

Gołymi łapami

Czyli wszystko, co niekoniecznie chciałeś wiedzieć o pochodzeniu, technice oraz polityce w karate, ale i tak się dowiesz

Robert von Oliva

naruciakk

2022-04-14



Spis treści

1. Pochodzenie

Historia wykształcenia się okinawskich sztuk walki, ich geneza historyczna

2. Podstawy

Podstawowa nomenklatura i techniki

3. Szkoły karate

O podziałach i różnicach

Pochodzenie



Kontekst historyczny

- ❖ Hokuzan (北山) + Chūzan (中山) + Nanzan (南山) = Sanzan (三山);
- ❖ Nanzan – Kume-mura, centrum edukacji chińskiej;
- ❖ post-1406 – walki między królestwami, (Shō/1421) Hashi;
- ❖ zjednoczenie wyspy (Królestwo Ryukyu) – 1429 (podbicie Nanzan) – utworzenie dynastii;
- ❖ druga dynastia – Shō En (adoptowany) i Shō Shin, złoty wiek i...



Rysunek: Wikicommons, Kallgan, CC BY-SA 3.0

Gotymi łapami

└ Pochodzenie

└ Kontekst historyczny

Kontekst historyczny

- ❖ Hokuzan (北山) + Chūzan (中山) + Nanzan (南山) = Sanzan (三山);
- ❖ Nanzan – Kume-mura, centrum edukacji chińskiej;
- ❖ post-1406 – walki między królestwami, 15th/1420 Hashi;
- ❖ zjednoczenie wyspy (Królestwo Ryukyu) – 1429 (jedyną Nanzan) – utworzenie dynastii;
- ❖ druga dynastia – Shō En (adoptowany) i Shō Shin, złoty wiek I...



Na pierwszym miejscu warto przybliżyć historię polityczną Okinawy. W XIV wieku feudalne ziemie na wyspie zjednoczone zostały w trzy księstwa/federacje feudalnych rodzin (Sanzan, trzy góry): Hokuzan (północna góra), Chūzan (centralna góra) oraz Nanzan (południowa góra). Księstwa znajdowały się pod wyraźnym wpływem chińskim, wliczając w to istotną imigrację chińską (ok. 1372 i później) w celu zajmowania stanowisk państwowych oraz handlu. Po 1406 nasiliły się walki między księstwami, co w ostateczności spowodowało zbrojne zajęcie pozostałej części (1416 – Hokuzan, 1429 – Nanzan) wyspy przez Chūzan. Zostali oni także zaakceptowani przez Cesarstwo Chińskie jako prawowici władcy na wyspie. W 1421 król Hashi otrzymał od Cesarza Ming nazwisko Shō i jednocześnie wprowadził reformy na wzór chiński. W 1469 doszło do zmiany dynastii, władzę przejął (po wnuku Shō Hashi – Shō Toku) adoptowany syn, którego potomek, Shō Shin wprowadził Królestwo Ryukyu (bo tak nazywało się ono po zjednoczeniu) w złoty wiek...

Kontekst historyczny

- ❑ ...i ograniczenia;
- ❑ statut wasala wobec Cesarstwa Chin;
- ❑ rozwój handlu morskiego z Azją południowo-wschodnią;
- ❑ 1609 – zajęcie królestwa przez han Satsuma, relacja feudalna, ale nie włączenie;
- ❑ umocnienie zakazów;
- ❑ *Todōfuken* i inkorporacja królestwa (prefektura Okinawa).



Rysunek: Shō Shin, Wikicommons, domena publiczna

Gotymi łapami

└ Pochodzenie

└ Kontekst historyczny

...i wprowadził duże ograniczenia na broń oraz na ćwiczenie tradycyjnych sztuk walki obecnych na wyspie. Zjednoczone Królestwo Ryukyu kontynuowało status wasala Cesarstwa Chińskiego, status, który przyjęło na siebie jeszcze Chūzan w 1372 roku. Chiny wspomagały tym samym starania swojego wasala w rozwoju handlu morskiego poprzez rozbudowę floty, umożliwienie handlu w portach Cesarstwa oraz umożliwienie podjęcia nauki na Akademii Cesarskiej w Pekinie. Jednocześnie chińska polityka *haijin* (zakaz handlu z wyjątkiem państw wasalnych) pozwoliła na rozwój handlu w formie pośredniczącej. Około 1590 roku Toyotomi Hideyoshi poprosił królestwo o wsparcie kampanii przeciwko Korei, co w przyszłości mogłoby także skończyć się kampanią przeciwko Cesarstwu. Ze względu na zależność wasalne królestwo odmówiło, co spowodowało, że kilka lat później szogunat Tokugawa upoważnił daimyō hanu Satsuma do podjęcia w 1609 roku kampanii przeciwko królestwu, co skończyło się jego zajęciem i utworzeniem zależności wasalnej między królestwem i hanem Satsuma (ale nie okupacji czy inkorporacji). W następnych latach represje wobec tradycyjnych sztuk walki utrzymały się i były umocnione, co spowodowało, że rozwój ich odbywał się w podziemiu. Odrębność polityczną Królestwa Ryukyu zakończyła Restauracja Meiji oraz wprowadzenie systemu Todōfukun – z terenów hanu Satsuma utworzono prefekturę Kagoshima, zaś z Ryukyu prefekturę Okinawa.

- ❖ ograniczenia;
- ❖ status wasala wobec Cesarstwa Chin;
- ❖ rozwój handlu morskiego z Azją południowo-wschodnią;
- ❖ 1609 – zajęcie królestwa przez han Satsuma, relacja feudalna, ale nie nie włączenie;
- ❖ umocnienie zakazów;
- ❖ Todōfukun i inkorporacja królestwa (prefektura Okinawa).



Shōmu, 1764. Ryūkyū, 1764. Ryūkyū, 1764.

Endemiczne sztuki walki na Okinawie

- ❑ Rozwój oddolny metod walki;
- ❑ wpływy chińskie;
- ❑ z chińskich i lokalnych – *okinawa-te*;
- ❑ powstanie typów: *Shuri-te*, *Naha-te*, *Tomari-te*;
- ❑ ewolucja w *karate* – 唐手 (chińska ręka) – 空手 (pusta ręka, 1905-1935).



Rysunek: Wikicommons, domena publiczna

Gotymi łapami

Pochodzenie

Endemiczne sztuki walki na Okinawie

Endemiczne metody walki wykształciły się na wyspie Okinawa już setki lat przez powstaniem Królestwa Ryukyu. Jednak to polityka władz królestwa spowodowała rozrost (po części w podziemiu) sztuk walki. Początkowo formalizacja i standaryzacja różnych form była niewielka. Z czasem jednak zaczęły być one grupowalne i podobne do siebie wokół trzech miejscowości na wyspie: Shuri, Naha i Tomari. Każdy teren miał swoje własne techniki czy kombinacje (*kata*). Częściowo ze względu na to, że wyższe klasy w Królestwie Ryukyu miały okazję podróżować do Cesarstwa, pojawił się trend inkorporacji elementów chińskich sztuk pustych dłoni do okinawskich. Z tego powodu w pewnym momencie okinawskie sztuki zaczęły być zbiorczo nazywane *karate*, jako 唐手 (co oznacza chińska ręka, a dokładniej Tang ręka. Znak oznaczający dynastię Tang był ówczesnie wykorzystywany także w przypadku odwołań do całych Chin). W późniejszym okresie został on zamieniony na homofon 空手, oznaczający pustą rękę. Pierwsze użycie tej nazwy w nowym zapisie (i znaczeniu) pojawiło się w 1905 roku, jednak to lata trzydzieste i rosnące napięcie polityczne między Cesarstwem Japonii i Republiką Chińską (choćby ze względu na ataki na Mandżurię) spowodowały, że w 1935 popularniejszy stał się sposób zapisu nieodwołujący się do tradycji chińskiej.

- ❖ Rozwój oddolny metod walki;
- ❖ pierwszy chiński;
- ❖ z chińskich i lokalnych – okinawa-te;
- ❖ powstanie typów: Shuri-te, Naha-te, Tomari-te;
- ❖ ewolucja w karate – 唐手 (chińska ręka) – 空手 (pusta ręka, 1905-1935).



Źródło: Wikimedia Commons, dominiakozłowski

Karate podbija Japonię

- ❑ Sakukawa Kanga – Matsumura Sōkon – Itosu Ankō;
- ❑ Gichin Funakoshi – ojciec współczesnego karate;
- ❑ zmiany pozwalające na akceptację w Dai Nippon Butoku Kai;
- ❑ wpływy kendo i innych;
- ❑ 1936, Tokio – dōjō Shotokan;
- ❑ inspiracja Judo – Keikogi.



Rysunek: Mistrzowie karate (1930), od lewej strony: Kanken Toyama, Hironori Otsuka, Takeshi Shimoda, Gichin Funakoshi, Chōki Motobu, Kenwa Mabuni, Genwa Nakasone i Shinken Taira; Wikicommons, domena publiczna

Żyjący w pierwszej połowie XIX wieku Sakukawa Kanga zgłębiał w Chinach techniki walki wręcz oraz przy pomocy kija (dzisiejszy japoński *bō*) po czym w 1806 roku zaczął on nauczać w mieście Shuri tych technik, które określił jako *Tudi Sakukawa* (pierwsze użycie 唐手). Jednak to jego uczeń, Matsumura Sōkon, połączył techniki swojego mistrza z syntezą szkół okinawskich oraz stylu chińskiego Shaolin. Uczniem Matsumury był zaś Itosu Ankō, który następnie stworzył uproszczone formy *pinan*. W 1902 roku udało mu się wprowadzić te techniki do szkół prefekturalnych Okinawy. Formy stworzone przez Ankō są wspólnym korzeniem współczesnych szkół karate. Jednak to inny mieszkańca Okinawy, Gichin Funakoshi, był największym popularyzatorem tych form w całej Japonii. Rozbudował on metodologię oraz filozofię karate; wprowadził do użycia nowy, bardziej akceptowalny politycznie zapis/znaczenie; zmienił nazwy i zmodyfikował istniejące formy (np. *pinan* przechrścił na *heian*. Te starania spowodowały akceptację karate w Dai Nippon Butoku Kai. Dodatkowo wprowadził on pewne zmiany metodyczne inspirowane kendo (dystans, timing). Jego zdaniem *karate jest jedno*. W 1936 zakłada w Tokio własne dōjō Shotokan – od tej nazwy bierze się nazwa stylu/szkoły. W tym okresie wprowadzone zostaje także ustandaryzowane ubranie (keikogi) oraz system stopni (kolorowe pasy). Twórcą tego systemu jest Jigoro Kano, twórca judo i jedna z osób z którą Funakoshi się konsultował.

- ❖ Sakukawa Kanga – Matsumura Sōken – Itosu Anikō;
- ❖ Gichin Funakoshi – ojciec współczesnego karate; zmiany pozwalające na akceptację w Dai Nippon Butoku Kai;
- ❖ wpływy kendo i innych;
- ❖ 1936, Tokio – dōjō Shotokan;
- ❖ inspiracja Judo – Keikogi.

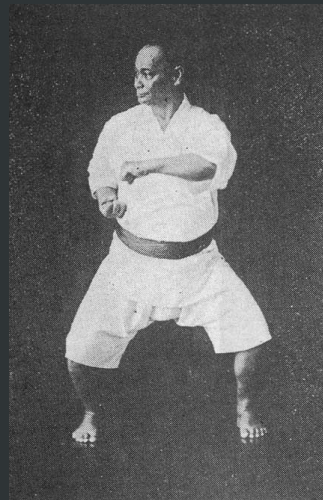


Podstawy



Podstawy podstaw

- ❑ Sztuka budō;
- ❑ system stopni – 級 (kyū) i 段 (dan);
- ❑ kihon – podstawy;
- ❑ kata – formy;
- ❑ kumite – sparing;
- ❑ oddychanie – kiai.



Rysunek: Wikicommons, domena publiczna

- Szuka budō;
- system stopni – 級 (kyū) i 段 (dan);
- kihon – podstawy;
- kata – formy;
- kumite – sparing;
- oddychanie – kiai.



Karate - Budō - Shotokan

1. Karate jest sztuką budō – nie jest to jedynie sport i trening technik, ale stoi za tym pewne zaplecze ogólnorozwojowe, pewna droga życia (武道 (budō) oznacza dosłownie droga walki).
2. W karate wykorzystywane są popularne systemy stopni 級 (kyū, stopnie uczniowskie – pasy kolorowe) i 段 (dan, stopnie mistrzowskie – czarne pasy). Stopni kyū (w Shotokanie) jest 9, z czego 9 kyū to pas biały, 8 kyū to pas żółty, 7 kyū to pas pomarańczowy, 6 kyū to pas zielony, 5 i 4 kyū to pas niebieski, a kyū od trzeciego do pierwszego to pas brązowy. Czasami wykorzystywany jest także system belek (pasków) na pasie.
3. Metody treningu dzielą się na trzy: kihon (nauka podstaw, „techniki w powietrze”), kata (nauka i doskonalenie różnych form składających się ze skończonej liczby technik i przesunięć) oraz kumite (różne formy sparingów przy użyciu odpowiednich technik, przesunięć i timingów).
4. Aby zdobyć kolejny stopień kyū czy dan należy wykazać się dokładną znajomością pewnej skończonej liczby technik, timingów itd.
5. Dziwne okrzyki wydawane podczas wykonywania technik karate to *kiai*, czyli głośna forma oddychania, która ukierunkowuje technikę, a także pozwala na wybiecie przeciwnika z rytmu.

Kihon (基本)

- ❑ Trening podstawowych technik;
- ❑ pozycje;
- ❑ *jodan/chudan*;
- ❑ uderzenia: *tsuki-waza*, *uchi-waza*;
- ❑ kopnięcia: *keri-waza*;
- ❑ bloki: *uchi-waza*;
- ❑ inne techniki, techniki specjalne.



Rysunek: Unsplash, Allen Tanzadeh, licencja Unsplash
(domena publiczna)

- ❖ Trening podstawowych technik;
- ❖ pozycje;
- ❖ odos/chudan;
- ❖ uderzenia: *tsuki-waza*, *uchi-waza*;
- ❖ kopnięcia: *keri-waza*;
- ❖ blok: *uchi-waza*;
- ❖ inne techniki, techniki specjalne.

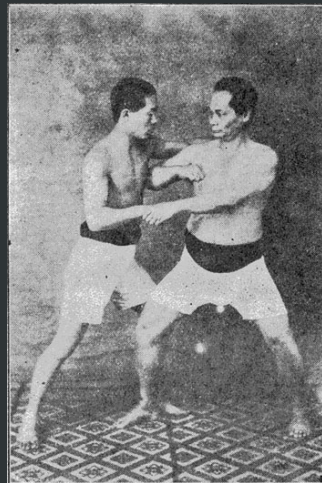


Technika podstawowa: Uchiwaza (uderzenie przy użyciu rąk)

1. Kihon to trening podstawowych, odizolowanych technik, „techniki w powietrze”, ale z zachowaniem wszelkich zasad, w tym poprawnych pozycji, oddychania itd.
2. Pozycje są opisane i kluczowe jest dobranie odpowiednich pozycji do odpowiednich technik i ich zastosowania oraz sytuacji (innych technik użyje się w walce w odległości pełnej, innych w krótkim dystansie, jeszcze innych do kopnięć czy do technik *todome-waza* (kończących walkę).
3. Uderzenia zasadniczo dzielą się na dwie grupy: *tsuki-waza*, czyli ciosy pięścią oraz *uchi-waza*, czyli inne uderzenia przy użyciu rąk.
4. Kopnięcia nazywane są *keri-waza* i wykonywane są niejako dwustopniowo: wpięrw wypuszcza się tzw. wahadło (wyjątki: *mikazuki-geri*, *hiza-geri*), a następnie wyprowadza się kopnięcie w stronę przeciwnika.
5. Można zapoznać się z przykładami podstawowych technik oraz przesunięć.

Kumite (組手)

- ❑ *Kihon ippon kumite, jiyu ippon kumite, jiyu kumite;*
- ❑ *(sanbon/gohon-kumite itp.)*
- ❑ *strategie: kake-waza, oji-waza, shikake-waza;*
- ❑ *dystans;*
- ❑ *timing: sen no sen, go no sen, tai no sen.*



Rysunek: Wikicommons, Motobu Choki, domena publiczna

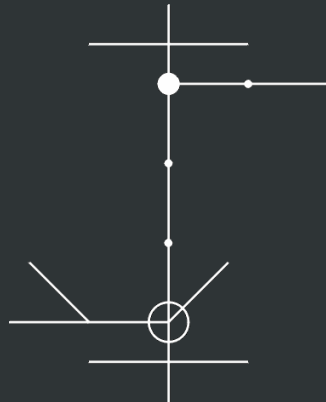
- ❖ Kihon ippon kumite, jiya ippon kumite, jiya kumite;
- ❖ sandon/gohon-kumite (np.)
- ❖ strategie: kake-waza, oji-waza, shikake-waza;
- ❖ dystans;
- ❖ timing: sen no sen, go no sen, tai no sen.



1. Kumite to forma kontrolowanego sparingu. Jednak tylko *jiyu kumite* to wolna walka, sparing nieograniczony. Pozostałe dwa typy są uproszczone: *kihon ippon kumite* ograniczone jest do podstawowych ataków i bloków z jedynie prostym przesunięciem o jeden krok do przodu, zaś *jiyu ippon kumite* to trening wykorzystujący jedynie część z dostępnych technik, przesunięć, timingów itd. (w przeciwieństwie do *jiyu kumite* pozbawionego takiego ograniczenia).
2. *Kake-waza* to ataki bezpośrednie, *oji-waza* to odpowiedzi na akcję przeciwnika (np. bloki z kontratakiem czy odejścia itd.) zaś *shikake-waza* to cała reszta strategii: kuzushi-waza (łamanie balansu), kombinacje czy prowokacje.
3. Timing powiązany jest z wykorzystaniem okazji i wykonaniem techniki w odpowiednim momencie. Rozróżniamy trzy typy (do których stosuje się odpowiednie strategie): *sen no sen* –wykonanie techniki w tym samym czasie (dokładniej to staramy się rozpocząć naszą technikę możliwie jak najszybciej po rozpoczęciu techniki przeciwnika), *go no sen* –reagujemy jak technika jest już częściowo wprowadzona (np. blokami, zejściami itd.) oraz *tai no sen*, czyli reakcja pomiędzy.

Kata (形)

- ❑ Standardowa forma, zbiór ruchów ćwiczony jako całość;
- ❑ Kata proste: *kihon kata*, *heian*, *tekki*;
- ❑ Kata tzw. wyższe: *Bassai Shō/Dai*, *Empi*, *Jion/Ji'in/Jitte*, *Kanku Shō/Dai*, *Gankaku*, *Hangetsu*, *Gojūshiho Shō/Dai* i więcej.



Rysunek: Embusen kata *heian shodan*, Wikicommons, Pm69, CC BY-SA 3.0

- ❖ Standardowa forma, zbiór ruchów ćwiczony jako całość;
- ❖ Kata proste: kihon kata, heian, tekki;
- ❖ Kata tzw. wyższe: Bassai Shō Dai, Eimpi, Jion/Ji'in/Jitte, Kanku Shō Dai, Gankaku, Hangeiso, Gajōshō Shō Dai i więcej.



1. Kata to formalne układy technik, przesunięć. Stanowią rodzaj ćwiczeń, które stosowane są w sztukasz budō, w tym karate. Każde kata ma jakieś teoretyczne zastosowanie, tj. techniki na które odpowiada, pewne rodzaje przeciwników itd. (np. część kata jest skupiona na obronie przed przeciwnikiem zaopatrzonym w bō), które nazywamy *bunkai*.
2. Czasami kata dzielone są na kata tzw. proste lub początkowe oraz kata tzw. wyższe. Do kata prostych zaliczyć możemy chociaż wspomniane wcześniej 5 kata heian oraz trzy lub sześć kihon kata (które przypominają uproszczone heiany). Czasami wlicza się do tej grupy także kata *tekki*.
3. Kata tzw. wyższe to zaś wszystkie pozostałe kata. Dla każdego kata można wskazać jego pochodzenie od jednego z trzech grup pierwotnego okinawskiego karate, jednak w ramach tych grup dochodziło do inspiracji czy kopiowania np. form chińskich, stąd też często możliwe jest chociaż częściowe określenie jeszcze dalszej historii danej formy, np. kata *Jion/Ji'in/Jitte* najprawdopodobniej pochodzą z chińskiej świątyni Jion. Formy kata są mniej lub bardziej zmodyfikowane w stosunku do swoich pierwotnych wersji, np. kata Chinte to mieszanka standardowych technik i takich bardzo nietypowych, jest ono więc mniej przekształcone.
4. Przykłady kata w Shōtōkanie. Warto zwrócić uwagę tutaj na zaznaczony na podłodze znak oznaczający miejsce rozpoczęcia wykonywania – to tzw. *embusen*. Określa się tak samo także układ ścieżki kata.

Szkoły karate



松 濤 館

- ❑ Założyciel: Gichin Funakoshi (z synem Yoshitaką);
- ❑ 松濤 (Shōtō) + 館 (kan);
- ❑ *Karate jest jedno*;
- ❑ Największa liczba szkół wywodzących się: Wadō-ryū, Shōtōkai, Chitō-ryū, Shindō jinen-ryū, Yoseikan Karate, Kyokushin, jakieś koreańskie, itd.;
- ❑ Shōrei-ryū + Shōrin-ryū + zmiany Funakoshiego;
- ❑ Japan Karate Association;
- ❑ Hidetaka Nishiyama i tzw. karate tradycyjne, ITKF (International Traditional Karate Federation), WTKF (World Traditional Karate-Do Federation).

Gotymi łapami

└ Szkoly karate

└ Shōtōkan (松濤館)

Shōtōkan (松濤館)

- Założyciel: Dōshin Funakoshi (z synem Yoshitaka);
- 松濤 (Shōtō) + 館 (kan);
- Karate jest jedno;
- Największa liczba szkół wywodzących się: Wadō-ryū, Shōtōkan, Chitō-ryū, Shindō Jinen-ryū, Yoseikan Karate, Gyooshin, jakiegoś koreański, itd.;
- Shōrei-ryū + Shōrin-ryū + zmiany Funakoshiego;
- Japan Karate Association;
- Hidetaka Nishiyama i inni: karate tradycyjne, ITKF (International Traditional Karate Federation), WTF (World Traditional Karate-Do Federation).

松
濤
館

Szkoła Shōtōkan nie została założona przez Ginchina Funakoshiego. Uważał on bowiem, że karate jest jedno. Jednak w praktyce szkoła, która ćwiczy zgodnie z założeniami Funakoshiego (rozwiniętymi także przez jego syna) zwie się właśnie tak – od nazwy dōjō Funakoshiego, które założył w 1936 roku w Tokio. Nazwa pochodzi od pseudonimu, z którego korzystał Funakoshi (松濤, Shōtō, co oznacza fale poruszające się na wietrze świerku + 館, kan, co oznacza salę). Jest to współcześnie jedna z najpopularniejszych szkół, z której wywodzi się jednak wiele więcej. Do rozpadów doszło zarówno z powodów kwestii technik, jak i tego, czy powinno organizować się turnieje (czego Funakoshi był przeciwnikiem). W teorii szkoła ta wywodzi się z nurtów Shōrei-ryū i Shōrin-ryū pierwotnego okinawskiego karate, jednak zmiany poczynione przez Funakoshiego powodują, że często uznaje się szkołę Shōtōkan za niejakoraz współczesnego karate. Powołana w 1949 roku przez uczniów Funakoshiego (z nim jako honorowym prezydentem, gdyż miał on wtedy już ok. 80 lat) *Japan Karate Association* jest najstarszą federacją tej szkoły.

Hidetaka Nishiyama był najpóźniej (do 2008 roku) żyjącym uczniem Funakoshiego. Karate zaczął ćwiczyć po tym jak już osiągnął 1. dan w kendo. Znany jest tego, że rozpropagował karate w Stanach Zjednoczonych i częściowo także w Europie. W 1975 roku założył on ITKF, po tym jak pierwsza międzynarodowa organizacja karate, WUKO, dopuściła do mistrzostw świata karateków z RPA, powodując skandal i rozpad organizacji. Karate Tradycyjne jest przeciwwagą dla tzw. karate sportowego, czyli stylu/szków, które przekształciły się bardziej w kategorię sportową aniżeli sztukę walki. W praktyce dōjō, które ćwiczą karate tradycyjne, ćwiczą konserwatywną odmianę Shōtōkana ćwiczoną i promowaną właśnie przez Nishiyamę. Stwierdzenie *Karate jest jedno* często przypisuje się właśnie Nishiyamie.

松
濤
館

Źródła, dalsze czytanie

- ❑ Tło prezentacji: Wikicommons, hashi photo, CC BY-SA 3.0
- ❑ Nakayama M., Dynamiczne karate, Tsurushobo Publications, Tokio 1966
- ❑ Funakoshi G., Karate-dō: moja droga życia, Kodansha International, Tokio 1975
- ❑ A Brief History of Okinawan Martial Arts, Kyushiki-Ryu Kempo-Jutsu, dostęp 2022-04-11
- ❑ History of Okinawa Karate, Japan Karate Do Hakua-Kai Matsubushi Dojo, dostęp 2022-04-11
- ❑ Kihon, Kata i Kumite, Klub Karate Shotokan AGATSU Kielce, dostęp 2022-04-11
- ❑ Ryukyu Kingdom, Wikipedia, dostęp 2022-04-11
- ❑ What is Traditional Karate?, International Traditional Karate Federation, dostęp 2022-04-11
- ❑ Wymagania egzaminacyjne, Polski Związek Karate Tradycyjnego, dostęp 2022-04-11

SHOTOKAN Karaté Club

Tel. 02 35 41 74 74

Tel. 02 35 41 74 74

73



Les règlements
sont disponibles
à la participation
dans les clubs de
la Fédération Française
de Karaté



Dziękuję za uwagę

