



# Karate do

---

*Shotokan*

Iván Jiménez – Gabriela Cajamarca

## INTRODUCCIÓN

A continuación se presentará un texto con la información básica de karate do shotokan, el este ensayo mostraremos lo correspondiente a la historia del karate, sus creadores, su estilos, su filosofía y sus preceptos, entre otros.

La intención de este texto es cambiar perspectivas erróneas de este arte marcial como lo es el de la violencia.

## CONTENIDO

1).....	HISTORIA
2).....	FILOSOFIA
2.1).....	DOJO KUN
3).....	PRECEPTOS
4).....	CINTURONES (OBI)
4.1).....	OBI Y SU SIGNIFICADO
5).....	KUMITE

## HISTORIA

### KARATE DO SHOTOKAN

Karate (del japonés, 'mano vacía'), arte marcial (sin armas) de autodefensa en la que desde posiciones de equilibrio se dirigen o enfocan puñetazos o patadas acompañadas de respiraciones y gritos especiales. Más que un método de combate el karate hace hincapié en la autodisciplina, la actitud positiva y los propósitos de elevada moral. Se enseña profesionalmente a diferentes niveles y con nombres asiáticos como una habilidad de autodefensa, un deporte competitivo y como ejercicio de estilo libre.

El karate Shotokan aparece del maestro Gichin Funakoshi a quien la mayoría consideran el padre del Karate Do moderno, es decir como parte de las artes marciales tradicionales formativas o gendai budo. Sensei Funakoshi unió el estilo de Yasutsune Itosu y Anko Azato, sus dos maestros, que eran a su vez estudiantes del guerrero noble Pechin Sokon Matsumura. Del estilo del maestro Anko Asato, conocido como Shorei, o Naha Te; con raíces más chinas, y la táctica del sable clásico japonés o kenjutsu aplicada al movimiento corporal o 'tai sabaki'. Ejemplos de esto: son los pasos semicirculares, desarrollados para guardar el equilibrio del cuerpo sobre cualquier superficie, que se encuentran en los katas. Los varios desplazamientos y las angulaciones del cuerpo, (al defender, por ejemplo se gira el torso lateralmente). Siendo estas algunas las principales diferencias del Shotokan con todas las otras variantes tanto Okinawenses como japonesas del arte marcial original desarrollado en la isla llamado anteriormente: Tode/Te/Tuite o Shuri Te, como: el Shorin Ryu, y el Shito Ryu.

Así mismo del maestro Yasutsune Itosu, Funakoshi aprendió el estilo Shorin o Shuri Te, que en aquel tiempo ya poseía matices propias de Isla de Okinawa al incluir la filosofía y el énfasis en el golpe único o 'ikken ikkatsu' a similitud de una estocada, o corte de katana. Después de varios años de estudio de ambos estilos, Funakoshi creó un único estilo que combinaba los ideales técnicos y tácticos de los dos. Sin embargo en sus inicios la diferencia principal entre el 'karate' del Sensei Funakoshi y el divulgado por los muchos otros maestros de Okinawa era; el énfasis en incluir una formación moral y filosófica (basada principalmente en el confucionismo chino y en el Budismo zen) que busca el equilibrio entre el cuerpo y la mente. En el año de 1891 Japón consideró obsoleta la prohibición de practicar las artes marciales nativas de Okinawa, y fue retirada; por lo que Sensei Funakoshi comenzó a dar clases al público, desde 1903.

A principios del siglo XX las visitas a Okinawa del comisionado escolar del Japón Shintaro Ogawa y el Capitán Naval Rokuro Yashiro ayudaron a dar a conocer en Japón el karate de Funakoshi, tras la visita y exhibición ante el príncipe Emperador Showa a Isla de Okinawa, y con un poco de ayuda del fundador del Judo, Jigoro Kano, con quien creó el Kime-No Kata del Judo, donde se incluyen varios golpes. Vendrían los años dorados del estilo, y con ellos, la fundación de la escuela Shoto.

El nacimiento del tercer hijo del maestro Gichin Funakoshi, Yoshitaka Funakoshi fue fundamental en la historia del Shotokan, ya que este revisó las bases del arte, hasta dar

origen a los estándares actuales. Yoshitaka incorporó las patadas altas, el predominio de las posiciones bajas (tomadas de las katas o formas del arte clásico del sable o kenjutsu; arte que a su vez evolucionó en el kendo moderno), el combate de aprendizaje o kihon kumite, y el Kumite (combate). Mientras su padre se había enfocado en el karate como medio de defensa personal basado en las Kata, y como filosofía de vida. Yoshitaka desarrolló el combate libre con restricciones (Jyu Kumite) emulando el "randori" del Judo. En primer lugar, diseñó el Gohon Kumite (combate a cinco pasos, basándose también en el Kendo o arte marcial moderno del sable japonés) con técnicas simples y múltiples, donde el atacante realiza inicialmente cinco ataques seguidos avanzando y quien defiende los bloquea o los chequea / o desvía retrocediendo, aplicando un contraataque definitivo sea: un golpe de puño, de pie o de mano abierta, (o bien un barrido, un lanzamiento o inclusive una luxación seguida de un golpe) tras la última defensa. En 1933 se estructura también el Kihon Ippon Kumite (combate a una sola técnica), al año siguiente llega al Jyu Ippon Kumite, igual que el anterior pero con mayor número de movimientos, culminando con el Jyu Kumite o combate libre, establecido en 1935. Yoshitaka también incorporó varias nuevas técnicas de pierna (Geris), como es el caso de las siguientes patadas (especialmente altas, en combinación y algunas en salto): Mae geri kekomi (patada frontal penetrante), Mawashi Geri (patada circular), Yoko Geri Kekomi (patada de lado penetrante), Yoko Geri Keage (patada de lado ascendente), Ura Mawashi Geri (patada en gancho al frente), Ushiro Geri (patada hacia atrás), Yoko Ushiro Geri (patada lateral hacia atrás en giro), Ushiro Mawashi Geri (patada circular con giro total del cuerpo que golpea con el talón), y Kakato Otoshi geri (patada descendente con el talón, trazando una elipse desde el exterior al interior del oponente).

En 1935 se decidió que se necesitaba un Dojo central (Hombu Dojo) por lo que se creó un comité nacional de practicantes de karate -Do para construir el mayor dojo de karate del Japón de la época, el 29 de enero de 1936 sensei Gichin Funakoshi inauguró el dojo que en la entrada tenía un letrero que decía Shotokan (la casa del Shoto). Shoto era el seudónimo que utilizaba el Maestro de joven en sus poesías y significaba "Olas de Pinos", ya que cerca de Shuri, su pueblo natal, las observaba desde el monte Torao (Cola de Tigre) cuando el viento hacía que se movieran las copas de los árboles, lo que se asemejaba a las olas del mar. Por otro lado, el Tigre (además de su relación con el monte Torao) es el emblema oficial del estilo Shotokan (usado sólo en occidente, ya que en Japón fue heredado legalmente a la asociación Shotokai). El dibujo se basa en un diseño chino clásico que significa " el tigre nunca duerme" simbolizando el estado de alerta/consciencia interna y externa constante o Zanshin del tigre listo para la acción y la serenidad pacífica de la mente. Es importante notar que según algunos maestros e investigadores, el dibujo en realidad es otro animal mitológico de origen chino que en realidad combina características de varios animales.

Después de la Segunda Guerra Mundial (1939 - 1945) tras la reconstrucción del Hombu Dojo varios de los alumnos de Sensei Funakoshi regresaron para formar la Japan Karate Association conocida en occidente como la JKA, o en Japón como la Nipón Karate Kyokai (NKK, Japan Karate Association) que se dedicó a unificar los dojos y las universidades con el consentimiento de Funakoshi (que no sospechaba que después de su muerte,

gracias a la influencia occidental, estas mismas asociaciones harían del karate un deporte de combate más). En 1942, a la primera variante del estilo Shotokan que se dio a conocer se la nombró: KENKOJUKU (o Karate de la salud y la virtud). El director de la escuela fue uno de primeros alumnos de Funakoshi, el maestro Tomosaburo Okano. En 1956 es formada por algunos alumnos tradicionalistas que no eran partidarios de la deformación deportiva que estaba teniendo el karate, la asociación SHOTOKAI (Organización de Shoto), siendo el maestro Funakoshi nombrado como presidente. El 26 de abril de 1957 muere el sensei Gichin Funakoshi y en un monumento a su memoria quedan grabadas estas palabras que narran perfectamente la filosofía del karate-do: Karate ni sente nashi (en el karate no existe el primer ataque), lo que se contrapone fuertemente a la finalidad ofensiva de un torneo, ya que el arte se convierte en un deporte donde prevalece el ego, a lo que siempre se opuso sensei Funakoshi.

Actualmente el karate Do estilo Shotokan ocupa una posición de peso en el mundo ya que es uno de los estilos más practicados de las artes marciales tradicionales o gendai budo. Posee el mayor número de practicantes dentro de las varias interpretaciones y federaciones/ asociaciones establecidas por los alumnos del maestro, como: JKA (Japan Karate Association, maestro Masatoshi Nakayama), KENKOJUKU (o Karate de la salud y la virtud, maestro Tomasaburo Okano), SKI (Shotokan Karate International, maestro Hirokazu Kanazawa), ITKF (International Traditional Karate Federation, maestro Hidetaka Nishiyama), ISKF (International Shotokan Karate Federation, maestro Teruyuki Okazaki), SKA (Shotokan Karate of America, maestro Oshima), KWF (Karatenomichi World Federation, maestro Mikio Yahara), SRKH (Shotokan Ryu kase ha), (maestro Taiji Kase), JKS Japan Karate Shoto-renmei (maestro Tetsuhiko Asai), SHOTOKAI (maestro Shigeru Egami), etc. Y permanece como el estilo de karate que más alumnos posee a nivel mundial.

El karate Shotokan, sin importar la variante o interpretación practicada se caracteriza por: el uso asiduo de posiciones bajas que otorgan mayor estabilidad y potencia al realizar las técnicas, el uso de la cadera y de contracciones musculares en sinergia en la defensa y el ataque, una alineación corporal muy precisa durante la ejecución técnica que permite una mayor penetración de los golpes, patadas, bloqueos / desvíos y barridos.

Nótese que la organización WKF (World Karate Federation), reúne al karate en su versión deportiva, de combate libre por categorías de peso al punto, y demostraciones de las formas o "Kata" en las categorías individual y por equipos; dentro del ámbito de las federaciones continentales, federaciones nacionales, ligas, y clubes; a nivel mundial. Representando a los cuatro estilos propios más representativos del karate japonés; el Shotokan, el Shito Ryu, el Wado Ryu, y el Goju Ryu.

Asimismo la organización WUKO (World Union of Karate Organizations) representa a nivel global, tanto al karate tradicional NO competitivo como al deportivo; es decir que no solo a los estilos japoneses, ya mencionados; sino a varios de los estilos propios de Okinawa. Como: el Shorin Ryu, el Goju Ryu de Okinawa, el Uechi Ryu, el Chito Ryu, el Isshin Ryu, y otros de menor difusión, que descienden de los ya mencionados.

## FILOSOFIA

El karate do al ser un arte marcial tan fuerte debe guiarse por una filosofía para ser llevado por un camino de respeto, verdad, paz, tranquilidad tal como la dice la siguiente cita: "Vengo hacia ti con las manos vacías. No tengo armas, pero, si soy obligado a defenderme, a defender mis principios o mi honor, sí es cuestión de vida o muerte, de derecho o de injusticia, entonces aquí están mis armas: las manos vacías".

Karate tiene un dojo kun en este están las cinco bases filosóficas del karateka.

Dojo kun

¡Primero!

En busca de la perfección del carácter.

¡Primero!

La defensa de la verdad.

¡Primero!

Con fidelidad y empeño.

¡Primero!

Respeto y cortesía hacia los demás.

¡Primero!

Coraje libre de violencia.

HITOTSU!

JINKAKU KANSEI NI TSUTOMURU KOTO!

HITOTSU!

MAKOTO NO MICHIO MAMORU KOTO!

HITOTSU!

DORYOKU NO SEICHIN O YASHINAU KOTO!

HITOTSU!

REIGI O OMONZURU KOTO!

HITOTSU!

KEKKI NO YU O IMASHIMURU KOTO!

## 道場創

武道館

- 一つ人格完成に努むること
- 一つ誠の道を守ることに
- 一つ努力の精神を養うこと
- 一つ礼儀を重んずること
- 一つ血気の勇を戒むること



## PRECEPTOS

Los preceptos del karate aparecieron en la obra de Funakoshi "karate-do taikan" y son los siguientes:

- 1) Karate wa rei ni hajimari, rei ni owaru koto wo wasuruna.

El Karate empieza y termina con "Rei" (Cortesía).

- 2) Karate ni sente nashi.

En Karate no existe el primer ataque.

- 3) Karate wa gi no tasuke.

El Karate ayuda a la justicia.

- 4) Mazu jiko wo shire, shikoshite tao wo shire.

Antes de intentar conocer a los demás, concóctete a ti mismo.

- 5) Gijutsu yori shinjutsu.

El espíritu es más importante que la técnica.

- 6) Kokoro wa hanatan koto wo yosu.

Es necesario liberar la mente.

- 7) Wazawai wa getai ni shozu.

Los accidentes nacen de la falta de atención.

- 8) Dojo no mino karate to omou na.

El Karate no es sólo para dentro del Dojo.

- 9) Karate no shugyo wa issho de aru.

El aprendizaje de Karate requiere toda una vida.

- 10) Ara-yuru mono o karate-ka seyo, se soko ni myo-mi ari.

Al incluir el Karate en la vida diaria, es posible descubrir sus aspectos más sutiles y profundos, llamados "Myo".

- 11) Karate wa yu no goto shi taezu netsudo wo ataezareba moto no mizu ni kaeru.

El Karate es como el agua hirviendo; si no la mantienes al fuego, el agua se enfría.

12) Katsu kangae wa motsu na makenu kangae wa hitsuyo.

No pienses que tienes que ganar. Piensa que no tienes que perder.

13) Tekki ni yotte tenka seyo.

Adapta tu actitud en función de tu adversario.

14) Tatta kai wa kyo-jitsu no soju ikan ni ari.

La victoria depende de la habilidad de distinguir cuales son los puntos vulnerables y cuales los invulnerables (de sí mismo y del oponente).

15) Hito no te ashi wo ken to omoe.

Piensa en las manos y los pies como si fuesen espadas.

16) Danshi mon wo izureba hyakuman no tekki ari.

Al salir de casa piensa que un millón de enemigos te esperan.

17) Kamae wa shoshinsha ni ato wa shizentai.

Las posiciones son para los principiantes, después posturas naturales.

18) Kata wa tadashiku jissen wa bettsu mono.

El kata es una forma de entrenamiento; un combate real es una circunstancia totalmente diferente.

19) Chikara no kyojaku, karada no shinshuku, waza no kankyu wo wasuruna.

Nunca olvides: la correcta aplicación de la fuerza; la contracción y relajación del cuerpo; la velocidad en las técnicas.

20) Tsune ni shinen kufu seyo.

Intenta siempre aplicar correctamente todo lo que has aprendido.

## CINTURONES

El cinturón u OBI tiene como principal función permitir un movimiento más fluido sin enredarse con el karategi, cada cinturón tiene un color y ese color tiene su significado.

El centro del Sol es Blanco...

Al expandir su luz hacia el infinito

El rayo de Sol se observa amarillo...

Y luego Naranja... después Azul... a medida que alumbra más lejos se torna Verde...  
Morado... Café...

Hasta llegar finalmente al Negro en donde se confunde con la oscuridad de la noche...

Un Cinturón Negro se interna en la oscuridad de las tinieblas para dar la batalla contra el monstruo de las mil cabezas...

Si logra triunfar esta batalla nacerá en un nuevo día donde un blanco sol le recibirá alumbrando su afilada Katana espiritual.

Su Cinturón Negro ha emblanquecido, ahora por las mil batallas que el valiente guerrero libró lleno de pureza y dignidad en su corazón por alcanzar los nobles ideales señalados tiempo atrás por su sabio maestro...

- BLANCO: Simboliza la ingenuidad y limpieza que caracteriza al estudiante que no posee ningún conocimiento.
- AMARILLO: Simboliza el realismo y descubrimiento del estudiante de karate.
- NARANJA: Simboliza la ilusión y el amor del estudiante sobre el karate, el cual va descubriendo sus riesgos y las precauciones que debe tomar para no salirse del camino.
- VERDE: Simboliza la esperanza y la fe del estudiante de karate, ahora empiezan a florecer sus conocimientos.
- AZUL: Simboliza el idealismo y la pureza del estudiante, al ver su progreso maduro en la práctica del karate.
- VIOLETA:
- MARRON (3°, 2°, 1°): Simboliza la iniciación al conocimiento del Cinturón Negro.
- NEGRO(...): Aquí comienza una nueva visión del karate y el camino hacia el verdadero conocimiento del arte marcial.

## KUMITE

El Karate está concebido, además de como una forma de vivir o una filosofía, como un Arte (sistema) de defensa. En la superficie del monumento a Funakoshi está escrito “karate ni sente nashi”, que significa “en Karate no existe el primer ataque”. Todos los kata comienzan con una parada. Así, los enfrentamientos entre dos oponentes (kumite), tiene que apoyarse en una primera técnica de defensa.

Existen tres tipos de kumite:

- Kihon kumite: Es la forma básica de entrenamiento con un compañero. Se trata de poner en ejecución las técnicas que hemos aprendido en el Kihon. Nos da la dimensión de como efectuarlas ante otro karateka que también se mueve, también ataca, y también se defiende.



- Shiai kumite: Es el combate deportivo, en el que hay unas reglas establecidas mediante un reglamento. Este puede ser diferente según las distintas organizaciones de Karate, pero su finalidad es por lo general, proteger la integridad física de los contendientes, mediante la prohibición de determinadas técnicas, las protecciones obligatorias, el ataque a determinadas zonas, etc. Se puntúa por medio de árbitros o jueces, en base al reglamento establecido.



- Jyu kumite: Es el combate libre, que habitualmente se practica en el Dojo, sin arbitraje ni puntuación. Se permiten todas las técnicas, pero salvaguardando la integridad física de los contendientes. El nivel de potencia y protección lo establece el Sensei.

