku zen’yo kokumin taiiku no kata*, o Forma de la Educación Física Nacional de La Máxima Eficacia, cuya primera parte de ejercicios individuales (*tandoku renshu*) puede considerarse como una tabla de gimnasia sueca cuyos movimientos están orientados hacia la defensa personal. La segunda parte (*sotai renshu*) se compone de *kime shiki* (formas de decisión) y *ju shiki* (formas de suavidad) (véase Kano, 1989: 239-251).

---

especial y de ningún modo quiero desanimarlos, especialmente en el caso del Randori en el Judo<sup>21</sup>.

Un gran valor del Randori reside en la abundancia de movimientos que proporciona para el desarrollo físico. Otro valor es que todo movimiento tiene un propósito y se ejecuta con espíritu, mientras que en los ejercicios gimnásticos ordinarios los movimientos carecen de interés. El objetivo de un entrenamiento físico sistemático en Judo no es solamente desarrollar el cuerpo sino permitir que un hombre o una mujer tengan un perfecto control sobre su cuerpo y su mente y hacer que él o ella estén preparados para hacer frente a cualquier emergencia ya sea un simple accidente o un ataque cometido por otros.

Aunque el entrenamiento en Judo se realiza generalmente entre dos personas, tanto en la Kata como en el Randori, y en una sala especialmente preparada para ello, esto no es siempre necesario. Puede ser practicado en grupo o por una sola persona, sobre un terreno de juego, o en una sala corriente. La gente se imagina que la caída en el Randori está acompañada de dolor y algunas veces de peligro. Pero una breve explicación de la manera en que se enseña a uno a caer les permitirá comprender que no hay tal dolor o peligro.

Ahora procederé a hablar sobre la faceta intelectual del Judo. El entrenamiento mental en el Judo puede ser realizado mediante la Kata así como por el Randori, pero con más éxito por este último. Puesto que el Randori es una competición entre dos personas, que utilizan todos los recursos a su disposición y obedeciendo las reglas establecidas del Judo, ambas partes deben estar siempre muy despiertas, empeñándose en descubrir los puntos débiles del oponente, estando preparadas para atacar siempre que la ocasión lo permita. Tal actitud mental en el diseño de medios de ataque tiende a hacer al alumno fervoroso, sincero, juicioso, cauto y calculador en todas sus relaciones. Al mismo tiempo es entrenado para tomar una decisión rápida y actuar prestamente, porque en el Randori a menos que uno se decida rápidamente y actúe con presteza siempre perderá su oportunidad tanto en el ataque como en la defensa.

De nuevo, en el Randori cada contendiente no puede decir lo que su oponente va a hacer, de modo que cada uno debe estar siempre preparado para encontrarse ante cualquier ataque repentino del otro. Acostumbrado a este tipo de actitud mental, se desarrolla un alto grado de calma mental –de “aplomo”. El entrenamiento del poder de atención y observación en el gimnasio o en el lugar de entrenamiento, desarrolla naturalmente ese poder, que es tan útil en la vida cotidiana.

Para diseñar los medios de derrotar a un oponente es indispensable el entrenamiento del poder de la imaginación, del razonamiento y del juicio, y este poder se desarrolla naturalmente en el Randori. De nuevo, como el estudio del Randori es el estudio de la relación, física y mental, existente entre dos partes que compiten, de este estudio pueden derivarse cientos de valiosas lecciones, pero me contentaré por el momento ofreciendo algunos pocos ejemplos más. En el Randori enseñamos al alumno a obrar siempre según el principio fundamental del Judo, sin importar hasta qué punto su oponente puede parecer inferior físicamente e incluso si puede vencerle fácilmente por pura fuerza. Si obra contra este principio el oponente nunca se convencerá de su derrota, cualquiera que hubiese sido la fuerza bruta que se emplease contra él. Es difícilmente necesario llamar su atención sobre el hecho de que el modo

---

21 Aquí Kano invita al desarrollo de la vertiente deportiva y utilitaria (como método de ataque y defensa) del judo.

---

de convencer al oponente sobre un argumento no es lanzarle tal o cual ventaja, que se derive del poder, de la sabiduría, o de la riqueza, sino de persuadirle de acuerdo con las inviolables reglas de la lógica. Esta lección de que la persuasión, y no la coerción, es eficaz –que es tan valiosa en la vida real– podemos aprenderla en el Randori.

Nuevamente enseñamos al aprendiz, cuando ha recurrido a cualquier treta para superar a su oponente, a emplear solamente tanta fuerza como sea absolutamente necesaria para el objetivo en cuestión y lo alertamos contra el empleo de demasiada o muy poca fuerza. Hay no pocos casos en los que las personas fracasan en lo que emprenden simplemente porque van demasiado lejos, no sabiendo cuándo parar y viceversa.

Por tomar aún otro ejemplo, en el Randori enseñamos al aprendiz, cuando se enfrenta a un oponente que está insensatamente excitado, a conseguir la victoria sin resistirse directamente con toda la fuerza, sino jugando con él hasta que la propia furia y fuerza de este último se gaste.

La utilidad de esta actitud en las transacciones cotidianas es evidente. Como es bien conocido, no hay razonamiento que pueda ayudarnos cuando estamos frente a una persona que está tan agitada que parece que ha perdido el control. Todo lo que tenemos que hacer en tal caso es esperar hasta que su pasión se gaste por sí misma. Todas estas enseñanzas las aprendemos de la práctica del Randori. Su aplicación a la conducción de los asuntos cotidianos es un tema de estudio muy interesante y es valioso como un entrenamiento intelectual para mentes jóvenes<sup>22</sup>.

Concluiré mi charla sobre la faceta intelectual del Judo refiriéndome brevemente a los medios racionales de aumentar el conocimiento y la energía intelectual. Si observamos de cerca a la sociedad, nos damos cuenta por todas partes el modo en que gastamos tontamente nuestra energía en la adquisición de conocimiento. Todo lo que nos rodea siempre nos proporciona oportunidades para obtener conocimientos útiles pero, ¿acaso no estamos desaprovechando constantemente la mejor utilización de tales oportunidades? ¿Realizamos siempre la mejor elección de libros, revistas y periódicos que leemos? ¿No constatamos a menudo que la energía que podría haber sido gastada en la adquisición de un conocimiento útil es a menudo empleada en la adquisición de un conocimiento que no sólo es perjudicial para uno mismo sino también para la sociedad?

Además de la adquisición de un conocimiento útil, debemos intentar mejorar nuestras facultades intelectuales, tales como memoria, atención, observación, juicio, razonamiento, imaginación, etc. Pero no debemos hacer esto al azar, sino conforme a las leyes psicológicas, de modo que la relación de esas facultades, las unas con las

---

22 La utilización de los principios del judo a la conducción de diversos aspectos de la vida fue implementada por el propio Jigoro Kano, que consciente de la imposibilidad de desarrollar los mismos únicamente en el dojo fundó la Asociación Cultural del Kodokan en 1922 “para mejorar todas las facetas de nuestra vida diaria” (Kano, en Maekawa y Hasegawa, 1963: 11). Actualmente existen iniciativas en este mismo sentido, como es el caso del denominado “Verbal Judo” [Judo Verbal], un entrenamiento en habilidades comunicativas orientado especialmente a las fuerzas de seguridad. “Verbal Judo es el propio principio del judo: utilizar la energía de los otros para dominar las situaciones. Comprende un conjunto de principios y tácticas de comunicación que permiten a quien las utiliza generar cooperación y lograr la conformidad voluntaria de otros en situaciones estresantes, tales como sospechosos hostiles, víctimas trastornadas o asustadas, o cualquier acción que genere diferencias entre el agente y la sociedad” (en <http://www.verbaljudo.com>). Los principios y la práctica del judo también se han utilizado en numerosos programas de psicoterapia e inserción social como medio para resolver los conflictos y canalizar la agresividad.

---

otras, se armonice bien. Solamente siguiendo de un modo fiel el principio de la máxima eficiencia –esto es el Judo– podemos obtener el resultado de incrementar razonablemente nuestro conocimiento y potencial intelectual.

Hablaré ahora sobre la faceta moral del Judo. No tengo intención de hablar de la disciplina moral dada a los alumnos en la sala de entrenamiento, tal como la observación de las reglas normales de etiqueta, el coraje, y la perseverancia, la benevolencia, y el respeto hacia los demás, la imparcialidad, y el juego limpio, tan enfatizados en los deportes atléticos en todo el mundo. El entrenamiento en el Judo tiene una importancia moral especial en Japón porque el Judo, junto con otros ejercicios marciales, era practicado por nuestros Samuráis, que tenían un elevado código de honor, cuyo espíritu nos ha sido legado a través de la enseñanza del arte. En esta interrelación deseo explicarles cómo el principio de máxima eficiencia nos ayuda en la promoción de la conducta moral. Un hombre es a veces muy excitable y propenso a enojarse por razones triviales. Pero cuando uno llega a considerar que “estar excitado” constituye un gasto inútil de energía, que no beneficia a nadie sino que a menudo perjudica a sí mismo y a otros, se entenderá que el estudiante de Judo debe refrenarse de tal conducta.

Un hombre está a veces desanimado a causa de una decepción, está triste, y no tiene ánimo para trabajar. Para este hombre el Judo aconseja buscar qué es lo mejor que puede hacer en tales circunstancias. Por paradójico que eso pueda parecer, este hombre está, bajo mi consideración, en la misma posición que uno que está en el cenit de la victoria. En todo caso, sólo existe un camino a seguir, este es, el que después de la debida consideración él estima que es el mejor curso de la acción en el momento. De este modo la enseñanza del Judo puede decirse que conduce a un hombre desde las profundidades del desánimo y del letargo a un estado de vigorosa actividad con una brillante esperanza de futuro.

El mismo razonamiento se aplica a aquellas personas que están descontentas. Las personas descontentas están a menudo en un estado mental malhumorado y culpan a otras personas por lo que son sus propios defectos y sin ocuparse de sus propios asuntos. La enseñanza del Judo hará comprender a tales personas que esa conducta está contra el principio de la máxima eficiencia, y les hará darse cuenta de que mediante el cumplimiento fiel de ese principio llegarán a ser más alegres. De este modo la enseñanza del Judo es, de diversas maneras, utilizable para la promoción de la conducta moral.

Finalmente, deseo añadir unas pocas palabras sobre la faceta emocional del Judo. Todos tenemos conciencia de la sensación agradable que se proporciona a los músculos y a los nervios mediante el ejercicio, y también sentimos placer cuando conseguimos habilidad, en el uso de nuestros músculos, y también mediante el sentimiento de superioridad sobre otros en el enfrentamiento. Pero además de estos placeres está el amor a la belleza y el deleite en ella derivado de asumir actitudes gallardas y realizar movimientos gráciles y también en verlos en otros. El entrenamiento en esto, junto con el placer obtenible mediante la observación de varios movimientos simbólicos de diferentes ideas constituye lo que nosotros llamamos la faceta emocional o estética del Judo.

Creo que ustedes ya habrán logrado ver qué tipo de cosa es realmente el Judo, en contraposición con el Jiu-jitsu de los tiempos feudales.

Si ahora pongo de manifiesto de manera concisa lo que he explicado, podría resumirse como sigue:

El Judo es un estudio y un entrenamiento del cuerpo y la mente así como en la regulación de la propia vida y asuntos. A partir del minucioso estudio de los diferentes métodos de ataque y defensa llegué a convencerme de que todos dependen de la aplicación de un principio que abarca todo, a saber: “Cualquiera que sea el objetivo, la mejor manera de alcanzarlo es mediante el mejor o máximo uso eficiente del cuerpo y la mente para ese propósito”. Así como este principio aplicado a los métodos de ataque y defensa constituye el Jujitsu, del mismo modo este mismo principio, aplicado a la cultura física, mental y moral, así como a las maneras de vivir y de conducir los asuntos, constituye el estudio de, o el entrenamiento en, esos aspectos<sup>23</sup>.

Una vez que es comprendida la verdadera importancia de este principio, puede ser aplicado a todas las facetas de la vida y de la actividad y permite a uno llevar la vida más alta y más racional.

La comprensión real de este principio no necesita necesariamente alcanzarse mediante el entrenamiento en los métodos de ataque y defensa, pero como yo he llegado a concebir esta idea a través del entrenamiento en estos métodos, hice de tal entrenamiento en combate y del entrenamiento para el desarrollo del cuerpo los medios normales para llegar hasta el principio.

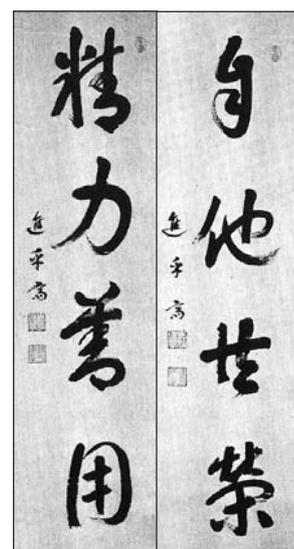
Este principio de la máxima eficiencia, cuando se aplica al aumento o al perfeccionamiento de la vida social, al igual que cuando se aplica a la coordinación del cuerpo y de la mente –en la ciencia del ataque y de la defensa– requiere, en primer lugar, orden y armonía entre sus miembros, y esto sólo puede lograrse mediante la ayuda y las concesiones mutuas, llevando a un bienestar y a un beneficio mutuos<sup>24</sup>.

El objetivo final del Judo es, pues, inculcar en la mente del hombre un espíritu de respeto por el principio de máxima eficiencia y de bienestar y beneficio mutuos, llevándole a practicarlos de modo que el hombre individual y colectivamente pueda alcanzar la condición más alta, y, al mismo tiempo, desarrollar el cuerpo y aprender el arte del ataque y la defensa.

Si observamos de cerca el estado actual de la sociedad en todo el mundo, a pesar del hecho de que la moralidad en todas sus formas (religiosa, filosófica y tradicional) tiene la intención de mejorar la conducta del hombre en sociedad y hacer el ideal de mundo, los hechos parecen realmente lo contrario. Observamos vicios, disputas, y descontento en cualquier nivel de la sociedad, del más alto al más bajo. Mientras se

23 Señalaba Kano en 1918 la existencia de tres niveles en el judo: 1) Judo inferior, para el entrenamiento del arte del ataque y de la defensa, que sería el ejercicio de base; 2) Judo medio, útil para la formación física y el cultivo mental, y que es consecuencia del entrenamiento en el arte del ataque y la defensa; y 3) Judo superior, que describe la puesta en práctica del principio del judo al servicio de la sociedad (en Kano, 1998 y 2005b). Maekawa y Hasegawa (1963) o Draeger (1974) también señalan que Kano diferenciaba entre *kyogi judo*, o judo en sentido limitado, que sería aquel practicado únicamente con el propósito de adquirir fortaleza física o una buena técnica de combate –no sin cierto riesgo de poder caer en un excesivo reduccionismo nos atreveríamos a decir aquí que éste sería en la actualidad el judo deportivo en su sentido más estricto–, y *kogi judo* o judo en sentido amplio, que busca la educación integral de la persona y con ello la mejora de la sociedad –lo que ahora ha venido a denominarse judo educativo–.

24 Aparece aquí el segundo gran principio del judo Kodokan: *Jita Kyoie* o Prosperidad y beneficio mutuos. *Jita Kyoie* es la concreción del espíritu altruista de Jigoro Kano, que no concibe el perfeccionamiento “individual” (de una persona, de un grupo, de una nación, etc.) al margen del perfeccionamiento “colectivo” (de las demás personas, del resto de la sociedad, del país, de la humanidad). “Para el verdadero beneficio de uno mismo uno debe tener también en consideración el beneficio de la sociedad. La más grande prosperidad de uno mismo puede ser lograda a través del servicio a la humanidad” (Kano, en Maekawa y Hasegawa, 1963: 8).



RETRATO DE JIGORO KANO, FUNDADOR DEL JUDO KODOKAN.

Fotografía cortesía de la National Diet Library (Japón), a través de su página web.

A LA IZQUIERDA, CALIGRAFÍA DE KANO CON EL PRINCIPIO SEIRYOKU ZEN'YO.

A LA DERECHA, CALIGRAFÍA DE KANO CON EL PRINCIPIO JITA KYOEI.

---

nos enseña higiene y formas correctas de vida en la escuela desde la infancia hasta la edad adulta, aún tendemos a descuidar las reglas de una buena vida decente y de las vidas higiénicas y ordenadas.

Los hechos actuales prueban que nuestra sociedad carece de algo que, si se trae a la luz y se reconociese universalmente, puede remodelar la sociedad presente y traer una gran felicidad y satisfacción a este mundo. Esta es la enseñanza de la máxima eficiencia y de la prosperidad y beneficio mutuos<sup>25</sup>.

No quiero decir que nuestros largamente honrados preceptos higiénicos y morales hayan de ser arrinconados. Al contrario, permitamos que esos preceptos y consejos sean respetados tanto como solían serlo, pero además de estos siempre debería ser superior nuestro principio de máxima eficiencia y de prosperidad y beneficio mutuos. Esto lo digo enfáticamente, porque en este periodo de crítica y nuevas ideas, para que tenga efecto cualquier enseñanza, tiene que estar respaldada por algunas razones o hechos indudables. No oímos al pensador de hoy en día decir: “Porque creo en esto y en esto, tú tienes que creerlo”, o, “llegué a tal y tal conclusión a través de mi propio razonamiento, y por tanto tú también debes llegar a la misma conclusión”. Cualquier cosa que uno afirme tiene que estar basada en hechos o razonamientos que una persona sana no pueda dudar o negar. Ciertamente nadie puede negar el valor del principio “Cualquiera que sea el objetivo, la mejor manera de alcanzarlo es mediante el mejor o máximo uso eficiente del cuerpo y la mente para ese propósito”. De nuevo, nadie puede negar que únicamente persiguiendo la prosperidad y el beneficio mutuo cualquier miembro de la sociedad puede apartarse de la discordia y la discusión, y vivir en paz y prosperidad. ¿No es acaso por el reconocimiento universal de estos hechos que las personas hablan tanto sobre la gestión de la eficiencia y de la ciencia y que se alude a ello en cualquier lugar? Además de esto, el principio de dar y tomar está siendo cada vez más un factor determinante en la vida de todos los seres humanos. ¿No es porque se ha reconocido este principio de prosperidad y beneficio mutuos por lo que hemos formado la Liga de las Naciones<sup>26</sup> y las Grandes Potencias del mundo se han reunido para disminuir los armamentos navales y militares? Estos movimientos son también reconocimientos automáticos de la verdadera necesidad de eficiencia y de prosperidad y beneficio mutuos. Deben ser promovidos por las fuerzas educativas de todas las naciones en las cuales el Judo debería tener un papel destacado.



---

25 Tengamos en cuenta que a principios de los años 30 Japón vivía un proceso de creciente militarización, donde el poder político de los líderes militares era cada vez mayor. El 1931 Japón anexionaba la provincia china de Manchuria, declarándose en febrero de 1932 el estado títere de Manchukuo. Posteriormente los japoneses utilizarían Manchukuo como base para atacar China. Como persona pacifista y a la vez embajador no oficial de Japón, Kano debía albergar unos profundos sentimientos de desolación sobre el rumbo que estaba tomando la historia de su país.

26 De la que Japón se retiraba un año más tarde, en 1933, siguiendo con su escalada hostil que le conduciría a la II Guerra Mundial.

---

## BIBLIOGRAFÍA

- Brousse, M. y Matsumoto, D. (1999) *Judo. A Sport And A Way Of Life*. Seoul: International Judo Federation.
- Brousse, M., Villamón, M. y Molina, J. P. (1999) "El judo en el contexto escolar". En Villamón, M. (dir.) *Introducción al judo*. Barcelona: Hispano Europea, pp. 183-199.
- Draeger, D.F. (1974) *The Martial Arts and Ways of Japan. Volume III: Modern Bujutsu & Budo*. New York: Weatherhill.
- Ebell, S.B. (2008) "Competición Versus Tradición en el Judo Kodokan". *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 3(2), 28-37.
- Kano, J. (1932) "The Contribution of Jiudo to Education". *Journal of Health and Physical Education*, 3, 37-40, 58.
- Kano, J. (1937) *Judo (Jujutsu)*. Tokyo: Maruzen Company.
- Kano, J. (1974) "L'education par le Judo". En Jazarin, J.L., *Le Judo, école de vie*. Paris: Le Pavillon, pp. 189-207.
- Kano, J. (1977, abril) "The Contribution of Jiudo to Education". *Judo USA*, 3(2), 3-6
- Kano, J. (1989a) *Judo Kodokan*. Madrid: Eyras.
- Kano, J. (1989) "The Contribution of Jiudo to Education". En Nelson, R.F. (ed.), *Martial Arts Reader. An Anthology of Historical and Philosophical Writings*. New York: Woodstock, pp. 199-209.
- Kano, J. (1995) *Judo (Jujutsu)*. Roma: Mediterranee.
- Kano, J. (1998) *Fondamenti del Judo*. Milán: Luni Editrice.
- Kano, J. (2005) "The Contribution of Judo to Education". Disponible en <http://www.judoinfo.com/kano.htm> [Consulta 12/05/2006].
- Kano, J. (2005b) *Mind Over Muscle: Writings from the Founder of Judo*. Tokyo: Kodansha International.
- Maekawa, M. y Hasegawa, Y. (1963) "Studies on Jigoro Kano. Significance of his ideals of Physical Education and Judo". *Bulletin of the Association for the Scientific Studies on Judo, Kodokan*, Report 2, 1-12. Disponible en <http://www.bstkd.com/judorev/job01.htm> [Consulta 23/06/2008].
- Mol, S. (2001) *Classical Fighting Arts of Japan. A Complete Guide to Koyō Jūjutsu*. Tokyo: Kodansha International.
- Otaki, T. y Draeger, D.F. (1997) *Judo formal techniques: A Complete Guide to Kodokan Randori No Kata*. Rutland/Tokio: C. E. Tuttle Co.
- Ratti, O. y Westbrook, A. (1994) *Los Secretos del Samurai. Las artes marciales en el Japón Feudal*. Madrid: Alianza Deporte.
- Theeboom, M., De Knop, P. y Wylleman, P. (1995) "Traditional Asian martial arts and the West". *Journal of Comparative Physical Education and Sport*, 17, 57-69.
- Villamón, M. y Brousse, M. (1999) "Evolución del judo". En Villamón, M. (dir.), *Introducción al judo*. Barcelona: Hispano Europea, pp. 103-139.
- Villamón, M., Carratalá, V. y Pablos C. (1995) "Judo tradicional, judo rendimiento y judo para todos: tres orientaciones". En VV.AA., *Àmbits específics dels esports i l'educació física*. Lleida: INEFC, pp. 283-292.
- Watson, B.N. (2000) *The Father of Judo: A Biography of Jigoro Kano*. Tokyo: Kodansha International.