Allgemeines

Judo = (wörtlich) *sanfter (besser übersetzt: ...* Judo/dem Jiu-Jitsu Vorläufer...

Judo ist nicht ausschließlich ein Weg der Leibesertüchtigung, sondern darüber hinaus auch eine Philoso...

1. Das gegenseitige Helfen und Verstehen zum beiderseitigen Fortschritt und Wohlergehen (*jita-kyoei*).
2. Der bestmögliche Einsatz von Körper und Geist (*seiryoku-zenyo*).

Ziel ist es, diese Prinzipien als eine Haltung in sich zu tragen und auf jeder Bewegung zum Ausdruck zu bringen. Ein Judo-Meister ...

Die drei Säulen des Kodokan Judo sind **Kata**, **Randori** und

Die Entwicklung des Judo

Ursprünge

Die Ursprünge der japanischen Selbstverteidigungskünste liegen im Dunkel der Geschichte. In den alten Chroniken aus den 8 Jh.n.Chr. werden die Vorläufer des Ju-Jutsu erwähnt. Aller Wahrscheinlichkeit nach wurden japanische Kampfarten zwischen dem 11. und 12. Jahrhundert aus dem Kumi Uchi (*Nahkampf*) dem Vorläufer des Yawara (Jiu Jitsu) entwickelt und später von chinesischen und koreanischen buddhistischen Mönchen, Gelehrten, Einwanderern nach Japan gebrachten Kenpo (Quanfa) beeinflusst. Die Japaner verbanden diese chinesischen Methoden (Atemi) mit ihren traditionellen Systemen dann zu neuen japanischen Kampfkünsten.

An den Höfen der Daimyo , der Fürsten, wurden diese Verteidigungs- oder Kampftechniken sowohl mit als auch ohne Waffe, von den Samurai , der Kriegerkaste, ausgeübt (Bujutsu). Die Samurai lebten nach ihrem Ehrenkodex, dem Bushido (*Der Weg des Kriegers*). Treue, grenzenlose Ergebenheit gegenüber ihrem Herrn, unbedingte Pflichterfüllung, die Einhaltung eines gegebenen Wortes, absolute Verschwiegenheit, Tapferkeit und Todesverachtung waren die Grundsätze des Bushido. Bushido war zudem stark von der konfuzianischen Lehre und dem Zen-Buddhismus sowie dem Shintoismus beeinflusst. Die Zeit der Samurai endete mit der Meiji-Restauration im Jahre 1868 . Das fast 700 Jahre dauernde Shogunat wurde abgeschafft und der Kaiser übernahm wieder die Macht im Lande. Infolgedessen mussten die Samurai all' ihre Waffen ablegen. Die Wirksamkeit der alten Waffen (Schwerter , Spieße, Bögen usw.) war ohnehin durch die Entwicklung der Feuerwaffen (Gewehre, Pistolen) nicht mehr gegeben.

Judo im modernen Japan

Mit dem Beginn des modernen Japans geriet die waffenlose Selbstverteidigung fast in Vergessenheit. A

Einer seiner Schüler, der junge **Jigoro Kano**, übte bei verschiedenen letzten alten Meistern der fast

Er gründete 1882 eine eigene Schule, den **"Kodokan"** ("Ort zum Studium des Weges", heute in Tokio), an de

Judo setzte sich in Japan allerdings erst durch, als die Schüler Kanos (zuvor JuJutsu Praktizierende) im

Es wird behauptet, Kano habe das Judo durchaus als ernstzunehmende Selbstverteidigungskunst inklus

Der Weg in den Westen

1906 kamen japanische Kriegsschiffe zu einem Freundschaftsbesuch nach Kiel . Die Gäste führten dem deutschen Kaiser ihre Nahkampfkünste vor. Wilhelm II. war begeistert, und er ließ seine Kadetten in der neuen Kampfkunst unterrichten. Der damals bedeutendste deutsche Schüler war der Berliner **Erich Rahn** . Noch im gleichen Jahr gründete er die erste deutsche Schule für asiatische Kampfkünste. Damals nannte man diese Techniken noch " Jiu-Jitsu ".

1922 , nach Ende des 1. Weltkrieges , fanden die ersten Meisterschaften statt, bei denen Erich Rahn Sieger blieb. Es dauerte jedoch noch recht lange, bis die Sportler in den eigentümlichen weißen Kitteln endgültig anerkannt wurden. Die ersten Europameisterschaften wurden 1934 in Dresden ausgerichtet. Durch den 2. Weltkrieg wurde die Entwicklung merklich unterbrochen. Bis 1948 war der Judosport sogar durch die Alliierten verboten. Erst 1952 wurde das Deutsche Dan-Kollegium (DDK) als Dachverband sämtlicher Budosportarten in Deutschland und 1953 der **Deutsche Judobund** gegründet und 1956 vom deutschen Sportbund anerkannt. Bei den Olympischen Spielen in Tokio , 1964 , war Judo erstmals als olympischer Sport zu sehen. Bei der Judo- Weltmeisterschaft 1979 in Paris errang Detlef Ultsch als Mitglied der DDR-Nationalmannschaft den ersten Judo-Weltmeistertitel für Deutschland . Heute wird Judo in über 150 Ländern ausgeübt.