

„Amint indul az edzés, előkerül a bambuszbot”

Interjú Masu Touou-val

Azt mondják, idegenként szinte lehetetlen gyökeret verni Japánban – mennyivel nehezebb lehet akkor betörni egy tradicionális japán sportág élvonalába? A Mondo előretolt helyőrsége felkereste azt a honfitársunkat, akinek ez sikerült: felvételt nyert egy professzionális japán szumócsapatba.



舂東欧 (MASU TOUOU)

Kezdjük talán a bemutatkozással!

Tóth Attila vagyok, huszonkét éves, Szolnokról jöttem. Ötéves korom óta birkóztam, apu volt az edzőm. Úgy hét-nyolc éve kezdtem el szumózni a szolnoki MÁV Sportegyesületben. Nem volt hivatalos alág, birkózói berkekben szumót is csináltunk, saját zsebből. Először 2002-ben jártam Japánban magyar színekben, amatőr világbajnokságon.

Hogyan lett Tóth Attilából Masu Touou (azaz Maszu Tóó)?

Masu (舂) a Mesterem „művésznevéből” (Masuda Yama, ejtsd Maszuda Jama 舂田山, polgári nevén Masuda Shigeru 舂田茂) jön, a Touou (東欧) pedig Kelet-Európát jelenti.

Hogyan kerültél egyesületedhez, a Chiganourabeyához?

2005 nyarán magyar színekben kikerültem az ószakai junior amatőr világbajnokságra, ahol második lettem. Éppen akkor alakult az egyesület. Megkerestek, kaptam kis gondolkodási időt, megbeszéltem az otthoniakkal és döntöttem. Túl sok feltétel nem volt: elsősorban hízzak, ameddig csak lehet.

Mi vár az újonnan bekerülőkre?

Egy orvosi vizsgálattal kezdenek. Meg kell felelni az alapelvárásoknak, a súly minimum hetvenöt kg, magasság legalább százhetvenöt centi. Sokaknak a második kitétel okoz nehézséget. Ezután a kizáró okokat vizsgálják, ilyen például a cukorbetegség. Utána egynapos bemutatkozó mérkőzéseket tartanak versenydíszakon belül az újoncoknak. Ez inkább hozzászoktató forma, tétje nincs. Egymás ugráltatása, mint mondjuk az egyetemen a gólyáknak, nem szokás és energia sem marad rá igazán.

www.szumo.hu
A magyar szumó fansite,
sok érdekes infóval

www.sumo.hu
A hivatalos magyar szumó
sportszövetség oldala

„Egy heya, egy család” – hallani sokszor. Ez így megállja a helyét? Miben nyilvánul meg a mindennapokban?

Ez így van, a nap huszonnégy óráját együtt töltjük. Étkezés, házimunka, mindent együtt csinálunk. A heyában most tizenkét aktív versenyző van (rikishi, 力士), egy bíró (gyouji, ejtsd: gjódzsi, 行司), plusz aki a frizuránkat készíti (tokoyama, ejtsd: tokojama, 床山). Minden versenyhelyszínen van a Chiganourabeyának egy-egy háza, négyhavonta költözünk mindenestül. Az egyesület cuccát és a személyes holminkat konténerekbe pakoljuk, biciklitől kezdve a pályaépítéshez szükséges szerszámokon át a hűtőig és mosógépig mindent. A tokiói „főhadiszállás” egy kétemeletes ház, az első emeleten egy nagy szobában mi lakunk, a másodikon pedig a Mester és a családja.

Mesélnél a kezdeti időről?

Az első két-három hónap, amíg valamennyire megtanultam a nyelvet, nagyon nehéz volt. Az edzéseken (is) kézzel, lábbal vagy könyvvel kommunikáltunk. Szerencsére jó Mestert fogtam ki, jól kijövünk. Viszont amint indul az edzés, előkerül a bambuszbot. Ezt az éles váltást is megszoktam már. Az elején szemmel választottam az ételeket. Mára változott az ízlésem, például natto nélkül el sem tudom képzelni a napot.

Ha már itt tartunk, mit esztek?

Van egy szumós „mindent bele” leves, a chankonabe, amit mindennap eszünk. Kü-

lönböző ízekkel, misóval vagy húsleveshez hasonlítható lével, szójaszószos alappal – utóbbi a kedvencem. És abba mindent tesznek, húst, gombát, zöltséget, tofut és a többi. Mellé természetesen rizs és húsételek. Például tizenkét emberre négy kiló húst, plusz a leveshez kettőt használunk fel. Hozzá tizenegy-tizenkét kiló rizs. Mindent egy étkezéshez. Sokat segít, hogy például a rizst szponzoroktól kapjuk.

Milyen egy átlagos napod?

Mindennap fél héttől-héttől edzés mindenkinél. Éhgyomorral, mert úgy az izmok fejlődéséhez szükséges hormonok könnyebben felszabadulnak. Az edzés tizenegyig tart, utána elkészítjük az ebédet, majd evés, mosogatás. Azt követően csendespihenő

A MINDENNAPI BETEVŐ

Chankonabe (ejtsd: csankonabe) – Mindenféle jóval sűrűn megrakott (hízalókúra) leves. A nabe önmagában edényt jelent.

Miso (ejtsd: miszo) – Különböző ízesítésű sűrítőmenny számos összetevőből (szójabab, rizs, rozs és még sok más), a legendás misoshiru (miszo-leves) alapja. Csodát tesz másnapokon.

Nattou (ejtsd: nattó) – Proteinben gazdag, erjesztett szójabab. Lehet mumus, lehet ínycsiklalat: gusztus dolga. (L. még Mondo 07/02.)

Tofu (ejtsd: tófu) – Kínai eredetű, kockákba koagulált szójababtej. Minimál íz, minimál energiatartalom kombó.



A szerző felvételei

A szerzővel

négyszázötvenig. Utána megint főzés, takarítás hat óráig. Vacsora, mosogatás és aztán szabad a nap. A házimunkát hármass-négyes csoportokra osztva végezzük. „Önszorgalom-ból” egyedül vagy ketten, hárman együtt is edzünk pluszban. Tradicionális módon homokszákkal, vagy például egy csapattársal a hátán guggolunk, ilyesmi.

Meddig „katonadolog” egy sérülés az edzéseken?

Ez a versenyzőtől függ, általában a sérülésekről nem szólnak. A pálya agyag, ezért alpból kemény. Gyakorta kifordul a boka, elcsavarodik a térd, kiugrik a váll. Mindent magadnak kell megoldanod.

Hogy néz ki egy éves menetrend? Versenyek, helyszínek?

Egy évben hat darab tizenöt napos verseny van, kéthavonta. Időrendben: Tokió, Ószaka, Tokió, Nagoja, Tokió és Fukuoka. Legjobban Nagoját szeretem. Versenyidőszakonként egy hét, azaz összesen hat hétnyi szünetünk van. Az alsó négy osztály tizenöt napból hetet versenyez, utána egy hét szünet. A versenyek reggel fél kilenctől este hatig tartanak, magasabb osztályonként minél későbbi időpontban, a yokozunák (ejtsd: jokodzuna, 横綱) a nap legvégén. A felső két csoport tizenöt napot versenyez egyhuzamban, az utolsó nap a keleti és a nyugati yokozuna mérkőzik meg.

Hogyan befolyásolja az a mérkőzés a yokozuna sorsát?

Ha valaki eléri a yokozuna címet, onnan nem lehet visszaesni, csak visszavonulni. Csak az lesz tartósan yokozuna, aki népszerű, vagyis látványos szumót produkál. Vagy mondjuk a tizenöt versenynapból mindegyiken nyer. Ha már yokozuna az ember, legyen tornagyőztes is. Ha egy yokozuna nem tartja a minőséget, azzal elkopik a varázsa, vagy esetleg lesérül – onnantól kezdve a szumósövetség lemondásra bírhatja.

A ranglétrán te most hol tartasz?

A Makushita (幕下) osztályban vagyok a negyvenhetedik helyen (az interjú idején).

Minél jobb a pozitív mérleg, annál nagyobb lép előre a versenyző a csoportján belül. Ha mondjuk a Jonokuchiban (dzsonokucsi, 序の口, legalsó csoport) 7:0-val végez valaki, rögtön a következő osztályba kerül. Onnan 7:0-val egy verseny alatt a Sandanmébe (szandanme, 三段目) lehet kerülni, ahonnan szintén minden mérkőzés megnyerése esetén be lehet jutni a Makushitába. A Makushitától nehezedik a dolog: az kerül egy csoporttal feljebb, akiről feltételezik, hogy meg is tud maradni ott. Amilyen nehéz felfelé kerülni, olyan könnyű visszaesni egy alsóbb osztályba. A ranglistát (banzuke, 番付) a bírók állítják össze, ők döntenek el, hogy egy versenyen adott eredménnyel hány helyet lép előre egy versenyző. Én három év alatt kerültem a Makushita osztályba, ez átlagos karriernek tekinthető.

Milyen a heyán belüli pozíciód?

Egy felsőbb osztályban több a versenyző szabadsága. Ha például nem vagyok pontosan ott négykor a takarításnál, akkor sem éri szó a ház elejét. Mindez a rangsorról és a senpai-kohai (senpai-kóhai, főlé-alárendeltségi) viszonytól függ. Ha valaki előbb került be, mint én, az nekem senpai (feljebbvaló), de a ranglistabeli helyezésem ezt korrigálja.

A közeljövőre vonatkozó terveid?

Úgy öt év múlva már a Makunouchi osztályban szándékozom versenyezni. Ez nagyban függ a testi kondíciótól, (bal)szerencsétől, ha például sérülés miatt nem tudok indulni egy-két versenyen, vagy ha visszafogyok. Egy komolyabb sérülés, mondjuk egy térdműtét miatt majd fél évbe kerül, amíg valaki újra formába hozza magát. A csalódás miatti megrázkódtatásról már ne is beszéljünk. Ezt is egyéne válogatja, van, aki abbahagyja, mások újrakezdek az elejéről.

Hogy látod a szumós karrier utáni lehetőségeket, ha sikeres pályát futsz be?

Egy mester hatvanöt éves koráig lehet egy heya feje, utána ki kell szállnia. Ha a heyából kikerül egy sekitori (szekitori, 関取), akkor az továbbviheti az istállót ugyanazon a néven. A Makunouchi szinten már ez könnyen megvalósítható és ehhez van a legtöbb kedvem. Ezt három-négy év múlva már jobban fel tudom mérni az akkori helyezésem alapján. De Japánhoz kötődő más lehetőséget is el tudok képzelni.

Szumós pletykákat, anekdotákat megosztanál velünk?

Nagyon zárt világról van szó, de az „nyílt titok”, hogy a szumóversenyzők közül sokan nagy hódolói a gyengébbik nemnek. A mi tokiói heyánktól biciklivel tíz percnire van Yoshiwara (világhírű piroslámpás negyed – szerk.). Nagy a stressz, valahogy oldani kell.

Lovász László

<http://torizona.blogspot.com>
<http://www.zillionmonkey.com>

MI A SZUMÓ?

A szumó Japán hagyományos nemzeti sportága. Ahogy a baseball és a labdarúgás népszerű lett Japánban, úgy tesznek szert népszerűsége Japánon kívül a szumó ősi hagyományai. Hat nagy szumóversenyt (baso) rendeznek évente, minden páratlan hónapban. A két felső szumóosztályban, a Makunouchiban és a Dzsúrjóban, ahová birkózók százai törekszenek feljutni, kevesebb mint hteven fizetett, profi rikisi (szumóbirkózó) van.

HOGYAN KELL ÉLVEZNI A SZUMÓT?

A szumó küzdősport, élvezetéhez elég néhány dolgot ismerni. Két ember találkozik egy 4,55 m átmérőjű körben. Derekukon vastag selyemövet viselnek. A cél: kiszorítani az ellenfelet a körből vagy valamelyik testrészét (kivéve természetesen a talpát) a küzdőtérre érintetni. Van egy játékvezető és néhány bíró, akik figyelemmel kísérik a mérkőzést és eldöntik, hogy ki a győztes. Ezek a küzdelmek igen rövidek, átlagosan néhány másodpercig tartanak, bár néhány izgalmas összecsapás 2-3 percig is eltarthat. A küzdőfeleknek tilos haját húzni, szemet nyomni és ököllel ütni. A szumóban nyomást, gáncsolást, pofozást és különböző testdobásokat lehet látni. Ezek a technikák sok később kialakult sportágra hatással voltak, így például a cselgáncs is ősi szumó dobótechnikákból alakult ki.

MIÉRT TANULJUNK A SZUMÓRÓL?

Ha érdekel Japán, a szumó az ország kultúrájának megismeréséhez vezető kiváló lehetőség. Férfiak és nők egyaránt rajongói e sportnak, amely mélyen és hagyományosan japán. A japán élet részévé, nemzeti kincsévé vált. Szertartásai az ősi sintó vallás elemeire épülnek, de a legmodernebb technikai eszközöket használják.

A birkózók csapatokhoz tartoznak, és közösen élnek egy olyan életformát, amely teljességgel a sportnak van szentelve. A szumó éppúgy életforma, mint sport. Mindenki megkülönböztető ruházatot visel. Szigorú az előmenetel-rendszer, rangot és pénzt a szumóban csak győzelemmel lehet szerezni. Aki veszít, azt lefokozzák.

MIRE JÓ MÉG A SZUMÓ?

Ha messze nem is olyan szinten, mint például a labdarúgás, de a szumó is nagyon népszerű szerte a világban. Az 1998-as naganói téli olimpia megnyitóján szumóbirkózók vitték az egyes országok zászlóit, és Akebono (egyike az akkori Nagy Bajnokoknak) mutatott be egy hagyományos szumószerartást. Ugyanitt ismerte el a Nemzetközi Olimpiai Bizottság önálló sportágnak a szumót. Ennek hatására rengetegen kezdtek érdeklődni iránta. Ahol van lehetőség a sportesemények televíziós közvetítésére, szurkolótáborok alakulnak ki. A szumóbarátok közössége olyan, mint egy nagy család. Korunk nagy vívmánya, az Internet rengeteg segítséget nyújt a kapcsolattartáshoz.

AMATŐR SZUMÓ

Sok országban (Magyarországon is) alakult szumószakosztály vagy -szövetség, amelynek kezeit belül birkózók százai üzik a sportot, hazai és nemzetközi bajnokságokon mérve össze erejüket.

Forrás: <http://www.szumo.hu>