

¿Qué es el Karate Do?

Se suele definir con cierta imprecisión el Karate Do diciendo que se trata de un **<<un arte marcial de combate sin armas>>**, definición que, si bien es cierta, es incompleta. La mayoría de las artes de combate de Oriente tienen una mística que las distingue considerablemente de las occidentales. El Judo, el Karate Do o el Taekwondo presentan diferencias fundamentales con el boxeo inglés o con la lucha, por ejemplo, los cuales son también artes de combate sin armas, pero esencialmente deportivas y sin que pretendan otros fines que el de la victoria sobre el contrincante.

El que se considera padre del Karate moderno, el gran maestro Gichin Funakoshi, fue el autor del cambio de nombre del Karate. Siguiendo el ejemplo del maestro Jigoro Kano, que sustituyó el nombre de Ju – jutsu por Judo, llamó Karate Do al que en principio había denominado Karate-jutsu, es decir, sustituyó la palabra <<jutsu>> (arte o práctica) por <<Do>>, que significa camino, sendero o vía, queriendo indicar que el Karate es un camino hacia la realización plena de sus practicantes, realización no simplemente física sino también, y muy especialmente, psicológica.

La primera y principal parte del nombre, Karate, es una composición de los vocablos <<kara>>, que quiere decir **vacío** y <<te>>, que significa **mano**, o sea, que el nombre de Karate Do se debe traducir por **el camino de la mano vacía**, debiéndose interpretar esta mano vacía no sólo como una inexistencia de armas sino también como vacuidad de toda idea agresiva y de cualquier intención maligna.

El Karate Do se originó como un sistema de defensa propia que recurría al empleo efectivo del cuerpo de su practicante. Este sistema constaba de técnica de bloquear o frustrar un ataque y contraatacar al opositor punzando, golpeando o pateando. El arte moderno del Karate Do fue desarrollado a partir de una organización y racionalización más meticulosas de estas técnicas. Y las tres ramas del Karate Do actual son: como arte físico, como deporte y como defensa propia, estas están basadas en el uso de estas mismas técnicas fundamentales.

El Karate Do como medio de defensa propia tiene la historia más antigua, que data de cientos de años, pero ha sido hasta años recientes cuando fueron estudiadas científicamente las técnicas que han sido transmitidas y se desarrollaron principios para hacer la utilización más eficiente de los varios movimientos del cuerpo. El entrenamiento, basado en estos principios y el conocimiento del funcionamiento de los músculos y las articulaciones y la relación vital entre el movimiento y el equilibrio, permite que el estudiante moderno de Karate Do esté preparado, tanto física como psicológicamente, para defenderse con éxito de cualquier posible atacante.

Como arte físico el Karate Do es casi incomparable. Por tener un dinamismo elevado y hacer empleo equilibrado de un gran número de músculos del cuerpo, proporciona un ejercicio general excelente y desarrolla la coordinación y la agilidad. En la actualidad muchas mujeres y entre ellas un gran porcentaje de muchachas han adoptado el Karate Do, ya que, además de su utilidad como defensa propia, es bueno en particular para adquirir un cuerpo bello. Es practicado ampliamente tanto por niños como por personas mayores como un medio de conservarse en condiciones físicas óptimas y muchas escuelas están fomentándolo en su comunidad estudiantil como un taller y ha venido creciendo año con año.

El Karate Do como deporte tiene una historia relativamente breve. No obstante, se han creado

reglas de competencia y ahora es posible sostener encuentros reales, como en otros deportes de competencia. Debido a la rapidez y la variedad de sus técnicas y la coordinación que requiere en fracciones de segundo, mucha gente con inclinaciones deportivas ha llegado a mostrar interés en el karate de competencia y existen toda clase de indicaciones de que su popularidad continuará aumentando.

Las personas interesadas en el la practica del Karate Do debe saber que siempre se exalta los apectos formativos de carácter, cuyo principio cardinal es el respeto al adversario: deportivismo. Las máximas que enseña a sus discípulos pueden resumirse en los cinco conceptos siguientes:

1. Carácter
2. Sinceridad
3. Esfuerzo
4. Ceremonial
5. Dominio de si mismo