



Alexandre Janotta Drigo  
Anderson Dias de Lima  
Mário Mateus Sugizaki  
(organizadores)



# NO CAMINHO DA SUAVIDADE

Escritos do Dr. Mateus Sugizaki



# **NO CAMINHO DA SUAVIDADE**

**Escritos do Dr. Mateus Sugizaki**

**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
DA 4ª REGIÃO – CREF4/SP**

**Diretoria/Gestão 2016-2018**

**Presidente**

Nelson Leme da Silva Junior

**Primeiro Vice-presidente**

Pedro Roberto Pereira de Souza

**Segundo Vice-presidente**

Rialdo Tavares

**Primeiro Secretário**

Marcelo Vasques Casati

**Segundo Secretário**

José Medalha

**Primeiro Tesoureiro**

Humberto Aparecido Panzetti

**Segundo Tesoureiro**

Antonio Lourival Lourenço

**Conselheiros**

Adriano Rogério Celante (Conselheiro afastado)

Alexandre Demarchi Bellan

Bruno Alessandro Alves Galati

Érica Beatriz Lemes Pimentel Verderi

Ismael Forte Freitas Junior

João Francisco Rodrigues de Godoy

João Omar Gambini

Luiz Carlos Delphino de Azevedo Junior (Conselheiro afastado)

Marco Antonio Olivatto

Margareth Anderãos

Mario Augusto Charro

Mirian Aparecida Ribeiro Borba Leme

Paulo Rogerio Oliveira Sabioni

Rodrigo Nuno Peiró Correia

Rosemeire de Oliveira

Tadeu Corrêa

Valquíria Aparecida de Lima

Waldecir Paula Lima

Waldir Zampronha Filho

**Alexandre Janotta Drigo  
Anderson Dias de Lima  
Mário Mateus Sugizaki  
(organizadores)**

# **NO CAMINHO DA SUAVIDADE**

**Escritos do Dr. Mateus Sugizaki  
(8º dan, Profissional de Educação Física)**



**Comissão Especial do Selo Literário 20 anos da  
Regulamentação da Profissão de Educação Física**  
*Responsáveis pela avaliação e revisão técnica dos livros*  
Alexandre Janotta Drigo (Presidente)  
Érica Beatriz Lemes Pimentel Verderi  
Mario Augusto Charro

**Tikinet Edição**  
www.tikinet.com.br

**Capa, projeto gráfico  
e diagramação**  
Karina Vizeu Winkaler

**Coordenação editorial**  
Hamilton Fernandes  
Aline Maya

**Revisão**  
Dirceu Teixeira  
Mariana Lari Canina

---

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação – CIP

D779

Drigo, Alexandre Janotta, Org.; Lima, Anderson Dias de, Org.; Sugizaki, Mário Mateus, Org. No caminho da suavidade: escritos do Dr. Mateus Sugizaki (8º dan, Profissional de Educação Física) / Organização de Alexandre Janotta Drigo, Anderson Dias de Lima e Mário Mateus Sugizaki. – São Paulo: CREF4/SP, 2018. (Selo Literário 20 anos da Regulamentação da Profissão de Educação Física, 3)

152 p.

ISBN 978-85-94418-09-8

1. Educação Física. 2. Sugizaki, Mateus (1946 - 2014). 3. História de Vida.  
4. História da Educação Física. 5. Artes Marciais. 6. Judô. 7. História do Judô.  
8. Judô Sugizaki. I. Título.

CDU 796

CDD 796

---

Copyright © 2018 CREF4/SP  
Todos os direitos reservados.  
Conselho Regional de Educação Física da 4ª Região – São Paulo  
Rua Líbero Badaró, 377 – 3º Andar – Edifício Mercantil Finasa  
Centro – São Paulo/SP – CEP 01009-000  
Telefone: (11) 3292-1700  
crefsp@crefsp.gov.br  
www.crefsp.gov.br

*À sra. Clara Tizuko Sugizaki e em  
memória de Mateus Sugizaki, Mata Sugizaki  
e Laurentina Kagawa Sugizaki.*



# APRESENTAÇÃO

Comemorar 20 anos é uma grande responsabilidade! Com esta idade vem a necessidade da maturidade, do compromisso perante a sociedade e de se tornar respeitado pelos seus pares. E nos 20 anos da regulamentação da profissão de Educação Física, a sensação é de que, apesar de ainda jovens enquanto profissão, temos nos tornado essenciais para o Brasil em diversas áreas de atuação. Em apenas duas décadas alcançamos posições de destaque como técnicos de renome internacional, profissionais da saúde em equipes multiprofissionais, diretores e supervisores de ensino, gestores de distintos segmentos, pesquisadores de renome internacional, reitores de universidades, secretários e diretores de esporte, assessores de ministros, enfim, uma força dentro de nossa sociedade.

Assim, em virtude da comemoração de seus 20 anos, o CREF4/SP oferece aos profissionais de Educação Física, estudantes, instituições de formação superior, bibliotecas e à sociedade o Selo Literário *20 anos da Regulamentação da Profissão de Educação Física*, sendo um marco de registro simbólico e comemorativo do aniversário de nosso reconhecimento social. Desta forma, esta coleção partiu de 20 obras literárias, uma para cada ano de aniversário, que foram avaliadas por uma comissão de especialistas para contemplar as diversas faces, estilos, concepções, ciências e intervenções que a Educação Física possui e, a partir desta pluralidade, demonstrar a competência que de fato temos. A qualidade das obras enviadas excedeu a expectativa e finalizamos o Selo com 21 obras.

Portanto, cabe a mim enquanto presidente do Conselho Regional de Educação Física da 4ª Região (CREF4/SP) apresentar o Selo Literário *20 anos da Regulamentação da Profissão de Educação Física*, que é composto por textos de diferentes autores e coautores, profissionais registrados no Sistema CONFEF/CREF, e convidados por estes, com perfis distintos de pesquisadores, gestores, professores, profissionais de referência e autoridades no seu campo de atuação.

A diversidade dos títulos apreciados reflete aquilo que caracteriza a abrangência das ações e atuações dos profissionais de Educação Física, contemplando as abordagens históricas e da corporeidade, das ciências humanas e sociais, das ciências biológicas e da saúde. Nesta empreitada, orgulhosamente apresentamos todas as obras que compõem esta coleção comemorativa e que tratam de diversos aspectos da nossa profissão, como um símbolo do percurso que viemos traçando para a consolidação de nossas ações perante a sociedade.

Seja analisando a História da Corporeidade ou o Corpo; seja com o reconhecimento em biografia de profissional consagrado; seja na edificação da Educação Física escolar, dos esportes, das lutas, da gestão, do *fitness*, da ginástica, do lazer; seja na solidificação dos parâmetros da avaliação física e da saúde através da prescrição do exercício físico, e da Psicologia e Pedagogia aplicadas, nosso desejo é que os profissionais de Educação Física se perpetuem na tarefa de servir à sociedade com empenho, respeito e conhecimento.

Que este singelo presente aos profissionais que comemoram nossos 20 anos subsidie transformações para que as conquistas que obtivemos perdurem neste próximo ciclo. Termina esta apresentação agradecendo o empenho de todos os autores, tanto pela dedicação com a Educação Física como com este conselho em atenção ao chamado de compor a coleção.

Como profissional de Educação Física, enalteço a importância dos ex-conselheiros que trilharam os caminhos que hoje estamos consolidando.

Feliz 20 anos de Regulamentação Profissional!

*Nelson Leme da Silva Junior*  
Presidente do CREF4/SP  
CREF 000200-G/SP

# SUMÁRIO

<b>Prólogo: Uma reflexão.....</b>	<b>15</b>
“Viver uma grande vida é realizar na idade madura um ideal da juventude” (Vigny) .....	16
<b>Introdução .....</b>	<b>19</b>
<b>O sonho .....</b>	<b>23</b>
<b>PARTE I.....</b>	<b>27</b>
Um pouco de história .....	27
<b>História do Judô.....</b>	<b>29</b>
O surgimento do Judô .....	32
Dados biográficos do professor Jigoro Kano .....	36
Instituto Kodokan e desenvolvimento do Judô .....	37
Filosofia e ética.....	40
O Judô como modalidade esportiva.....	43
<b>O Judô no Brasil.....</b>	<b>45</b>
Introdução .....	45
O Judô no Brasil.....	46
O Judô brasileiro antes e depois da guerra.....	47

O Judô e sua trajetória em Bastos .....	54
Judô Sugizaki: uma história do “caminho suave” em Botucatu.....	56
Minha história.....	61
Resumo do <i>curriculum vitae</i> de Mateus Sugizaki.....	65
Professor Mateus Sugizaki em defesa da Educação Física no ensino do Judô.....	69
Fontes entrevistadas .....	73
Jornais consultados .....	73
<b>PARTE II</b> .....	75
Coletânea de textos e documentos.....	75
<b>Documentos e escritos sobre o judô</b> .....	77
A suavidade do Judô .....	77
Judô: uma filosofia para a vida .....	79
Mensagem dos jovens atletas aos senhores pais e técnicos.....	79
Às mães.....	80
Um pouco de Judô .....	81
<b>Documentos e formação de cursos de especialização <i>lato sensu</i></b> ....	85
Curso de pós-graduação <i>lato sensu</i> Judô: do processo educacional ao esporte de rendimento.....	85
Plano de aula 1 – curso de pós-graduação <i>lato sensu</i> – 2002-2003 .....	87
Plano de aula 2 – curso de pós-graduação <i>lato sensu</i> .....	89
Plano de aula 3 – curso de pós-graduação <i>lato sensu</i> .....	90
Código de ética do judô .....	92
<b>Cartas a amigos e entidades</b> .....	101
Através da janela .....	101
Renascença do Judô .....	104
São Paulo, 10 de dezembro de 2001.....	107
<b>PARTE III</b> .....	111
A vida do Mestre: encontro com Mateus Sugizaki.....	111
<b>O judoca Mateus Sugizaki</b> .....	113
Avaré, 24 de junho de 1967.....	113

Botucatu, 4 de julho de 1967.....	115
Botucatu, 21 de julho de 1967 .....	115
Botucatu, 19 de setembro de 1967 .....	115
Botucatu, 19 de abril de 1968 .....	117
Botucatu, 22 de abril de 1968.....	118
Avaré, 1º de agosto de 1968 .....	118
Avaré, 22 de agosto de 1968.....	119
Botucatu, 7 de outubro de 1968 .....	120
Botucatu, 16 de outubro de 1968 .....	121
Avaré, 24 de maio de 1969.....	121
Botucatu, 16 de junho de 1969.....	122
Avaré, 26 de agosto de 1969.....	123
Avaré, 15 de setembro de 1969 .....	123
Avaré, 3 de agosto de 1970 .....	124
Botucatu, 24 de agosto de 1971.....	125
<b>O homem Mateus Sugizaki .....</b>	<b>127</b>
Avaré, 20 de outubro de 2004.....	127
Avaré, 5 de janeiro de 2005 .....	128
Avaré, 31 de dezembro de 2005 .....	129
Avaré, 15 de agosto de 2006.....	129
Avaré, 2 de dezembro de 2006.....	130
São Paulo, 18 de setembro de 2007 .....	131
Botucatu, 27 de novembro de 2007 .....	132
Botucatu, 27 de fevereiro de 2008 .....	133
22 de fevereiro de 2010.....	133
Botucatu, 10 de abril de 2010 .....	135
Jaú, 13 de janeiro de 2011.....	136
Jaú, 21 de janeiro de 2011.....	136
Botucatu, 27 de maio de 2012.....	137
Botucatu, 7 de agosto de 2012 .....	138
<b>Epílogo: entrevista ao <i>Diário da Serra</i> em 26 de agosto de 2008 ....</b>	<b>139</b>
<b>Referências.....</b>	<b>147</b>



Ilustríssimo Senhor Prof. Ms. Flávio Delmanto, presidente do CREF4/SP,

Tenho a grande satisfação de me dirigir à Vossa Senhoria para apresentar meus mais sinceros agradecimentos pela publicação na Revista do CREF de São Paulo, edição de junho, de uma emocionante homenagem à minha pessoa. Se houve merecimento de minha parte, é porque sempre pude contar com o apoio de pessoas com elevado espírito de solidariedade nas lutas pelas causas comuns.

Assim aconteceu quando tive a honra de pertencer ao quadro de conselheiros de nosso CREF e que, juntos, procuramos mostrar a nossa sociedade a importância e a valorização do profissional de Educação Física, em especial das comunidades relacionadas às áreas das chamadas artes marciais. Ainda que essas áreas não estejam satisfatoriamente integradas a esse processo de valorização, estou certo que em breve haverá um entendimento mais sólido para esse fim.

Apresento à Vossa Senhoria minhas cordiais saudações e solicito estender meus cumprimentos e agradecimentos a todos os membros desse Conselho.

Atenciosamente,  
*Mateus Sugizaki*  
CREF 05865-G/SP



## PRÓLOGO: UMA REFLEXÃO...

*Muitas das maiores coisas produzidas pelo homem contém certo elemento de embriaguez mental, um afastamento da prudência, pela paixão. Sem o elemento báquico, a vida seria desinteressante e com ele, é perigosa. A luta entre a prudência e a paixão é um conflito que se estende por toda história.*

Bertrand Russell

A característica mais peculiar do homem é sua capacidade de sonhar acordado, conscientemente, e poder edificar sua realidade sobre esses sonhos. Alguns vivem mais dos sonhos, enquanto outros tentam viver a pura realidade, escassa destes, mas não ausentes, porque o sonho consciente é a busca daquilo que se torna o objeto de seu desejo e se traduz na luta do bem contra o mal, do bom contra o ruim, enfim, a busca da perfeição e, por isso, é mantido como uma chama eterna, um ideal.

Assentado nessa premissa dos sonhos conscientes, posso descrever minha vida e as transformações que acompanharam os acontecimentos através do tempo. Creio que o início de meus sonhos conscientes foi sobre uma realidade com a qual eu convivía ainda enquanto garoto. Com o passar dos anos, os sonhos e a realidade foram se alternando numa sequência surpreendente.

Os sonhos passaram a ter uma forte presença, sem fronteiras e cada vez mais ousados que, no suceder dos dias, se concretizavam para construir a realidade daquele garoto. A realidade conquistava posições que pareciam sonhos para aquele jovem, filho de imigrantes japoneses e que viveu toda sua infância na roça; teve oportunidades de conhecer lugares nunca antes imaginados, foi levado a frequentar ambientes distantes das possibilidades materiais de sua origem humilde e se tornou alvo da atenção da comunidade, como um ídolo.

Passado o período da juventude os sonhos não morreram, ao contrário, foram direcionados no sentido da realização profissional e na consolidação da conquista social, só que não mais como o garoto sonhador, mas sim como homem maduro. No processo de maturidade, os sonhos passaram a ter objetivo mais concreto e abrangência mais restrita, deixando de ser sem fronteiras, porque a realidade se tornou muito poderosa, tirando quase todo espaço dos sonhos e revelando as múltiplas facetas do ser humano.

### **“Viver uma grande vida é realizar na idade madura um ideal da juventude” (Vigny)**

*O alvo da vida é alcançar o que há além da vida.*

Khalil Gibran

Sem dúvida alguma, continuar vivendo aqueles sonhos juvenis teria sido maravilhoso no curso da maturidade. Nesse processo, o homem precisa enfrentar as dificuldades inerentes às transformações que surgem naturalmente, lutando para conquistar aquilo que sonhou, e agir como se pudesse dominar a ansiedade daqueles que tornam a realidade mais dura, cheia de tropeços, porque outros lançam mão de recursos que não encontram paralelo em qualquer forma de ideal. Por essa razão, a realidade nem sempre é agradável para o homem maduro, pois algumas vezes ela se converte em uma luta insana para vencer a deslealdade, a falsidade e a desonestidade em seu ambiente, como jamais poderia ser imaginado em sonho.

Nessa circunstância, somente a vontade divina pode testemunhar e julgar se os rumos tomados pela realidade podem completar ou frustrar

os sonhos, destacando-se nessa jornada a determinação como o principal fator individual e o tempo como o único parâmetro para avaliar os sonhos e a realidade. Exatamente esse parâmetro me permite ver, hoje, que o sonho do menino humilde se concretizou, ainda que não tenha sido em sua plenitude. Por isso, neste momento, novamente busco o equilíbrio entre meus sonhos e minha realidade, para que, através das experiências acumuladas durante a vivência do menino sonhador ao homem maduro, sejam reveladas as novas fronteiras para cumprir mais uma etapa da missão que me é reservada. E continuo a acreditar que sempre será possível manter vivo o sonho de realizar o impossível.

*Mateus Sugizaki*



## INTRODUÇÃO

Este livro é uma coletânea de textos do Prof. Dr. Mateus Sugizaki que, felizmente, deixou como legado para instrutores, professores, técnicos e amantes do judô e profissionais e estudantes de Educação Física que trabalham, estudam e se interessam por atividades de lutas. Mas também considero um livro interessante sobre o significado da vida, da dedicação e do amor revelados por um Mestre em relação a seu ofício, legado e paixão.

Nesse sentido, este trabalho é a segunda obra sobre o judô Sugizaki em formato de livro, seguindo a narrativa do primeiro, *50 anos do Judô Sugizaki no Brasil*. Desta feita, trata-se mais especificamente do pensamento do sensei Mateus e do percurso de seu desenvolvimento pessoal, bem como do seu relacionamento com o judô, que fazia parte de seu cotidiano como sonho, prática, filosofia de vida e paixão. Dito isso, os textos que foram selecionados e formatados para o livro são de autoria dele, sendo a maioria de originais e alguns publicados em informes ou apostilas da Federação Paulista de Judô ou no livro anterior de conteúdo ampliado.

Todo material que será relatado nesta obra foi cedido pela família Sugizaki, e este livro se baseou no meu contato com os relatos e contou com o auxílio do professor Anderson Dias de Lima, que me permitiu entender as linhas de pensamento do sensei Mateus e, por fim, com a supervisão do professor doutor Mário Mateus Sugizaki, filho mais velho da família. Esta equipe de organizadores procura manter vivo um pensamento sobre o judô que, claramente, preocupa-se com os valores éticos

e morais propostos pelo Shihan Jigoro Kano, que podem ser extraídos da vivência e da prática do judô.

Ao apresentar esta obra é importante reafirmar o que o sensei Mateus e a família Sugizaki representam:

1. A História do Judô no estado de São Paulo, pois não apenas esteve presente 50 anos na cidade de Botucatu, como seu pioneiro e fundador, sensei Mata Sugizaki, foi também cofundador da Federação Paulista de Judô (FPJ);
2. A História do Judô brasileiro, nos âmbitos administrativo e competitivo, pois sendo a FPJ a primeira federação esportiva de judô no Brasil, ela antecede a formação da própria Confederação Brasileira de Judô (CBJ) e, com isto, entende-se a importância que o item 1 também carrega. Ademais, soma-se a isto o fato de ser esta academia que formou o primeiro Campeão Mundial do Judô brasileiro, e também foi técnico da seleção Brasileira de Judô em vários campeonatos internacionais e nos Jogos Olímpicos de Moscou 1980.
3. Os fatores acima colocam também a academia em destaque no cenário esportivo brasileiro, quer seja no antigo esporte amador, no Olímpico ou na representação do país em Mundiais.
4. Também faz parte da História da Universidade Pública Paulista e da ciência brasileira, tendo sido o professor Doutor Mateus Sugizaki docente da Unesp e participante do projeto de implementação da Base Brasileira na Antártida. Fato de suma importância para a configuração geopolítica internacional, permitindo ao Brasil possuir parte do território deste continente.
5. Agrega-se também a construção da Educação Física Brasileira quando o prof. Mateus se tornou membro da primeira turma de conselheiros eleitos para compor o Conselho Regional de Educação Física do estado de São Paulo (CREF4-SP).

6. Estes itens somados levam a compreender que também configura-se a grande importância do entendimento da imigração japonesa relacionado ao desenvolvimento do Brasil. Observando também que o prof. Dr. Mateus Sugizaki foi líder jovem das colônias japonesas em relação ao consulado japonês e em eventos no próprio Japão. (SUGIZAKI; LIMA;DRIGO, 2016, p. 1-2)

Para elaborar esta obra foram utilizadas técnicas de pesquisas documentais de escritos pessoais, relatos, artigos e diários pessoais do sensei Mateus, orientadas e dirigidas de acordo com os assuntos e respeitando graus de importância e a cronologia de vida do mestre.

O formato utilizado para a estrutura do texto foi apresentação seguida dos textos escritos pelo sensei. Dessa forma, a pesquisa tende a assumir um elo com estudantes e profissionais de Educação Física e do judô, a fim de passar uma realidade vivencial que possa:

- demonstrar a importância biológica, psíquica e social de se viver a plenitude da prática profissional e que suas contribuições possam transcender sua existência física;
- doar-se, profissionalmente, a serviço de um bem comum, o princípio da “Prosperidade e Benefícios Mútuos” (Jita Kyoei), para a comunidade do judô;
- deixar um legado com ideais dignos e merecedores de serem compartilhados com seus pares, de forma que, ao transcender a vida, possa continuar contribuindo com o real propósito e com os verdadeiros princípios do judô;
- ilustrar que o altruísmo em relação à profissão é um dos principais aspectos para a definição dos grandes profissionais em nossa sociedade.

*Prof. Dr. Alexandre Janotta Drigo*



# O SONHO

*Mateus Sugizaki*

Cinco horas da manhã, está escuro e a cidade toda ainda dorme, mas um adolescente já está na rua vestindo um conjunto de agasalho esportivo surrado e calçando tênis. Caminha com passos firmes, balançando os braços vigorosamente para frente e para trás, comprimindo seguidamente os dedos contra as palmas das mãos nuas, para superar a sensação de frio que normalmente faz nesses dias do mês de maio, prenunciando a chegada do inverno. O vento que sopra não é forte, mas ao sair do abrigo, mesmo de uma casa humilde como aquela onde morava, no primeiro contato com o ar gelado, ele sente de imediato o enrijecimento das mãos e o congelamento das orelhas descobertas. Com o pensamento firme no propósito que o tirou da cama, o jovem vai aumentando a frequência das passadas, atingindo o ritmo de trote até chegar numa avenida mal iluminada, para iniciar a rotina diária de treinos para o condicionamento físico.

A avenida que iniciava na delegacia de polícia daquela cidade interiorana e se estendia até o cemitério municipal era uma pista forrada de pedrisco, num percurso de mais ou menos mil metros. O treinamento consistia de dez a doze voltas de corridas ao longo da avenida, variando a velocidade de trecho em trecho. A essa altura, embora o frio e o vento continuassem da mesma forma, ele já não sentia mais o incômodo nas mãos, aquecidas pelo sangue circulante, porém nas orelhas tinha a sensação que acabariam por se romper com a mais leve pancada, devido à rigidez causada pelo frio.

Pouco antes de clarear o dia, era normal ver trabalhadores rurais se aglomerando na avenida e se abrigando do vento nos paredões da delegacia de polícia para aguardar o caminhão de transporte que os levaria ao destino de labuta na roça. Enquanto estavam em dois ou três, eles ficavam só observando o corredor solitário e, à medida que o número aumentava, começavam os comentários, com alguns deles gritando: “já ganhou, já ganhou...” ou “o louco tá correndo da polícia”, assim por diante. Depois de algum tempo, isso não mais o incomodava, porque já tinha se acostumado com a zombaria.

No entanto, não era assim no início, os comentários e a zombaria perturbavam aquele rapaz de 15 anos que reclamava ao pai sobre esse fato, que sempre respondia o seguinte: “deixe que façam zombarias e gozação, porque o importante é o seu objetivo e essas pessoas não têm a menor ideia do que você faz, muito menos até onde você quer chegar. Daqui algum tempo, eles vão continuar sendo os mesmos trabalhadores boias-frias, enquanto sua meta é outra; por isso continue a preparar o seu futuro e realizar o seu sonho”.

Aquele rapaz era Mateus Sugizaki, que continuou sua rotina de treinos durante anos seguidos se dedicando com fé nos propósitos de correr atrás de seu sonho, confiando na orientação dada pelo pai e acreditando que poderia atingir seus objetivos, mesmo exigindo uma boa cota de sacrifício.

Para isso era necessário ter disciplina e força de vontade, porque ele não podia levar uma vida igual aos amigos da mesma idade, frequentando noitadas, bailes, festas e as diversões próprias da geração. Ao mesmo tempo que se dedicava ao treinamento tinha que cumprir com as obrigações escolares, e nessa época estava no colegial científico, que era o curso médio específico para os alunos que tinham como objetivo se preparar para os exames vestibulares de ingresso em cursos superiores das áreas biológicas e exatas.

Esse foi um período muito rico que marcou o início da vida consciente e real do jovem em relação ao mundo, ou seja, o início da maturidade, com compromisso e responsabilidade. Até então sua vida era simplesmente a de um garoto, cuja grande riqueza era ter liberdade para brincar e sonhar com alguma coisa que estava longe de sua realidade. As preocupações maiores, além do estudo, eram encontrar os amigos para escalar morros de terra e descer deslizando; isso sem contar que

vez ou outra era cabular aulas para combinar uma pescaria ou nadar nos açudes e córregos das proximidades.

Mas qual era seu objetivo nessa fase da adolescência? Qual era o sonho? Porque se dedicar intensamente ao treinamento esportivo? Porque ter uma vida diferente dos outros, que se dedicavam apenas ao estudo ou trabalho e quando praticavam um esporte, o faziam sem maiores compromissos?



## PARTE I

### **Um pouco de história**

Ao iniciar a forma que o Sensei Mateus Sugizaki apreciava o judô, apresenta-se o apanhado histórico que é relatado em suas escritas. O texto consiste em leituras feitas pelo Mestre, somadas a elementos de história oral vivenciados em sua infância e em conversas com outros mestres de judô e/ou japoneses com quem teve contato. Também percebe-se que há traduções livres de textos originais do Instituto Kodokan e de livretos vinculados às colônias japonesas anteriores à Segunda Guerra Mundial.

Tecnicamente, este não é um estudo acadêmico feito por historiadores, porém reconhecido este limite, trata-se de um valioso documento de um nissei, mestre de judô, que busca sustentar a história oral de sua raiz familiar através de textos clássicos e internacionais para o praticante da modalidade no Brasil.



# HISTÓRIA DO JUDÔ

*Mateus Sugizaki*

O judô é um esporte de origem genuinamente nipônica que ganhou repercussão mundial após sua inclusão como modalidade oficial do programa de esportes olímpicos. Na atualidade conta com aproximadamente 200 países filiados na Federação Internacional de Judô, entidade dirigente em nível mundial.

Toda abordagem sobre a origem do judô remete necessariamente ao histórico período medieval do Japão, quando houve o domínio da classe de guerreiros denominados *bushi*, mais conhecidos por samurais. Esses guerreiros que surgiram no interior das províncias japonesas pertenciam à humilde casta dos trabalhadores rurais que, para defender seus povoados dos ataques de malfeitores e invasores, desenvolveram habilidades no manejo da esgrima e de outros instrumentos, tornando-se excelentes lutadores. Com o passar do tempo, esses guerreiros idealistas e treinados nas artes marciais com uso de armas, bem como na luta corporal, começaram a ser recrutados para prestar serviços aos grandes proprietários de terras, que viviam em constantes disputas com seus vizinhos. Posteriormente, os samurais se tornaram senhores das terras e assumiram o poder, permanecendo por mais de seis séculos dominando o país.

Além da prática nas artes guerreiras, os samurais tinham uma forma de viver típica, baseada nos valores morais e espirituais cultivados em seus treinamentos e que estavam acima inclusive de sua própria vida. Enfrentar a morte sem medo era uma característica do samurai e morrer

em combate era uma honra para a família. Lealdade ao imperador e aos senhores feudais, shogun e daimyo a quem serviam, era o primeiro mandamento, seguido da honestidade e da confiança. Viver sem interesse pelas riquezas materiais era tradição dos samurais, que tinham como verdadeiros valores a honra e o orgulho, com respeito ao próximo. Todas essas qualidades em seu conjunto constituíam o chamado código de honra do samurai, bushido, que significa caminho do guerreiro (bushi, guerreiro; do, caminho).

Uma forma de treinamento praticada pelos samurais era o jujutsu, um tipo de luta sem utilização de armas ou instrumentos, que também era conhecido por outras denominações como taijutsu, kempo, hakuda e yawara. Tratava-se de um sistema de ataque e defesa com uso de técnicas de projeção, socos, chutes, estrangulamentos e chaves de luxação das articulações. Algumas denominações são específicas para métodos de captura e outras se referem à luta corporal com pequenas armas, arremessos e golpes contundentes, mas todas são técnicas de ataque e defesa.



Figura 1. Antiga ilustração de praticantes do jujutsu

Entre as histórias que relatam o início do jujutsu, uma cita Chen Yuan Ping, um chinês que teria vivido no Japão após a queda da dinastia Ming e ensinado técnicas de kempo para três ronin, Miura, Isogai e Fukuno, os quais posteriormente desenvolveram estilos próprios de luta.

Outra versão postula que, no século XVII, Akiyama Shirobei teria ido à China para estudar medicina e aprendeu técnicas de uma arte

marcial chamada hakuda, tornando-se assim o introdutor do jujutsu e desenvolvendo diferentes formas de luta.

Entretanto Jigoro Kano sugere em seus estudos que o jujutsu é uma invenção japonesa da era dos deuses, pois citações encontradas na crônica antiga do Japão, *Nihon shoki*, escrita no século VIII por ordem do Imperador, fazem referência às formas de lutas corporais com as mãos nuas empregadas nos torneios daquela época. Isso tem relação com as primeiras formas de combates e deram origem ao sumô, que se caracterizou pelo uso da força e do peso, sendo voltado para o espetáculo. Por outro lado, surgiu o jujutsu, que evoluiu através de muitas gerações, desenvolvendo-se na base da habilidade e da astúcia, voltado para o combate real entre oponentes. Entretanto, somente ganhou popularidade e reconhecimento após a divulgação de Chen Yuan Ping.

Com o estabelecimento da era Edo no início do século XVII pelo shogunato Tokugawa, houve a unificação do povo japonês, acabando com a guerra civil e fechando também os portos aos estrangeiros, isolando o Japão do restante do mundo. Por serem tempos de paz interna, foi decretada a proibição do porte de espadas pelos samurais, porém o jujutsu era praticado sistematicamente nas atividades desses guerreiros e se desenvolveu numa complexa arte, ensinada pelos mestres das inúmeras escolas de diferentes estilos.

Contraditoriamente, no governo Tokugawa o bushido foi estruturado formalmente, incrementando o estudo do zen e das artes ao lado dos treinamentos marciais para manter o antigo ideal do espírito guerreiro, o Budo. Tendo conseguido com essas medidas tranquilidade para o seu governo, isso desenvolveu um conceito de vida típico, que permanece até hoje no modo peculiar de ser do homem japonês.

O bushido determina que o samurai deve estar preparado para enfrentar a morte e por isso o indivíduo deve cultivar a cada dia a sabedoria, a honra, a coragem e o dever com toda intensidade, conduzido pelo Do (caminho da elevação espiritual), que pode ser alcançado com disciplina, obediência e retidão moral.

Após 250 anos de isolamento, o governo japonês, pressionado pelas demais nações, decidiu abrir suas fronteiras ao mundo exterior, inaugurando um novo período em sua história, denominado de era Meiji. O sistema feudal que durou quase mil anos, governado em grande parte pelos samurais, deu lugar a uma nova e dinâmica sociedade que em

apenas algumas décadas efetuou grandes transformações em todos os setores, do econômico ao sociocultural. Com o fim do regime feudal, o governo retirou todo o apoio dado às escolas de artes marciais por não haver mais interesse na formação dos guerreiros, e todas as atividades relacionadas ao trabalho dos samurais estavam condenadas a desaparecer.

## O surgimento do Judô

Com a Restauração Meiji, o jujutsu, que tinha a finalidade de adiestramento do samurai para os confrontos nas guerras, perdeu seu valor por ser uma arte marcial e por trazer o rótulo de um costume antigo e em desuso, uma vez que na esteira da modernização havia resistência a tudo que fosse associado ao passado.

Nessa época, um jovem brilhante, dotado de espírito inovador, com elevado nível intelectual e interessado nas novidades do mundo ocidental, de nome Jigoro Kano, buscava adquirir conhecimentos sobre o jujutsu, contrariamente à corrente predominante de não cultivar o passado.

Sensível às questões educacionais, Kano tinha em sua visão que a arte do jujutsu deveria ser preservada como um tesouro cultural do povo japonês, pois em seu entendimento, o jujutsu isento da finalidade marcial poderia ser utilizado como uma atividade física aliada ao princípio de conduta preconizado pelo bushido (código de honra do samurai), exaltando as qualidades morais, podendo se tornar um importante instrumento para contribuir na formação do ser humano, e assim ter grande valor educacional em tempos de paz.

Após realizar profundos estudos e pesquisas, Kano analisou as técnicas e procurou estruturar uma nova concepção do jujutsu, adaptando a atividade marcial para uma forma sistemática e mais adequada à finalidade educativa, extraindo a parte essencial da preparação física sem levar perigo ao praticante.

Ao resgatar a arte do jujutsu e modificar sua finalidade, Kano tinha convicção que esse método promoveria o desenvolvimento não somente das habilidades físicas do praticante para ataque e defesa, mas também do comportamento moral e espiritual do indivíduo. Ele havia constatado que o ensinamento prático da luta era um modo de estimular e empreender uma busca mais profunda do aperfeiçoamento humano através do

caminho marcial, o Budo, e que esse era o complemento indispensável do treinamento. Sem ele, o aprendizado das técnicas não teria sentido, porque a luta por si somente dotaria o indivíduo de rudeza e brutalidade instintivas, sem qualquer valor humano.

Portanto, a ideia central do Mestre Jigoro Kano foi ressaltar o caráter formativo de conduta moral do bushido, alicerçando a prática da luta de ataque e defesa. Estruturando as ideias nesse sentido, formou sua escola, introduzindo um novo conceito da atividade marcial com finalidade educativa, que denominou judô de Kodokan.

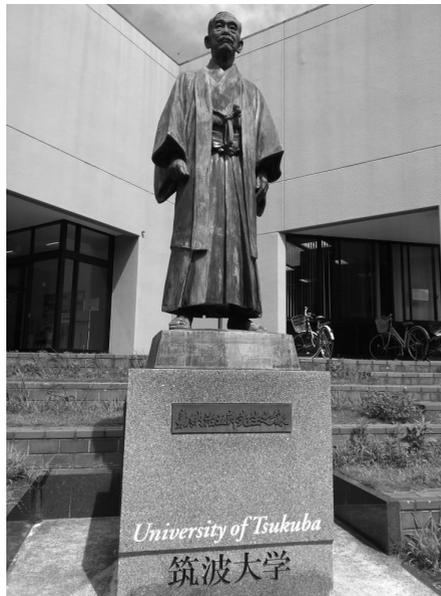
O termo “judô” já havia sido utilizado no passado por uma escola da época de Tokugawa, mas não tinha qualquer conotação com a finalidade proposta por Kano, que seria a observância dos ensinamentos morais e éticos para conduzir ao ideal mais elevado da arte de educar, a formação integral do homem. As palavras do Mestre Jigoro Kano no livro *Kodokan judô* permitem avaliar essa transformação:

Na minha juventude estudei o jujutsu com muitos mestres eminentes e o vasto conhecimento deles, fruto de muitos anos de pesquisa diligente e de ricas experiências, foi de grande valor para mim. Naquele tempo, cada um mostrava sua arte como uma coleção de técnicas e ninguém percebia o princípio fundamental que estava por trás do jujutsu. Quando eu encontrava diferenças no ensinamento das técnicas, frequentemente me via perdido e sem saber o que era correto. Isso levou-me a analisar um princípio básico do jujutsu, aplicado quando alguém ataca um oponente, assim como quando ele projeta. Após fazer um completo estudo do assunto, pude distinguir esse princípio e entendi como sendo universal – *fazer o uso mais eficiente da energia física e mental*. Com esse princípio no pensamento eu fiz revisão de todos os métodos de ataque e defesa que aprendi, retendo apenas aqueles que estavam de acordo com tal princípio. Aquilo que não estava de acordo eu rejeitei, e em seu lugar substituí por outras técnicas em que o princípio poderia ser corretamente aplicado. O corpo de técnicas

resultantes eu chamei de Judô, que é aquele ensinado na Kodokan, para diferenciá-lo do jujutsu antecessor.

O termo jujutsu é representado por dois ideogramas distintos com a seguinte representação: Ju, que significa suavidade, ceder passagem, flexibilidade; e o sufixo *jutsu*, de arte ou prática. Portanto, jujutsu tem o significado de arte ou prática da suavidade, com o objetivo único de superar o oponente no processo de ataque e defesa do samurai.

A substituição desse sufixo pelo termo Do, formando a expressão “judô” empregada por Jigoro Kano, pode ser entendida como a elevação da técnica guerreira para um caminho de vida, através do autoconhecimento e da busca de si mesmo.



Heidi Janczer Ferreira

Figura 2. Estátua de Jigoro Kano, fundador do judô, monumento na Universidade de Tsukuba, Japão

Jigoro Kano nasceu no dia 18 de outubro de 1860 em Mikage, uma pequena cidade perto de Kobe, na baía de Osaka. Seu pai, Mareshiba, embora não pertencesse à nobreza, chegou a ocupar um alto posto no governo, e sua mãe, Sadako, nascida de uma família nobre, era educadora.

Ela faleceu quando Jigoro Kano tinha apenas dez anos de idade, sendo a partir daí criado pelo pai, que o direcionou nos estudos da caligrafia e dos clássicos filósofos chineses.

A família se mudou para Tóquio, e Kano passou a frequentar uma escola regular, juntamente com os filhos de aristocratas, samurais, comerciantes e plebeus. Estudou com profundidade a cultura ocidental pela qual havia se interessado, completando os estudos numa escola inglesa, que também ministrava aulas em alemão e cursos de matemática em holandês.

Ingressou na Escola de Línguas Estrangeiras de Tóquio (que depois se transformou na Universidade Imperial de Tóquio, uma instituição de ensino superior de elite), onde estudou ciências políticas, educação moral e estética, filosofia, economia e literatura, embora se interessasse também por astronomia. Apesar dessa educação primorosa, Kano não se sentia satisfeito, pois com frequência era maltratado pelos colegas fisicamente mais fortes. Por seu físico franzino, praticou vários esportes para se desenvolver, até que ouviu falar do jujutsu, uma arte marcial em que um indivíduo poderia derrubar e vencer outro maior e mais forte. Decidiu então estudar o jujutsu com muito interesse.

Após obter sua graduação, Jigoro Kano foi nomeado reitor da Universidade Gakushin em 1888, cargo que renunciou para se tornar alto funcionário da Casa Imperial, função que lhe favoreceu viajar ao redor do mundo, exercendo importantes tarefas como adido cultural.

Em 1891 casou-se com Sumako Takezo e, sendo nomeado conselheiro do Ministro da Educação, afastou-se de Tóquio para se dedicar às escolas de províncias com o mesmo dinamismo que tinha nos institutos educacionais da capital, empreitada essa que lhe favoreceu expandir o judô pelo sul do Japão. Retornando a Tóquio em 1893, foi nomeado diretor da Escola Normal Superior, hoje Universidade de Tsukuba.

A partir daí uma longa e bem-sucedida trajetória de nomeações importantes o possibilitou desenvolver novos departamentos para a formação de professores de Educação Física. Essa iniciativa ampliou o alcance da disciplina para uma grande variedade de esportes, inclusive de origem ocidental, ao passo que Kano editou uma revista para maior divulgação destes. A atuação de Kano no campo da educação, dos esportes e na criação do judô fez valer sua reputação e reconhecimento como “pai da Educação Física no Japão”.

Kano criou também inúmeras entidades e associações esportivas de diversas modalidades, iniciando pelo beisebol. Como líder de entidades esportivas do Japão e com a finalidade de organizar a participação do Japão nos Jogos Olímpicos, Kano se aproximou do Barão Pierre de Coubertin, o idealizador dos Jogos Olímpicos da Era Moderna, sendo indicado como o primeiro representante japonês no Comitê Olímpico Internacional em 1909. Seus últimos anos foram dedicados às longas viagens pelos quatro continentes para a divulgação do judô, enquanto chefe das equipes olímpicas japonesas em 1928, 1932 e 1936.

Jigoro Kano tinha participado da 37ª sessão do Comitê Olímpico Internacional no Cairo, em que foi discutida a realização da Olimpíada de Tóquio em 1940, que infelizmente não ocorreu devido a eclosão da Segunda Guerra Mundial. No regresso, faleceu a bordo do navio, no dia 4 de maio de 1938.

### **Dados biográficos do professor Jigoro Kano**

- 1860 – 18 de outubro, data de nascimento.
- 1877 – Ingressa na Universidade de Tóquio e inicia seus treinos de jujutsu com o Mestre Hachinosuke Fukuda.
- 1878 – Funda o primeiro clube de beisebol do Japão.
- 1881 – Licenciado em letras, torna-se aluno da escola Kito-Ryu de jujutsu.
- 1882 – Graduado em Ciências Estéticas e Morais, é nomeado professor do Colégio dos Nobres e funda o judô Kodokan.
- 1884 – É nomeado adido do Palácio Imperial.
- 1886 – É nomeado vice-presidente do Colégio dos Nobres.
- 1889 – Viaja para a Europa como adido da Casa Imperial e torna-se presidente do Butokukai (Centro de Estudo de Artes Militares).
- 1907 – Elabora os três primeiros katas de judô.
- 1909 – Torna-se membro do Comitê Olímpico Internacional como primeiro representante do Japão.
- 1911 – É eleito presidente da Federação Desportiva do Japão.
- 1922 – Tem assento na Câmara Alta do Parlamento Japonês.
- 1924 – É nomeado professor honorário da Escola Normal Superior de Tóquio.

- 1928 – Participa da Assembleia Geral do Comitê Olímpico Internacional.
- 1938 – No dia 4 de maio falece a bordo do navio regressando do Cairo, onde participou da Assembleia Geral do Comitê Olímpico Internacional.

## **Instituto Kodokan e desenvolvimento do Judô**

Ao ingressar na Universidade Imperial, na época com 18 anos, Jigoro Kano estava firmemente decidido a aprender a arte marcial em que um homem de pequena estatura poderia derrotar outro de maior estatura sem utilizar recursos materiais.

Contrariando as recomendações de seu pai e de familiares, iniciou os treinos de jujutsu com o Mestre Hachinosuke Fukuda, da escola Tenshin Shin'yo Ryu. Esse mestre faleceu pouco tempo depois e Kano continuou seu aprendizado com Masamoto Iso, considerado um grande mestre do kata. Sensei Iso faleceu em 1881 e Kano teve outro mestre para dar continuidade às suas pesquisas no jujutsu, encontrando Tsunetoshi Iikubo da escola Kito-Ryu, onde aperfeiçoou as técnicas de projeção. Kano atribuiu a esses três mestres todo o aprendizado que teve e que possibilitou dar origem a criação do judô.

Após se formar pela Universidade de Tóquio, foi nomeado professor do Gakushuin, uma escola para os filhos da nobreza. A partir daí resolveu implantar sua escola de artes marciais, pois já contava com alguns alunos, estabelecendo seu primeiro dojo no pequeno templo budista de Eishoji em 1882, fundando o Instituto Kodokan num espaço modesto de 20 metros quadrados. O nome Kodokan significa local (Kan) para o ensino (Ko) do caminho (Do), em que Kano decidiu dar a sua nova arte o nome de “judô”, cujo significado é “caminho da suavidade ou da flexibilidade”.

Após a criação do Kodokan, ele constituiu a Kano Juku, uma escola preparatória para jovens cujo objetivo era sobretudo aprimorar o caráter e dar formação integral a seus alunos que viviam em regime de internato, e estabeleceu outra escola para o ensino da língua inglesa. Um ano depois o Instituto Kodokan foi transferido para outro local e, em 1884, foi para um espaço maior no distrito de Kojimachi, em Tóquio.

Nesse tempo Jigoro Kano, que se empenhava na divulgação e implementação do judô por todo país, decidiu que seria oportuna a participação

dos seus alunos em um torneio importante. Em 1886, patrocinado pela Academia de Polícia Metropolitana, foi realizado o grande confronto entre o jujutsu tradicional e o dos alunos de Jigoro Kano. Liderados pelos chamados quatro ases (shiten-no) da Kodokan, Tsunejiro Tomita, Shiro Saigo, Sakujiro Yokoyama e Yoshitsugu Yamashita, que eram os principais representantes do judô, os alunos de Kano venceram doze dos quinze combates realizados. A vitória conseguida pelos representantes do Instituto Kodokan frente às demais escolas de jujutsu teve excelente repercussão e a partir daí o judô foi adotado no treinamento dos policiais, e posteriormente na Academia Naval. Em 1908, a Assembleia Japonesa aprovou a lei determinando o aprendizado de kendô ou judô para os estudantes de ensino médio.



Figura 3. Templo Eishoji, o primeiro dojo

A superioridade do judô Kodokan nos confrontos com as demais escolas de jujutsu, decorrente de um rigoroso programa de treinamento, orientação e instrução de Jigoro Kano, promoveu grande divulgação do judô e um conseqüente aumento de adeptos, inclusive abrindo escolas em várias localidades como Nirayama, Shizuoka e Kumamoto.

Por indicação da Agência da Casa Imperial, em 1889 Kano realizou uma longa viagem ao exterior para inspeção de instituições educacionais em diversos países, quando teve a oportunidade de demonstrar e difundir suas atividades com o judô fora do Japão.

O primeiro relato de apresentação do judô no estrangeiro foi com Takeo Hirose, um faixa-preta que servia na Rússia como adido militar em 1887. Desafiado por um oficial russo, Hirose derrotou três lutadores, com isso ganhando respeito e passando a ensinar judô nesse país.

No início do século XX, houve uma grande expansão do judô no estrangeiro pelos alunos de Kano, iniciando pelos Estados Unidos da América, quando o presidente Roosevelt manifestou seu interesse no aprendizado, convidando Yoshikazu Yamashita para uma demonstração em 1902. Para outros países da Ásia, da Europa, das Américas e da África os missionários do judô também levaram a mensagem de Jigoro Kano, sendo apresentada em demonstrações e em instituições de ensino para os quais eram convidados.

Os estudos visando determinar o rol das técnicas do judô por Jigoro Kano e seus discípulos foram concluídos em 1887, porque a grande preocupação de criar um estilo de luta com fins educativos era eliminar os procedimentos perigosos que poderiam ser lesivos e até mortais ao adversário. Eles aperfeiçoaram então os métodos de quedas e rolamentos e o ukemi para o treinamento das técnicas de projeção.

Foi adotada uma nova maneira de segurar o adversário pelo uniforme (judogui), porque no jujutsu dos antigos samurais a pegada (kumikata) era executada ocasionalmente, enquanto que nas técnicas adaptadas o kumikata é uma condição primordial para a luta: os oponentes são obrigados a se agarrarem, tanto no sentido de diminuir o espaço de ataque, como para permitir a proteção mútua dos adversários nas projeções. Essa nova conduta, além de fornecer segurança, contribuiu em muito para a elegância da postura dos combatentes.

Com isso, o judogui também teve que ser modificado para atender a necessidade do novo formato de utilização das técnicas adaptadas. As técnicas foram classificadas em três agrupamentos: nague-waza, técnicas de projeção, katame-waza, técnicas de controle, e atemi-waza, ataques em pontos vitais. Estas últimas, por serem as mais perigosas, por decisão de Jigoro Kano, são apresentadas somente na forma de kata.

Outra inovação com a finalidade de desenvolver o método de aprendizagem do judô foi o randori, ou treinamento livre, momento em que o aluno tem mais liberdade para treinar os golpes aprendidos, exercendo sua criatividade, além de desenvolver uma atitude mental de grande atenção frente ao inusitado ataque adversário.

O kata, que enfatiza a forma estilizada de cada técnica, foi herdado dos ensinamentos clássicos, sendo criados o nague-no-kata com as técnicas de projeção, o katame-no-kata, que são formas de controle do adversário no solo e o kime-no-kata, as formas de defesa pessoal por meio de atos de decisão.

Em 1895 foi formulada a primeira versão do go-kyo, que é um conjunto de técnicas de projeção ordenado pedagogicamente de acordo com as diferentes formas de aplicação e de exigência da habilidade motora. Esse sistema foi completamente revisado em 1920.

O professor Kano criou também um sistema de graduação para reconhecimento do progresso do aluno, assim como de sua competência prática, com dois níveis: kyu, nível básico, e dan, nível avançado. Os primeiros faixas-pretas shodan promovidos na Kodokan foram Tsunejiro Tomita, seu primeiro aluno e Shiro Saigo.

Atualmente, são mantidos os dois níveis. e as graduações reconhecidas para faixa-preta são subdivididos em: yudan, de 1º a 5º dan, e kodansha, de 6º a 10º dan.

## **Filosofia e ética**

Considerando que a filosofia é o estudo dirigido à razão de existência do homem, abrangendo ideias religiosas, a avaliação do bem e do mal, da verdade e da justiça, entre outras coisas, qual teria sido o pensamento de Jigoro Kano ao criar o judô de Kodokan?

Kano sempre acreditou que o mais nobre ideal do homem era a busca da educação, preparando as gerações subsequentes, e por essa razão ele via o judô não apenas como arte marcial, mas como um princípio básico para moldar o comportamento humano.

Tendo formação bastante apurada, Jigoro Kano recebeu reforços de duas direções. Por um lado, seu conhecimento profundo do espírito japônês devido a sua origem, baseada nos conceitos religiosos e filosóficos orientais conduzidos pelo xintoísmo, pelo budismo, pelo confucionismo e pelo zen-budismo.

Ele afirmava ser errado acreditar que o judô termina no dojo, por isso procurava analisar e estudar o sentido formativo dos preceitos que constituíam o bushido e que consolidavam o caminho do guerreiro. A preservação desses preceitos no judô, reiterando que o espírito de luta não deve se resumir unicamente às práticas marciais e sim ao aprendizado constante para desenvolvimento integral e o aperfeiçoamento em todos os sentidos, tendo como foco principal buscar e entender o Do (caminho) como filosofia de vida. A luta por si não tem significado, a vitória ou a derrota não é a meta final do judô. A verdadeira vitória é

aquela que se obtém sobre si mesmo, numa cumplicidade entre o treinamento físico e a preparação espiritual.

Também procurou interpretar o verdadeiro significado do termo jujutsu, porque não haviam conhecimentos para dar sentido preciso a esse nome. Segundo seus estudos, deriva da expressão “ju yoku go o seisu”, que pode ser traduzido como “o suave controla o duro”. Para explicar, Jigoro Kano formulou o seguinte exemplo:

Vamos imaginar que eu tenha um oponente cuja força, numa escala de 1 a 10, tenha potência 10 e precise enfrentá-lo com minha força de potência 7. O que acontecerá se eu resistir quando meu oponente me empurrar com toda sua força? Serei vencido mesmo que use toda minha força. Se, em vez de resistir ao oponente que é mais forte, eu me adaptar à força dele e me afastar, ele cairá para a frente impulsionado pela força de seu próprio ataque.

Contudo, ele verificou que isso não pode explicar todas as ações do judô. Por esse motivo, ao refletir sobre todas as técnicas do judô, Jigoro Kano postulou a seguinte questão: “existirá uma teoria universal aplicada a todas as situações?” Foi então que enunciou o princípio da máxima eficiência – seiryoku-zenyo, ou seja, a energia física e mental deve ser empregada da maneira mais eficaz possível para atingir o resultado esperado.

De outro lado, o fato de ter formação acadêmica na área humana e sendo fluente na língua inglesa, com grande domínio da cultura europeia, Kano conseguiu estruturar de forma clara e racional os conceitos que estariam contidos no judô, em teoria e prática, dentro das premissas de uma atividade esportiva do mundo ocidental. A partir de uma filosofia baseada nas ideias europeias de progresso social pelo esforço individual, Kano demonstrou que através do judô poderia desenvolver também esse conceito social, enunciando o princípio que ele expressou como jita kyoei, interpretado como prosperidade e benefícios mútuos.

Com esses conceitos estabelecendo as bases filosóficas do judô Kodokan, Jigoro Kano mostrou de forma evidente o sentido do termo “judô” em conjunto de dois outros princípios, seiryoku-zen-yo e jita-kiyoei, como princípio de viver em sociedade.

Essas doutrinas filosóficas enfocam a transformação e modernidade de sua escola, demonstrando na prática que, juntamente com a preservação de alguns rituais de etiquetas típicas da cultura japonesa, são aplicáveis a todas as condutas do ser humano, como pode ser avaliado a seguir.

### ***Ju: princípio da suavidade, da flexibilidade ou da maleabilidade***

Constitui o princípio básico para a execução de todas as técnicas provenientes do antigo jujutsu, do qual emergiram todas as adaptações técnicas que sustentam o judô. Por exemplo, o ceder, isto é, não resistir à força oponente e em seguida aproveitar a ação para articular a reação no momento oportuno se assenta nesse princípio, e por conseguinte constitui as três fases da aplicação das técnicas de projeção: kuzushi, tsukuri e kake, ou seja: desequilíbrio, preparação e lançamento. Da mesma forma que na execução das técnicas, o comportamento do indivíduo no meio social pode ser conduzido pelo princípio da suavidade: aproveitar a energia oposta para dirigir uma ação mais favorável.

### ***Seiryoku-zen-yo: princípio da máxima eficiência do uso da energia física e mental***

Esse princípio dá o enfoque de objetividade do corpo e da mente com a melhor utilização da energia na execução das técnicas. Deriva da concepção chinesa do taoísmo sobre a noção de equilíbrio e harmonização da energia, tendo relação estreita com a suavidade e a maleabilidade do Ju. Focaliza a ação física na prática do judô com máximo empenho, em que a razão e a fundamentação científica se unem para desenvolver a eficiência da técnica. Ou seja, deve-se concentrar toda energia dirigida numa ação durante o treinamento do judô, e que da mesma forma deve ser aplicado à todas as ações do ser humano em qualquer setor da vida.

### ***Jita kiyoei: princípio da prosperidade e do benefício mútuo***

Trata-se de uma prática social para o benefício de si e daqueles que participam conjuntamente da mesma ação que reafirma os ideais

sociais das atividades esportivas. Jigoro Kano entendia que o esporte como forma de atividade física era também uma maneira de desenvolvimento humano, para que as pessoas tivessem a oportunidade de agir com consciência, com amplo conhecimento de si e de seu semelhante, para juntos construírem um mundo melhor, para que nada fosse feito sem responsabilidade.

### ***Etiquetas***

Considerando esses conceitos que influenciaram a origem filosófica do judô, torna-se importante fazer referência aos ritos de etiquetas que são cultivados na prática sobre o tatame. O dojo, local da prática, é um termo originário do budismo e significa “local de iluminação”, onde se treina para aperfeiçoar o corpo, a mente e o espírito. O aperfeiçoamento espiritual trata da questão comportamental do ser humano. O judogui é a vestimenta apropriada à prática do judô e é confeccionado especialmente para proteção do praticante, sendo tradicionalmente de cor branca.

Os rituais de saudação, rei-ho, tradicionalmente exigidos na prática do judô, traduzem atos de cortesia e têm um caráter reflexivo para conscientização do momento solene no início e término de cada sessão, bem como de agradecimento ao sensei e aos companheiros pela oportunidade do aprendizado.

### **O Judô como modalidade esportiva**

Desde sua fundação, Jigoro Kano entendia que o judô poderia se tornar uma modalidade esportiva nos moldes dos conceitos ocidentais, que preconizavam a organização e manifestação social da atividade esportiva. Com a divulgação internacional graças ao trabalho incansável de Jigoro Kano e seus discípulos, houve uma rápida expansão do judô por inúmeros países nas primeiras décadas do século XX. Entretanto, as primeiras ações para conduzir o judô como organização de uma modalidade esportiva ocorreram somente após a Segunda Guerra Mundial.

Em 1948 foi realizado o Primeiro Campeonato Japonês e no ano seguinte foi fundada a Federação Japonesa de Judô. Já a Federação Internacional de Judô (FIJ) foi constituída em 1951, preconizando em seu estatuto que seria composta pela representatividade de cada país

membro afiliado através das respectivas uniões dirigentes do esporte em cada continente. O primeiro presidente da FIJ foi Risei Kano, filho do fundador do judô.

Os dois primeiros campeonatos mundiais foram disputados no Japão nos anos de 1956 e 1958. O terceiro foi realizado em Paris, em 1961, e a partir daí o campeonato passou a ser sediado em todos os continentes, a cada dois anos. O Brasil foi sede do campeonato mundial em duas oportunidades, 1965 e 2007, e também do mundial júnior em 1974.

Na Olimpíada de Tóquio em 1964, o judô foi disputado pela primeira vez como modalidade de exibição, tornando-se modalidade oficial da Olimpíada na edição de Munique, em 1972. Somente a partir de 1980 o judô feminino foi reconhecido pela Federação Internacional para ser disputado em campeonatos mundiais, sendo introduzido nos Jogos Olímpicos em 1988.

A divisão por categorias de peso corporal, para efeito de disputa dos campeonatos de judô, foi introduzida em 1963, porque até então havia apenas uma categoria absoluta. Inicialmente, na Olimpíada de Tóquio, foram disputadas apenas três categorias de peso e a absoluta, passando para sete categorias de peso corporal em 1977, que são mantidas até hoje.

As regras de competição eram regulamentadas pelas normas técnicas da Kodokan até o ano de 1967, quando esta tinha como pontuações apenas wazari e ippon. Nesse mesmo ano houve o primeiro Simpósio Internacional de Arbitragem, quando se iniciaram os estudos para implantação de uma nova regulamentação internacional. Em 1974 houve a introdução de um novo sistema de arbitragem, com outros valores de pontuações técnicas a saber, em ordem crescente: koka, yuko, wazari e ippon. Além das pontuações, ocorreram outras mudanças, relacionadas às punições, ao uso de placares, à regulamentação de área, ao uniforme, ao atendimento médico e à conduta dos árbitros. O uso de judogui azul foi adotado na Olimpíada de Sidney, em 2000, como forma de distinção dos competidores para melhor identificação dos competidores na apresentação da mídia. Recentemente foram introduzidas novas mudanças, com a supressão do koka e a reformulação da área de competição<sup>1</sup>.

---

1 Novas mudanças nas regras ocorreram após a escrita deste texto.

# O JUDÔ NO BRASIL

## **Introdução**

A forma que o Sensei Mateus apresenta a história do judô no Brasil é única, pelos seguintes fatores:

- Seu pai, Mata Sugizaki, fez parte da história do judô e da colonização japonesa, pois conheceu e vivenciou os eventos por dentro destas colônias;
- Ele transitou por todos os focos de colonização japonesa no interior de São Paulo e conheceu grande parte dos mestres de judô reconhecidos nacionalmente e, em alguns casos, internacionalmente;
- Ele participou de eventos festivos e esportivos da comunidade japonesa do Brasil durante sua vida;
- Herdou conhecimento oriundo de livros japoneses de judô do século XIX e do início do XX cuidadosamente selecionados e guardados por seu pai;
- Foi professor titular de uma universidade pública brasileira de renome, a Unesp, sendo portanto tecnicamente habilitado para trabalhar com pesquisa e informações;
- Por fim, foi parte da história do judô brasileiro, por toda sua obra, tanto esportiva, como administrativa e técnica.

## O Judô no Brasil

*Mateus Sugizaki*

Com base em pesquisas nos documentos existentes, pode-se constatar que no Brasil o ensino de judô foi iniciado oficialmente por Antonio Soichiro Satake, que se estabeleceu como professor em Manaus; entretanto cabe a Mitsuyo Maeda, conhecido por Conde Koma, a referência como o introdutor do judô no solo brasileiro, em 1914, quando chegou ao Brasil juntamente com Satake. Ambos com graduação de 4º dan, haviam sido escalados juntamente com Tsunejiro Tomita como enviados do Instituto Kodokan na América do Norte, exibindo-se em combates, desafios e demonstrações de técnicas para divulgar o judô. Após cumprir essa missão, Maeda e Sakate viajaram para outros países da Europa e da América, entrando em nosso país por Porto Alegre e, após passar por diversas cidades, finalmente chegaram a Manaus.

Essa tarefa de simples divulgação se amplia no Brasil, pois primeiro Satake e depois Mitsuyo Maeda decidem se estabelecer em Manaus, congregando-se junto dos compatriotas japoneses que estavam iniciando a corrente imigratória para o Brasil. A maioria dos imigrantes japoneses foi dirigida mais para o sul do país, onde constituíram os núcleos que possibilitaram a maior difusão da modalidade.

Em 1924 veio para o Brasil Tatsuo Okochi, representante do Instituto Kodokan de 7º dan, estabelecendo o Laboratório Farmacêutico Okochi, do qual era diretor-presidente. A atuação de Okochi foi fundamental para o judô paulista e brasileiro, apoiando a vinda de outros mestres no processo de imigração e na organização das entidades dirigentes. Mestres como Sobei Tani, Takeo Yano, Tokuzo Terazaki, Katsutoshi Naito, Seisetsu Fukaya, Yassuichi Ono, Ryuzo Ogawa, Yoshio Kihara e outros se firmaram como precursores do judô brasileiro.

Tendo o judô como um importante instrumento educativo para seus filhos, os imigrantes japoneses desejavam que os descendentes tivessem uma formação exemplar, com o espírito do Budo. A prática se estendeu também para fora da colônia japonesa, integrando a comunidade brasileira, razão pela qual o judô nacional apresenta características fortemente nipônicas, tanto na harmonia, leveza e plasticidade das suas

técnicas, quanto na forma de transmitir os ensinamentos, com postura altamente disciplinar e de respeito dos praticantes.

A partir daí ocorreu grande difusão do judô em todo o território nacional. Sob os auspícios da Confederação Brasileira de Pugilismo, foi realizado o primeiro campeonato de judô em 1954. Iniciou-se também o processo de organização esportiva do judô com a fundação da primeira federação específica da modalidade, a Federação Paulista de Judô, em 17 de abril de 1958, com três entidades associadas: Esporte Clube Pinheiros, Clube Atlético Paulistano e Esporte Clube Linense.

Somente em 18 de março de 1969 foi fundada a Confederação Brasileira de Judô para administração e gestão do judô no território nacional. Na atualidade, a Confederação Brasileira de Judô é constituída por 27 federações estaduais filiadas e tem sua representatividade em todos os organismos nacionais e internacionais.

A estreia do Brasil em competições internacionais foi no 2º Campeonato Pan-Americano realizado em Cuba, conquistando os primeiros títulos com Hikari Kurachi e Massayoshi Kawakami. O primeiro título de campeão mundial pelo Brasil foi conquistado por Mateus Sugizaki em 1968, no 2º Campeonato Mundial Universitário, em Portugal. A primeira participação olímpica do judô brasileiro foi na Olimpíada de Tóquio, em 1964, com o judoca Lhofei Shiozawa. A primeira medalha olímpica de bronze foi conquistada na Olimpíada de Munique, em 1972, por Chiaki Ishii. A partir de 1984 o Brasil conquistou medalhas em todas as edições dos Jogos Olímpicos, sendo duas de ouro, com Aurélio Miguel (Seul, 1988) e Rogério Sampaio (Barcelona, 1992), três de prata e nove de bronze.

## **O Judô brasileiro antes e depois da guerra<sup>2</sup>**

No período que compreende o início da imigração japonesa, que vai de 1908 até as décadas antes da Segunda Guerra, praticamente não houve práticas efetivas com relação ao judô. Esta modalidade esportiva

---

2 Pela forma como foi redigido, pensamos que o texto desta seção seja fruto de material coletado pelo Sensei Mateus Sugizaki, em especial relatos e declarações de alguns personagens específicos, com destaque para o Sensei Shuhei Okano. Apesar de certa desorientação lógica da narrativa e, a fim de preservar a fidelidade dos relatos, optamos por manter sua originalidade gramatical (Nota dos organizadores).

foi desenvolvida com mais intensidade posteriormente, em praticamente todas as colônias estabelecidas pelos imigrantes japoneses, em especial, aquelas concentradas nos estados de São Paulo, Paraná, Minas Gerais e Rio de Janeiro. Sabe-se que as maiores colônias foram as de Tietê, Aliança, Bastos, Assai e Sete Barras que, embora possuíssem uma quantidade significativa de famílias, estavam dedicadas ao trabalho, à obtenção de seu sustento, não havendo possibilidades de estabelecer as práticas efetivas do judô.

Portanto, não é possível precisar a prática efetiva da modalidade esportiva do judô nesse período, havendo alguns relatos que poderiam ilustrar os indícios entre os imigrantes japoneses. Por exemplo, na colônia Tietê, em Pereira Barreto, iniciou-se apenas em 1949, quatro anos depois do término da guerra. As primeiras aulas de judô ocorreram por conta do professor Yasumitsu Hayashida, tendo como local um barracão onde se criava bicho da seda. Apesar de sua dedicação, este trabalho não teve boa receptividade, encerrando-se rapidamente.

O judô, por ser uma modalidade esportiva relacionada ao bem-estar físico e mental, era praticado pelos pioneiros da imigração japonesa naquela colônia com amor e prazer puramente esportivo. Nos idos de 1953, reiniciou-se as práticas do judô definitivamente, no local da antiga sede do Judiciário da Comarca de Pereira Barreto, sob a coordenação do professor Julio Kano.

Em 1956, com a fundação da Associação Cultural e Esportiva de Pereira Barreto (Acep), os treinos de judô eram realizados em tatames feitos de serragem de madeira cobertos por um encerado e iluminação artificial de lampiões de querosene e pavio. Posteriormente, a Acep construiu um salão de madeira para os treinamentos de judô e kendô, e os alunos tiveram aulas com Professor Keizo Yoshikawa. Destaca-se que grandes profissionais e políticos na região foram treinados pelo professor Yoshikawa. Existe um dado que em 1958 houve uma competição de judô durante as festividades de vigésimo aniversário da cidade de Pereira Barreto. Na ocasião havia mais de cem atletas nikkeis treinando o judô na cidade.

O rigor de disciplina nas aulas fez com que os judocas de Pereira Barreto alcançassem índices técnicos elevados e fossem reconhecidos e respeitados no âmbito estadual. O maior número de conquistas ocorreu entre 1968 e 1970, nos campeonatos da Noroeste. Não há nenhum relato

de que professor ou dirigente na época tivesse obtido seu sustento no judô, pois todos eram voluntários, e não se cobrava mensalidades dos atletas participantes. As despesas inerentes eram do Departamento de Judô da Acep. Em momentos oportunos os atletas se reuniam na lavoura contratada para as colheitas de algodão – por exemplo, para arrecadar o *quantum* necessário para as competições.

O judô ao longo dos anos promoveu a integração da colônia japonesa com a população local através do professor Yoshiyuki Nishiyama. Na época, o professor Nishiyama prestou serviços à comunidade e inclusive aos policiais civis ensinando técnicas de defesa pessoal e de imobilizações. No final da década de 1970, o professor Nishiyama viu a paralisação dos treinos de judô na cidade quando os jovens, por motivos não explicados, deixaram de frequentar a academia. No depósito do salão da Acep há tatames empilhados de diferentes cores e guardados sem nenhuma utilização. Um dos alunos, o professor Koji Kiwada, mudou-se para cidade de Araçatuba e estabeleceu uma academia de judô onde, presentemente, se desenvolvem importantes atividades; entretanto, a maioria dos alunos são filhos de brasileiros com raras exceções de descendentes japoneses da quarta e quinta gerações.

Em junho de 1979, houve o Campeonato Regional de Judô na cidade de Lins, quando o delegado professor Massahiko Mori contou com a participação de mais de 200 judocas para escolher os melhores atletas para o Campeonato Brasileiro em São Paulo. Na ocasião, os seguintes professores de judô da região estiveram atuando: Koji Kiwada, Enéas Pinheiro Jr., Sueyoshi Miyamoto, Kioci Nomiyama, Cid Yoshida e Hideki Yoshida.

Na Olimpíada de Munique, Alemanha, o professor Shuhei Okano foi técnico da seleção brasileira. O atleta Chiaki Ishii conquistou a primeira medalha olímpica na história do judô brasileiro, o bronze, na categoria meio-pesado. Nas Olimpíadas de Los Angeles (1984), Douglas Vieira ficou com a prata na categoria meio-pesado, e Luis Onmura e Walter Carmona ficaram com o bronze. Na Olimpíada de Seul (1988), Aurélio Miguel conquistou a medalha de ouro na categoria meio-pesado. Em seguida, na Olimpíada de Barcelona, na categoria de meio-leve, o atleta Rogério Sampaio (1992) conquistou a medalha de ouro. Em Atlanta (1996), Henrique Guimarães e Aurélio Miguel ficaram em terceiro lugar nas categorias meio-leve e meio-pesado respectivamente. Na olimpíada de

Sidney em 2000, Tiago Camilo foi medalha de prata na categoria leve e Carlos Honorato na categoria médio.

O professor Shuhei Okano (8º dan), que reside no Brasil há aproximadamente 40 anos, acredita ter se dedicado a sua profissão com muito mérito e considera as atividades de judô como seu esporte preferido. Menciona que a cultura brasileira tem uma potência admirável, pois todos os povos vivem em ambientes saudáveis sem guerra e tropeços. Tem muito respeito pela cultura milenar e admira outras culturas aqui vivenciadas. Aprendeu a viver no Brasil e, ao longo desses anos, fez uma comparação dos 2 países. Entretanto, há diferenças importantes entre Brasil e Japão, que soube modificar durante sua permanência. De ambas as partes, ele adotou as essências das culturas, inclusive nos métodos de ensino de judô. Nos primeiros 50 anos da imigração vieram apenas atletas de origem japonesa.

O Professor Okano enfatiza que no 17º Campeonato Brasileiro de Judô realizado na capital paulista, a cidade sede foi vencedora com maior número de campeões. Destaca entre os campeões, o meio-pesado Chiaki Ishii, peso-pesado Milton Lobato, peso-médio Liofei Shiozawa de Brasília, categoria leve Nilson Nishida, categoria meio-leve Mateus Sugizaki – todos descendentes de nikkeis – e Durval e Milton, campeões brasileiros descendentes de ocidentais. Menciona que, na ocasião, o Dr. Katsutoshi Naito foi o presidente da Federação Paulista de Judô; Sérgio Adib Bahi era o vice-presidente e Akihiro Watanabe, o diretor técnico. Todos os atletas tiveram ensinamentos de imigrantes japoneses e seus descendentes em diferentes colônias ou cidades do interior. Refere-se à prática do judô como um instrumento para desenvolver a personalidade e a formação do indivíduo, e para respeitar o próximo e trabalhar em prol da coletividade. Salienta o professor Okano que:

O judô está perfeitamente adaptado para a atualidade e, para mim, o mesmo é uma escola, sendo que educar e formar pessoas é a sua principal função. Possui muitos adeptos, dentre os quais, diversos profissionais atuando em todas as especialidades que as universidades proporcionam. Atualmente, a maioria dos alunos é formada por brasileiros desde os 7 aos 12 anos ou mais. Primeiramente, o princípio de preparação física

para o corpo e depois as técnicas de luta, derrubar os adversários ou quebrar o equilíbrio dos oponentes durante os combates. Na fase em que vivemos, não pode quebrar o balanço dos lutadores somente com a força e, portanto, valem as palavras para conciliar e transmitir os conhecimentos técnicos da luta. Durante a minha vida aprendi a transformar o judô japonês para judô brasileiro e dos contatos com os brasileiros nasceu o verdadeiro intercâmbio internacional. Foi impossível verificar o melhor e o pior em relação ao Japão. Enfatiza que para ensinar o judô deve estudar na universidade para adquirir os conhecimentos e formar as bases filosóficas necessárias ao professor de judô que pretende transmitir aos jovens da atualidade. Hoje em dia possui mais jovens atletas brasileiros do que descendentes de nikkeis. Ganhar ou perder na competição seria um resultado, mas o mais importante é formar pessoas com personalidades brilhantes para atuar condignamente nas suas profissões dentro da comunidade brasileira.

Okano (1998), no pronunciamento feito em Hokkaido, Japão, mencionou, além dos detalhes de judô aqui praticados, os aspectos de intercâmbio e amizade entre os dois países no futuro. Com relação ao início do judô, o Professor Okano relata que tudo começou com o Professor Jigoro Kano (1882), fundador do Instituto Kodokan que representa a matriz do judô mundial. O judô é esporte universal e é praticado em mais de 110 países do mundo. O fundamento é que o judô é uma área de Educação Física, um esporte que harmoniza o físico e a mente com as repercussões no espírito e na moral.

Em 1992, Rogério Sampaio consagrou-se campeão olímpico na categoria meio-leve e relatou vários aspectos importantes relacionados ao esporte judô do Brasil. Rogério Sampaio sempre valorizou mais os aspectos técnicos em relação à força, para conquistar vários títulos de que é possuidor. Refere que primeiro contato que o Brasil procurou foi o Japão, mas salientou: “estou vendo que a grande maioria dos atletas que vão disputar no Canadá, por exemplo, estão praticando com estilos

européus”. Menciona que é importante trazer os técnicos do Japão para realizar clínicas e treinamentos em todos os estados do Brasil, pois os japoneses irão demonstrar que as técnicas orientais são superiores em relação àquelas aplicadas na Europa.

Com o apoio do governo do Japão foi construído um ginásio específico para treinos de judô, considerado um centro de excelência para os atletas brasileiros, localizado no Centro Esportivo Constâncio Vaz Guimarães, anexo ao Conjunto Poliesportivo do Ibirapuera, em São Paulo. “Neste local estão sendo realizados treinamentos de judô de alto nível”, declarou o Dr. José Roberto Canassa, vice-presidente da Federação Paulista de Judô, em 2004. Na mesma época, o cônsul Ishida aplaudiu a iniciativa da Federação Paulista de Judô, salientando que “neste local a presente doação será um incentivo a mais para aqueles que praticam o judô”.

O vereador Aurélio Miguel enfatizou que a construção desse espaço era um sonho acalentado pelos atletas brasileiros na luta para se posicionar um centro de treinamento específico para o treinamento de judô. Esta obra foi concretizada graças à ação do professor Shuhei Okano e colaboradores que, tendo uma história de atividades desenvolvidas no judô do Brasil e várias ações de intercâmbio bem-sucedidas entre os dois países, puderam traçar os projetos para sensibilizar o governo japonês.

O referido Centro de Treinamento do Ibirapuera recebeu tatames sintéticos para a montagem do dojô de forma especial, como pode ser observado *in loco*. Além de outras modalidades esportivas, o Complexo Poliesportivo do Ibirapuera em São Paulo agora também está se tornando um centro de referência do judô no Brasil. O presidente da Federação Paulista de Judô da época, Francisco de Carvalho Filho, também declarou que a concretização da arena olímpica de judô em São Paulo é a melhor das Américas. Na ocasião, o professor Massao Shinohara, do Conselho Técnico Superior da Federação Paulista de Judô, expressou que “o investimento feito para os treinamentos com infraestrutura adequada seria sinônimo de colher excelentes frutos no futuro”.

Em julho de 2004, o Tribunal de Justiça Desportiva da Federação Paulista de Judô realizou estudos no sentido de elaborar um Código de Ética do Judô. A comissão de estudos para a elaboração de tal instrumento foi composta pelos mais categorizados professores de judô, além de profissionais da área do Direito: Yakihiro Watanabe (8º dan); Shuhei

Okano (8° dan); Tadashi Kimura (7° dan); Umeo nakashima (6° dan); Walter dos Santos (6° dan) e Wiulson Della Santa (5° dan). Com a exceção do professor Okano, todos são descendentes dos imigrantes.

Okano (1998) refere-se à formação do caráter por meio do Judô atribuindo-a aos judocas japoneses no Brasil que alimentavam um sonho de que um dia um brasileiro poderia conquistar uma medalha de ouro na Olimpíada. A imigração japonesa que, nos primórdios dos movimentos migratórios para o Brasil, iniciou nos trabalhos de agricultura, trouxe também no seu contingente bons atletas, especialmente judocas e jogadores de beisebol. Houve a formação de academias em várias colônias para ensinar o judô aos descendentes, iniciando-se os trabalhos de difusão da ética e da cultura japonesa na comunidade brasileira. Os treinamentos de judô rapidamente se espalharam pelo território nacional, e muitas academias foram criadas. Dos clubes de treinamentos passaram para as instituições militares e policiais, tendo sido incorporados em várias escolas. A Confederação Brasileira de Judô calcula na atualidade mais de um milhão de praticantes de judô, e a Federação Internacional de Judô conta com mais de 170 países associados.

O objetivo do judô reside em “fazer bom uso da energia para o progresso geral”, pois visa desenvolver o homem tanto na arte da defesa pessoal como nos seus aspectos psíquicos, filosóficos e sociais. Os professores brasileiros estão preparados com os princípios, até mais que os japoneses, o que podemos observar nos treinamentos cotidianos, trabalhando por um judô de qualidade. Aconselham, em voz alta, a prática da cortesia e do respeito aos ensinamentos dos mais idosos. Somos levados a pensar que a prática da boa cultura japonesa em decréscimo no Japão de hoje, esteja sendo levada adiante pelos brasileiros. O judô moderno, de forma geral, tende para uma supervalorização da força, como o praticado na Europa, por exemplo. Neste contexto, o judô brasileiro vem mostrando o seu estilo baseado na postura correta, no resgate das técnicas originais, e já se comenta em todo o mundo que o judô em sua forma mais perfeita surge no Brasil. As características e peculiaridades da cultura japonesa são dificilmente absorvidas por outros povos, não por falta de qualidades, mas por falta de melhor divulgação. Não temos a pretensão de afirmar que o judô é o melhor veículo de divulgação dessa cultura, mas o judô japonês tece uma receptividade muito além das nossas expectativas no Brasil. As lutas de judô emocionam os

brasileiros, levando-os ao entusiasmo e às lágrimas, e se constitui como um forte atrativo às crianças.

Quando pensamos no desenvolvimento do futuro das relações entre Brasil e Japão, pelo prisma desta história do judô, firmamos a nossa convicção de que embora seja importante divulgar o judô como esporte, mais que isso, é nosso dever orientar sempre nossos pensamentos e ações no sentido de direcionar a educação e a instrução dos aprendizes para a formação do seu caráter, que é afinal o objeto principal do judô. Para nós é muito gratificante a prestação de nossa colaboração para enriquecer esta terra brasileira por intermédio do judô, transformando-a em solo fértil de onde possam despontar os melhores frutos.

Calcula-se que, na atualidade, o Brasil possua cerca de mil academias de judô, com aproximadamente 500 mil praticantes, sendo que 1% desse total pode ser considerado formado por nikkeis.

Os jovens nikkeis descendentes de 4ª, 5ª, 6ª gerações não preferem as práticas esportivas de judô e conseqüentemente estão entrando outras áreas que possam trazer maior prazer.

Dentre os convocados para o Campeonato Mundial Sênior de Judô em Roterdã, na Holanda, no período de 26 a 30 de agosto de 2009, tivemos como representantes do Brasil, os atletas Sarah Menezes, Érika Miranda, Rafaela Silva, Danielli Yuri, Maria Portela, Rochelle Nunes, Denílson Lourenço, Leandro Cunha, Leandro Guilherme, Nacif Elias, Tiago Camilo, Luciano Correa e Daniel Hernandez. Vale lembrar que eram todos brasileiros descendentes de várias origens.

### **O Judô e sua trajetória em Bastos<sup>3</sup>**

A vocação de Bastos para o judô remonta a mais de sete décadas, quando os imigrantes japoneses, pioneiros do município, chegaram para fundá-lo em 18 de junho de 1928. Eles trouxeram do Japão – o berço do judô – as técnicas e segredos desta arte. Tempos em que imperavam as

---

3 Sensei Mateus apresenta, em alguns escritos, a valorização do judô brasileiro, tendo como referência a cidade de Bastos, contando parte dessa história a partir da importante contribuição de imigrantes japoneses radicados nessa região interiorana do estado de São Paulo. Outro fato importante é o da Sra. Dulce Sacramento Yoshikawa, pela sua colaboração para a elaboração do texto que serviu de base na construção deste conhecimento (Nota dos organizadores).

dificuldades, o judô já era praticado de maneira improvisada em Bastos. Afeitos em manter vivas suas tradições culturais, muitos imigrantes transformavam os barracões produtores de bicho-de-seda, atividade até hoje desenvolvida no município, em locais de treinamento.

Quando veio a Segunda Guerra Mundial, e com ela a proibição da prática desta modalidade esportiva no Brasil, os imigrantes e seus descendentes, de forma muito determinada, treinavam clandestinamente nos mesmos barracões e, para evitar qualquer surpresa, colocavam folhas de amora sobre o tatame para disfarçar.

O pioneiro do judô na cidade de Bastos foi o professor Yoshimatsu Kusabara, na década de 1930, tendo inclusive propagado a modalidade por vários pontos da região paulista e adjacências. O judô de Bastos sobressaiu-se numa época difícil, vencendo torneios promovidos entre as colônias, concentradas em São Paulo, Paraná, Minas Gerais e Rio de Janeiro.

Em 1938, o professor Yoshimatsu Kusabara trouxe para Bastos o título de campeão no 1º torneio Brasileiro de Judô, realizado no estádio do Pacaembu, na época ainda em construção, na cidade de São Paulo.

Com o passar do tempo, as aulas passaram a ser ministradas em Associações Culturais de Bastos. O professor Tosuke Sugui substituiu o professor Kusabara. Tosuke Sugui recebeu vários títulos nacionais em reconhecimento ao fato de ser um grande incentivador do judô. Um de seus discípulos de maior destaque, Uichiro Umakakeba, o substituiu logo após seu falecimento em 1985.

Posteriormente, foi construído na cidade de Bastos o primeiro Centro de Treinamento de Judô do Brasil, numa área de 20 mil metros quadrados, inaugurado no dia 10 de setembro de 1991. Atualmente o Projeto Bastos possui atletas de diversos estados brasileiros, em busca de aprimoramento técnico, físico, psíquico e moral.

### ***Meio Século de Tradição – referência ao período 1951-2001***

A Associação de Judô de Bastos comemorou Bodas de Ouro em 2001. Em 1951, começou a funcionar em um prédio, já demolido, na área onde hoje está instalado o Kai-Kan. Depois foi transferida para imóveis da Fepasa. Mas, com alto índice de aproveitamento de seus atletas em

competições oficiais e, conseqüentemente, o elevado prestígio que foi conquistando ao longo do tempo, o espaço de sua sede tornou-se tímido para comportar judocas bastenses e de outras cidades, que vinham em busca de aprimoramento técnico.

Da necessidade de ampliar suas instalações, surgiu um grupo de amigos formado por pais de atletas, determinado em viabilizar a construção de uma nova sede. Em 1987 a associação foi declarada de utilidade pública municipal. Em 1991, o sonho se transformou em realidade: era inaugurado o Ginásio de Judô Edison Motoharu Yoshikawa.

### ***Bastenses olímpicos***

O primeiro bastense a representar o Brasil em Olimpíadas, Los Angeles, em 1984, foi Sérgio Sano, 37 anos, que integrou a equipe nacional como titular, mas não conseguiu classificação.

O grande destaque bastense fica por conta do atleta Tiago Camilo que foi medalha de prata nas Olimpíadas de Sydney, na Austrália, em 2000.

Além deles, Elias Tetsuo Umakakeba participou da Olimpíada de Atlanta, em 1996, como suplente.

### **Judô Sugizaki: uma história do “caminho suave” em Botucatu**

Com cerca de cinco mil iniciantes, mais de 60 faixas-pretas e várias conquistas de títulos internacionais, nacionais e estaduais, o judô em Botucatu completa em 2005 40 anos de existência, através da Associação de Judô Mata Sugizaki.

Além dos importantes títulos esportivos obtidos nas competições, também vale ressaltar nessa trajetória o papel do judô como instrumento educativo, proporcionando desenvolvimento físico e psicossocial aos jovens botucatuenses, aspectos esses relatados pelos próprios pais que tiveram filhos praticantes dessa atividade esportiva.

A história do judô no município foi marcada por muitas lutas e conquistas, a qual contou com a participação de diversos protagonistas, mas devemos lembrar em primeiro lugar do personagem que plantou a semente dessa modalidade em Botucatu e foi sua peça fundamental: Mata Sugizaki, o “seu Mário”.

## *O pioneiro*

Nascido na província de Shizuoka, Japão, em 27 de maio de 1918, Mata Sugizaki imigrou para o Brasil com apenas 14 anos de idade para trabalhar na lavoura, instalando-se na região de Bastos, interior do estado de São Paulo.

O garoto franzino, de apenas 1,55 cm de altura, começou a aprender judô em seu país de origem quando frequentava a escola, porém com sua vinda para o Brasil, não foi possível a ele que se aprimorasse na prática esportiva.

Em 1945, casou com D. Laurentina, e juntos tiveram quatro filhos: Mateus, Olga, Lúcia e Fátima. Com o intuito de oferecer melhores condições de estudo aos filhos, Mário resolveu abandonar a lavoura e, junto com a família, mudou-se para a cidade de Avaré, passando a trabalhar no comércio.

O desejo de dar continuidade àquele esporte que ele havia praticado no período escolar se manteve. Em 1956, Seu Mário conheceu um grupo de adeptos de judô e voltou a praticar esse esporte. Com o apoio dos companheiros, em especial José Reis Filho, convidou o Sensei Suelo Inoue, faixa-preta de 2º dan, para ministrar aulas e treinamentos. E, em 1957, fundaram a Academia Avareense de Judô.

No ano seguinte, Seu Mário recebeu a faixa preta de 1º dan das mãos dos professores Yoshio Kihara e Tatsuo Okochi, que eram os representantes do Instituto Kodokan do Japão no Brasil.

O judoca, então, sentiu a necessidade de aprofundar seus conhecimentos técnicos e resolveu partir para São Paulo. Lá ficou por dois anos, trabalhando em uma bicicletaria para poder se sustentar e frequentar a Academia Dom Pedro II, que era orientada por Yoshio Kihara.

Em 1960, tendo retornado à Avaré com a graduação de 2º dan, passou a ser o professor responsável pela Academia Avareense, dedicando-se profissionalmente ao ensino de judô. Iniciou um trabalho de preparação de atletas que se destacaram no cenário esportivo nacional, dentre os quais podemos citar Hadel Aurani (que foi bicampeão paulista e brasileiro), Antonio João Amaro, Wellington de Paula Assis, Nilson Nishida e seu filho Mateus.

Segundo seus familiares, Mário era um sonhador e chegava até mesmo a tirar parte do sustento de sua casa para se dedicar ao judô.

Suas economias eram revertidas à aquisição de livros e revistas para que pudesse estudar e se atualizar, ou ao pagamento de despesas de viagens.

Sobre esse aspecto, um episódio que merece destaque se deu durante a realização do 1º Campeonato da Sorocabana, em Avaré. Na oportunidade, Seu Mário recebeu diversas autoridades do judô, entre elas o professor Tatsuo Okochi, uma das maiores graduações desse esporte no Brasil. Após o jantar oferecido na casa de Seu Mário e tendo constatado a forma modesta com que ele vivia, o senhor Okochi perguntou se ele não estava passando por necessidades financeiras por se dedicar tanto ao judô.

Durante sua trajetória, Mata também participou da fundação da Federação Paulista de Judô em 1958, da qual se tornou delegado regional da região de Sorocabana, além de fundar academias em vários outros municípios do interior de São Paulo, como Ourinhos, Piraju, Bernardino de Campos e Lençóis Paulista.

Botucatu foi contemplada com sua escola, iniciada em julho de 1965. O convite partiu do Secretário de Esportes de Botucatu, na época o professor Jonas Alves de Araújo, e a academia foi instalada na esquina da Rua Dr. Costa Leite com a Rua José Dall Farra. Com o apoio de alguns membros da comunidade, como Emílio Peduti Filho, Dalton de Toledo Ferraz, Álvaro Ceriliane, Olívio Stersa, Francisco Newber Machado, Eduardo Meireles Gonçalves, Oscar Ferraz Pires, Plínio Paganini e Carlos Traballi Filho, foi constituída a Academia Botucatuense de Judô, com o intuito de adquirir caráter jurídico e identidade de representação esportiva da modalidade no município. Assim, diversos jovens botucatuenses passaram a ter a oportunidade de, juntamente com Seu Mário, aprender as técnicas do “caminho suave”.

Em 23 de dezembro de 1972 um fato abalou os familiares de Mata Sugizaki e os judocas. Ao se dirigir de Avaré para Botucatu, o veículo do “seu Mário” capotou na entrada de Toledo (descida do Cintra), e apesar de ter sido socorrido, ele acabou falecendo.

Adhemar Olyntho Lucchesi disse que seu filho era aluno de Mata e, assim que recebeu a trágica notícia, contou ao garoto. “Eu disse ao meu filho: ‘seu professor sofreu um acidente de carro’. Ele ficou parado e não falou nada, só vi lágrimas saindo. Meu filho teve um natal muito triste”, recorda.

Jair Bueno diz que o abalo foi muito grande e que para Mateus, filho de Mata, o choque foi imenso, mas que algumas pessoas que

participavam do dia a dia desse esporte resolveram não deixar o ideal de Mata morrer. “Teve um abalo geral, ninguém queria fazer mais nada. Daí eu disse que, se o Seu Mário fosse vivo, ele não ia querer que tudo se acabasse”.

Então, algumas pessoas próximas à Mata Sugizaki resolveram prosseguir com o judô em Botucatu. Bueno começou a ministrar aulas para crianças de aproximadamente quatro a dez anos de idade; Carlos Guadagnini Júnior se tornou o professor do período da tarde; e Roberto Konishi ficou responsável pelo treinamento no período noturno, além de Mateus, que coordenava e ministrava treinamentos à equipe.

### ***Associação de Judô Mata Sugizaki***

Na verdade, grande parte da história do judô em Botucatu pode ser considerada a própria trajetória da Associação de Judô Mata Sugizaki (AJMS), que foi fundada em março de 1973 para homenagear Seu Mário, faixa-preta 5º dan, dando assim sequência ao ideal desse judoca e mantendo a tradição do pioneirismo na atividade esportiva educacional iniciada com a Academia Botucatuense de Judô.

A AJMS tem como objetivo a difusão da prática do judô por meio do ensinamento das técnicas, da filosofia e da disciplina do esporte, ao mesmo tempo proporcionando bem-estar físico, mental e social, além de contribuir para a educação e formação de uma juventude sadia e manter a representação desse esporte na cidade de Botucatu.

Os primeiros faixas-pretas preparados por Mata Sugizaki em Botucatu foram os judocas Eduardo Meireles Gonçalves e Oscar Ferraz Pires. Na sequência, dezenas de judocas da AJMS obtiveram suas faixas pretas, inclusive com graduações elevadas.

Ao longo da trajetória dessa instituição, vale ressaltar que a equipe da AJMS, representante da cidade de Botucatu nos jogos regionais, já foi campeã nessa competição por mais de 20 anos consecutivos, além do caráter educativo do judô que essa instituição procurou difundir, que sempre foi seu objetivo primordial, ao lado das conquistas esportivas.

A fim de dar continuidade às atividades do ensino do judô de forma profissional, para atuar como responsável pelas aulas de iniciação e pelos treinamentos de aperfeiçoamento, foi designado o Sensei Akira Noguchi, que veio para Botucatu no ano de 1974. Akira, faixa-preta 5º

dan, foi um dos grandes pilares da AJMS, tendo contribuído na formação de muitas gerações de judocas, e continua em atividade até os dias atuais, mostrando seus conhecimentos, dispensando seu carinho às crianças e orientando os jovens no caminho suave do esporte. Ele também foi o responsável pela introdução do judô feminino em Botucatu, com sua filha Cláudia se tornando a primeira mulher faixa-preta da AJMS.

### ***Judô como estímulo ao desenvolvimento físico e mental<sup>4</sup>***

***Mateus Sugizaki***

O que se constata na trajetória de 40 anos de judô em Botucatu é que a maioria de seus praticantes conseguiram se destacar na carreira acadêmica e profissional. Diversos atletas dessa modalidade esportiva conseguiram, por exemplo, ser aprovados nos processos seletivos de universidades, sem frequentar os tradicionais cursos pré-vestibulares. Muitos judocas obtiveram vagas em universidades reconhecidas pela qualidade de ensino e, segundo Mário Mateus Sugizaki, é grande a quantidade de mestres, doutores e empresários bem-sucedidos que chegaram à faixa-preta pela academia.

O fundador do judô, Jigoro Kano, desde o início procurou fundamentar esse esporte para o desenvolvimento físico, intelectual e de caráter, com propósitos filosóficos; aspectos esses que foram contemplados pelo judô em Botucatu através da AJMS.

Para Mário Mateus, o judô botucatuense, desde os tempos de Mata Sugizaki, sempre foi um complemento da educação, uma extensão importante na constituição familiar e na filosofia de formar um indivíduo honrado voltado para a cidadania antes do atleta campeão.

Jair Bueno cita o caso de um ex-aluno de judô da década de 1970 com grau avançado de deficiência mental, que mesmo a família tendo procurado para ele tratamentos especializados até em outros países, não apresentava melhora satisfatória. Foi com a prática do judô e o acolhimento dos alunos da AJMS que ele teve uma melhora de mais de 50% do estado de saúde. Segundo Bueno, esse fato foi inclusive divulgado

---

4 Texto apresentado pelo Sensei Mateus Sugizaki em abril de 1987. Para saber mais, recomenda-se a leitura do livro *50 anos do judô Sugizaki no Brasil*.

pelo pai do deficiente nos meios de comunicação botucatuenses, tendo classificado o esporte como uma terapia que produziu efeitos. “O judô levantou o filho dele”, comenta Jair.

Durante um período também houve uma premiação anual do estudante judoca de Botucatu. Eram oferecidos prêmios em todos os níveis de ensino. Muitos pais classificavam esse fato como uma alavanca na educação e formação de seus filhos.

O ex-presidente da AJMS, Elias Chamma, disse que estimulava os jovens judocas a frequentar as escolas. Segundo ele, os integrantes possuíam um bom resultado nos estudos na época em que ele atuava como dirigente da Academia.

## **Minha história...**

*Mateus Sugizaki*

Como deve ter ocorrido no seio de milhares de famílias de imigrantes, minha história é de um filho que, mesmo vivendo no meio rural e em condições extremamente humildes, seus pais assumem o dever de proporcionar um mínimo de escolaridade, com total sacrifício do conforto material.

A fim de que eu tivesse a oportunidade de prosseguir no estudo, meus pais deixaram a lavoura e mudaram para a pequena cidade de Avaré (SP). Para sobreviver, meu pai trabalhou em inúmeras atividades profissionais, de comerciante ambulante a ferreiro. Quando se firmou como professor de judô, por sinal uma atividade que até então era, para ele, simples passatempo, uma melhoria financeira começou a despontar entre as nuvens de dificuldades.

Acompanhando meu pai, que se tornou conhecido como “Seu Mário” do judô, fui introduzido nessa atividade esportiva aos onze anos e desde o início fiquei muito entusiasmado, porque ela tinha algo de místico que exercia em mim uma forte atração, pois na infância meu pai contava histórias sobre os samurais, que encarnavam meus heróis. Estimulado por ele passei a me esforçar para tornar realidade os sonhos da conquista esportiva, através de intenso treinamento.

Treinamento esse que, além da preparação física, era acompanhado de orientação para fortalecimento do caráter moral em toda sua extensão;

da adoção e prática da filosofia oriental embutida no judô; da realização de estudos e análises para estabelecer estratégias de ação, todas essas qualidades necessárias ao aprimoramento do judoca.

Na sequência, recebi minha faixa preta aos dezesseis anos, quando ganhei também o primeiro título esportivo de maior expressão, de campeão paulista de judô. Após realizar alguns cursos técnicos de judô, comecei a auxiliar meu pai nas suas aulas de judô, cujo objetivo por ele orientado era utilizar o esporte como uma forma de educação complementar.

### ***As transformações***

No ano de 1965, meu pai estendeu suas atividades do ensino do judô para a cidade de Botucatu, onde tive a oportunidade de ingressar no curso universitário de bacharelado em Ciências Biomédicas. Esse fato representou o marco inicial para as grandes transformações que ocorreram na minha vida familiar, profissional e esportiva, fatores que contribuíram para a realização dos sonhos da juventude.

Ao mesmo tempo em que sucedia o progresso na vida universitária, minha atuação esportiva atingia degraus cada vez mais ambiciosos, a custo de árduo treinamento executado simultaneamente com a dedicação nos estudos. Tive a oportunidade de representar o Brasil em diversos eventos internacionais viajando para outros países, como jamais teria ousado sonhar – iniciando pelo Japão, nos Jogos Universitários Mundiais (Universiade de Tóquio), quando treinei no Instituto Kodokan, o grande sonho de todo judoca. Obtive nessa oportunidade a primeira medalha internacional, de terceiro colocado na categoria até 70 kg.

A conquista de títulos inéditos para o judô brasileiro, como o de Campeão Mundial Universitário em 1968, foi um fato marcante para consolidar a cumplicidade entre a vida esportiva e a formação profissional.

Esses feitos alcançaram tamanha importância que culminaram com a homenagem da Câmara Municipal de Avaré, concedendo-me a honraria de Cidadão Emérito, e ao meu pai, de Cidadão Avareense.

Após concluir o curso universitário em 1969, passei a me dedicar mais atentamente às atividades profissionais, quando fui contratado na Faculdade de Ciências Médicas e Biológicas de Botucatu (FCMBB), para a disciplina de Biofísica, iniciando minha carreira de docente e de pesquisador.

Nessa fase, já dividia os compromissos de vida com minha esposa Clara, bem como construía nossa realidade familiar sobre os sonhos comuns.

### ***Os desafios da vida***

Com o falecimento prematuro de meu pai, em 1972, passei alguns momentos de grande conflito entre continuar a carreira universitária que tinha abraçado e o prosseguimento do ideal paterno implantado no judô. Por influência e aconselhamento do colega professor Pedro Hélio Lucchiari, prevaleceu o bom senso de dar continuidade à carreira universitária, uma vez que já estava encaminhado meu doutoramento, concluído em 1974. Nesse processo também teve participação importante meu amigo Jair Bueno.

Para não deixar o sonho morrer e acabar a entidade construída por meu pai, montei uma estrutura para ter um professor atuando profissionalmente e continuar as atividades de judô em Botucatu. O professor Akira Noguchi ajudou a manter acesa a chama do ideal esportivo por mais de 30 anos.

No tempo livre das minhas atividades profissionais universitárias, dediquei-me ao aprimoramento e amadurecimento no trabalho de assistência às atividades esportivas do judô, pois havia assumido a delegacia regional da Sorocabana e estava também atuando como técnico da seleção paulista.

Outro desafio surgiu quando fui convidado para ministrar cursos técnicos no Chile, indicado por Sergio Bahi, então presidente da Federação Paulista de Judô. Posteriormente, também ministrei cursos na Argentina, no Panamá e na República Dominicana.

Atuei ainda como treinador de seleções em nível estadual e nacional, sendo nomeado técnico da seleção brasileira na Olimpíada de Moscou, em 1980. Participei também de outros eventos como técnico da seleção brasileira e chilena em 1977.

Para melhor compreender os objetivos e as condutas da disciplina de Educação Física, da qual fui nomeado responsável, na Unesp de Botucatu, bem como aprofundar os conhecimentos voltados para o esporte, concluí o curso de licenciatura em Educação Física da Escola Superior de Avaré em 1982.

Com minha experiência científica e o domínio dos métodos e das técnicas no campo da pesquisa, surgiu um novo desafio: participar do Programa Antártico Brasileiro (Proantar), do qual passei a integrar o projeto científico *Comportamento bioquímico e fisiológico de organismos antárticos*. Para desenvolver o projeto, participei de seis expedições ao continente Antártico, num total de vinte meses de permanência entre 1990 e 2000.

Tendo sido convidado para colaborar na estruturação do Departamento de Educação Física da Faculdade de Ciências do campus de Bauru, fui transferido para aquela unidade em 1992. Nessa nova jornada, tive a oportunidade de ocupar diversas funções na estrutura universitária da Unesp, inclusive a de vice-diretor da Faculdade de Ciências de Bauru.

Através de concurso público, consegui atingir o cargo máximo da carreira universitária, como professor titular da Unesp, condição na qual me aposentei após 35 anos de atividades profissionais.

### ***Gratidão aos ensinamentos***

Sem dúvida alguma, as experiências que obtive através do judô proporcionaram um amadurecimento que influenciou todos os setores de minha vida, porque possibilitaram me firmar na conduta do samurai, para agir com a serenidade, a coerência, a determinação e o espírito de luta que aprendi na sua prática.

Somando essas características adquiridas através do judô aos valores que herdei de meus pais, que são a lealdade, a honestidade de propósitos e a disposição para o trabalho, posso assegurar que minhas ações sempre foram dirigidas pela flexibilidade e pela filosofia do “caminho suave”.

Por essa razão, muitas vezes, ao assumir posições que exigiram tomadas de decisão, minha postura sempre foi coerente com essa formação, entretanto o entendimento das minhas ações teve interpretações diversas, porque aí convergiram, além do interesse pessoal, os casuísmos e os envolvimento políticos. Contudo, tenho a firme convicção de que nada disso abalou os meus princípios éticos e morais, tampouco afetou minha determinação na busca do ideal, seja como esportista, seja como profissional.

Neste momento, envolvido em novo desafio, volto a refletir sobre os caminhos nos quais consegui reunir os sonhos e a realidade, dentro

do meu ideal. Mesmo que muitas vezes tenha prejudicado meus sonhos, fazendo-os diminuir e encolher em sua realização, o ideal nunca deixou de existir.

Por assim acreditar, sinto gratidão por aquilo que conquistei e, ao mesmo tempo, tenho o dever voluntário de incentivar e continuar a busca de desafios que permitam mostrar aos mais jovens os caminhos da fé, do amor e da confiança em si próprio que o judô me proporcionou. Porque foi pelo caminho suave que consegui realizar os sonhos da juventude e, com paciência, conduzir ao sucesso do homem maduro.

*Paciência quer dizer conter a própria inclinação para as sete emoções: ódio, adoração, alegria, ansiedade, cólera, pesar e medo. Se você não der passagem às sete emoções, você é paciente, logo compreenderá todo tipo de coisas e estará em harmonia com a eternidade.*

Trecho retirado de *Shōgun* de James Clavell.

Refere-se às palavras de Toranaga a Blackthorne.

## **Resumo do *curriculum vitae*<sup>5</sup> de Mateus Sugizaki**

### ***Dados pessoais***

- Nome completo: Mateus Sugizaki
- Data de Nascimento: 29 de julho de 1946
- Filiação: Mata Sugizaki (“Mário”) e Laurentina Sugizaki
- Esposa: Clara Tizuko F. Sugizaki
- Filhos: Cristina, Mário Mateus, Alexandre Ryuzo e Daniele.

---

5 Este currículo foi elaborado pelo Sensei e é direcionado às atividades relevantes ao judô de forma reduzida. Destacamos que existem dezenas de trabalhos científicos em periódicos nacionais e internacionais, congressos e orientações que fazem parte de sua vida universitária e que não estão apresentados pelo Dr. Mateus neste currículo (Nota dos organizadores).

### ***Títulos acadêmicos***

- Bacharel em Ciências Biomédicas pela Faculdade de Ciências Médicas e Biológicas de Botucatu, atualmente, Unesp Botucatu, 1969;
- Licenciado em Educação Física pela Escola Superior de Educação Física de Avaré, 1982;
- Doutor em Ciências pela Unesp, 1974;
- Professor livre-docente do Instituto de Biociências de Botucatu – Unesp, 1986.

### ***Cargos profissionais universitários***

- Professor titular do Departamento de Educação Física da Unesp Bauru. Aposentado em 8 de maio de 1999;
- Professor assistente e professor adjunto do Departamento de Biofísica do Instituto de Biociências da Unesp Botucatu, 1970 a 1992;
- Professor do curso de pós-graduação em Ciências Veterinárias da Universidade Federal do Paraná (UFPR), 1985 a 1996;
- Professor do curso de pós-graduação em Ciências Biológicas da Unesp Botucatu, 1982 a 1994;
- Professor e pesquisador do setor de Ciências da Saúde da Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR), 2000 a 2001;
- Pesquisador do Programa Antártico Brasileiro (Proantar), com participação em expedições na Estação Antártica Comandante Ferraz – Antártida, 1990 a 2000.

### ***Funções administrativas universitárias***

- Chefe do departamento de Educação Física da Unesp Bauru, 1992 a 1993 e 1997 a 1999;
- Vice-diretor da Faculdade de Ciências da Unesp Bauru, 1993 a 1997;
- Membro da Comissão Permanente de Regime de Trabalho (CPRT) da Reitoria da Unesp, 1993 a 1997.

## ***Atuação na modalidade esportiva de Judô***

### **Como atleta**

- Campeão dos Jogos Abertos do Interior – Avaré, 1966 e 1968;
- Campeão Paulista – 1962 a 1970;
- Campeão Brasileiro – 1966 a 1970;
- Terceiro colocado Jogos Universitários Mundiais – Tóquio, 1967;
- Campeão Mundial Universitário – Lisboa, 1968;
- Campeão Pan-americano – Porto Rico, 1968;
- Campeão Sul-americano – Buenos Aires, 1970.

### **Como técnico**

- Atualmente é faixa coral de judô, com graduação de 8º dan;
- Técnico da Federação Paulista de Judô, 1973 a 1980;
- Técnico do Chile no Campeonato Pan-americano de Judô, 1977;
- Professor de cursos técnicos internacionais pelo Programa de Solidariedade Olímpica do Comitê Olímpico Internacional: Chile, 1977; Argentina, 1982; Panamá, 1984; e República Dominicana, 1997;
- Técnico da Seleção Brasileira de Judô, 1980 a 1985, atuando nos seguintes eventos internacionais:
  - Jogos Olímpicos de Moscou, 1980;
  - Jogos Sul-americanos, 1982;
  - Campeonato Mundial Júnior, 1983;
- Técnico responsável da Associação Avereense de Judô e da Associação de Judô Mata Sugizaki, em Botucatu.

### **Como dirigente**

- Delegado Regional da Federação Paulista de Judô, 1973 a 1998;
- Coordenador da Missão Técnica da Federação Paulista de Judô, com 61 integrantes, nos Jogos Olímpicos de Atlanta, Estados Unidos, 1996;
- Chefe da Delegação da Federação Paulista de Judô, com 64 integrantes, no Campeonato Mundial de Judô de Paris, França, 1997;
- Primeiro vice-presidente da Federação Paulista de Judô e supervisor técnico, 1997 a 2005.

### ***Outras atividades***

- Fundador da Sociedade Botucatuense de Cultura Japonesa, 1978;
- Representante do Brasil no Congresso Internacional de Líderes da Juventude em Tóquio – Japão, 1981;
- Fundador e presidente do Partido Liberal de Botucatu, 1987;
- Presidente da Sociedade Botucatuense de Cultura Japonesa, 1990 a 1992;
- Conselheiro do Conselho Regional de Educação Física do Estado de São Paulo (CREF-SP, eleito em 2003);
- Presidente da Sociedade Cultural e Esportiva Nipo-brasileira de Avaré (Socena), 2003 a 2005.

### ***Honrarias***

- Cidadão Emérito de Avaré, 1968;
- Troféu Bandeirante da Federação Universitária Paulista de Esportes, 1968;
- Homenagem da Confederação Brasileira de Desportos Universitários, 1969;
- Superior Mérito Esportivo da Federação Paulista de Judô, 1977;
- Medalha do Mérito Desportivo Nacional – Ministério da Educação, 1990;
- Homenagem da Federação Universitária Paulista de Esportes, 2001;
- Homenagem da Unesp Bauru, 2004.

### ***Realizações na Federação***

#### ***Paulista de Judô (2005)***

- Eleito 1º Vice-Presidente em dezembro de 1997 e reeleito em 2001.
- Criação da Supervisão Técnica, com Conselho Técnico Superior e Departamentos Técnicos específicos.  
Objetivo: descentralizar o comando das atividades técnicas, atribuindo as responsabilidades aos Departamentos e, ao mesmo tempo, melhorar a eficácia e a dinâmica de atuação das diferentes áreas.
- Reformulação do exame de graduação para faixa-preta da Federação Paulista de Judô.

Objetivo: eliminar o caráter competitivo dado ao candidato, possibilitando que praticantes sem talento esportivo de competir, porém com conhecimentos e contribuições importantes, possam obter sua faixa preta.

- Valorização do Campeonato Paulista de Judô.  
Objetivo: priorização do evento competitivo de maior importância da FPJ, valorizando o título do Campeão Paulista pela indicação direta ao Campeonato Brasileiro de cada classe e suprimindo os processos seletivos até então utilizados.
- Aprimoramento e racionalização na organização dos eventos esportivos da FPJ.  
Objetivo: através dos departamentos específicos, a organização dos eventos foi estruturada de forma a dar condições mais racionais às equipes de trabalho e aos atletas participantes.
- Implantação de cursos de aprimoramento técnico e de conhecimentos teóricos.  
Objetivo: pelas exigências do exame de graduação, passaram a ser oferecidos cursos regulares que foram desenvolvidos através de extenso trabalho de implantação.
- Campeonato de kata.  
Objetivo: foram instituídas novas regras para a realização de campeonatos de kata em todos os níveis: paulista, brasileiro, jogos regionais e abertos etc.
- Instituído o Campeonato Master, paulista e brasileiro.
- Campeonato por faixa.
- Arbitragem – diárias dos árbitros.
- Convênios para a realização de torneios amistosos com clubes e academias.

## **Professor Mateus Sugizaki em defesa da Educação Física no ensino do Judô**

*Anderson Dias de Lima*

Para quem acompanhou os detalhes da trajetória de atuação profissional do professor Mateus Sugizaki, tanto no ensino, na preparação de atletas, bem como na direção e supervisão técnica do judô, pode

confirmar que ele foi um defensor da Educação Física como instrumento importante na capacitação dos profissionais que atuam com a modalidade.

Durante sua contribuição à Federação Paulista de Judô (FPJ), na condição de Supervisor Técnico, sempre demonstrou preocupação com aqueles instrutores que, apesar de sua formação técnica na prática cotidiana da modalidade, não tinham a formação acadêmica na área da Educação Física.

Professor doutor, formado em Biologia e em Educação Física, com uma carreira muito bem consolidada como docente e pesquisador, é natural que o Sensei Mateus, na sua atuação dentro da FPJ, tivesse a preocupação de contribuir com todo o seu cabedal de conhecimento acadêmico no sentido de modernizar e dar uma significação mais profissionalizada ao trabalho do judô.

Vale lembrar que na década de 1990, alguns anos antes do advento da regulamentação profissional da Educação Física, o professor Mateus, em seus atributos na FPJ, supervisionou um grupo de professores que, através de vários encontros de trabalho, desenvolveu um relevante estudo cujo propósito era aperfeiçoar o processo de avaliação para o exame de graduação dos faixas-pretas do estado de São Paulo.

Nessa ocasião, no transcorrer de inúmeras reuniões de estudos, por diversas vezes pudemos compartilhar da sua preocupação em relação à falta de um instrumento legal que possibilitasse o controle e o acompanhamento do exercício do trabalho dentro da modalidade.

Graças ao pioneirismo e aos esforços desse grupo, capitaneados pelo professor Mateus, o referido estudo resultou na formatação de um programa de cursos, clínicas, palestras, normas e critérios, culminando em um novo modelo de avaliação para o exame de faixas-pretas da FPJ, que veio contemplar, com maior abrangência, os aspectos biológicos, psíquicos, sociais, técnicos, didáticos e pedagógicos do ensino do judô.

Há que se ressaltar o trabalho de cunho acadêmico do professor Mateus Sugizaki na condução desse estudo, o que resultou num verdadeiro avanço no sistema de avaliação dos candidatos à promoção de faixas-pretas da FPJ, tanto que serviu de modelo e incentivo para que outras federações estaduais começassem a implantar modificações semelhantes em seus estados.

Em que pese o referido trabalho ter promovido os significativos avanços em relação ao sistema de avaliação para a formação dos faixas-pretas, a preocupação do grupo era que, apesar de todo esse esforço,

as federações e a Confederação Brasileira de Judô continuaram sem um instrumento legal para fiscalizar o trabalho dentro do ensino e da preparação de atletas da modalidade.

Diante de tal constatação, concluiu-se que os efeitos do referido trabalho ficou, até certo ponto, limitado, pois, pelo enfoque legal, qualquer pessoa que se julgasse em condições de ministrar instruções e treinamentos de judô, poderia fazê-lo sem que houvesse um instrumento legal que pudesse fiscalizar e acompanhar o trabalho técnico, didático e pedagógico desse instrutor.

Com a instituição do sistema CONFEF/CREFs, a partir de 1998, o professor Mateus demonstrou satisfação na possibilidade de, talvez, numa parceria entre o Conselho e as entidades dirigentes do judô, regulamentar um instrumento regular e eficaz de fiscalização e controle do profissional do ensino da modalidade.

Nessa linha de raciocínio foi um dos primeiros profissionais de Educação Física, com atuação nas chamadas Artes Marciais, a fazer contato com o recém-criado Conselho Regional de Educação Física do Estado de São Paulo (CREF4/SP), inclusive foi eleito membro dos primeiros quadros de conselheiros, em novembro de 2003.

Nos primeiros anos de atuação do referido conselho de classe profissional, o professor Mateus, na condição de membro conselheiro e, ao mesmo tempo, como vice-presidente da FPJ, com o apoio do presidente Francisco de Carvalho Filho, empenhou seus esforços no sentido de regularizar, junto ao CREF4/SP, todos os profissionais que atuavam no ensino do judô no estado de São Paulo e que estavam filiados na entidade.

Nesse momento, os estudos e os novos programas de avaliação da FPJ foram de grande valia, uma vez que a maioria dos instrutores de judô do estado de São Paulo, filiados à Federação Paulista de Judô, já estava capacitada e se enquadrava nas exigências legais do CREF4/SP para requererem os seus respectivos registros profissionais. Muito por mérito do professor Mateus Sugizaki que, praticamente, todos os profissionais filiados à entidade naquela época foram registrados no CREF4/SP.

Doravante, a expectativa era que, a partir de alguns anos, os instrutores e técnicos de judô do estado de São Paulo, além da formação técnica da modalidade, viessem a ter formação acadêmica na área da Educação Física, talvez com um curso específico de formação de professores para a modalidade, todos com direito a registro no conselho. Desde então o professor

Mateus passou a considerar a possibilidade de criar um curso específico, na área de Educação Física, para a formação do professor de judô.

Evidentemente que as dificuldades para tal empreitada, nos seus diversos aspectos e variáveis, eram muitas e complexas. Mas, como ele mesmo dizia, tudo precisa ser sonhado, planejado e, com vontade e determinação, superar os obstáculos para, enfim, concretizar o projeto na realidade. Não obstante, o professor Mateus conseguiu formatar e colocar no mercado um curso de especialização voltado ao judô, com preocupação de melhorar o conhecimento relacionado ao ensino e preparação de atletas na modalidade.

Pelo exposto, não podemos deixar de ressaltar a valorização que o professor Mateus Sugizaki dava à formação acadêmica na área da Educação Física como instrumento fundamental para a completa e ideal capacitação dos profissionais que atuam no ensino e preparação técnica e física do judô, assim como não podemos desconsiderar os relevantes esforços despendidos por ele na defesa desse ideal nos órgãos e entidades em que atuou, bem como com a comunidade de judocas, em especial a do estado de São Paulo.

Para reforçar essa nossa constatação, segue abaixo algumas das citações do próprio professor Mateus que estão inseridas no contexto dessa obra e que demonstram sua valorização do ensino acadêmico, em especial, da área da Educação Física como instrumento de formação no ensino das lutas:

*Shuhei Okano enfatiza que, para ensinar o judô, deve estudar na universidade para adquirir os conhecimentos e formar as bases filosóficas necessárias ao professor de judô que pretende transmiti-lo aos jovens da atualidade.*

*A atuação de Jigoro Kano no campo da educação, dos esportes e na criação do judô, fez valer sua reputação e reconhecimento como 'Pai da Educação Física no Japão'.*

*Jigoro Kano também criou inúmeras entidades e associações esportivas de diversas modalidades, iniciando pelo beisebol. Como líder de entidades esportivas do Japão e com a finalidade de organizar a participação do Japão nos Jogos Olímpicos, tornou-se próximo do Barão Pierre de Coubertin, o idealizador dos Jogos Olímpicos da Era*

*Moderna, sendo indicado o primeiro representante japonês no Comitê Olímpico Internacional, em 1909.*

*Em novembro de 2003, fui eleito membro do Conselho Regional de Educação Física do Estado de São Paulo (CREF), no qual venho atuando com alguma regularidade.*

## **Fontes entrevistadas**

- Sr. Kiyoshi Suhuara, aluno do sensei Yoshimatsu Kusabara e Presidente da Associação de Judô de Bastos;
- Sr. Yoshio Maeyama, Presidente da Associação de Jukendô;
- Sr. Jaime Kazumi Kusabara, professor da Academia de Judô de Presidente Prudente e filho de Yoshimatsu Kusabara;
- Sr. Shigueto Sugui, irmão do professor Tosuke Sugui;
- Sra. Mitiko Sugui, esposa do professor Tosuke Sugui;
- Srs. Sadao Takimoto e Kiyoo Yahagui, alunos do Professor Yoshimatsu Kusabara;
- Sr. Iwao Sato, irmão do Professor Soiti Sato e colaborador de Tosuke Sugui;
- Sr. Itiji Moniwa, aluno do Professor Soiti Sato e colaborador de Tosuke Sugui;
- Dr. Daniel Kazumi Morishigue, atual Delegado Regional da Alta Paulista;
- Dr. Istuo Morishigue, Delegado Regional da Alta Paulista de 1971 e 1974;
- Sr. Akiharu Tanaka, Presidente da Associação de Judô de Bastos;
- Sr. Wilson Matsuzaki, membro da diretoria da Associação de Judô de Bastos;
- Professor Uichiro Umakakeba, diretor técnico da Associação de Judô de Bastos e idealizador do Centro de Treinamento do Interior em Bastos.

## **Jornais consultados**

- *Tribuna Bastense*
- *Jornal de Bastos*
- *Faixa Preta* (Federação Paulista de Judô)



## PARTE II

### **Coletânea de textos e documentos**

A segunda parte desta obra se destina a apresentar textos e documentos do Sensei Mateus que denotam o conhecimento e sensibilidade perante a comunidade, os amigos e familiares e o judô, na seguinte ordem:

- Documentos e escritos sobre o judô;
- Documentos sobre formação de cursos de especialização *lato sensu*;
- Cartas a amigos e entidades.



# DOCUMENTOS E ESCRITOS SOBRE O JUDÔ

## **A suavidade do Judô**

*Mateus Sugizaki*

Na linguagem japonesa, a palavra judô significa “caminho da suavidade” ou “via da flexibilidade”. Para quem não pratica o judô e muito menos conhece seus verdadeiros objetivos, essa interpretação da palavra judô, como “caminho suave”, tem um sentido incoerente, porque na luta não existe qualquer ação de suavidade. Aliás, ouvi essa crítica recentemente, quando assistia a um campeonato.

O entendimento do “caminho suave” por aqueles que estudam e treinam o judô tem tudo a ver com o sentido filosófico que existe nesse esporte de origem oriental, mas, na prática, de maneira geral, podemos dizer que a suavidade é não opor uma força de resistência contra outra, mas saber utilizar a energia oposta. Ou seja, ceder para vencer um obstáculo.

Por exemplo, se eu tenho força para levantar 50 quilos e vou enfrentar um adversário que tem peso corporal de 100 quilos, praticamente seria impossível arremessá-lo usando somente minha força. Porém, se o adversário empurrar ou puxar para me atacar, e nesse exato momento eu tiver habilidade suficiente para desviar sua ação e aplicar uma técnica na mesma direção – aproveitando a força empregada por ele –, com

certeza terei mais sucesso em projetar meu adversário. Esse é o princípio da técnica de projeção usada no judô.

Para adquirir essa habilidade é necessário treinar e estudar as técnicas para executá-las com precisão. Agora, mais importante do que projetar meu adversário ou vencer uma disputa são os aprendizados que se obtém nos treinamentos realizados dia após dia para desenvolver essas técnicas.

Esses aprendizados revelam aquilo que eu entendo ser o mais precioso na prática do judô, como ressaltado nas palavras do fundador, o Mestre Jigoro Kano: “a essência do judô não está na vitória nem na revelação do talento, mas sim no esforço despendido e na determinação do treinamento das habilidades”.

Podemos citar alguns desses aprendizados que do ponto de vista filosófico podem ser relacionados com condutas de nossa vida, no dia a dia da prática do judô.

1. Cair sem se machucar e, após cada queda, ter humildade para se levantar pronto para cair novamente. Esse é um pensamento que deve ser interpretado da mesma forma como pode acontecer em qualquer momento da nossa vida;
2. Ter paciência e perseverança para buscar o aperfeiçoamento da técnica, tal como em nossa rotina diária: devemos ser persistentes no trabalho e nas nossas responsabilidades, procurando realizar as tarefas com mais empenho e diligência;
3. Preparar-se continuamente a fim de atuar com segurança em seus confrontos, sem se preocupar com o resultado, porque isso faz parte da luta: ganhar ou perder;
4. Ter agilidade física e desenvolver raciocínio lógico para a mudança de atitudes necessárias para atingir o objetivo;
5. Adquirir autoconfiança, acreditar na capacidade própria para enfrentar as adversidades daquilo que nos propomos a fazer, com entusiasmo e alegria.

Com esses aprendizados obtidos na prática e conhecendo alguns aspectos da filosofia do judô, torna-se possível compreender melhor o caminho suave. Esse objetivo do judô visa contribuir para a formação do indivíduo para seu melhor convívio no meio social, utilizando os mesmos princípios de sua prática nas técnicas de ataque e defesa.

## Judô: uma filosofia para a vida

A prática do caminho suave pode contribuir na preparação do indivíduo para viver da melhor forma em seu meio social. Todas as ações para essa forma de viver estão sustentadas pelas colunas da conduta individual. A princípio, posso resumir essas colunas em cinco palavras: *respeito, coragem, desafio, racionalidade e crença*.

- **Respeito:** Todo ato obedece a uma ordem natural. Devemos respeitar a natureza. Devemos respeitar as pessoas. Devemos respeitar os limites individuais.
- **Coragem:** Atitude de tomar decisões. Não é valentia. Devemos ter coragem para enfrentar as responsabilidades. Devemos ter coragem para enfrentar os desafios. Devemos ter coragem para defender nossos direitos.
- **Desafio:** Colocar seu espírito em confronto para buscar o avanço. Devemos desafiar nossa capacidade. Nunca desafiar as forças da natureza.
- **Racionalidade:** Agir conforme sua consciência, após reflexão. Devemos dirigir e controlar nossas ações.
- **Crença:** Acreditar que sempre existe uma entidade além de sua realidade.

Aqueles que tiveram o privilégio de conhecer o judô antes de sua oficialização como esporte olímpico, até aproximadamente a década de 1970, vivenciaram um aprendizado onde a conquista esportiva tinha seu valor, porém não ultrapassava os méritos da educação embutida nos ensinamentos das técnicas.

Buscava-se o aperfeiçoamento para dominar um adversário fisicamente e, ao mesmo tempo, moldava-se o espírito para dominar a si próprio. O domínio físico do adversário exigia um condicionamento abrangente.

## Mensagem dos jovens atletas aos senhores pais e técnicos

*Mateus Sugizaki*

*Competir* é uma manifestação natural e instintiva do ser vivo. Há competição por domínio de espaço. Há competição por liderança de um

grupamento. Há competição por conquista do sexo oposto. Há competição por garantir o alimento. Enfim, em todas as formas que permitam ao ser vivo impor sua presença para sobreviver no seu ambiente, há competição, até mesmo para desafiar a natureza.

O homem pode competir com todos os animais e os supera pelo *uso da inteligência*, razão pela qual essa manifestação de competir é mais legítima ainda. Dentro da realidade esportiva, a competição deve ser um processo educativo: “Competir, esportivamente, nada mais é do que utilizar um recurso sadio para o corpo e para a mente, na exteriorização de um instinto natural de forma ordenada, para canalizar a energia do indivíduo na sua preparação para a vida e para seu benefício na integração social e ambiental”. A praça esportiva *não* é um campo de batalha, é local de *respeito humano*, para que o indivíduo coloque suas qualidades em desafio, seja consigo mesmo ou com outro indivíduo.

Senhores pais, não joguem sobre seus filhos *seu desejo próprio* de obter a conquista esportiva, ou de sonhar com seu filho no lugar mais alto do pódio. Seus filhos já são vencedores por estarem praticando um esporte sadio e terem a coragem de enfrentar uma competição esportiva. Incentivem seus filhos para aprender o judô como filosofia de vida.

Senhores técnicos e professores, sejam *altamente profissionais e éticos*, não utilizem seus alunos e atletas menores como objeto de sua ambição profissional. Procurem entender que *uma criança não é um adulto em miniatura*, mas sim um ser em desenvolvimento, em busca de apoio para se tornar um indivíduo bem formado e preparado para enfrentar o futuro. Ensinem o judô como caminho da vida.

Vamos deixar que nossos jovens atletas possam sonhar com suas próprias conquistas e possam lutar para obtê-las por sua própria condição natural.

Vamos nos lembrar sempre de uma das máximas de nosso Mestre, fundador do judô, Professor Jigoro Kano: “A essência do judô não está na vitória nem na revelação do talento, mas sim no esforço e nas habilidades desprendidas para conseguir um objetivo”.

## Às mães

Como kodansha, professor universitário, e acima de tudo judoca, que acreditou no ideal e na filosofia de Jigoro Kano, não poderia deixar de

prestar singela homenagem àquela que sempre foi a coluna mestra de nossa existência, que se sacrificou com alegria ao acompanhar o(a) filho(a) e o marido nos eventos maçantes do esporte; teve paciência de suportar o choro e o desespero nos momentos difíceis da derrota e da decepção; soube acolher com carinho a alegria efêmera da vitória esportiva; mas, acima de tudo, nos ensinou que o *amor* é o nosso verdadeiro poder de conquistar o mundo.

Parabéns pelo seu dia, 9 de maio de 2010!

### Mãe judoca

*Mateus Sugizaki*

Você vibrou no dia que nasci e quando  
dei meus primeiros passos.  
Você vibrou no primeiro dia que fui à  
escola e à primeira aula de judô.  
Você vibrou quando ganhei minha primeira  
medalha e todas as outras.  
Em todas as vezes que não ganhei, você  
foi a primeira a me consolar.  
Sempre que a derrota me vencia, você  
foi a primeira a me estimular.  
Para vencer meus obstáculos, você foi a  
primeira a mostrar o caminho.  
Se hoje me sinto mais forte, foi porque  
você me carregou quando precisei.  
Se hoje vivo confiante e seguro, foi porque  
sempre tive você ao meu lado.  
Se hoje tenho esperança de vitórias, foi  
porque conto com você onde estiver.  
Se hoje conquistei o meu sonho, foi porque  
você me deu todo seu amor.  
Obrigado, mãe!

### Um pouco de Judô

*Somente se aproxima da perfeição quem a procura  
com constância, sabedoria, e sobretudo com muita*

*humildade. O desânimo diante do fracasso e a desistência  
diante dos reveses não fazem parte da vida do judoca.*

Jigoro Kano

Jigoro Kano não passava dos 23 anos quando fundou em Tóquio sua escola, o Kodokan, que significa “academia do caminho fraterno”. Seu ensino visava realçar os valores humanos e morais sem que perdesse a virilidade, a beleza e a técnica dos combates.

Nascia o judô, que pouco a pouco se alastrou nos Estados Unidos, na França e em diversos países da Europa. É impressionante constatar o rápido crescimento dessa arte também em nossa terra – desde os anos 1920 até 1965, quando foi realizado o 1º campeonato com a classificação dos atletas por peso. De fato, desde 1940, o judô suplantou o jiu-jítsu e criou raízes em diversas cidades do Brasil. O que o judô tem de mais valioso é sua filosofia.

“Suave caminho” ou “via suave”, que é seu significado, é uma escola de formação física, moral, intelectual e espiritual. É um noviciado do verdadeiro homem, do cidadão leal e responsável. Ele quer ensinar a viver com dignidade, com honestidade, com respeito a si e aos outros; ensina a “ser gente”, pois o judoca “não se aperfeiçoa para lutar, mas luta para se aperfeiçoar”.

O *espírito do judô* é composto de nove princípios que marcam a maneira de percorrer o *suave caminho* (Ju, suave; Do, caminho), que são:

1. Conhecer-se é dominar-se, e dominar-se é triunfar.
2. Quem teme perder já está vencido.
3. Somente se aproxima da perfeição quem a procura com constância, sabedoria e, sobretudo, humildade.
4. Quando verificares, com tristeza, que nada sabes, terás feito teu primeiro progresso no aprendizado.
5. Nunca te orgulhes de haver vencido um adversário. O que venceste hoje poderá derrotar-te amanhã. A única vitória que perdura é a que se conquista sobre a própria ignorância.
6. O judoca não se aperfeiçoa para lutar, mas luta para se aperfeiçoar.
7. O judoca é o que possui inteligência para compreender aquilo que lhe ensinam e paciência para ensinar o que aprendeu aos seus semelhantes.

8. Saber cada dia um pouco mais, utilizando o saber para o bem, é o caminho do verdadeiro judoca.
9. Praticar o judô é educar a mente e pensar com velocidade e exatidão, bem como educar o corpo a obedecer com justeza. O corpo é uma arma cuja eficiência depende da precisão com que se usa a inteligência.

Não nos restam dúvidas de que o judô nos ajuda e nos prepara para caminhar melhor na vida, desde que aceitemos esses objetivos, pois é inadmissível impor conceitos morais, filosóficos ou espirituais a quem quer que seja. O indivíduo pode não aceitar ou mesmo entender as regras do judô, mas o judô também pode e deve não aceitar um indivíduo cujo comportamento deixe a desejar.

A principal meta do judô é a perfeição a que um homem pode chegar em sua especialidade, pois sabemos que sua potencialidade é praticamente inesgotável. E, dentro desse contexto, muito longe estão do ideal aqueles que visam a vitória momentânea – não que esta não seja importante, mas está longe de ser a principal. Assim, são muitos os campeões que não atingiram sequer um aprofundamento razoável; passaram longe da essência, foram campeões, mas apenas isto. Apenas força e físico. Faltou o mais importante: ser judoca, e não apenas um lutador.

Praticar judô não é para se aperfeiçoar como lutador, mas para aperfeiçoar seu espírito, domar o próprio instinto, ou seja, moldar o comportamento através da humildade e do respeito, porque quem confia em si próprio não precisa falar que é bom nisto ou naquilo, e assim pode se tornar um verdadeiro judoca.



# DOCUMENTOS E FORMAÇÃO DE CURSOS DE ESPECIALIZAÇÃO *LATO SENSU*

Neste capítulo são apresentados documentos confeccionados pelo Sensei Mateus para a formação de um curso de especialização *lato sensu* para graduados em Educação Física em que foi coordenador. Desta forma, entende-se sua preocupação em relação à formação e capacitação para o trabalho com o judô.

Além desses documentos, planos de suas aulas e a grade disciplinar do curso proposto, o capítulo é finalizado pelo texto publicado pela Federação Paulista de Judô sobre o Código de Ética do Judô, último trabalho coordenado pelo Sensei Mateus na Federação, valendo seu registro neste livro.

## **Curso de pós-graduação *lato sensu* Judô: do processo educacional ao esporte de rendimento**

### ***Grade de disciplinas***

#### **1. Núcleo comum: 70 horas**

Disciplina	C/H
Metodologia de pesquisa	40
Didática do ensino superior	30

**2. Fundamentos histórico-filosóficos  
do Judô: 40 horas**

Disciplina	C/H
História e filosofia do judô	10
O judô como fenômeno social	10
Organização esportiva e legislação	10
Marketing para profissionais de judô	10

**3. Fundamentos das técnicas do Judô: 110 horas**

Disciplina	C/H
Princípios básicos do judô	10
Técnicas formais e avançadas de projeção	30
Técnicas de controle em solo	30
Desenvolvimento do kata	20
Arbitragem e competição de judô	20

**4. Treinamento desportivo  
aplicado ao Judô: 70 horas**

Disciplina	C/H
Fundamentos pedagógicos na prática do judô	10
Crescimento e desenvolvimento	10
Habilidades motoras relacionadas ao judô	10
Implicações psicobiológicas na prática do judô	10
Treinamento esportivo aplicado ao judô	20
Técnicas especiais e táticas de competição	10

**5. Bases de anatomia, cinesiologia  
e biomecânica: 40 horas**

Disciplina	C/H
Revisão de anatomia	20
Cinesiologia	10
Biomecânica das técnicas de judô	10

## 6. Fisiologia do exercício e nutrição aplicada: 30 horas

Disciplina	C/H
Fisiologia geral	10
Fisiologia do exercício	10
Nutrição na atividade física	10

## 7. Estágio supervisionado

São Paulo, 25 de junho de 2002.

*Mateus Sugizaki*  
Coordenador

## Plano de aula 1 – curso de pós-graduação *lato sensu* – 2002-2003

### *Judô: do processo educacional ao alto rendimento*

Disciplina: biomecânica das técnicas de Judô

Professor responsável: Mateus Sugizaki

### Objetivos gerais

Proporcionar o conhecimento dos aspectos científicos que estruturam a prática do judô.

### Objetivos específicos

Estudar e analisar as técnicas, bem como as formas de defesa nas quedas, com base nos princípios da biomecânica, para compreensão detalhada das atividades práticas do judô.

## Conteúdo programático

1. As leis do movimento de Newton
2. Energia e momento de inércia
3. Força: agente do movimento
4. Movimento linear e movimento angular
5. Centro de gravidade e estabilidade
6. Mecânica do ukemi
7. Cinética das técnicas de nague-waza
8. Fatores mecânicos aplicados nas técnicas de katame-waza

## Metodologia

Aulas teóricas com utilização de material audiovisual, dinâmicas de grupo e trabalhos bibliográficos.

## Formas de avaliação

1. Apresentação de trabalhos
2. Discussão de casos
3. Prova escrita

## Bibliografia

HAY, J. G.; REID, J. G. **As bases anatômicas e mecânicas do movimento humano**. Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil, 1985.

KANO, J. **Judo kodokan**. Tokyo: Kodansha, 1994.

SUGIZAKI, M.; SUGIZAKI, M. M. **Caderno didático de judô**. Botucatu: [s.n.], 1999.

WARREN, J. B. **Science and skill of wrestling**. Saint Louis: Mosby, 1975.

WATANABE, J.; AVAKIAN, L. **The secrets of judo**. Tokyo: Charles E. Tuttle, 1997.

## **Plano de aula 2 – curso de pós-graduação *lato sensu***

### ***Judô: do processo educacional ao alto rendimento***

**Disciplina:** cinesiologia

Professor responsável: Mateus Sugizaki

#### **Objetivos gerais**

Proporcionar o conhecimento dos aspectos científicos que estruturaram a prática do judô relacionados com o movimento humano.

#### **Objetivos específicos**

Revisar os conhecimentos de cinesiologia, especialmente dos assuntos relacionados com a prática do judô.

#### **Conteúdo programático**

1. Articulações e movimentos dos segmentos corporais
2. Músculo esquelético: estrutura e função
3. Estruturas corporais do tronco e do pescoço
4. Movimentos dos membros superiores
5. Movimentos dos membros inferiores
6. Alavancas dos segmentos corporais
7. Cinesiologia da postura ereta

#### **Metodologia**

Aulas teóricas com utilização de material audiovisual, dinâmicas de grupo e trabalhos bibliográficos.

#### **Formas de avaliação**

1. Apresentação de trabalhos

2. Discussão de casos
3. Prova escrita

## **Bibliografia**

BARHAM, J. N. **Mechanical kinesiology**. Saint Louis: Mosby, 1978.

HAY, J. G.; REID, J. G. **As bases anatômicas e mecânicas do movimento humano**. Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil, 1985.

RUSCH, P. J.; BURKE, R. K. **Cinesiologia e anatomia aplicadas**. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan, 1989.

LEHMKUHL, L. D.; SSMITH, L. K. **Cinesiologia clínica**. Barueri: Manole, 1987.

WATANABE, J.; AVAKIAN, L. **The secrets of judo**. Tokyo: Charles E. Tuttle, 1997.

## **Plano de aula 3 – curso de pós-graduação *lato sensu***

### ***Judô: do processo educacional ao alto rendimento***

Disciplina: princípios básicos do Judô

Professor responsável: Mateus Sugizaki

### **Objetivos gerais**

Proporcionar o conhecimento dos aspectos introdutórios e da visão geral do judô como atividade educacional.

### **Objetivos específicos**

Analisar e reconhecer cada parte das ações relacionadas com a etiqueta do judô e a cultura japonesa, bem como identificar a importância dos movimentos e exercícios básicos da prática.

## Conteúdo programático

1. Ética e etiquetas na prática do judô
2. Exercícios preparatórios
3. Ukemi: defesa das quedas
4. Posturas e movimentos fundamentais
5. Estabilidade e desequilíbrio
6. Classificação das técnicas de judô
7. Métodos para praticar o judô
8. Princípios e metas da prática do judô

## Metodologia

Aulas práticas e teóricas com utilização de material audiovisual.

## Formas de avaliação

1. Demonstrações do conhecimento prático
2. Relatórios das atividades práticas
3. Prova escrita

## Bibliografia

DELIBERADOR, A. P. **Judô: metodologia da participação**. Londrina: Lido, 1996.

INOKUMA, I.; SATO, N. **Best judo**. Tokyo: Kodansha, 1986.

KANO, J. **Judo kodokan**. Tokyo: Kodansha, 1994.

SHINOHARA, M. **Manual de judô shinohara**. 4. ed. Botucatu: Criação, 2000.

SUGIZAKI, M.; SUGIZAKI, M.M. **Caderno didático de judô**. Botucatu: [s.n.], 1999.

WATANABE, J.; AVAKIAN, L. **The secrets of judo**. Tokyo: Charles E. Tuttle, 1997.

## Código de ética do Judô

### *Introdução*

Considerando que o judô foi criado pelo professor Jigoro Kano com finalidade educativa, para ser desenvolvido através de exercícios corporais de ataque e defesa, utilizando conhecimentos técnicos especializados que contêm uma abrangência própria para o ensino e treinamento;

Considerando que a prática do judô deve estar envolvida por uma visão ética, em que o conhecimento e o desenvolvimento das habilidades próprias que o definem como atividade corporal e como esporte são alcançados no aprendizado dos fundamentos, aperfeiçoados pelo treinamento sistemático e superados através do estudo e da dedicação dos praticantes;

Considerando que a adaptação do indivíduo no judô deve ocorrer naturalmente, com ênfase também no desenvolvimento do espírito de solidariedade e da sociabilidade, para adquirir uma formação integral a fim de favorecer um desempenho apropriado e contribuir no bem-estar da comunidade, com base nos princípios éticos aprendidos;

Considerando que, além do legado histórico da ética individual e social do ser humano, o praticante pode absorver ainda o conhecimento dos princípios filosóficos do judô, interpretados pelos ideogramas japoneses como:

1. Seiryoku zen-yo, significando a utilização da energia com máxima eficiência;
2. Jita kiyoei, que compreende o ideal comum de bem-estar e benefícios mútuos;

Considerando que essas premissas possibilitam estender os valores e benefícios do judô a toda a sociedade enquanto um método de Educação Física, conduzindo ao entendimento das razões e das formas de conduzir o ensino de judô, como proposto pelo professor Jigoro Kano;

Considerando que o judô *não* deve ser praticado apenas como um esporte, meramente baseado em regras formais e com finalidade exclusivamente competitiva e/ou mercantilizada, levando a desvirtuar-se dos princípios fundamentais e dos objetivos originais propostos pelo professor Jigoro Kano;

Fica estabelecido o presente Código de Ética do Judô, elaborado com o objetivo de cultivar os valores educacionais intrínsecos de sua prática e de aperfeiçoar o relacionamento humano. No Código de Ética do Judô estão contidos os direitos, os deveres e as responsabilidades para todos os praticantes, sejam iniciantes, atletas, técnicos, professores, árbitros, dirigentes, ou simplesmente colaboradores, estudiosos e admiradores do judô.

## ***Deontologia***

### **Princípios fundamentais do Código de Ética do Judô**

No judô existe uma distinção dos praticantes em duas classes de graduação, representadas pela faixa que o portador traz na cintura como parte de seu uniforme. Esse sistema de graduação foi implantado pelo professor Jigoro Kano, para reconhecimento do progresso alcançado pelo praticante, cujas classes são denominadas tradicionalmente de:

1. Dangai, praticantes de nível básico, em fase de iniciação e aperfeiçoamento, portadores de faixas anteriores à preta;
2. Yudansha, para os portadores da faixa preta, que identifica os praticantes em nível avançado.

Cada uma das classes tem uma série de graduações, conforme o nível de aprendizado e do conhecimento, considerando a evolução da prática. As graduações da classe dangai são chamadas de kyu e ordenadas de maneira decrescente de 7º para 1º kyu. Na classe yudan, as graduações são conhecidas por dan e com ordem crescente do 1º ao 10º dan.

Na classe yudasha há uma subdivisão honorária a partir do 5º dan, cujos praticantes recebem a denominação de Kodansha, considerados de graduação superior. São qualificados como mestres da especialidade e diferenciados pelo uso da faixa coral (branca e vermelha), destinada aos praticantes de 6º, 7º e 8º dan, e da faixa vermelha aos de 9º e 10º dan.

Além da distinção pela faixa, na prática do judô também existe a ordenação durante as sessões de treinamento e de outras atividades

pertinentes, sendo considerado respeitosamente em primeiro lugar o professor, ou sen-sei; em seguida, na ordem de respeito, está o sen-pai, que é o veterano em relação a cada praticante, e o menos graduado, que é chamado ko-hai.

Ao estabelecer os princípios éticos fundamentais que disciplinam o ensino, o treinamento e a orientação do judô, todo praticante é denominado judoca, que tem o compromisso de conduta de acordo com seu aprendizado, conforme discriminado nos itens a seguir relacionados. O judoca, então, deve:

1. Estar comprometido com o desenvolvimento físico e intelectual, devendo cultivar a saúde global, sem discriminação ou preconceitos;
2. Respeitar a dignidade, a integridade e os direitos do ser humano em todas suas manifestações;
3. Disseminar os conhecimentos do judô a todos que nele forem introduzidos, exercendo sua função, seja na qualidade de sen-sei, sen-pai ou ko-hai, com responsabilidade e respeito;
4. Contribuir na educação e no desenvolvimento das potencialidades de si mesmo e dos membros de sua comunidade, de acordo com as regras de etiqueta e dos princípios filosóficos do judô;
5. Exercer a prática do judô, respeitando os preceitos legais da ética social e da ética esportiva, assegurando a liberdade e a independência na busca do interesse comum, conscientizando-se de que seu aprimoramento se destina a uma preparação para o convívio na sociedade;
6. Manter boa relação social com os demais praticantes, demonstrando satisfação pelos conhecimentos recebidos e difundir o sentimento de gratidão àqueles que o acolhem no seu meio para buscar continuamente os ideais propostos pelo professor Jigoro Kano de aperfeiçoamento do ser humano.

### ***Código de Ética do Judô***

**Artigo 1º** – São deveres e responsabilidades do judoca:

- I promover a estruturação positiva do caráter, a preservação da saúde e a formação do cidadão, com base nos ensinamentos do judô para o desenvolvimento das habilidades físicas e a aquisição dos conceitos de conduta humana através dos princípios filosóficos do judô;

- II assegurar a participação consciente e permanente do indivíduo, com orientação segura e experiente, na prática do judô;
- III orientar de forma competente a adequação das atividades às condições físicas, biológicas, sociais e psicológicas do praticante;
- IV concentrar-se nas atividades programadas, de maneira a não permitir que sejam perturbadas por ocorrências alheias;
- V dar orientações somente quando tiver qualificação e competência para essa finalidade;
- VI acompanhar o desenvolvimento do judô com humildade, através dos ensinamentos dos mestres e da participação em atualizações e organizações por entidades oficiais;
- VII ser crítico e fazer autoavaliação quanto a sua competência para garantir segurança nas funções assumidas, especialmente na condição de *sen-sei*, que tem a responsabilidade da conduta dos praticantes, devendo exercer sua autoridade com respeito e dignidade;
- VIII ter iniciativa e espírito de participação para conduzir os praticantes no desenvolvimento do judô, com respeito e disciplina dentro da hierarquia da organização;
- IX ser educado no exercício das suas funções, mantendo a autoridade na liderança e a sinceridade nas atitudes, de acordo com sua responsabilidade;
- X cumprir e fazer cumprir os procedimentos éticos, de acordo com os ensinamentos das condutas e etiquetas do judô, manifestando-se dentro dos limites deste código de ética e do interesse coletivo;
- XI apresentar-se adequadamente uniformizado e equipado no exercício de suas funções, especialmente as relacionadas com a prática do judô;
- XII respeitar a legislação, os regulamentos, normas e determinações emanadas dos órgãos responsáveis, bem como as orientações dadas em assuntos e eventos relativos a essas entidades;
- XIII reconhecer a autoridade dos dirigentes e árbitros, assim como atender às convocações e chamadas para se apresentar em eventos das entidades responsáveis pela organização;
- XIV competir com lealdade, utilizando apenas o talento e a capacidade própria para alcançar a vitória, negando-se ao uso de meio ilícito ou fraudulento para esse fim;
- XV dirigentes, árbitros, técnicos e professores devem ser sempre dignos de sua posição, atuando com imparcialidade, mantendo

o autocontrole em todas as situações, não fazendo uso de violência física ou verbal, não induzindo a atividades ilícitas e sendo conhecedor de suas funções, assim como das regras e dos regulamentos.

**Artigo 2º** – São atitudes proibidas ao judoca:

- I permitir a participação, direta ou indireta, de indivíduos que tragam prejuízo de ordem moral ou desprestígio ao judô;
- II obter vantagens em suas atividades com o judô através de recursos ilícitos ou desonestos;
- III emitir documentos ou relatórios falsos com finalidades relacionadas às suas funções no âmbito do judô;
- IV exercer funções dentro do judô quando impedido ou permitir que sejam feitas por indivíduos não habilitados;
- V infringir as leis ou facilitar ações contrárias às suas funções;
- VI prejudicar, intencionalmente ou não, as pessoas que estiverem integrando as atividades de judô sob sua responsabilidade;
- VII interromper seus compromissos sem razões justificadas ou transferi-los para indivíduos não habilitados;
- VIII aproveitar-se do relacionamento esportivo-profissional para obter vantagens materiais, emocionais ou de outras formas quaisquer.

**Artigo 3º** – O relacionamento humano no judô deve ser embasado no sentimento de fraternidade e de acordo com os princípios filosóficos do judô para a mais ampla e sincera integração social, devendo respeitar os limites e os interesses individuais. Torna-se importante a valorização do ser humano, manifestada através dos sentimentos de gratidão e reciprocidade nas atitudes formais e durante as sessões de ensino, de treinamento e palestras.

Parágrafo único O espírito de solidariedade não induz e nem justifica a convivência com erros ou atos infringentes de normas éticas ou legais.

**Artigo 4º** – O judoca deve cumprir as seguintes normas de conduta no exercício de suas atividades:

- I não fazer críticas ou comentários desabonadores sobre outro judoca;

- II não aceitar funções ou responsabilidades que outro judoca tenha deixado pela preservação da dignidade humana ou por ofensa aos princípios do judô, sem consulta prévia a este;
- III não se apropriar do trabalho de outras pessoas ou assumir autoria de iniciativa ou ações de outros como de sua responsabilidade, a menos que lhe seja outorgado o compromisso;
- IV dentro de suas possibilidades, oferecer apoio moral, intelectual e material às entidades da prática do judô e, se convocado, aceitar os encargos e responsabilidade que lhe forem atribuídas;
- V zelar pelo prestígio do judô e das instituições a ele relacionadas, cultivando a boa conduta, respeitando as regras de etiqueta e as formas tradicionais da prática, conforme os ensinamentos do judô;
- VI valorizar a dignidade dos judocas, assim como defender sua própria dignidade, de maneira gentil e respeitosa;
- VII não utilizar de forma indevida o cargo ou a função para o qual for designado, vislumbrando a obtenção de benefícios próprios;
- VIII atender às exigências e acatar as resoluções e decisões aprovadas pela entidade em questão;
- IX auxiliar a fiscalização da prática do judô nas entidades, buscando disseminar a conduta ética e os princípios fundamentais da integração social;
- X não atribuir seus erros ou dificuldades a terceiros, como sendo de incompetência ou desacertos das entidades e de pessoas ausentes;
- XI dar cumprimento a este código de ética, comunicando os órgãos competentes, com descrição e de forma concreta (com provas), sobre as irregularidades que tomar conhecimento.

**Artigo 5º – São direitos do judoca:**

- I exercer as atividades sem discriminação de qualquer natureza, desde que mantenha em dia todas suas obrigações;
- II recorrer à Federação Paulista de Judô quando impedido de cumprir seus interesses e objetivos na prática do judô, ou no atendimento à legislação pertinente e a este código de ética;
- III requerer desagravo público às entidades responsáveis quando moralmente atingido como praticante de judô;

- IV participar de movimentos relacionados à defesa da dignidade e da conduta ética do praticante de judô, bem como da qualidade do desenvolvimento técnico e científico pelas entidades responsáveis;
- V apontar falhas dos regulamentos, normas e resoluções das entidades que atuam no campo do judô, quando julgar que os mesmos não são compatíveis com este código de ética ou que seja prejudicial ao judô como um todo, devendo manifestar-se por escrito à Federação Paulista de Judô.

**Artigo 6º** – No tocante à prestação de serviços como técnico, professor, auxiliar ou colaborador, o profissional que atua no judô deve fixar previamente as condições de seu contrato e de forma de atuação, considerando relevância, vulto, tempo, complexidade e dificuldades a serem assumidas. Em contrapartida, o profissional deve ter conduta exemplar perante seus alunos, atletas e pessoas sob sua responsabilidade, devendo:

- I dispensar tratamento de forma justa, sem qualquer tipo de discriminação ou de protecionismo;
- II ter cuidados no uso da linguagem adequada perante a comunidade sob sua responsabilidade, bem como de atitudes ofensivas ou agressivas;
- III manter constante atualização dos conhecimentos específicos e afins do judô, bem como dos regulamentos e normas que disciplinam sua prática;
- IV garantir a segurança dos praticantes durante qualquer atividade de judô sob sua responsabilidade, ou mesmo quando estiver participando de qualquer atividade relacionada junto a outros profissionais;
- V cumprir e fazer cumprir as leis, regulamentos e normas que disciplinam o judô, no país e no estado, emanadas dos órgãos específicos, assim como os dispositivos estatutários da FPJ;
- VI conscientizar os praticantes quanto ao uso de drogas e produtos nocivos à saúde, em especial para aquelas de melhoria do rendimento esportivo;
- VII ter conduta digna do profissional perante o assédio das pessoas para autopromoção e manifestação das vaidades individuais;
- VIII garantir que a prática do judô possa contemplar a melhor qualidade de vida para todos os praticantes indistintamente, cuja evolução depende unicamente do indivíduo;

**Artigo 7º** – Quando no exercício de funções dirigentes das entidades responsáveis pela prática e administração do judô, em cargos eleitos ou nomeados, o judoca tem os seguintes deveres:

- I zelar pela qualidade dos atendimentos prestados aos praticantes;
- II atuar com responsabilidade, dedicação e eficiência em seus encargos;
- III cumprir e fazer cumprir a legislação, as normas e os regulamentos;
- IV cuidar da disciplina, da ordem e da organização da entidade.
- V tratar com respeito e consideração as questões relativas a sua função;

**Artigo 8º** – Na condição de árbitro, são deveres do praticante de judô:

- I atuar com isenção e imparcialidade no exercício da função;
- II não permitir que elementos externos possam influenciar suas decisões;
- III tratar com respeito, consideração e autoridade as questões relativas a sua atuação;
- IV cumprir e fazer cumprir a legislação, os regulamentos e as normas.

**Artigo 9º** – A transgressão e a violação do Código de Ética do Judô constituem ato de indisciplina e insubordinação, que deverá ser denunciado por escrito e com identificação do denunciante à Federação Paulista de Judô para tomada das medidas cabíveis, estando sujeito ao julgamento pelo Tribunal de Justiça Desportiva.

**Artigo 10º** – As denúncias encaminhadas diretamente, por correio eletrônico ou por outra forma de comunicação, serão avaliadas pelo Conselho de Ética do Judô, órgão permanente da Federação Paulista de Judô, que terá a responsabilidade de apurar os fatos e relatá-los para encaminhamento ao Tribunal de Justiça Desportiva.

**Artigo 11º** – O presente Código de Ética do Judô foi aprovado pela Comissão de Kodansha, especialmente constituída para sua implantação, entrando em vigor a partir desta data.

São Paulo, 15 de junho de 2013.

*Alessandro Panitz Puglia*  
Presidente da Federação Paulista de Judô

O trabalho de elaboração do Código de Ética do Judô foi realizado por iniciativa da Federação Paulista de Judô nos anos 2002 e 2003, pela comissão constituída dos professores Yakihiro Watanabe, presidente; Roberto Antonio Bellochi; Shuhei Okano; Tadashi Kimura; Umeo Nakashima; Walter dos Santos; e Wilson Della Santa, com a supervisão do professor Mateus Sugizaki. Em 15 de setembro de 2012, sendo revista a importância de estabelecer e oficializar o Código de Ética do Judô, foi indicada nova comissão que delegou o trabalho de reformulação ao Grupo de Estudos da Ética, sob a supervisão do professor Mateus Sugizaki e formado pelos professores: Walter dos Santos, Anderson Dias de Lima, Paulo Keishi Kohara, José Paulo da Costa Figueirôa e Alexandre Janotta Drigo.

***Membros da comissão de kodansha:  
Código de Ética do Judô***

Professor Mateus Sugizaki – coordenador  
Professor Anderson Dias de Lima  
Professor Dante Kanayama  
Professor Edgard Pereira Magalhães  
Professor José Gomes de Medeiros  
Professor José Paulo da Costa Figueirôa  
Professor Leonel Matsumoto  
Professor Luis Yoshio Onmura  
Professor Michiharu Sogabe  
Professor Milton Trajano  
Professor Osvaldo Hatiro Ogawa  
Professor Paulo Graça  
Professor Paulo Keishi Kohara  
Professor Rogério Cardoso Sampaio  
Professor Sumio Tsujimoto  
Professor Stanlei Virgílio  
Professor Tsutomu Niitsuma  
Professor Yoshiyuki Shimotsu  
Professor Walter dos Santos

**Assessores**

Professor Alexandre Janotta Drigo  
Professora Vera Lucia Sugai

## CARTAS A AMIGOS E ENTIDADES

*Este capítulo foi pensado na capacidade do Sensei Mateus em se solidarizar e apreciar as amizades obtidas pelo judô, tendo também um aspecto de reconhecimento quanto a sua autoridade enquanto conhecedor da modalidade e de nostalgia no trato com as perdas.*

*Destaca-se o agradecimento aos cuidadores que o trataram para o transplante de medula óssea, a carta endereçada ao Sr. Yukimitsu Kano (neto do Sensei Jigoro Kano) e a nota de falecimento de outro grande Mestre de judô, o Sensei Uadi Mubarac.*

### **Através da janela**

Completo um mês que estou internado no Hospital Amaral Carvalho, em Jaú, para o transplante de medula óssea (TMO) que ocorreu no dia 25 de janeiro de 2011. Para iniciar esse procedimento, há cerca de dez meses vim para uma consulta com o Dr. Vergilio Colturato Rensi. Ao nos receber, logo foi dizendo ter sido aluno em Botucatu, onde eu fui docente. Depois comentou que o tratamento prescrito para o meu tratamento estava correto e que, naquele momento, qualquer ideia sobre transplante de medula estava descartada, primeiro devido ao meu estado clínico e segundo, há uma regulamentação do Ministério da Saúde proibindo essa medida por questão de alto risco, devido a minha idade, mais de 60 anos.

Também ele disse que não tinha uma bola de cristal para afirmar, mas havendo uma melhora com o tratamento, a possibilidade de estudar um transplante de medula seria totalmente viável. Felizmente, a ação do tratamento quimioterápico feita em Botucatu favoreceu minha recuperação e o Dr. Vergílio se entusiasmou, programando o transplante para o mês de janeiro.

Sou privilegiado porque, apesar da doença que me afeta, graças a Deus encontrei amparo, tive apoio total de minha família, encontrei minha doadora, a Olga, minha irmã, estive e estou sendo acompanhado por profissionais dos mais qualificados e dedicados. Só me resta saber qual é a missão que o Senhor Todo Poderoso me reserva para cumprir após obter mais esse bônus de vida.

A coleta do material da medula da Olga foi dia 25, e eu recebi a infusão da medula no mesmo dia. Ela teve alta no dia seguinte, quando chegou a Clara, minha esposa, para ser acompanhante nessa próxima etapa.

As instalações onde me encontro são rigorosamente controladas, desde a entrada no pavilhão, as áreas de serviços e circulação, especialmente dentro dos dormitórios, com temperatura climatizada, janelas vedadas, banheiros adaptados e assepsia geral com o maior rigor.

Meu espaço é restrito ao meu quarto e o contato com o exterior é visual, através da ampla janela. Vejo as árvores e plantas rasteiras, algumas floridas, outras somente em folhagens, todas ornamentando as vias por onde trafegam os veículos que ocupam as vagas do estacionamento. Entre as árvores aparecem duas ou três palmeiras, completando o ambiente.

Também circula pelas vias uma multidão que, com certeza, estão buscando um amparo para seu estado de saúde, vindas de toda parte do Brasil, assim como eu vim há alguns meses. Nesse cenário me sinto privilegiado porque todos os dias olho através da janela, observando a paisagem, a movimentação de pessoas, e todo contexto que envolve o hospital. O que mais me emociona é ver crianças e jovens com algum tipo de moléstia, mas tenho certeza que Deus sabe a razão de estarem aqui.

Quero voltar a falar de poesias, poesias registradas pela minha visão, de uma pessoa privilegiada por Deus, quero agradecer a cada minuto que vivo neste paraíso chamado Fundação Amaral Carvalho.

Comecei falando das plantas, que na verdade são sempre as mesmas, as árvores e as plantas rasteiras. Mas em cada momento que olho

para fora eu as vejo diferentes: muitas vezes as folhas e os galhos estão parados, estáticos; outras vezes balançando suavemente, produzindo leve brisa para as pessoas que se abrigam nas sombras; e outras vezes estão muito agitadas pelo vento mais forte. Dependendo da luz já estão amareladas, assim como as pequenas flores, surgem como se fossem mágicas. As nuvens nunca têm o mesmo desenho, a cada momento que as vejo, elas têm uma forma de representação, às vezes mais carregadas, outras vezes mais esparsas. Quando chove, gosto de ouvir o recitar da água batendo e, ao olhar através da janela, vejo a limpeza que ela proporciona, e que as plantas estão mais verdes ainda.

Quando olho através da janela, sei que nenhum minuto é igual aquele que passou. O minuto que virá será o presente que espero para chegar lá.

Da mesma forma, meu estado de saúde age como as plantas e as nuvens, o meu ontem foi diferente de anteontem. Ontem eu estava com cabelo e, na visita do Dr. Vergilio, ele me avisou: seu barbeiro está chegando por aí. Hoje estou sem cabelo, mas não é reclamação, sei que faz parte da bênção que estou recebendo. No interior do meu corpo mudanças que eu não percebo estão ocorrendo, mas estou certo de que neste minuto tem alguma coisa diferente daquele minuto que passou. Pode acontecer que o próximo minuto não seja melhor do que o presente, como pode acontecer do vento forte quebrar um galho de árvore.

Na verdade a grande mudança é aquela que se passa no interior de meu espírito. Olho através da janela e sinto que estou mais fortalecido por estar deste lado da janela, cercado de pessoas carinhosas e eficientes em suas funções, de estar comodamente hospedado, com refeições fartas e apetitosas, com atendimento total e outros benefícios mais.

Olho através da janela e admiro a grandiosidade de Deus, admiro a maneira como Ele comanda o universo, transforma a natureza minuto a minuto, e agradeço ao ser carregado por Ele para cumprir minha missão nesta vida. Tenho certeza que meu pai, minha mãe e todos os meus amigos estão ao meu lado nessa etapa de prorrogação de vida para cumprir a missão que me resta.

Olho através da janela e vejo esperança, vejo paz e alegria!

Quando tive o primeiro encontro com Dr. Mair após a internação, ele foi logo dizendo: “o importante é ser otimista, acreditar que tudo vai dar certo, ser positivo ajuda muito o tratamento do paciente”. Essas palavras ajudaram minha memória da Antártida.

Olhar através da janela tornou-se um hábito que desenvolvi nas seis vezes que estive na Antártida como pesquisador, um lugar onde não adianta ter pressa, um lugar onde o domínio do homem está subjugado pela natureza. Onde aprendemos que nunca devemos desafiar a natureza e que o homem deve respeitar e contemplar inclusive sua própria natureza, que é fruto divino.

Por isso, olho através da janela e aguardo com paciência meu próximo minuto.

*Obrigado, pessoal do TMO.*

## **Renascença do Judô**

### ***O ideal da educação do homem preconizado pelo Mestre Jigoro Kano<sup>6</sup>***

Hoje, no século XXI, o judô como modalidade esportiva avança a passos cêleres, mostrando cada vez mais sua internacionalização. Países como a Tunísia (norte da África) e o Irã (Oriente Médio) obtiveram resultados expressivos no último Campeonato Mundial, cada um conquistando sua primeira medalha de ouro.

O judô, nascido no Japão, firmou-se como prática esportiva mundial, desvencilhando-se do provincianismo, tirando a pecha de meramente carregar as particularidades de um país ou de ser apenas motivo de seu orgulho nacional.

Não podemos reduzir o sucesso alcançado pelo judô, unicamente, ao fascínio que ele causa, devemos, sim, voltar aos ensinamentos contidos nas lições do seu fundador, Mestre Jigoro Kano, objetivando a educação do ser humano, ou seja, a busca do *autoaperfeiçoamento* e a *prosperidade mútua*.

Mestre Kano, concomitantemente ao árduo trabalho pela divulgação do judô como modalidade esportiva, dedicou com afinco a elevação do caminho como o ideal a trilhar pelo homem, tornando-o plausível através de seus ensinamentos. Na realidade, esta foi a grande batalha de sua vida.

---

6 Pronunciamento do Professor Nobuyuki Sato por ocasião do Campeonato Japonês-2002.

## ***Projeto Renascença***

O judô de hoje, trilhando pela internacionalização, é valorizado pela disputa e como modalidade esportiva, dando grande ênfase ao resultado final, ou seja, a vitória ou a derrota.

Esse projeto, encabeçado pela Kodokan e pela Federação Japonesa de Judô, propõe o retorno ao objetivo primordial proposto pelo Mestre Kano, quer seja a valorização da educação do homem.

Com certeza, a Kodokan e a Federação Japonesa de Judô aplicam um grande esforço no desenvolvimento do judô como modalidade esportiva; no entanto, causa grande preocupação o apego que se tem à vitória ou à derrota nas disputas.

Assim sendo, baseando-se nos ensinamentos do Mestre Kano, pelos quais tem-se como objetivo a educação do homem, a Kodokan e a Federação Japonesa de Judô criaram o projeto *Renascença do Judô*, tendo como meta principal a aplicação de uma abordagem sistemática para a formação educacional.

Esse movimento é de caráter voluntário, que surgiu exclusivamente para uma ampla divulgação do judô em sua totalidade.

1. Vamos fazer a saudação em voz alta e animadamente (Bom dia!, Boa tarde!, Boa noite!);
2. Jogar sujeira em qualquer lugar significa jogar junto seu próprio espírito. Vamos colaborar na arrumação no final de qualquer atividade;
3. Ter amigo é adquirir um tesouro para toda vida. Vamos sempre dar valor à amizade;
4. Vamos doar nossa boa vontade aqueles necessitados, estendendo-lhes as mãos sem receio;
5. Viva o judô! Vamos divulgá-lo pelo mundo afora!

To Mr. Yukimitsu Kano  
President of Kodokan Judo Institute

Tokyo, Japan

With the best wishes from  
*Mateus Sugizaki*

Avaré, 2 de janeiro de 2002

Prezado Professor Stanlei Virgílio,

Conforme solicitado por V. S<sup>a</sup>., tenho a satisfação de encaminhar uma cópia do prefácio do livro de sua autoria, que espero estar ao alcance de sua obra.

Agradeço a oportunidade de poder expressar minha admiração por sua pessoa e por seu talento de escrever sobre nosso esporte, que é pobre de literatura.

Sem mais, subscrevo-me.

Atenciosamente,  
*Mateus Sugizaki*

### ***Prefácio***

O judô brasileiro tem alcançado expressivas conquistas que o tornaram um dos esportes mais difundidos e praticados da atualidade, através de todos os tipos de instituições, da escolar à militar, de simples academias aos clubes de grande expressão.

Sem dúvida, esse status nos permite ostentar grande orgulho, na qualidade de adeptos e praticantes do caminho suave, no entanto outros objetivos embutidos na busca das conquistas esportivas são os verdadeiros fatores que nos motivam a batalhar pela consolidação do judô. Pois, além das atividades que visam o fortalecimento do físico, o desenvolvimento de outras qualidades relacionadas ao fortalecimento do caráter, em especial a educação e a sociabilização dos praticantes desse esporte, foram preconizadas pelo fundador do judô, Mestre Jigoro Kano.

Por outro lado, no processo de expansão do esporte, unicamente como manifestação da busca de medalhas, essas qualidades tem sido prejudicadas no ensino do judô e poucos trabalhos são realizados para resgatar o principal objetivo contido na mensagem de Kano dirigida a seus discípulos, cuja ênfase tem como a conquista mais importante: *vencer a si mesmo*.

Nesse contexto, vamos encontrar nas obras de nosso ilustre professor Stanlei Virgílio uma ilha fértil de conhecimentos sobre os verdadeiros

caminhos da suavidade. Principalmente neste livro, que aborda a bibliografia de um destacado personagem para o cenário do judô brasileiro, que esclarece de forma inequívoca a diferenciação entre o judô e as outras formas de lutas, que não tinham outra finalidade além do adestramento corporal.

O autor faz relatos importantes do início histórico da Kodokan, especialmente das primeiras gerações de discípulos do Mestre Kano, os quais foram designados posteriormente para divulgar ao mundo o estilo do moderno samurai japonês, através de suas habilidades como lutadores e como missionários de sua mensagem, para utilização do judô como forma de aperfeiçoamento integral do homem. Transcreve com riqueza de detalhes a trajetória de Mitsuyo Maeda, a quem tem sido atribuído o mérito de introduzir o judô no Brasil, de sua origem até os dias finais, longe da sua terra natal.

Essa obra é resultado do esforço e da determinação só encontrados naqueles que realmente tem o espírito de luta do verdadeiro judoca campeão que Stanlei Virgílio demonstrou ser, pois sabemos que seu trabalho demandou anos de intensas pesquisas, tendo de superar inúmeras dificuldades para atingir seu objetivo – razão pela qual essa publicação tem o sabor de mais uma grande conquista de nosso judô, tal como todas aquelas representadas pelas medalhas internacionais, porque toda a comunidade judoca será alvo dessa vitória.

*Mateus Sugizaki*

**São paulo, 10 de dezembro de 2001**

Prezado Senhor,

Com muito pesar vimos comunicar V. S<sup>a</sup>. o falecimento do nosso companheiro, Professor Uadi Mubarac, ocorrido no dia 9 pp.

O professor Uadi foi, ao longo de seus 66 anos, um dos mais arduos defensores do nosso judô e uma das mais destacadas figuras que labutaram pelo desenvolvimento da Federação Paulista de Judô. Tivemos a satisfação de conviver com essa figura no judô por mais de 35 anos, desde a época em que ainda éramos competidores, defendendo nossas

idades nos Jogos Abertos do Interior. Um fato que poucos têm conhecimento é que foi ele quem introduziu a modalidade de judô nos Jogos Abertos, no ano de 1966.

Acima de ser 8º dan, era um verdadeiro Kodansha pelo idealismo e sinceridade com que ensinava e chamava a atenção dos mais jovens para o caminho do judô. Muitas vezes era mal interpretado por sua maneira rude de se dirigir àqueles que o cercavam, no entanto, sempre que assim procedia, era a forma como demonstrava o carinho e a preocupação para com o judô, do qual temos a certeza que ele tanto amou.

Era o mais antigo delegado regional da Federação Paulista de Judô, cargo que ocupou durante 32 anos consecutivos, e uma de suas mais importantes façanhas foi manter sua esposa, Dona Lurdes, como titular da delegacia ao seu lado. Com essa demonstração de unidade ele conseguiu sempre conciliar não somente os laços familiares, como também toda sua delegacia em torno dos interesses comuns. E assim, durante a vida toda lutou pela unidade do judô paulista, em torno de uma Federação forte e representativa de todos que, como ele, também amam nosso judô.

Rendemos nossa homenagem ao amigo e companheiro que, em sua simplicidade e humildade, mostrou o verdadeiro caminho do judô brasileiro, como atleta que foi, como formador de campeões, mas sobretudo como mestre dedicado e chefe de família exemplar, que tinha o amor como seu tokui-waza (técnica preferida).

## ***Mensagem***

O *Manual de judô shinohara* já é marca registrada entre os praticantes do nosso esporte em todo território brasileiro, pela maneira simples com que oferece os conhecimentos básicos das técnicas, mas sobretudo apresenta um apanhado globalizado da história e da evolução do judô através dos tempos, incluindo as informações atualizadas sobre as conquistas nacionais e internacionais de todos os eventos realizados.

Destaca-se ainda a importância dada ao aspecto filosófico que é inerente à prática e ao estudo do judô como uma atividade oriunda dos samurais, e por isso segue em sua essência as doutrinas do código de ética e de conduta dos guerreiros japoneses, que na atualidade tem seu objetivo mais importante adaptado pelo Mestre Jigoro Kano para a educação complementar do ser humano.

Parabenizamos o professor Massao Shinohara pelo lançamento da 5ª edição do *Manual de judô shinohara*, principalmente pelo seu exemplo de determinação e perseverança em mostrar a verdadeira finalidade do *caminho suave* dentro de nossa realidade brasileira, contribuindo como formador de grandes campeões no âmbito esportivo e, mais importante ainda, que sempre se destacaram como campeões na vida.

*Mateus Sugizaki*

Kodansha 8º dan e Vice-presidente da Federação Paulista de Judô



## PARTE III

### **A vida do Mestre: encontro com Mateus Sugizaki**

Nesta última parte do livro foi feito um apanhado de informações do diário pessoal do Sensei Mateus. De forma cuidadosa, foram transcritas informações que permitem identificar o profissionalismo e a relação zelosa com o judô, em um compromisso familiar. A forma delicada como descreve seus desafios, o amor pelo pai e pela família e como delimita um esforço para deixar viva a essência que resume sua tradição japonesa: o judô.

Esta parte é dividida em dois capítulos: o primeiro trata da relação do Sensei Mateus com os treinamentos, as competições, os amigos, as vitórias e derrotas no judô; O segundo se dedica à luta contra sua doença e à forma com que o judô o ajudou a perseverar e continuar lutando, mesmo que restando pouco tempo.

Nota-se enfim que o Sensei Mateus ansiava por ver seus escritos divulgados e, felizmente, o grupo de autores conseguiram realizar este feito. Assim, como último registro nosso, agradecemos a bênção de ter

este material em nossas mãos, e assim perpetuar a mensagem de vida do Kodansha, doutor, campeão, amigo e profissional ímpar em nossa sociedade. Que fique o desejo de nosso que o Mateus encontre seus pais na outra vida, como assim desejava...

# O JUDOCA MATEUS SUGIZAKI

*Considero-me feliz porque sempre consegui realizar meus sonhos, ainda que não tenha sido na sua plenitude, ainda que na realização os sonhos tenham encolhidos.*

*Felizmente, sempre tive muito apoio na realização dos meus sonhos. Isso porque, creio eu, os meus sonhos não eram simplesmente meus objetivos pessoais e, sim, aquilo que tenho como meus ideais por uma causa comum. Seja no judô que é meu grande sonho, seja na minha profissão que foi minha grande oportunidade na vida, seja na sociedade em que vivo e gosto de estar presente, seja na minha família que é minha razão de existir e viver intensamente.*

*Ter talento não é nascer com um dom, é revelar o dom através do trabalho, da dedicação e do esforço.*

Mateus Sugizaki

## **Avaré, 24 de junho de 1967**

Há vários dias vem me perseguindo a ideia de transcrever para o papel algumas experiências passadas, lições tiradas e aventuras. As experiências, algumas de grande importância, deram lições que me

são muito valiosas. Os acontecimentos mais importantes que ocorreram até hoje, não muitos, serão lembrados aos poucos.

Amanhã será domingo, e novamente estarei viajando. É bom viajar, mas quando não se trata de rotina; por isso já não gosto tanto de viajar, mas todas [as viagens] têm uma ponta de prazer. Digo que não gosto tanto de viajar ou que se tornou rotina porque todos os meses tenho feito viagens demais, além das rotineiras e incontáveis entre Avaré e Botucatu. Bem, começarei pelo início do ano: tenho ido pelo menos duas vezes a São Paulo treinar pela Federação, até o mês de abril. Em março houve a eliminatória da turma paulista para os Jogos Pan-americanos. Mas não saí vitorioso nesta, pois falhei completamente ao me defrontar com Luiz Yama, acho que estava aéreo, além de ter saído muito bem com Harada. Mas a lição foi muito boa. No começo de abril houve a primeira eliminatória brasileira. Nesta, apesar de não ter sido a primeira, foi até aquela data minha melhor atuação, perdendo somente para Miura. Também tirei alguma lição. Havia aprendido como adquirir maior estabilidade emocional com um massagista. Procurei pôr em prática aquilo que aprendi. Firmei a posição de shizen-tai. Mas descobri que não tinha ataque suficiente para derrotar o Miura. Tento estudar uma maneira, mas não consigo. Pelo meio de abril, dia 16, houve o campeonato em Botucatu. Não conseguimos fazer a equipe local vencer. Não participei do individual, mas meu amigo Nilson foi o vencedor.

No fim do mês fui ao Rio de Janeiro, cidade maravilhosa, houve um torneio Sul-americano, com a Argentina e Uruguai. Neste venci um uruguaio, mas perdi para Marzulo. Também aprendi muito, não se deve desprezar o adversário. Durante o mês de maio foi que repousei das viagens um pouco, mas intensifiquei os treinos, e como a faculdade estava em greve desde 8 de abril, tinha mais tempo. No fim de maio disputei a última eliminatória, fui muito bem, porém novamente falhei ao defrontar com Miura. Não sei explicar o que aconteceu comigo, parecia que tive medo na hora final, ou o peso da responsabilidade calou. Não sei.

Peço a Deus que me faça mais forte doravante, pois esta não foi a primeira vez que isto me aconteceu. Em 1964, lutando com Tadao Nagai, isso também me ocorreu. Creio que ainda não tive formação suficiente. Nada pude fazer, perdi a viagem para o Canadá e os Estados Unidos. Após esta eliminatória não desanimei, mas não estou forçando os treinos mais. Iniciando este mês, no dia 4 fui a Assaí, viagem ótima com temperatura

caindo de 25°C para 5°C. É frio. Fiz demonstração de “junin-gake”. No individual perdi para Arazawa.

No domingo seguinte fui a Ourinhos fazer demonstração. Na sexta-feira da mesma semana fui a São Paulo para ver se me classificava para os Jogos Universitários Leste-Sul em Piracicaba, E fui. E hoje, 24, ponho-me a escrever estas bobagens.

### **Botucatu, 4 de julho de 1967**

Hoje retorno a esta cidade para o reinício das aulas. Depois do último que escrevi, chegamos a Presidente Prudente, donde trouxemos o título da equipe, eu consegui o absoluto de faixa-preta, Nishida em 3º lugar e Ademir em 4º. Dia 30 segui para São Paulo, levando turma infantil e juvenil. Nada conseguiram, porém não me decepcionaram. Agora treino para os Jogos Leste-Sul e Ju-Kendô.

### **Botucatu, 21 de julho de 1967**

Até que enfim meu azar diminuiu. Voltei de Piracicaba, Jogos Universitários Brasileiros Leste-Sul, de onde trouxe o 1º lugar no peso-leve, campeão por equipes, vice no absoluto e atleta mais técnico. Pela 3ª vez perco para Nishimura, mas desta vez consegui jogá-lo de “seoi”. Treinarei para ver se o pego na próxima. De Piracicaba fui a São Paulo para o Ju-Kendô.

Nossa equipe foi infeliz, perdemos para a Kodokan por 4 a 1. Porém no individual me saí muito bem, ficando 3º colocado, após Ishii e Sakuramachi, ganhando do Lovato. Também fui distinguido como o mais técnico deste torneio. Graças aos Jogos Leste-Sul, serei um dos possíveis candidatos a Universíade-67 de Tóquio. Treino bastante para que a possibilidade se torne realidade.

### **Botucatu, 19 de setembro de 1967**

Hoje faz exatamente nove dias que cheguei do Japão, onde fui representar o Brasil na Universíade-67. Depois do dia 21 de junho, quando aqui escrevi, fui para São Paulo, ficando concentrado no Esporte Clube Pinheiros até o dia 18 do mês seguinte. O treinamento foi intensivo nos

primeiros dias, depois foi enfraquecendo até o dia da partida. A mim afetou, mas não muito, pois graças a meu pai também sei treinar só. Rio de Janeiro, 19 de agosto: chegamos de São Paulo ontem, hoje fizemos entrevista com S. Ex.<sup>a</sup> Dr. Tarso Dutra, dd. Ministro de Educação. Dia 20 partimos rumo a Los Angeles, pelo boeing da Varig, via Lima, Bogotá, Panamá e México. Dia 21, pela Japan Air Lines, seguimos para Tóquio (Haneda) com escala em Honolulu. Chegamos dia 22 e fomos para a Vila Olímpica. Fiz treinos na Kodokan nos dias 25 e 26. Dia 27 houve a Cerimônia de Abertura dos Jogos, que foi um espetáculo ímpar em minha vida. Dia 28, dia de meu torneio, “Campeonato de Judô Universitário Mundial – peso-leve”. Encontro-me com uma vontade férrea de vencer, talvez por representar o Brasil em outro país, não sei. Feito o sorteio, meu primeiro encontro, o primeiro do dia, é contra um tailandês. Iniciando o torneio, em 9 segundos pude vencer meu adversário por ippon. A seguir venci um inglês, e depois defrontei com o coreano Park Soon, 3º colocado no Mundial do Rio. Perdi aos 2 minutos e 30 segundos. À noite tem prosseguimento com as lutas de acesso, quando me defrontei com o canadense, vencendo-o e passando para as semifinais. Na semifinal, encontrei-me com o japonês Yamazaki, para quem perdi aos 54 segundos, ficando assim em 3º lugar.

Dia 30, Torneio por Equipes, apesar de contarmos com somente 4 elementos – Haruo, Saito, Sugizaki e Murilo, este último também classificado em 3º lugar dos Penas. Conseguimos o 3º lugar nas equipes.

Dia 31 recebo telegrama com dizeres: “Avaré exulta sua vitória”. Depois do torneio por equipes, fiquei inteiramente livre de compromissos, fui visitar meus parentes em Shizuoka-shi, acompanhado pela prima Yoko e depois levado até Oyama por meu primo Tetsuo, cuja família foi assistir minhas lutas no dia 28 e ficou muito contente. Na casa de Yoko conheci, além de seu pai, que já conhecia, seus irmãos Kohei e Mitio, sua irmã Yuko e sua mãe. Encontrei-me com meu tio Kiyoshi, que me apresentou a seus filhos. Fumiko, a mais velha, me deu uma lembrança. Na casa de Tetsuo fui visitar o túmulo da família e tirei várias fotos da casa onde meu pai nasceu.

Dia 7 de setembro, 21 horas, em Haneda, com lágrimas, despedi-me daqueles que me acompanharam: Kitimatsu-san, Enomoto, Tetsuo, e Yoko. Não chorei externamente, mas a tristeza não me abandonou um momento. Cheguei no Brasil dia 10 sem avisar ninguém.

Avaré, 15 de setembro, cidade está em festas, completa seu 106º ano de vida. O atleta Mateus Sugizaki, 3º colocado na Universíade-Tóquio é alvo das atenções, colocado no palanque de honra junto das autoridades e [do] convidado deputado Herbert Levy, Secretário da Agricultura. Esta foi a maior homenagem pública em minha vida até hoje. Mas como maior homenagem mesmo foi a alegria e satisfação que abordou meu pai, técnico, conselheiro, professor e amigo: Mata Sugizaki.

### **Botucatu, 19 de abril de 1968**

Seis meses se passaram sem que eu me lembrasse deste caderno. Hoje, por acaso, ou pelo destino, às vésperas de mais uma seleção, volto a escrever. Remexendo meus cadernos, toquei neste, e lembrei-me que alguma coisa tenho para escrever. Mas em seis meses muita coisa aconteceu. Bem, logo após ter escrito aquelas últimas linhas, fui ao Campeonato Estadual, dia 30 de setembro. Pela primeira vez consegui o título de campeão paulista peso-leve. Duas semanas após, convocado para o Campeonato Brasileiro em Campos, RJ, lá fui eu. Deste trago uma das maiores experiências esportivas. Favorito ao título, falhei mais uma vez. Na Segunda rodada de início vencia meu adversário Nelson Arazawa, do Paraná, mas facilitei demais e ele, bastante bom, me pegou em shime (kata-ha-jime), fazendo-me desacordar. Esta derrota devo atribuir ao meu excesso de confiança em ne-waza, ao meu pouco treino e também ao bom conhecimento do adversário. Esta derrota teve efeito benéfico em minha vida esportiva, tenho certeza disso, pois se assim não fosse talvez estivesse “mascarado” que logo perderia aquilo que levei anos a construir e [a] que meu pai também dedicou sua vida. Hoje, felizmente, ganhei um pouco mais de amadurecimento.

Destaque da lembrança: nesse Campeonato Brasileiro fui indicado para a categoria absoluto (livre de peso), onde enfrentei o famoso Georges Mehdi, do Rio de Janeiro, perdendo por hantei, apesar de ter aremesso no jo-gai.

Em 11 de novembro houve o Campeonato de Aniversário da Academia Avareense de Judô. Pudemos vencer por equipe: Mateus, Ademir, Nishida, Alfredo, Elio e Zuza. Também venci no absoluto faixa-preta, ficando o Nishida em segundo. A sete de abril de 1968 inauguramos a Academia de Judô de Lençóis Paulista. Hoje finalmente espero

pela hora do torneio eliminatório para o Campeonato Pan-americano de Judô, que será realizado em Porto Rico. Neste momento acabo de ler o que escrevi sobre o Japão e uma nostalgia profunda invade meu coração. Tudo aquilo parece agora tão distante que até chego a imaginar ter sido um belo sonho. Quem sabe ainda um dia retornarei.

### **Botucatu, 22 de abril de 1968**

De volta de São Paulo, encontro-me muito quebrado. Usando todas minhas forças consegui vencer mais esta eliminatória e foi na “pura raça”. Mais uma vez defrontei-me com Umakakeba e a muito custo consegui vencê-lo. Notei minha falta de resistência, falta de treino no duro, mas farei mais algum esforço antes da Eliminatória do Brasil, na próxima semana irei a Rio Claro, no Troféu Bandeirantes.

### **Avaré, 1º de agosto de 1968**

Devo ter me esquecido completamente deste caderno, mas hoje arrumando minhas coisas eu o vi e voltei a transcrever nele. Em Rio Claro fui campeão dos leves e nossa equipe foi vice-campeã e na contagem geral fomos vice também. Depois disso muita coisa naturalmente aconteceu, pois julho é o mês das atividades em judô. Fui ao Rio participar das eliminatórias nacionais para o Campeonato Pan-americano em Porto Rico. Felizmente fui vencedor, derrotando na final o Campeão Pan-americano, Miura, por yusei. Quase no final do tempo consegui aplicar-lhe um seoi que me valeu a vitória. Fiquei classificado juntamente com Miura e Marzullo para uma outra eliminatória, que seria realizada em São Paulo em 1º de junho. Nesta também, graças a Deus, saí vencedor, derrotando ambos, sendo que em Miura peguei um kamishiho-gatame, ficando então designado a representar o Brasil no VI Campeonato Pan-americano de Judô, na categoria dos leves.

No dia 24 de junho segui para São Paulo com destino ao Rio e Janeiro, onde fiquei concentrado na Escola Naval. Em 2 de julho tomei o avião da Pan-american rumo a Caracas, Miami e San Juan, onde fiquei num hotel. Meu torneio se realizou no SÁBADO dia 6, meu primeiro encontro com o representante da Argentina, fui derrotado por yusei, perdendo dois pontos. O sistema de pontos era o seguinte: vitória por ippon, perde zero ponto;

derrota por ippon, perde três pontos; vitória por yusei, perde um ponto; e derrota por yusei, perde dois pontos, num total de cinco pontos é desclassificado. Encontrava-me naquele instante num estado de total desânimo, de uma maneira completamente fora do meu normal. Mas na luta seguinte, pensando em meus familiares, meus amigos, meu povo, esforcei-me para crescer meu estado de moral e fui muito feliz, derrotei a partir daí todos por ippon até a final, contra representantes das Antilhas, Canadá, México e Venezuela. Na final defrontei-me com o já famoso Seino, dos EUA. Logo de início dei-lhe um okuri-ashi-barai, fazendo com que ele caísse. A partir daí comecei a segurar para garantir o ponto, mas não devia, pois meu jogo não é esse; tanto que, a menos de 25 segundos do final, fui jogado por ele de hidari-ossoto-gari, tirando wazari e marcando minha derrota. Mas nada tenho a lamentar, pois ele é realmente um grande judoca que sabe lutar e sabe vencer, e eu não merecia mesmo vencer, pois não estava em condições. Também descobri mais um defeito meu: tenho a esquerda muito fraca, é necessário reforçá-la mais. No dia seguinte disputamos por equipe e fomos vice-campeões, perdendo para os EUA. Novamente fui derrotado pelo Seino. Na contagem geral ficamos em segundo lugar. Saímos de San Juan no dia 9, à noite, via Caracas, Viracopos e Rio de Janeiro, onde chegamos dia 10 e recebidos com um banquete. No dia seguinte, segui junto com Eli para Salvador para os Jogos Universitários Brasileiros. Ia me esquecendo da equipe que foi a Porto Rico: pesado – José Casemiro; meio-pesado – Haruo Nishimura; médio – Lhofei Shiozawa; leve – Mateus Sugizaki; e pena – Eli Sasaki. Em Salvador, na disputa dos pesos-levés, fui derrotado na final pelo carioca e fiquei em vias de ser convocado para concentração a realizar-se em São Paulo, para o Campeonato Universitário Mundial que será efetuado em Portugal. Ontem, dia 31, fui homenageado pelo Rotary Club de Avaré.

### **Avaré, 22 de agosto de 1968**

Há duas semanas recebi um telefonema surpresa para a eliminatória do Campeonato Universitário, que seria realizada na manhã do dia seguinte. Fui e consegui vencer, sendo então destacado para o Campeonato Mundial Universitário de Judô que será realizado em Portugal. Assim deverei estar em São Paulo [no] dia 27 próximo com toda documentação pronta. É um grande azar, as aulas reiniciaram dia 26, após meses de greve.

Domingo último realizamos em Botucatu o Campeonato da Sorocabana, vencendo a equipe de Avaré e em segundo ficando a local.

### **Botucatu, 7 de outubro de 1968**

Já voltei de Portugal há cerca de 20 dias, cheguei em Avaré dia 14 passado. Volta gloriosa com a “vitória máxima”, surpreendendo a mim e ao meu pai. Bem, começemos pelo princípio, ou seja, de minha partida que se deu a 1º de setembro, compondo a delegação: Haruo, Yossuke, Massaru, Suzuki, Sasaki, Nelson Izeckson, Ozon, Prof. Fukaya, Dr. Paulo e Mário. Nosso campeonato só iniciou dia 6, por equipes, conseguimos vencer a Alemanha (5 x) e perdemos para o Japão (5 x). Contra o japonês eu me esforcei ao máximo para poder vencê-lo, não conseguindo, todavia ele, por sua vez, tirou somente wazari. Isto fez com que eu me animasse, pois vi que haveria possibilidade de vencê-lo no individual, uma vez que consegui pegá-lo com um kataguruma, embora não conseguisse ponto. Assim passei duas noites a estudá-lo com atenção, concentrando minhas energias para lutar com ele. Continuando as equipes, na repescagem vencemos a Bélgica (4 x 1) e perdemos para a França (4 x 1), conseguindo a 3ª colocação. No dia seguinte houve disputa de [pesos-]pesado, meio-pesado e médio, classificando o Haruo em 3º lugar. Dia 8, individual [pesos-]pena, leve e absoluto. No pena Liogi Suzuki obteve o 2º lugar. Na minha categoria derrotei um alemão, espanhol e polonês, todos por ippon, liderando então minha chave. Na semifinal derrotei outro alemão de seoinague, tirando wazari. Na final, com o americano, tirei wazari de sukui-nague, vencendo-o após 10 minutos, sagrando assim “Campeão Mundial Universitário de Judô”. Quanto ao japonês, foi derrotado pelo americano e em seguida pelo alemão. Chegando em Avaré no dia 15, aniversário da cidade, puseram-me a desfilar em carro aberto exibindo a medalha, depois fui ao banquete do Dr. Paulo Pestana. Também fui mencionado no jogral do histórico de Avaré. Na sexta-feira daquela semana fui a Jaboticabal, onde conseguimos vencer o campeonato de judô dos Jogos Abertos do Interior com certa facilidade, tendo Urutu e Alfredo dado verdadeiro show, formada a equipe por Nishida, Tajá, Mateus, Alfredo e Urutu. Dia 10 próximo irei a Londrina no Campeonato Brasileiro, aguardamos. De agora em diante tenho que me preocupar com a escola, perdi mais de um mês de aulas, não é mole.

Destaque: como prêmio pelo título foi me oferecido um passeio pela Europa, porém decidi ir a Madri com toda a equipe por dois dias.

### **Botucatu, 16 de outubro de 1968**

Tendo ido a Londrina-PR, disputar o Campeonato Brasileiro de Judô, realizado de 11 a 13 deste mês, aqui o acrescento. Na categoria dos leves eu enfrentei o mineiro, a seguir o Marzullo e o representante do Paraná, vencendo minha chave a todos por ippon, encontrando na final meu colega Umakakeba, que havia derrotado o Miura. Infelizmente ele não conseguiu chegar ao final da luta, tendo que desistir porque seu estado físico não lhe permitiu, fazendo assim com que eu me sagraisse campeão brasileiro. Na categoria Absoluto fiquei em 3º lugar, tendo perdido para Shiozawa por wazari, realmente ele é um ótimo judoca, mas esforçar-me-ei para que da próxima vez possa vencê-lo. Voltei deste Campeonato satisfeito, não porque consegui o título somente, mas porque consegui também vencer a mim próprio, vencer meus pensamentos, vencer pelo menos parcialmente aquela fraqueza que um título qualquer faz a gente ter. É necessário, como sempre disse meu pai, ter o pensamento branco, isto é, não pensar em nada, abstrair-se o máximo possível, deixando as ideias nuas. Peço a Deus que continue a me auxiliar, me dar forças para sempre vencer esta luta interna, que é muito mais difícil, saber sempre respeitar meus adversários, abaixando a cabeça para levantar a moral. É uma grande felicidade a minha ter ao meu lado um conselheiro que não é outro senão meu pai, para orientar-me em meus treinos, em minhas atitudes e ações. Gostaria de ter uma pequena parte de sua filosofia para empregá-la; tomara que seus ensinamentos não venham me ajudar somente agora, mas sim para o resto de minha vida e para que eu possa transmiti-la a todos que me rodearem. O judô por si só já fez a grande metamorfose em minha vida, tornando-me não somente o campeão, mas também ser humano, na acepção da palavra. No dia 15 houve sessão na Câmara para homenagear os atletas que foram aos Jogos Abertos, e principalmente a equipe campeã.

### **Avaré, 24 de maio de 1969**

Este ano parece-me que é a primeira oportunidade de transcrever algo, por falta de assunto e por esquecimento. Hoje faz pouco mais de

um mês que realizamos o Troféu Bandeirantes de Judô, em Avaré. Foi um sucesso de organização, de apresentação e de espetáculo e ficamos satisfeitos em nos sairmos tão bem nesse aspecto. Quanto ao campeonato em si, classificamo-nos em segundo lugar por equipes. Na final, contra Rio Claro, houve empate de 1 a 1 e saí na representação contra Luiz Carlos Mubarak. Durante a disputa procurei atacar de toda maneira para não dar tempo a ele, porém meus ataques eram fracos e ineficazes. Ao aplicar um seoi-nague, falseei o pé e caí; nesse momento ele me segurou de kessagatame e, com a ideia fixa de estar com o tornozelo machucado, eu não reagi, entregando os pontos. Isso foi uma verdadeira fraqueza de minha parte, não pelo tornozelo que eu perdi, mas devido ao medo, ao receio de não sei o quê, talvez esses meus pensamentos polarizados no sentido de não poder perder. Peço a Deus que me ajude a modificar este pensamento. Enfim, a equipe perdeu por minha culpa e ficamos em segundo lugar. No dia seguinte houve o individual, mas não saí, quem sabe por mais medo que dor. Em compensação, meu substituto, o Padredi, foi a revelação do dia, ficando vice-campeão da categoria. Todos os meus colegas que participaram do individual foram classificados.

Em janeiro voltei a namorar a Tizo e dessa vez com muito mais confiança, vamos ver até quando.

Destaque: em 1º de dezembro de 1968 recebi o título de “Cidadão Emérito de Avaré” e meu pai o título de “Cidadão Avereense”, outorgados por decreto da Câmara Municipal de Avaré.

## **Botucatu, 16 de junho de 1969**

Ainda esse estado de desânimo persiste, Deus sabe até quando, parece-me que está diminuindo. Mas no dia 25 pp. houve o Universitário Paulista, quase não havia fortes em minha categoria, somente Yossuke Nishimura. Com ele penei, embora [eu] vencesse a competição, não me convenci. Não conseguia aplicar nada, ainda fico admirado de haver vencido. Será isto uma crise prolongada? Durante a disputa fiquei com receio de perder, não sei por quê.

Bem, isso passou, dia 8 houve a eliminatória regional em Botucatu e saí, mas que coisa, parece que estou desaprendendo, quase nada mais sei. Na primeira, contra um faixa-branca, caí sozinho, quase perdendo a luta. Não sei o motivo disso tudo, será falta de estímulo?

Resolvi que deverei tomar algumas providências mais sérias com relação a judô, inclusive passear menos e estudar menos. Agora só aguardarei o Campeonato Estadual para ver as consequências, que farei senão treinar, treinar e treinar. Acordar cedo treinando e dormir treinando, quem sabe dará resultado.

### **Avaré, 26 de agosto de 1969**

Diversos torneios já nestes últimos tempos, passei por muitas experiências. Começando pelo Campeonato Paulista, realizado nos dias 5 e 6 de julho, encontrava-me em melhores condições, porém assim mesmo fui derrotado pelo Yossuke Nishimura, ficando em segundo lugar. Mas consegui uma grande vitória sobre o Umakakeba, de ippon, com katahajime. Umakakeba estava treinando há oito meses diretos com o Ishii somente para me vencer. Também o Nishida ficou em segundo lugar e terá oportunidade de ir ao Campeonato Brasileiro em Brasília. Na semana seguinte já estava em Goiânia para os Jogos Universitários Brasileiros, tendo conseguido ótimos resultados, sei lá como. Fui campeão na categoria até 70 quilos e por equipes, ainda venci no absoluto, vencendo o Haruo. Na categoria de peso, lutei novamente contra o [...]e principalmente com bom estado psicológico. Pareceu-me que algo havia se modificado. Na semana seguinte eu estava em Botucatu disputando os Jogos Regionais da Sorocabana. Desta vez apresentei-me bem. Em uma semana ganhei seis medalhas de ouro, que coletada! Em Goiânia fui homenageado pela Confederação Brasileira de Esportes Universitários com um prato de prata.

Dia 24 fui a São Paulo para a comissão técnica avaliar meu estado. Fui infeliz e não me apresentei bem, sendo malsucedido com Umakakeba. Resolveram fazer mais uma eliminatória para nós dois no sábado seguinte, para designar quem representa a FPJ no campeonato brasileiro.

### **Avaré, 15 de setembro de 1969**

Aniversário da cidade, tudo em festa, mas para mim não muda a rotina, preparar[-me] para o Campeonato Mundial, no México, mesmo sem saber se irei, se serei convocado ou não. A expectativa é grande, embora saiba que pouca chance terei, e todas as outras categorias já estão definidas.

Mas, por que não a minha? Acontece que fui ao Campeonato Brasileiro como representante da categoria absoluto e não [do] meu peso. Como não fui classificado na categoria de peso, a Confederação me deu uma chance. Embora não estivesse no melhor de minha forma, fui o segundo colocado na categoria absoluto, perdendo somente para o Shiozawa no contragolpe de um ossotogari, que não chegou a wazari, mas valeu a vitória dele. Infelizmente não pude realizar um sonho de ganhar o absoluto.

Continuo aguardando a decisão da CBJ, não será a negativa que vai me esmorecer, agora estou decidido a tudo para o mundial de 71 e darei o melhor de mim para conseguir.

### **Avaré, 3 de agosto de 1970**

Faz algum tempo que me esqueci deste amigo caderno, onde faço algumas confidências, e desde a última vez tenho muita coisa para contar. No ano passado, no mês de outubro, fui ao México para o Campeonato Mundial. Espetacular campeonato, gente fortíssima e eu fraco demais para conseguir alguma coisa. Na primeira luta, venci o francês Vial, por yusei de kouchigari. Na segunda rodada, perdi do coreano de seoinague, por ippon. Senti uma fraqueza muito grande, um cansaço em pouco tempo, com certeza por causa da altitude, mas faltou preparo físico. Em dezembro fui ao Rio de Janeiro disputar a JudoGam, da Gama Filho, vencendo na categoria peso-leve, fazendo a final com Sansão da Guanabara, mas perdi no absoluto, a primeira luta.

Incrível o desânimo que tomou conta de mim durante todo ano passado, estava totalmente arrasado. Este ano, em abril, no Troféu Bandeirantes, participei sozinho no individual e absoluto, foi um fracasso total. A fossa continuava a aumentar e em maio fiquei com o joelho ruim. Nos últimos dias de maio comecei a [me] sentir melhor, acho que estava saindo da fossa, estava melhorando moralmente.

Em julho, no Campeonato Paulista, superei [isso] totalmente, conseguindo sagrar-me campeão peso-leve. Agora aguardo o Campeonato Brasileiro, que espero vencer para ir ao Pan-americano, se Deus onipotente quiser.

Neste ano algumas coisas estão interferindo também no meu desempenho, estou dando aulas de judô em Piraju e Ourinhos, estou no último ano da faculdade, tendo que cumprir os estágios e decidir minha vida

profissional, pois não consigo definir o que realmente quero. Sei que tenho de trabalhar para ajudar na minha casa, enfim, meus pais se sacrificam para eu ser o que sou. Claro que gostaria de ter mais liberdade para decidir, e a decisão seria o judô. Tem mais um agravante, estou namorando a Tizo, apaixonadamente – gostaria de poder pensar de outra forma, até casar, porque acho que ela está grávida, mas não consigo, pois tenho que pensar em preparar o futuro e ajudar em casa.

### **Botucatu, 24 de agosto de 1971**

Mais de um ano se passou e quanta coisa aconteceu nesse período! Vamos pela ordem cronológica e que ainda me lembro. Em agosto do ano passado fui para Argentina disputar o Campeonato Sul-americano, ficando em terceiro no individual, perdendo do Hipólito Elias e sendo campeão por equipes. Em setembro ganhei o Campeonato Brasileiro, peso-leve. Em outubro, no Pan-americano, fiquei em terceiro lugar, perdendo de Paul Maruyama. Em dezembro fui à Bahia para uma homenagem ao professor Kazuo Yoshida.

No dia 7 de novembro foi meu casamento com a Tizo, quando meus pais prepararam uma bela festa. Agora moro em Botucatu com minha família, a Tizo, a Cristina, que nasceu em março e a Yuri, que veio para estudar e apoiar nos cuidados da nenê. Estou contratado na FCMBB, na disciplina de Biofísica, e com isso tenho o compromisso profissional. Pelo visto, o judô vai ficando no passado.

Já não estou treinando mais porque não tenho tempo. Meu pai está sugerindo que me esforce por mais um ano, para a próxima Olimpíada. Mas agora a realidade é diferente, e tenho que cuidar de minha carreira profissional, já se foi o tempo da bela juventude, sem maiores compromissos e responsabilidades. Muito embora nada do que fiz está perdido, há uma coisa importante: preciso de renda. Que vida, tudo em função do material. Como não consigo mudar o mundo, o que posso fazer é contribuir para que seja diferente amanhã, e isso farei ensinando as filosofias lindas do esporte que fez a minha vida. Peço a Deus que me dê forças e coragem para alcançar meu objetivo.



# O HOMEM MATEUS SUGIZAKI

*Sou feliz por viver intensamente e considerar-me muito rico. Riqueza pela saúde que desfruto. Riqueza pela família maravilhosa que tenho. Riqueza pelos amigos leais e sinceros que me acompanham. Riqueza pelo dom que Deus me deu: ter ideais e determinação para buscar o caminho da realização, ainda que não o consiga atingir, sem nunca desistir.*

*Na vida sempre encontramos dois caminhos. Um é aquele que a princípio se apresenta maravilhoso e confortável; esse será passageiro e sempre leva à dor. O outro, a princípio rústico, espinhoso e de muito tropeço, será de sacrifícios, mas se apresentará permanente, eterno, e que conduz à felicidade.*

*As dificuldades e obstáculos na vida servem para domar o instinto animal e iluminar a alma.*

*Não absorvi os sonhos de meu pai. Construí meus próprios sonhos com as fantasias de meu pai e forjei minha vida com a realidade de minha mãe.*

Mateus Sugizaki

## **Avaré, 20 de outubro de 2004**

O último registro que fiz foi em 12 de dezembro de 2002, quando praticamente encerrei as anotações numa brochura de duzentas páginas.

Depois disso, eu quis continuar em outro caderno, só que o tempo foi passando e não consegui encontrar um adequado. Foi então que resolvi transcrever no computador, inclusive todas as anotações que fiz, desde 1967.

Em 2003 procurei dirigir a Supervisão Técnica da Federação com o maior empenho, iniciando pela reunião dos delegados regionais e diretores, reunindo quase cem pessoas em São Paulo, no Hotel Braston [...].

Na Federação, foi dado o cumprimento integral do calendário esportivo, com algumas novidades, como o Encontro técnico-científico de professores e o seminário de Marketing Esportivo.

Em junho fui eleito presidente da Sociedade Cultural e Esportiva Nipo-brasileira de Avaré (Socena), na qual realizamos alguns eventos e tivemos o objetivo de resgatar o conceito de clube de família. Também apresentamos estudos de alteração e enquadramento do estatuto social.

Em novembro de 2003, fui eleito membro do Conselho Regional de Educação Física do Estado de São Paulo (CREF-SP), no qual venho atuando com alguma regularidade.

[...]

Em 2004, dei continuidade às minhas atividades na Federação sem grandes sobressaltos, podendo destacar somente a realização do Campeonato Brasileiro Sênior, em São Paulo, e do Campeonato Paulista Júnior, em Botucatu.

[...]

## **Avaré, 5 de janeiro de 2005**

[...] A notícia não foi a mais animadora, porém eu já aguardava algo assim, com diagnóstico de adenocarcinoma. Após as explicações do Dr. Amaro sobre as condutas possíveis, eu disse que já desconfiava desse resultado, porque ele não quis me procurar no final do ano e isso me permitiu deduzir tal consequência, sem me surpreender. Diante daquilo que eu tinha conhecimento e pelas palavras dele, já tinha uma decisão tomada: fazer a cirurgia, de acordo com a necessidade e a possibilidade.

Agora, neste exato momento, sei que devo encaminhar meus compromissos, seja na Federação, seja na Socena, seja na família, a uma situação de liquidação, para não ficar pendências que venham dificultar o andar da carruagem. Assim, pedi um pouco de tempo para pôr as coisas em ordem e não posso ficar parado. Papai e mamãe, peço a bênção de

vocês para encarar essa situação com tranquilidade e saber me conduzir para limpar o caminho.

### **Avaré, 31 de dezembro de 2005**

Após a tempestade da eleição surgem novas opções de atuação. No natal, o Kunka veio falar sobre os projetos da academia em Botucatu, que na verdade já esperava, porque uma semana antes o Bié e o Bravim falaram comigo sobre a possibilidade de eu assumir os treinamentos. Na quarta-feira, dia 26, fui intimado a uma reunião junto com o Bredinha, Paulo Sergio, Serginho, Robertinho, que cobraram a mesma coisa, ou seja, o futuro da Associação de Judô Mata Sugizaki.

Vamos encarar o novo ano com muitos projetos e sonhos. Papai e mamãe, peço para abençoar nossa família e conservar essa maravilha que tenho ao meu lado, que é minha querida Tizo.

### **Avaré, 15 de agosto de 2006**

Como reassumi a academia, tenho ido direto para Botucatu, mas a situação financeira não é das mais atraentes, pelo contrário, tenho que bancar muitas despesas. Pelo sonho meu e de [minha] família, vou aguentar o máximo que puder e procurar direcionar as coisas para um rumo melhor.

Fiz mais um teste de PSA em maio e a taxa se manteve igual ao do último exame, por isso o Amaro ficou satisfeito e devo repetir somente em novembro. Devo salientar que tenho ido a Atibaia para receber tratamento espiritual com o “Sensei” Hirota, e creio que isso tenha surtido efeito positivo de estabilizar o processo. Acredito nesse poder da influência espiritual, [já] que sempre converso com meu pai para a solução de alguns dilemas.

Neste momento busco meu caminho para dar sentido à vida, pois fora da Federação e sem ter vontade de retomar qualquer coisa ligada à essa entidade ou ao pessoal, quero mostrar o valor do trabalho sério pelos meus caminhos e pelas minhas convicções. Em dados momentos penso em deixar tudo isso e sumir, mas tenho os meus companheiros de jornada que não posso abandonar.

Assim, estou pretendendo escrever algumas coisas da minha experiência, dos meus conhecimentos e dos meus pensamentos para a

posteridade, pois tenho a certeza de que não é muito pouco o que posso passar àqueles que acreditam no judô.

No dia 29 de julho completei 60 anos com uma tremenda festa para 150 amigos e familiares, como era desejo da Tizo, da Má e dos meus filhos, e esse desejo provavelmente é consequência da minha cirurgia. Apesar dos 60 e da moléstia, me sinto muito bem, com um vigor que até me assustou, continuo fazendo minhas caminhadas, minhas viagens, e a atividade sexual continua normal.

Fico feliz por ter em minha vida uma criatura maravilhosa como é a Cynthia, pois ontem foi o dia dos pais e, como todos os anos, ela trouxe o presente feito na escola, desta vez com bilhetes e [um] cartão que ela escreveu. Peço ao papai e à mamãe que conservem essa menina sempre linda no seu interior e irradiando alegria por onde passa. Obrigado, Senhor, por essa dádiva.

## **Avaré, 2 de dezembro de 2006**

Durante minhas caminhadas tenho os melhores momentos de fazer minhas reflexões, e em geral sempre volto os pensamentos para as coisas que me envolvem: casa, família, judô e até a Federação, que surge mesmo eu não tendo vontade.

No entanto, felizmente, o que está surgindo com maior frequência é a necessidade de escrever minhas ideias e mensagens daquilo que tem sido minha vida e, em especial, daquilo que o judô me ensinou. Porém, quando chego em casa, não consigo coordenar as ideias para começar a redação. Por isso, ainda estou no marco zero, mas um texto que escrevi a pedido do Celso poderá ser meu início.

O tempo está voando e tem muita coisa para ser cumprida. Na sexta-feira, dia 24, fizemos uma reunião para tratar dos 50 anos da Associação Avareense de Judô. Eu coordenei essa iniciativa e compareceram Reis, Hadel, Alfredo, Junior Lourenço, Sussumu Sassahara, Seiko Hirata, Alfredo, Junior Nishida, Cláudio Hayashi, além do Nishida. Foi um momento de lembranças e avançamos pouco no trabalho propriamente dito, mas isso foi de propósito e valeu pelo entusiasmo do pessoal. Já estamos agendando a próxima reunião.

Na sexta-feira mesmo fui fazer consulta com o Amaro para retorno, levando o resultado laboratorial, e ele ficou muito satisfeito pelo fato

[de o] resultado do exame continuar estável, eliminando qualquer outra intervenção de imediato. A continuar esse diagnóstico, creio que nada irá mudar minha rotina.

No dia 22 passado estive em São Paulo para reunião no Clube Piratininga, programando a XVIII Confraternização Nikkei, em 2008.

### **São paulo, 18 de setembro de 2007**

Não tenho atualizado minhas anotações por razões que nem eu mesmo sei, só não posso dizer por falta de tempo. No início de fevereiro resolvemos mudar para Botucatu, porque a Tizo entendeu ser mais razoável estarmos todos juntos ao invés de eu ficar viajando todos os dias e não dar a atenção devida à academia. Então tomamos essa decisão e está legal, porque a Cristina ajuda a cuidar [dela] e a Tizo assumiu a manutenção da academia, assim facilita muito. A Cynthia está estudando no Colégio Santa Marcelina.

[...]

Apesar dos compromissos assumidos, financeiramente estamos equilibrados, dando para poupar alguma coisa e pagando as despesas da academia, que não são poucas. Na segunda feira, dia 17, a Câmara Municipal aprovou a concessão de subsídio para os projetos, o que vai facilitar. Estamos tocando diversos projetos sociais em Botucatu, no ginásio Municipal pela Secretaria de Esportes, no Sesi, no Projeto Vida Nova e na Febem.

Continuamos com o judô da Escola Serelepe, que foi passada para outro grupo e também estamos iniciando na Ferroviária. A academia, felizmente, deu uma melhorada no número de alunos. Falta agora dar uma arrancada com os atletas. Nesse final de semana teve o Campeonato Mundial de Judô no Rio de Janeiro, em que o Brasil conseguiu ganhar três medalhas de ouro e uma de bronze. O Mário esteve assistindo, junto com o Nilson e Ricardo Bravim.

Quanto às atividades competitivas, pouca coisa tem sido feita: ficamos em segundo nos Jogos Regionais e temos participado dos eventos regionais da Delegacia.

Eu estou em São Paulo porque iniciei o tratamento de radioterapia numa clínica daqui, recomendada pelo Adhemar Lucchesi. Ainda bem que a Unimed assumiu a cobertura do tratamento. Minha sogra faleceu

no mês passado. Graças a Deus o restante da família está em ótimas condições de saúde.

[...]

No mês de maio estive em Natal para ministrar atividades de judô, junto com Sadao Fleming e em junho voltei a passeio com a Tizo.

[...]

Quando estou na academia, acendo “senko” e agradeço meu pai e minha mãe pela benção de minha família maravilhosa.

## **Botucatu, 27 de novembro de 2007**

Terminei meu tratamento com radioterapia há um mês e agora creio que está zerando o PSA, no exame que fiz recentemente. Inclusive falei com o Amaro por telefone para marcar uma consulta e ele ficou muito eufórico com esse primeiro resultado. Logicamente, tive alguns transtornos, principalmente desconforto intestinal, mas já está superado e estou recuperado.

No final de setembro realizamos em Botucatu mais um Torneio do tipo encontro dos projetos sociais. Era para o Nishida fazer esse evento na comemoração dos 50 anos da Ass. Avareense e que não foi realizado porque não houve liberação dos recursos que ele queria. Mas foi importante porque mexeu com o pessoal de lá e conseguiu o recurso para outra data. No dia 11 passado, fizemos o evento em Avaré e foram homenageadas algumas pessoas que tiveram atuação importante. Por sinal o doutor Reis havia falecido no mês de outubro e não foi possível fazer a homenagem enquanto vivo. Além do Reis, receberam homenagens Mata Sugizaki, Hadel Aurani, Alfredo Marques do Vale Junior, Sueo Inoue, Nilson Nishida, Helio Hiray, Alira Noguchi, Paulo Faria, Milton Sassahara e Mateus Sugizaki. O Nishida ficou muito feliz de poder organizar esse evento.

No final de semana, dia 24, realizamos o Campeonato Brasileiro Nikkey de Judô, em São Paulo e até que foi um bom evento, cumprindo a primeira etapa do trabalho com a colônia japonesa.

Agora estou preparando o encerramento de ano de nossos alunos, com a entrega de faixas aos promovidos e a confraternização. Também quero realizar a assembleia para alteração do estatuto da Mata Sugizaki, agora em dezembro, quando os faixas-pretas estarão se reunindo.

## **Botucatu, 27 de fevereiro de 2008**

São cinco horas da manhã e estou na academia para o treinamento do Bravim, que iniciou há três dias esse programa. Quero resgatar meu entusiasmo na preparação de atletas, sei que ele tem bom potencial, mas é muito imaturo e devo tratá-lo com muita atenção e rigor.

Antes será bom abordar os acontecimentos no período que ficou sem registro. A promoção de faixas do final de ano foi bem-sucedida, realizada na Ferroviária, apesar da chuva.

As atividades na academia tinham sido iniciadas em 10 de janeiro com baixa frequência, reforçando-se após o carnaval e agora já se normalizou. Com a mudança de turmas do Akira, eu assumi mais uma turma, e agora tenho nas segundas, quartas e sextas-feiras, das 16:30 até às 18:30, duas turmas, e à noite dou treinamento. Ainda em dezembro fizemos a assembleia para aprovar o novo estatuto da AJMS.

Eu estava pouco estimulado para tocar a academia, mas agora mudei meu direcionamento de objetivos. Quero formar uma equipe de atletas novamente. Espero que com isso eu tenha incentivos para levar minha proposta de judô em frente e mostrar que é importante trabalhar os fundamentos técnicos para obter bons resultados. Peço o apoio de meu pai e minha mãe para ter coragem e paciência de tocar essa proposta pessoal.

## **22 de fevereiro de 2010**

Até parece que esqueci de anotar os acontecimentos, que na realidade estavam sendo atualizados no meu notebook, que infelizmente foi roubado dentro da Academia na semana passada. Com isso perdi diversos arquivos que eu vinha atualizando para trabalhar nas próximas etapas. Lamentável é o arquivo de fotografias, que eu já não lembro mais.

Neste exato momento, encontro-me internado no HC-Unesp para tratamento e exames, porque estou com anemia desde outubro do ano passado. E agora deu uma queda brava nos elementos sanguíneos, inclusive nos neutrófilos. Assim, estou no isolamento para evitar qualquer forma de infecção.

Vou tentar relembra os fatos de 2008 e 2009, sem dar ordem cronológica, mas para registrar o que foi marcante [...].

Na academia, a Tizo está muito feliz cuidando dos negócios e as coisas estão caminhando muito bem. Conseguimos manter o número de

alunos na passagem das férias e agora a procura tem sido excelente. Se mantiver esse estado será possível aguentar o pessoal, independentemente de quando a Prefeitura liberar recursos para tocar os projetos sociais.

Neste ano resolvemos fazer uma reforma na academia, construindo um alojamento com lavanderia e tudo mais que já havia, para acomodar os atletas que nos procuram para vir morar e treinar em Botucatu. Além disso, fizemos um cômodo de vestiário para os professores e pintamos toda parte interna e os fundos. Na parte externa, acertamos o muro do vizinho de cima e construímos o muro da vizinhança de baixo, que estava prestes a cair. O restante da reforma vai ficar por conta do Edson Bustos. Nós cedemos a parte da frente, a área na entrada da academia para ele montar a empresa de distribuição de quimonos e a pintura será definida após a conclusão dessa parte [...].

Quanto a nossa equipe principal, participamos dos Jogos Regionais em 2008, ficando em terceiro lugar no geral masculino e terceiro no feminino. Em 2009, nosso feminino foi com atletas somente de Botucatu, conseguindo um terceiro lugar por equipes e quarto no geral [...]. No masculino, ficamos em segundo no geral, apesar de perder para São Carlos e Piracicaba na equipe. A dupla de kata, Mário e João Guilherme, ficou com prata nos Jogos Regionais e bronze nos Jogos Abertos. Quanto às demais atividades, merece destaque a classificação no Campeonato Paulista da 2ª Divisão e as solenidades de encerramento do ano, tanto dos projetos sociais como da Academia.

[...]

No início do ano tive algumas complicações com infecção urinária e depois houve queda acentuada das células sanguíneas, inclusive [em] neutrófilos e plaquetas. O médico, Dr. Newton Hokama, achou mais adequado eu ficar no isolamento para fazer exames e evitar infecções. No meu raciocínio simplório, isso deve ser resultante do tratamento radioterápico e que está apresentando efeito tardio. Bem, de qualquer forma estou aqui para ir até às raízes e sair bem dessa, se Deus quiser. Enquanto isso, fico entretido nos sonhos da minha casa, que já descartei de ser a de Avaré, só se houver grandes mudanças. Também fico pensando e refletindo sobre minha função no judô. Creio que não posso deixar de publicar o meu livro.

Rezo a vocês, meus pais e amigos que já estão em outra esfera, para me dar forças e concluir meus projetos. Só não devo demorar muito.

## **Botucatu, 10 de abril de 2010**

Faz vinte dias que estou no isolamento de minha casa, para repouso, e evitar qualquer ocorrência de infecção, porque os exames realizados levaram ao diagnóstico de síndrome mielodisplásica, uma doença que causa deficiência das células sanguíneas por predominância de blastos, que são células não diferenciadas no processo de maturação. Tivemos uma reunião da equipe médica, Dr. Newton, Dra. Paula e um novo profissional que foi apresentado, Dr. Rafael, quando relataram o quadro da doença e me deram a opção de fazer o tratamento pela Unimed, na cidade, sob os cuidados desta última. Desde então venho fazendo o possível para seguir as recomendações médicas.

Tenho procurado com paciência levar a sério a recomendação médica, e também usar meus recursos de energização que tanto treinei durante minha vida para, neste momento, contribuir na recuperação da saúde. Acredito que algum resultado positivo esteja sendo conseguido, porque estou me sentindo, a cada dia que passa, com mais disposição, e nessas duas últimas semanas não houve necessidade de transfusão de sangue como previsto. Ontem fui a Jaú com minhas irmãs para fazer o teste de compatibilidade, caso haja necessidade de transplante de medula óssea. O médico em Jaú, indicado pelo Lino Lemonica e também pelos médicos de Botucatu, e pelo Doutor Vergilio Colturato, que disse ter sido meu aluno. Ele explicou que o transplante não seria recomendado no meu caso devido à idade, inclusive que há uma regulamentação do Ministério proibindo-a sem haver justificativa adequada. Sinceramente, espero que não haja necessidade pela recuperação que estou tendo, porém se tiver de acontecer, estaremos preparados. Na próxima semana estarei colhendo nova amostra da medula para ser encaminhada ao Laboratório Fleury e fazer a análise citogenética.

Aproveito o tempo para pôr em ordem a papelada. Passei a ata da eleição da AJMS, encaminhando para registro no cartório, estou fazendo o controle da parcela da subvenção que saiu em fevereiro e agora vou fazer o imposto de renda.

Tenho tentado escrever a história do judô Sugizaki, mas acho que estou muito devagar, preciso ter mais agilidade. De qualquer forma é legal, porque vou relembrando as passagens.

## **Jaú, 13 de janeiro de 2011**

Hoje estou internado no Hospital Amaral de Carvalho, em Jaú, juntamente com a Olga, para realizar o transplante de medula. A Olga será a doadora para o transplante. Desde o último relato, felizmente houve uma mudança substancial em meu quadro de saúde, com recuperação total e retorno às atividades cotidianas. Logicamente, continuei fazendo a quimioterapia, completando oito ciclos em dezembro, e isso reforçou minha recuperação, permitindo esse passo do transplante.

Em relação às atividades, retomei a administração da academia, embora a Tizo e a Maria continuassem à frente do controle. Fui aos Jogos Abertos do Interior, mas não fiz muito esforço para acompanhar o pessoal nas competições em geral. [...] Também foi aprovado pelo Ministério dos Esportes nosso Projeto de Incentivo ao Esporte [...]. Em dezembro fizemos o cerimonial de promoção de faixas para 80 alunos.

Importante citar que a reforma da academia aconteceu sem minha participação direta, exceto depois que retomei as atividades, somente no final para terminar a entrada, que por sinal deu um toque especial.

[...]

Vamos aguardar a minha reforma de saúde porque as reformas de construção sempre deram bons resultados. Obrigado, papai e mamãe, por tudo de bom que acontece comigo. Quero agradecer também a participação de todos meus amigos que já se foram e a solidariedade daqueles que me dão energia pelas orações e pela amizade.

## **Jaú, 21 de janeiro de 2011**

Iniciei o tratamento para receber o transplante após realizar uma série de exames, e a Olga também completou os exames para avaliação geral. A única coisa é que temos de ficar confinados no quarto do hospital, apesar de estarmos sendo bem tratados, por sinal, já ganhei um quilo. Fico no computador, leio e faço minhas reflexões. Exatamente nesse ponto, quando estava deitado recebendo o [tratamento] quimioterápico e pensando no transplante, que invoquei o papai e a mamãe em oração, para entender melhor a razão desse passo em minha vida. Logicamente a questão da saúde vem em primeiro lugar, daí surge a questão: será pela necessidade de prolongar minha vida? Por que isso?

Penso eu que estou sendo submetido a esse tratamento porque devo ter algum compromisso, alguma missão que falta complementar. Claro que por mais que se faça, nunca conseguimos concluir de vez, sempre haverá débitos pendentes. Falando nisso, papai, eu espero ter conseguido saldar a maior parte dos seus débitos pendentes, em relação à família e ao judô, pois nossa família subsistiu ao tempo, aos momentos difíceis, a todas interferências externas próprias da expansão no número de membros, enfim, a qualquer outro aspecto. Maior exemplo disso foi a passagem de ano 2010-2011, [em] que reunimos a grande maioria dos membros diretos e os agregados. Foi maravilhoso, pena que o Hatiro e os filhos não puderam participar por estarem distantes demais.

Do judô tenho orgulho de falar porque tudo que fiz em minha vida foi para continuar seu sonho, realizar seu ideal. Posso garantir ao senhor que mamãe participou em grande parte do nosso trabalho, que o judô Sugizaki está muito além do que nós poderíamos sonhar naquele tempo em que estávamos juntos fazendo nossas projeções. Consegui, tal como o senhor, envolver minha mulher, filhos e netos nesse sonho. Digo com absoluta certeza que o nosso objetivo do judô continua na mesma linha e o ideal nunca irá morrer.

Ainda não tenho claro, e possivelmente nunca terei o conhecimento exato de minha missão após o transplante, mas tenho plena convicção [de] que estarei sendo guiado pelo senhor, papai, pela senhora, mamãe, por Deus Todo Poderoso e terei apoio de todos os meus verdadeiros amigos que se encontram ao lado de vocês. Por essa razão, vou continuar minhas atividades isento de qualquer interesse político ou financeiro, mas por acreditar que estarei no caminho de meu destino. Quero pedir apenas a orientação, o apoio e a coragem para esse fim [...].

## **Botucatu, 27 de maio de 2012**

Hoje seria aniversário do papai, completando 94 anos. Infelizmente, neste ano estará completando também 40 anos de seu falecimento. Logo após a morte de papai, senti muito a sua falta porque tínhamos uma relação bastante intensa de confiança e apoio mútuos. Entretanto, com sua ausência tive de adotar, por força das circunstâncias, todas as medidas e ações para enfrentar as situações herdadas pelo trágico acontecimento, logicamente, sempre requisitando e contando com a orientação espiritual

dele. Entre as heranças deixadas por ele, uma foi de grande importância para eu poder enfrentar os momentos difíceis: os amigos dele e aqueles que eu aprendi a conquistar por seu exemplo.

Meu pai, embora desprovido de riquezas materiais, ele sempre procurou ajudar as pessoas ao seu redor sem esperar qualquer retorno, e isso foi fundamental para ele ter um círculo de amigos [em] que podia confiar e contar para qualquer ação que fosse necessária. Esse aspecto de conduta humana foi de grande valia para mim.

Tenho pensado seguidamente em escrever sobre minhas experiências, desafios, conquistas e derrotas, enfim, minha própria vida. E este diário me faz recordar inúmeras passagens que muitas vezes passam despercebidas.

Quando digo “experiências e desafios” quero me referir ao meu estado de saúde, que procurei encarar como um desafio da natureza, ou seja, um teste promovido por Deus para que eu pudesse manifestar a minha capacidade de luta, fortalecer minha crença e, sobretudo, reafirmar que nada represento se não for por desígnio divino.

Desde dezembro passado minha recuperação se aproxima do estado normal de saúde e sinto que a cada dia estou mais apto para assumir certos compromissos próprios, embora ainda exija muita cautela e a produção de hemácias esteja no limite inferior. Mas vamos em frente e fazer o possível.

## **Botucatu, 7 de agosto de 2012**

Na semana passada completei 66 anos. Mais um ano de lutas, mais um ano de conquistas, neste momento vivo das alegrias e os pequenos desencontros não me aborrecem, simplesmente me alertam para os próximos passos. Ainda ontem tive uma consulta periódica com o Dr. Vergílio e o estado geral é bom, devo me cuidar sempre.

Hoje perdi o sono às duas horas e fiquei refletindo sobre os meus próximos passos em relação à família e ao judô.

EPÍLOGO: ENTREVISTA AO  
*DIÁRIO DA SERRA* EM 26  
DE AGOSTO DE 2008

**Nome completo:** Mateus Sugizaki

**Data de nascimento:** 29 de julho de 1946

**Onde nasceu:** Arandu, São Paulo

**Mora em Botucatu desde:** 1965

**Casado:** Sim

**Filiação:** 4 filhos e 3 netos

**Formação:** Bacharel em Ciências Biomédicas e licenciado em Educação Física

**Peso:** 75 kg

**Altura:** 1,60 m

**Graduação no judô:** faixa-preta 8º dan

**Nos conte como e quando você começou no judô. Alguém te influenciou?**

Iniciei em 1957 na cidade de Avaré, levado por meu pai, que também praticava.

**O que você conquistou com o judô, fora (pessoa) e dentro (títulos) dos tatames?**

No judô, os títulos esportivos mais importantes que conquisei foram: Campeão Mundial Universitário (Lisboa, 1968); Campeão Pan-americano (Porto Rico, 1968), Campeão Sul-americano (1970);

Campeão Brasileiro (de 1966 a 1970); Campeão Paulista, terceiro colocado nos Jogos Universitários Mundiais (Tóquio, 1967); Campeão dos Jogos Abertos do Interior. Também ministrei cursos técnicos pelo Programa de Solidariedade Olímpica do Comitê Olímpico Internacional no Chile, Argentina, Panamá e República Dominicana. Fui técnico da Confederação Brasileira de Judô de 1980 a 1985 e da Federação Paulista de Judô de 1973 a 1980.

Fora do tatame: primeiro em minha vida profissional, como professor universitário da Unesp, obtive os títulos de doutor e professor livre-docente, chegando ao cargo de professor titular e ocupando funções de vice-diretor da Faculdade de Ciências de Bauru e membro assessor da Reitoria. Em minhas atividades sociais e esportivas, fui vice-presidente e diretor técnico da Federação Paulista de Judô (1997 a 2005), presidente da Associação de Cultura Japonesa de Botucatu, presidente da Sociedade Esportiva e Cultural Nipo-brasileira de Avaré e representante do Brasil no Congresso Internacional de Líderes da juventude no Japão, 1981.

### **Que filosofia você aprendeu com o esporte e segue até hoje?**

O judô tem como fundamento três princípios filosóficos: da suavidade ou flexibilidade, do melhor uso da energia e da amizade e benefícios mútuos. “Suavidade” quer dizer não oferecer resistência frontal à força agressiva, e sim utilizar essa força a seu favor. O “melhor uso da energia” significa que, ao executar alguma ação, o indivíduo deve empregar toda sua atenção para fazer o melhor possível. “Amizade e benefícios mútuos” significam o espírito de equipe. No conjunto dessa filosofia, os ensinamentos me permitiram ter melhor entendimento da vida em sociedade, e com isso, nos meus empreendimentos, sejam familiares, profissionais ou sociais, acredito terem sido feitos com sucesso.

### **Qual foi a luta mais marcante da sua vida? Conte com detalhes por que essa luta o marcou e o que aconteceu depois.**

Foi num Campeonato Brasileiro, em que participei na categoria de absoluto, ou seja, sem limite de peso, enfrentando um adversário de 140 kg e quase dois metros de altura. Após dez minutos de combate sem pontuação, a decisão coube aos árbitros, que deram a vitória ao meu adversário. Com essa decisão, o público que lotava o ginásio interrompeu o campeonato com vaias estrondosas. Ao sair, tive a sensação

de vencedor. Encontrando meu pai, que era também meu técnico, ele simplesmente disse: “foi uma pena, você lutou bem, mas precisa treinar mais para vencer e não deixar a decisão para os árbitros”.

Esse foi um dos maiores aprendizados que tive na vida. Faça você mesmo aquilo que for de sua competência e não responsabilize os outros pelo seu insucesso.

**Você já precisou utilizar suas técnicas fora do tatame, num caso de perigo por exemplo? O que vocêalaria para aquele que treina algum tipo de luta marcial apenas para bater nos outros ou ser o valentão da turma?**

Não, nunca, porque sempre procurei agir pelo lado do bom senso e do diálogo. Para aquele que pratica arte marcial para ser valentão, diria apenas “seja valente e corajoso com sua responsabilidade e seu compromisso de cidadão, utilize seus conhecimentos para proporcionar uma vida melhor aqueles que estão ao seu lado e necessitam seu apoio”.

**Nos conte um pouco sobre seu pai e a história da sua família no judô.**

Meu pai, Mata Sugizaki, era conhecido carinhosamente por “Seu Mário”, nascido na província de Shizuoka, no Japão, veio para o Brasil como imigrante aos 14 anos de idade. Começou a praticar judô na cidade de Avaré junto com outros companheiros, fundando a Academia Avareense de Judô em 1957, quando recebeu sua faixa preta. Embora não tivesse instrução escolar além do fundamental, era estudioso do judô, tornando-se um autodidata que obteve reconhecimento como mestre do esporte. Em 1965 veio para Botucatu formar sua escola e implantar o sistema judô Sugizaki para desenvolver o esporte.

**É sabido que você já formou e treinou vários atletas. Quais foram? Destes, de quem você tem mais orgulho e por quê? O senhor tem alguma história envolvendo algum desses atletas e que marcou sua carreira?**

Juntamente com outros companheiros, como o professor Akira Noguchi e nossos dirigentes, tivemos a alegria de ter em Botucatu diversos atletas de destaque no judô paulista e brasileiro, alguns até mesmo internacional, como Carlos Guadagnini Júnior, Antonio Gabriel

Filho e Mario Mateus Sugizaki. Além disso, nossas equipes que sempre representaram Botucatu foram campeãs dos Jogos Regionais por quinze anos consecutivos. Particularmente, minha grande satisfação é ter formado bons atletas no judô que, após a fase de competidores, se tornaram profissionais de sucesso e cidadãos responsáveis. Grande parte deles concluíram cursos de pós-graduação com doutorado e hoje ocupam cargos por todo território brasileiro.

Uma história interessante é do Sergio Piedade, médico, professor da Unicamp e pós-doutor na França. O Serginho, em sua época de competidor, foi quatro vezes vice-campeão paulista de judô. Quando ingressou na faculdade de medicina que cursou no Rio de Janeiro, finalmente conseguiu o título de campeão estadual de judô, lógico, como atleta carioca.

**É verdade que você foi um dos cientistas que fizeram parte do Projeto Brasil na Antártida? Nos conte como foi essa fase de sua vida e as experiências que você vivenciou lá.**

Tive a oportunidade de integrar uma equipe de pesquisadores do Proantar, Programa Antártico Brasileiro, em 1988. Participei de seis expedições ao continente antártico entre 1991 e 2000, sendo três verões e três invernos, num total de dezoito meses. O projeto era um estudo sobre o metabolismo energético de peixes antárticos que sobrevivem às baixas temperaturas daquela região e são dotados de sistemas fisiológicos altamente diferenciados, inclusive com substâncias anticongelantes no organismo.

Esse período como pesquisador antártico, além de ter sido muito produtivo em minha atividade profissional, foi um desafio que enfrentei com muita tranquilidade devido ao judô.

**Se o senhor tivesse a oportunidade de lutar com alguém (não precisa ser esportista) e dar um ippon no tatame, quem seria e por quê?**

Seriam os políticos corruptos que infelizmente denigrem a imagem da classe política, causam enormes prejuízos aos brasileiros mais inocentes e impedem que o Brasil tenha a credibilidade de um país sério.

**O que o senhor achou do desempenho do Brasil na Olimpíada de Pequim e, mais especificamente, dos judocas brasileiros?**

A expectativa era de melhor desempenho em termos de medalhas conquistadas. O judô superou as duas medalhas de 2004, mas era esperado que qualitativamente tivesse melhor desempenho.

**Há algo que explique o fraco desempenho, principalmente na hora de conquistar medalhas de ouro? Por que apenas um nadador como o Michael Phelps conquista oito medalhas de ouro sozinho e confirma o favoritismo, e o João Derli, bicampeão mundial, não obteve o resultado esperado?**

Sim. O esporte brasileiro, com exceção do futebol masculino, sempre tem uma forte pressão por parte dos dirigentes, que se preocupam mais com suas posições políticas do que com os objetivos esportivos. Com isso, levam para a mídia suas expectativas, que acabam se tornando instrumentos de cobrança sobre os atletas de maior destaque.

A atuação do Michael Phelps na natação é admirável e com certeza ele teve todo o trabalho de equipes profissionais para mantê-lo na busca de seus objetivos. Não dá para comparar a natação com o judô, porque no confronto direto com o adversário torna-se difícil fazer previsões, porém apenas isso não justifica o resultado obtido. Com certeza, além da ausência do trabalho psicológico, o planejamento de treinamento e do ritmo de competição não foi adequado para o João Derli chegar no seu auge na Olimpíada. O mesmo ocorreu com o Thiago Camilo, sobretudo a cobrança de resultados. Já no caso do Leandro Guilherme, ele mostrou superação em função de suas condições, e uma medalha de bronze era o que se podia esperar.

**Quais foram as suas participações em Olimpíadas? Qual é a sensação de representar o país nos Jogos? Que fato na Olimpíada que mais te marcou?**

Estive na Olimpíada de Moscou, em 1980, como técnico da seleção brasileira. Foi a partir daí que iniciamos um trabalho metódico na Confederação Brasileira de Judô, com planejamento e busca de experiências competitivas internacionais. O primeiro resultado desse trabalho foi em 1984, na Olimpíada de Los Angeles, onde o judô conquistou uma medalha de prata e duas de bronze. Também estive na Olimpíada de Atlanta, em 1994, como observador técnico, sendo coordenador de uma delegação de 60 técnicos, árbitros e dirigentes.

Como competidor, não tive oportunidade de participar de Olimpíadas porque no período em que eu estava na plenitude atlética não havia competição de judô, que foi no México, em 1968. De qualquer forma, posso dizer que participar de uma Olimpíada é um sonho indescritível.

**Qual é seu maior orgulho hoje?**

Meu maior orgulho é o que pude fazer no judô brasileiro e ser respeitado por ter tido competência nas minhas ações.

**Quais são suas atividades hoje?**

Aposentado de minhas funções profissionais, fui convocado para reassumir a responsabilidade da Associação de Judô Mata Sugizaki.

**O senhor ainda dá aulas, pratica exercícios? Qual é o segredo para se viver bem e com vitalidade? Tem alguma alimentação específica?**

Sim, dou aulas todos os dias da semana, fazendo um pouco de atividades com os alunos menores. Para se viver bem, a atividade física é imprescindível, por isso faço minhas caminhadas, sempre em ritmo exigente. Também, a atividade social contribui para uma vida saudável, gosto de dançar e passear. Quanto à alimentação, sem dúvida é importante, e acompanhada de um bom vinho.

**O senhor tem noção do que seria a sua vida hoje sem o Judô?**

Sempre vivi intensamente com meus compromissos, tanto os familiares, os profissionais, os sociais e o judô, por isso não tenho a menor ideia do que poderia ser.

**O que impede que o esporte (não só o Judô) chegue a um maior número de pessoas e crianças carentes em Botucatu?**

Na minha opinião, o que falta são projetos e propostas voltados para a realidade de cada comunidade. Desde 2005, o judô Sugizaki tem, em parceria com a Prefeitura Municipal de Botucatu, os seguintes projetos sociais: Escolinha Semesp, no Ginásio de Esportes; Projeto Atleta do Futuro, no Sesi; Projeto Cras-Leste, no Jardim Brasil, Projeto Cecip e Fundação Casa.

Nesses projetos temos cerca de 300 praticantes de judô assistidos por quatro monitores orientados para ministrar o esporte e a educação complementar. Nos jogos Regionais realizados em Lins, no corrente ano, três atletas desses projetos integraram a equipe de Botucatu.

Logicamente, algumas atividades são mais difíceis de programar, tal como a natação; porém não são impossíveis. A Associação Botucatuense tem um bom trabalho com a natação, e a Ferroviária tem um excelente conjunto aquático que pode ser aproveitado.

**O que vocêalaria aos candidatos a prefeito deste ano para convencê-los em investir mais no esporte?**

A educação é o elemento propulsor do desenvolvimento. Botucatu é reconhecidamente uma cidade de elevado nível em termos educacionais, mas é necessário atingir maior amplitude. Assim como as atividades culturais, o esporte é um excelente catalisador para crianças e jovens buscarem os caminhos da educação, e por isso torna-se indispensável fazer maiores investimentos no esporte em Botucatu através de um programa bem dirigido.



## REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO CULTURAL E ESPORTIVA DE PEREIRA BARRETO. **Cinquenta anos de Acep**: edição comemorativa de 50 anos da Fundação da Associação Cultural e Esportiva de Pereira Barreto. Pereira Barreto: Acep, 2006.

FAIXA Preta. São Paulo, FPJ, [19--]-.

JORNAL de Bastos. Bastos: Bastos Já, [19--]-.

KANO, J. **Kodokan judo**. Tokyo: Kodansha, 1994.

\_\_\_\_\_. **Energia física e mental**. São Paulo: Pensamento, 2008.

KIAI: revista oficial das artes marciais. São Paulo: Biopress, 1998. Edição comemorativa dos 40 anos da FPJ.

SAKURAI, C. **Os japoneses**. São Paulo: Contexto, 2007.

SHINOHARA, M. **Manual de judô shinohara**. 5. ed. São Paulo: Fontoura, 2005.

STEVENS, J. **Três mestres do budo**. São Paulo: Cultrix, 2007.

SUGAI, V. L. **O caminho do guerreiro**. São Paulo: Gente, 2000.

\_\_\_\_\_. **História e filosofia do judô**. São Paulo: FPJ, 2004.

SUGIZAKI, M.; LIMA, A. D.; DRIGO, A. J. **50 anos do judô sugizaki no Brasil**. Sinop: Evaldo Martins Pires; Global Esportes, 2016.

TOMITA, T. **Sanshiro sugata**. São Paulo: Topan, 2007.

TRIBUNA Bastense. Bastos: Tribuna Bastense, [19--]-.

VIRGÍLIO, S. **A arte do judô**. Porto Alegre: Rígel, 1994.

\_\_\_\_\_. **Conde koma**. Campinas: Átomo, 2002.

## **Presidência do CREF4/SP**



Nelson Leme da Silva Junior

## **Comissão Especial do Selo Literário 20 anos da Regulamentação da Profissão de Educação Física**



Alexandre Janotta Drigo  
Presidente da Comissão  
Conselheiro Federal  
CONFEF



Érica Verderi  
Conselheira Regional  
CREF4/SP



Mario Augusto Charro  
Conselheiro Regional  
CREF4/SP



## **Livros do Selo Literário**

1. Educação Física e Corporeidade: paralelos históricos, formação profissional e práticas corporais alternativas
2. A responsabilidade do Profissional de Educação Física na humanização da pessoa idosa
3. No caminho da suavidade: escritos do Dr. Mateus Sugizaki
4. Gestão de academias e estúdios: proposta de procedimentos operacionais para treinamento individualizado e ginástica artística
5. Pedagogia complexa do Judô 2: interface entre Treinadores Profissionais de Educação Física
6. Educação Física: formação e atuação no esporte escolar
7. Voleibol na Educação Física escolar: organização curricular do 6º ao 9º ano
8. Modelos de treinamento de Judô propostos por Treinadores de Elite
9. Trabalhando com lutas na escola: perspectivas autobiográficas de Professores de Educação Física
10. Teoria social cognitiva e Educação Física: diálogos com a prática
11. Padronização de medidas antropométricas e avaliação da composição corporal
12. Hipertrofia muscular: a ciência na prática em academias
13. Obesidade e seus fatores associados: propostas para promoção da saúde a partir do exercício físico e da aderência a ele associada
14. O Direito no desporto e na prática Profissional em Educação Física
15. Maturação biológica: uma abordagem para treinamento esportivo em jovens atletas
16. Gestão pública no Esporte: relatos e experiências
17. Métodos inovadores de exercícios físicos na saúde: prescrição baseada em evidências
18. Conceitos básicos relacionados a doenças crônicas e autoimunes: considerações para atuação do Profissional de Educação Física
19. As atividades de aventura e a Educação Física: formação, currículo e campo de atuação
20. Primeiros socorros e atuação do Profissional de Educação Física
21. Musculação: estruturação do treinamento e controle de carga

Este livro foi composto em Linux Libertine pela Tikinet  
Edição e impresso pela Coan Indústria Gráfica Ltda em  
papel Offset 90g para o CREF4/SP, em setembro de 2018.



## Selo Literário 20 anos da Regulamentação da Profissão de Educação Física

O Conselho Regional de Educação Física da 4ª Região (CREF4/SP), na sua competência de “zelar pela dignidade, independência, prerrogativas e valorização da profissão de Educação Física e de seus Profissionais”, mantendo seus valores de comprometimento, credibilidade, ética, excelência, interesse público, justiça, legitimidade, responsabilidade social e transparência, produziu o Selo Literário comemorativo dos 20 anos da promulgação da Lei nº 9.696/98, composto por obras literárias com conteúdo relacionado ao campo da Educação Física, com os seguintes temas: História da Corporeidade e o Corpo; biografia de Profissional consagrado; Educação Física escolar, esportes, lutas, gestão, *fitness*, ginástica, lazer, avaliação física, saúde, psicologia e pedagogia aplicadas.

Dessa forma, além de comemorar esta data de grande importância, mantemos nosso compromisso de estimular o desenvolvimento da prestação de serviços de excelência dos Profissionais de Educação Física perante nossa sociedade.

A todos uma boa leitura,

*Conselho Regional de Educação Física  
da 4ª Região – Estado de São Paulo*

