

Se autoriza la reproducción total o parcial de este artículo, siempre y cuando se cite la fuente completa y su dirección electrónica.



Karate tradicional: medio de integración familiar y social

Traditional Karate: means of family and social integration

Karate tradicional: meios de integração familiar e social

Rubén Darío Collantes-González¹

¹Asociación Shotokan Karate Do Internacional de Panamá, Herrera, Panamá
<https://www.researchgate.net/profile/Ruben-Collantes> ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6094-5458>

Resumen

El Karate Do estilo Shotokan, fundado por el Maestro Gichin Funakoshi, ha ganado de manera gradual popularidad en varias partes del mundo, conjuntamente con otras artes marciales tradicionales; sirviendo como inspiración para películas, series de televisión, juguetes, videojuegos, entre muchos otros productos. Algunas de las razones que fomentaron este creciente interés en disciplinas oriundas mayormente de Asia, obedecen a la necesidad de aprender a defenderse y para mejorar la salud física y mental. Además, muchas de estas artes marciales tradicionales cuentan con un estricto código de ética y moral, el cual, al ser implementado por el practicante, contribuye a llevar una vida sana y ordenada. Por otra parte, han proliferado sistemas de combate orientados más hacia la competición, como los deportes olímpicos, artes marciales mixtas, entre otros; lo cual se aleja en parte del propósito primigenio de las artes marciales tradicionales. El presente ensayo es una reflexión sobre cómo la práctica del Karate tradicional sirve como medio de integración familiar y social; además de presentar las principales diferencias del Karate tradicional respecto al Karate deportivo. Para ello, se consultó literatura especializada y se recopiló testimonios de instructores, practicantes y padres de familia. Los resultados de este trabajo reflejaron que, la práctica de artes marciales con un enfoque tradicional, apegado a los principios y valores éticos y morales, contribuyen con la formación integral de la persona.

Palabras clave: Artes marciales, familia, Karate Do, Shotokan, sociedad.

Abstract

Shotokan Karate Do, founded by Master Gichin Funakoshi, has gradually gained popularity around the world, along with other traditional martial arts, serving as inspiration for movies, television series, toys, video games, among other products. Some of the reasons that fostered this growing interest in Asian disciplines originating are due to the need of learn self-defense and improve physical and mental health. In addition, many of these traditional martial arts have a strict code of ethics and morality, which, after have been implemented by the practitioner, contributes to leading a healthy and orderly life. On the other hand, combat systems oriented more towards competition have proliferated, such as Olympic sports, mixed martial arts, among others, which moves away in part from the original purpose of traditional martial arts. This essay is a reflection on how the practice of traditional Karate serves as a means of family and social integration; in addition to presenting the main differences between traditional Karate and sports Karate. For this, specialized literature was consulted and testimonies from instructors, practitioners and parents were collected. The results reflected that the practice of martial arts with a traditional approach, attached to ethical principles and moral values, contribute to the integral formation of the person.

Keywords: Family, Karate Do, martial arts, Shotokan, society

Resumo

O Karate Do estilo Shotokan, fundado pelo Mestre Gichin Funakoshi, ganhou gradualmente popularidade em várias partes do mundo, juntamente com outras artes marciais tradicionais; servindo de inspiração para filmes, séries de televisão, brinquedos, videogames, entre muitos outros produtos. Algumas das razões que fomentaram esse crescente interesse por disciplinas originárias principalmente da Ásia se devem à necessidade de aprender a se defender e melhorar a saúde física e mental. Além disso, muitas dessas artes marciais tradicionais possuem um rígido código de ética e moral, que, quando implementado pelo praticante, contribui para levar uma vida saudável e ordenada. Por outro lado, proliferaram sistemas de combate mais orientados para a competição, como esportes olímpicos, artes marciais mistas, entre outros; que se afasta em parte do propósito original das artes marciais tradicionais. Este ensaio é uma reflexão sobre como a prática do Karatê tradicional serve como meio de integração familiar e social; Além de apresentar as principais diferenças entre o Karatê tradicional e o Karatê esportivo. Para isso, foi consultada literatura especializada e coletados depoimentos de instrutores, praticantes e pais. Os resultados deste trabalho refletiram que a prática das artes marciais com uma abordagem tradicional, atrelada aos princípios e valores éticos e morais, contribui para a formação integral da pessoa.

Palavras-chave: Artes marciais, família, Karatê Do, Shotokan, sociedade.

Introducción

El Karate Do, entendido como el camino de la mano vacía, es un arte marcial (Budo) tradicional, que tiene como principal objetivo formar y perfeccionar la personalidad del ser humano, mediante pruebas rigurosas, para superar obstáculos tangibles e intangibles; siendo este el fundamento de una disciplina tradicional y que va más allá de ganar o perder (Japan Karate Association – División Técnica, 2005).

Como beneficios de la práctica del Karate, están el servir como entrenamiento atlético, como defensa personal y como entrenamiento espiritual. En el caso del primero, el entrenamiento de Karate es adaptable a cualquier momento y lugar; los Maestros Sokon Matsumura, Anko Itosu y Anko Azato, lograron edades que superaron los 80 años, siendo reflejo de cómo la práctica del Karate les permitió mejorar y mantener su salud. En el caso de lo segundo, la aplicación eficaz de las técnicas de Karate permite que, sin necesidad de utilizar armas, cualquier persona (hombre, mujer, joven o anciano), sea capaz de defenderse. Sobre lo tercero, la práctica y dedicación al arte contribuye a cultivar valores como el coraje, la cortesía, la integridad, la humildad y el autocontrol (Funakoshi, 1973).

Martinkova et al. (2019), señalaron que las artes marciales son actividades educativas seguras, dado que un aspecto integral es el desarrollo del enfoque moral. Sin embargo, los autores también señalaron que, no todos los clubes de artes marciales contemporáneos consideran importante la práctica de principios morales, lo cual disminuye su potencial. Rubio (2019), mencionó que, en tiempos actuales, se ha visto una marcada tendencia a la pérdida de valores e incluso hay personas que, al tratar el tema, opinan que los valores y la filosofía de las distintas disciplinas marciales tradicionales son obsoletos.

Rubio (2019), también mencionó cómo la ausencia de los padres en el hogar (porque ambos trabajan), sumado a un enfoque meramente deportivo de la disciplina marcial por parte del

instructor, pueden derivar en que los practicantes sean muy competitivos, pudiendo tornarse agresivos; porque ignoran fundamentos filosóficos y morales. Por lo expuesto, el presente trabajo es una reflexión sobre cómo la práctica de las artes marciales tradicionales, en especial el Karate, puede servir como medio de integración familiar y social; además de presentar las principales diferencias entre Karate tradicional y Karate deportivo.

Materiales y Métodos

Para el desarrollo del presente ensayo, se consultó un total de 14 documentos especializados sobre la materia y áreas afines; complementándolos con testimonios de cinco instructores de Karate estilo Shotokan, una practicante y madre de familia y un padre de familia en Panamá. El análisis se orientó hacia la integración familiar, social y establecer una discusión para diferenciar el Karate considerado tradicional del deportivo.

Resultados

El Karate tradicional como medio de integración familiar

El desarrollo de esta disciplina marcial implica, además del acondicionamiento físico y mental, la práctica de valores éticos y morales que contribuyen con la formación integral del ser humano y en lo cual padres de familia conscientes desean participar (Figura 1).



Figura 1. Familiares en ascensos de rango, Shotokan Karate Do Kyusho, 06 de mayo de 2017.

En Bogotá-Colombia, la Secretaría Distrital de Integración Social (2019), presentó el caso de una familia que practica Karate; quienes indicaron cómo la disciplina les ha unido más, permitiéndoles desarrollarse física, mental y espiritualmente.

Lantz (2002), realizó un estudio fenomenológico con 32 familias, acerca de cómo las artes marciales mejoraron el desarrollo familiar; encontrando como aspectos relevantes el aprender defensa personal, la autoconfianza, la vitalidad física, la concentración, el respeto hacia los demás, la amistad, el desarrollo moral, la fortaleza espiritual, la preparación para la vida, la mejora en el desempeño académico, el respeto por la vida y el rol del instructor. Según M. Arellano, gracias a la práctica del Karate estilo Shotokan, su hijo de 5 años ha adquirido mucha disciplina, presta más atención en clases y es más desenvuelto (comunicación personal, 04 de marzo de 2022).

Por su parte, G. Coronel, instructor de Karate Shotokan que tuvo que hacerse cargo de la crianza y cuidado de sus tres hijos, señaló que la práctica del arte marcial le sirvió como refugio en los momentos difíciles, además de que sus hijos también practican junto con él esta disciplina; siendo su hija mayor también instructora desde hace más de dos años.

Atribuyó también como elemento motivacional, haber podido conocer instructores de Karate reconocidos internacionalmente, como el Gran Maestro Hirokazu Kanazawa.

Si bien el Karate, de manera similar a otras artes marciales, se originó en un contexto cultural y religioso diferente al del resto del mundo, Brown et al. (2010), estudiaron las relaciones entre las artes marciales asiáticas y la religión; encontrando tres tipos de interacciones: i) El arte marcial como una puerta hacia religiones establecidas (budismo, sintoísmo, taoísmo, entre otros); ii) El arte marcial como ejercicio espiritual; iii) El arte marcial como religión secular. Según los autores, dichas interacciones están entrelazadas y dependen de los intereses del practicante y de la etapa de vida en la cual se encuentre; además de poder responder (pero no limitarse) a un contexto específico, a la cultura y que el ser humano está en reinvención constante.

D. Sánchez, cinturón negro segundo dan de Karate estilo Shotokan, indicó que, las artes marciales deben ser comprendidas como un arte, que no debe necesariamente trascender hacia el plano de la fe. Sin embargo, enfatizó que hay valores que son compatibles con la moral y las buenas costumbres. Por su parte, R. Hernández, instructor de Karate estilo Shotokan, mencionó que él, junto con su esposa D. Sánchez y sus dos hijos, practican Karate como familia e inclusive han realizado demostraciones en una iglesia católica.

El Karate tradicional como medio de integración social

El Karate es un vehículo de integración social, por su carácter tanto de valores como en su metodología de enseñanza. Además, al formar parte de un colectivo, los practicantes de Karate aceptan las normas establecidas, que garantizan los deberes y derechos que suponen estar en sociedad. Sumado a esto, al trasladarse hacia otro país e interactuar con una cultura

diferente, la práctica de esta disciplina puede contribuir con el proceso de adaptación, al ser practicada en varias partes del mundo (Peñaranda, 2013).

Según Kusnierz et al. (2017), personas que no son practicantes tienen una percepción favorable de las artes marciales y deportes de combate, pero difieren en opinión sobre el efecto del entrenamiento en el crecimiento espiritual y la agresividad del practicante.

M. González, instructor de Karate estilo Shotokan, indicó que ha tenido estudiantes que en su juventud fueron personas con dificultad para interactuar en el hogar y en sociedad; pero que, gracias a la práctica del Karate, hoy en día son profesionales, hombres de hogar y siguen practicando.

Bullard (2019), indicó que la práctica del Karate puede ayudar a los niños a ser más sociables, debido a que:

- Facilita el desarrollo de amistades con otros niños.
- Promueve la inclusión social, dado que el desarrollo de las prácticas contempla el trabajo colaborativo, lo cual facilita también el desarrollo de inteligencia emocional para resolver situaciones en su vida.
- Reduce la ansiedad, porque los niños y jóvenes que practican Karate aprenden a lidiar con el estrés y a tener una mejor salud mental.
- Incrementa la autoconfianza, porque se les inculca a los niños que, con trabajo duro y dedicación, se pueden alcanzar los objetivos. Además, se mejora la autoestima, facilitando la socialización con los demás.
- Enseña cortesía y respeto, hacia las personas mayores y hacia sus pares; en lo cual el autocontrol, saber escuchar, pensar antes de actuar, seguir directrices y comunicarse

efectivamente con los demás, juegan un rol importante. Además, aprenden a respetar a los oponentes, al saludar antes y después de un combate.

También es meritorio destacar que, tras los problemas ocurridos en el mundo por la COVID-19, resulta indispensable retomar las actividades físicas como el Karate, en pro de una buena salud (Figura 2). Collantes et al. (2021), encontraron que, si bien los instructores de artes marciales en Panamá han ocupado tecnologías de información y comunicación (TICs), para mantenerse en contacto con sus estudiantes durante la cuarentena obligatoria, se confrontaron dificultades, como la conexión a internet y el conocimiento tecnológico requerido.

Aun considerando todo lo señalado previamente como positivo y alentador, también resulta preocupante cómo la práctica de los deportes de combate o las artes marciales modernas que omiten la tradición y los valores morales, pueden derivar en conductas inapropiadas.



Figura 2. Seminario, Academia de Karate Shotokan-Chitré, 31 de octubre 2021. Foto: M. Jerkovic.

Karate tradicional vs. Karate deportivo

Esto es un aspecto que ha generado diferentes opiniones entre varios instructores de Karate. De acuerdo con Katanamart (2017), entre las principales diferencias a considerar entre ambas orientaciones, se tienen las siguientes:

- El Karate deportivo se enfoca mayormente en competir, mientras que el tradicional es un arte marcial basado en los principios del Budo, que se orienta hacia el desarrollo integral del ser humano.
- El Karate deportivo ha incorporado técnicas sólo útiles en competición, omitiendo técnicas centradas en defensa personal.
- Para el desarrollo de los *Katas* (formas), elemento importante del Karate Do, el tradicional exige técnicas básicas que respeten el ritmo, el enfoque, las posturas y la funcionalidad en una situación de combate real (*Bunkai*) (Figura 3). El deportivo sacrifica un poco la técnica en pro de una mayor velocidad y vistosidad, pero es menos eficaz en un combate real.
- El Karate deportivo prioriza en el *Kumite* (combate), la velocidad de las técnicas, porque compiten por puntos y por tiempo. En el tradicional, sólo se consideran técnicas definitivas, sin segunda oportunidad (Figura 4).

- En *Kumite* de Karate tradicional, no hay división por pesos ni por edad, porque el arte se centra en la defensa personal, aplicando técnicas básicas (*Kihon*) (Figura 5).



Figura 3. Sensei Pedro Ortega (izquierda), explicando *Bunkai*, *Kata Wankan*. Foto: M. Jerkovic.



Figura 4. Práctica de *Kumite*, dirigida por el Sensei Pedro Ortega. Foto: M. Jerkovic.



Figura 5. Sensei Rubén Collantes, enseñando *Yodan uke* (bloqueo superior). Foto: M. Jerkovic.

En muchos casos, los padres de familia aficionados a los deportes pueden influir en el comportamiento de sus hijos. Prosoli et al. (2021), determinaron que, las emociones que experimentan los padres al ver a sus hijos competir son muy complejas e impredecibles; requiriéndose más estudio a profundidad. De acuerdo con G. Coronel, si el Karate es comprendido por los padres de familia y los practicantes sólo como un deporte, en el calor de la competencia, se corre el riesgo de olvidar los principios éticos, morales y filosóficos que rigen las artes marciales.

Por su parte, Jakhel (2019), señaló la ambigüedad que existe en el Karate, porque lo que los occidentales consideran Karate tradicional, para los maestros como Gichin Funakoshi, es considerado Karate moderno; el cual tiene raíces chinas, no fue practicado por los samurais y desde hace 90 años dio lugar a las primeras competiciones deportivas en esta disciplina.

Sumado a lo anterior, en las competencias actuales de *Kata*, los criterios de evaluación obedecen mayormente a aspectos estéticos y en el *Kumite*, la velocidad y vistosidad en muchos casos son más valorados que la eficacia real para definir un combate; lo cual, según Ogarrío (2020), se denomina *Ikken Hissatsu* (anular de un golpe al oponente). Por tanto, el rol de los instructores y de los padres de familia es determinante para conducir un proceso de enseñanza-aprendizaje adecuado en las artes marciales tradicionales.

J. Arroyo, instructor de Karate estilo Shotokan, explicó que, los conocimientos impartidos, hace más de medio siglo, por el Maestro Vincent Cruz, considerado uno de los pioneros del Karate Do en Panamá, en realidad incorporaban elementos de diferentes disciplinas marciales que fuesen funcionales para el combate cuerpo a cuerpo, sin restringirse a un solo estilo tradicional. Si bien se le suele llamar Karate de la vieja escuela, muchas veces situándolo como tradicional, en realidad correspondían a artes marciales modernas con aplicaciones militares.

P. Ortega, instructor de Karate estilo Shotokan, señaló que, hay que diferenciar entre lo que se conoce como *Koryu budo* (artes marciales antiguas) y *Gendai budo* (artes marciales modernas). En las primeras, el enfoque era para su aplicación militar; mientras que, en las segundas, se busca el auto perfeccionamiento y bienestar del ser humano, con aplicaciones en la defensa personal de ser necesario. Sin embargo, J. Arroyo también explicó que, el Karate estilo Shotokan incorporó elementos deportivos, a modo de hacerlo más interesante; ante lo cual el Maestro Funakoshi tenía ciertas reservas inicialmente, aunque consideraba también que, de enseñarse correctamente, el Karate brindaría beneficios a quienes lo practiquen, independientemente de los posibles diferentes enfoques u orientaciones.

Analizando lo expuesto, si bien en las artes marciales antiguas se sometía a las personas a entrenamientos extremos, preparándolas para la guerra; en las artes marciales modernas

como el Karate estilo Shotokan, se debe respetar la tradición y la filosofía de que la disciplina debe llevar al practicante a ser un mejor individuo, pudiendo en una situación extrema aplicar los conocimientos aprendidos. Además, las competiciones (Figura 6), deben entenderse como oportunidades para probarse uno mismo, manteniendo siempre un alto espíritu marcial; el cual está explicado en el lema del *dojo*, establecido por el Maestro Gichin Funakoshi: Buscar un carácter perfecto, ser leal, esforzarse, respetar a los demás y abstenerse de la violencia.



Figura 6. Copa Renshi Jesús A. Quiñones L., Panamá, 18 de noviembre de 2018.

CONCLUSIONES

Del presente trabajo se puede concluir que, la práctica del Karate con un respeto por los principios y tradiciones puede contribuir con la integración familiar y social; permitiéndole al ser humano un desarrollo completo en mente, cuerpo y espíritu, sin reñir necesariamente con aspectos culturales o religiosos.

El rol tanto de los instructores como de los padres de familia es fundamental para que la conducción del proceso enseñanza-aprendizaje de esta disciplina marcial sea correcto. Los sistemas de combate modernos, enfocados principalmente hacia la competición deportiva, pueden alejar a los practicantes de los principios y valores establecidos por tradición; lo cual representa un riesgo para niños y jóvenes que se encuentran en proceso formativo.

Agradecimientos

A los Maestros Pedro Ortega, Jaime Arroyo, Martín González, Ramsés Hernández y Gilberto Coronel, por la información facilitada para el desarrollo del presente trabajo. A Delia Sánchez y Mario Arellano, por compartir sus experiencias como padres de familia en el proceso de enseñanza-aprendizaje del Karate Shotokan. Al Dr. Francisco Farnum y al Dr. Reinaldo De Armas, por las recomendaciones dadas durante la preparación del trabajo. A Maricsa Jerkovic, por el apoyo con la toma de fotografías incluidas en este documento.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Brown, D., Jennings, G., y Molle, A. (2010). Exploring relationships between Asian martial arts and religion. *Stadion (Cologne, Germany)*, 35, 47-66.
https://www.researchgate.net/publication/267924813_Belief_in_the_martial_arts_Exploring_relationships_between_Asian_martial_arts_and_religion
- Bullard, S. (2019). *How to Help Kids Develop Social Skills with Karate*.
<https://canadasbestkarate.ca/how-to-help-kids-develop-social-skills-with-karate/#:~:text=Karate%20classes%20teach%20kids%20the,effectively%20with%20peers%20and%20instructors.>

- Collantes, R., Ortega, P., y González, M. (2021). TICs utilizados por instructores de artes marciales durante cuarentena por COVID-19 en Panamá. *Revista Científica De Sistemas E Informática*, 1(2), 4-14. <http://dx.doi.org/10.51252/rcsi.v1i2.160>
- Funakoshi, G. (1973). *Karate-Do Kyohan: The Master Text*. First Edition, Traducido por T. Ohshima. Kodansha International, Ltd., 256 p.
- Jakhel, R. (2019). Karate's ambiguity: Traditional martial art or modern combat sport. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 14(2s), 68-70. <http://dx.doi.org/10.18002/rama.v14i2s.6000>
- Japan Karate Association – División Técnica. (2005). *Technical Manual for the Instructor*. Traducido por O. Aoki y J. Sabah. Impreso en Japón. <https://www.jka.or.jp/wp/wp-content/uploads/2017/04/MANUAL-TECNICO-DE-INSTRUCTOR.pdf>
- Katanamart. (2017). *Diferencias entre el Karate deportivo y el Karate tradicional*. https://www.katanamart.eu/blog/10_diferencias-entre-el-karate-deportivo-y-el-karate-tradicional.html#:~:text=El%20K%C3%A1rate%20deportivo%20prioriza%20la,en%20pesos%20de%20los%20rivales.
- Kusnierz, C., Cynarski, W., y Gorner, K. (2017). Social reception and understanding of combat sports and martial arts by both school students and adults. *IDO MOVEMENT FOR CULTURE. Journal of Martial Arts Anthropology*, 17(1), 30-37. <http://dx.doi.org/10.14589/ido.17.1.5>
- Lantz, J. (2002). Family Development and the Martial Arts: A Phenomenological Study. *Contemporary Family Therapy* 24, 565–580. <https://doi.org/10.1023/A:1021221112826>

- Martinkova, I., Parry, J., y Vagner, M. (2019). The Contribution of Martial Arts to Moral Development. *IDO MOVEMENT FOR CULTURE. Journal of Martial Arts Anthropology*, 19(1), 1-8. <http://dx.doi.org/10.14589/ido.19.1.1>
- Ogarrio, C. (2020). *Karate Do formativo*. Universidad de Sonora, México. <http://dx.doi.org/10.47807/UNISON.12>
- Peñaranda, E. (2013). *Karate infantil: vehículo de integración social*. [Tesina, Federación de Karate de la Comunidad Valenciana, España]. https://www.fkaratecv.es/wp-content/uploads/PE%C3%91ARANDA_HERNANDEZ_ENRIQUE_TESINA_5%C2%BA%20BADAN.pdf
- Prosoli, R., Lochbaum, M., y Baric, R. (2021). Parents at the sport competition: How they react, feel and cope with the event. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 25(2), 114-124. <https://doi.org/10.15561/26649837.2021.0206>
- Rubio, S. (2019). *Los valores de las artes marciales en la actualidad*. <http://dobokdiario.medios.com.ar/contenido/327/los-valores-de-las-artes-marciales-en-la-actualidad>
- Secretaría Distrital de Integración Social (Bogotá-Colombia). (2019). *En el CDC La Victoria una familia completa practica Karate*. <https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/170-territorio/4752-en-el-cdc-la-victoria-una-familia-completa-practica-karate>