

La opinión de Jigoro Kano sobre la práctica de la Kata

"Yo recomiendo a todos los estudiantes en general, la práctica de la kata"

JIGORO KANO (Publicado en 1921)

SUMARIO

El orden en la práctica de la kata.
La kata que se puede aprender sin profesor.
Hay mucha gente que prefiere practicar solo kata.

El orden en la práctica de la kata.

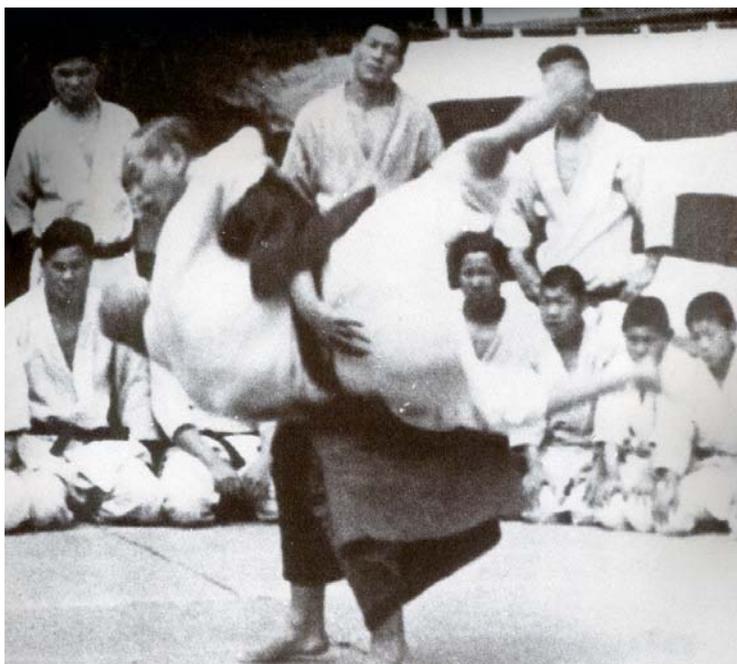
¿Qué tipo de kata y cuál es el orden en que deben practicarse?

Es adecuado empezar primero por la JU-NO-KATA por dos motivos:

- Primero, sirve para aprender el aspecto esencial del JUDO, es decir la RAZÓN de la forma en como vencer a un enemigo adaptándose a su fuerza y absorberla.
- Segundo, es la KATA del movimiento -NO VIOLENTO- por eso es muy fácil de aprender, sobre todo para los principiantes.

Después le sigue en el aprendizaje la NAGE-NO-KATA que no necesariamente enseña todas las formas de lucha de NAGE, la gente puede aprender en su teoría y con la práctica de la NAGE-NO-KATA el sentido y principios fundamentales en general de NAGE - SHOBU (lucha por el lanzamiento o proyección).

Todo ello pensando que en RANDORI se antepone la importancia por la lucha del NAGE, por eso el orden debe ser así.



Kano enseñando Uki Goshi a un grupo de alumnos de la escuela normal superior de Tokio.

El tercer orden es el desarrollo de la KATAME-NO-KATA.

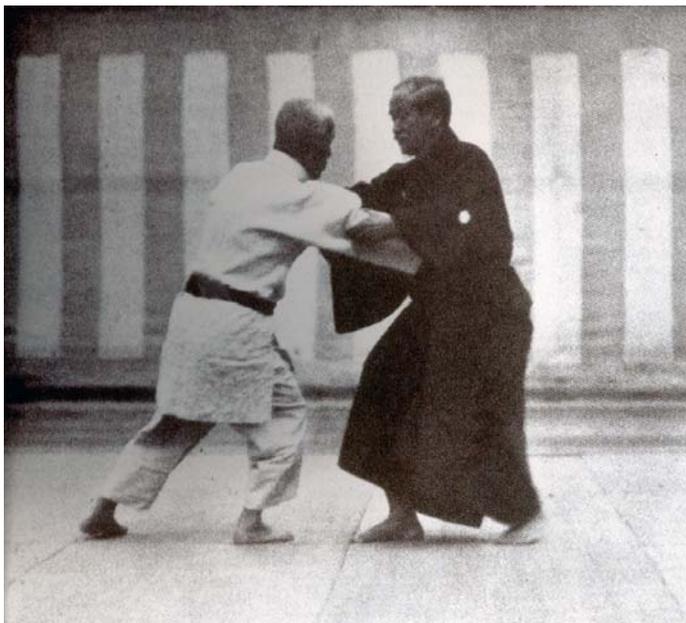


Kano enseñando Kime-no-Kata a dos estudiantes.

El cuarto orden es la KIME-NO-KATA; teniendo en cuenta que algunas formas de KIME no se pueden aplicar en RANDORI. Sin embargo en esta lucha real no solamente se usa NAGE Y KATAME sino también UTSU-TSUKI y KIRU," golpear con pies y manos "y hasta "cortar" con el "DAITO" se hacen necesarios.

Aunque la KIME-NO-KATA no enseña todas las técnicas de lucha anteriormente descritas, si se estudia con detenimiento puede comprenderse en líneas generales. Es por ello que para comprender el JUDO en general, se hace necesario el estudio de la KIME-NO-KATA.

Además de estas Katas, en KODOKAN se enseñan otras: KOSHIKI e ITSUTSU-NO-KATA, que aunque aún es imperfecta, en un futuro se pretende combinar con otras Katas. KOSHIKI-NO-KATA, es la KATA proveniente de la escuela TAKENOUCHI, de KITORIU. El estudio de la KOSHIKI-NO-KATA sirve para comprender el carácter noble del JUDO, al tiempo que nos permite conocer cómo el JUDO, se transformó en la belleza de este Arte. Por este motivo la KOSHIKI-NO-KATA se enseña fielmente sin cambios desde su creación.



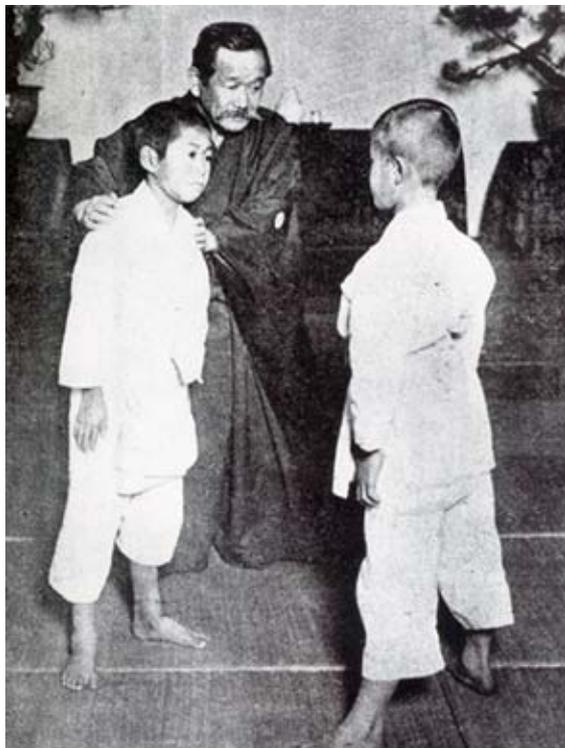
Kano y Yoshitsugu Yamashita ejecutando Koshiki-no-Kata

Para entender mejor esta KATA es conveniente tener una experiencia en el estudio general del JUDO, lo que nos ayudará a su comprensión. Sin embargo ella sola no es la esencia de KODOKAN JUDO por lo que no se necesita aprenderla como tal exclusivamente.

La kata se puede aprender sin profesor.

Hay otra KATA llamada KOKUMINTAI ATEMI NO KATA que se puede practicar solo.

Hasta ahora esta KATA no se ha enseñado mucho en KODOKAN, pero quiero promoverla más ampliamente por el motivo de que se puede practicar sin compañero y en cualquier lugar, dentro o fuera de la casa y con cualquier tipo de vestuario, considerando que es adecuada para cualquier tipo de edad.



Kano dirigiendo una clase de niños.

Sinceramente insisto en esta KATA, porque tiene la ventaja para los jóvenes, en el sentido de que complementa al RANDORI y también para los mayores en el sentido de que el RANDORI para ellos, es físicamente demasiado fuerte.

Por supuesto y desde siempre tenía la política de promocionar la KATA pero para estudiarla, se necesita mucho tiempo y mucha fuerza mental para entenderla en profundidad.

Por eso no resulta tan interesante como el RANDORI. De manera que hay pocos Profesores que puedan enseñar KATA y pocas oportunidades para aprender KATA. Esta situación ha hecho que la KATA sea inactiva.

En el futuro quiero tomar las medidas necesarias, para facilitar a los estudiantes la práctica y estudio de la KATA en KODOKAN y que los estudiantes de JUDO se dirijan más hacia la KATA.

Hay mucha gente que prefiere practicar solo kata.

El entrenamiento de JUDO se realiza de dos formas: RANDORI Y KOGI. (Pregunta y respuesta). Pero recientemente la práctica de JUDO se centra solamente en RANDORI y no se le da importancia a otras prácticas.

En el futuro yo quiero que los estudiantes de JUDO practiquen KATA Y KOGI MONDO (Preguntas y Respuestas entre Profesor y Alumno), en conjunto con el RANDORI. La cobertura de KOGI es muy amplia, pues abarca desde la explicación de una WAZA, hasta la teoría de la lucha, la técnica de la lucha, el método de entrenamiento mental y la forma de la aplicación de la teoría de la lucha en relación a los muchos aspectos de la vida cotidiana.

De esta manera el tipo de KOGI (conversación preguntas y respuestas) debe ser variado y de acuerdo con la categoría de los estudiantes de JUDO.

En principio es necesario entablar KOGI, pero KOGI solamente no es suficiente para

la formación del cuerpo, si no va acompañado de la práctica física. Por eso sin la práctica física no se entiende el verdadero sentido del SHOBU "La lucha"(SHIAI en versión moderna).

En este sentido el RANDORI es necesario. Sin embargo entablar KOGI y practicar RANDORI no son suficientes para el entrenamiento perfecto.

De esta manera surge la necesidad de las preguntas y respuestas entre los estudiantes de JUDO, lo que eleva el nivel de conocimientos entre ellos mutuamente y con arreglo a la clase de pregunta efectuada.

Todo lo anteriormente descrito es necesario, pero no debe ignorarse la IMPORTANCIA DE LA KATA.



Kano ejecutando Ju-no-Kata

Antes casi no se había practicado RANDORI. Exclusivamente se realizaba KATA. Fue un poco antes de la revolución MEIJI (1864) cuando empezó a practicarse RANDORI con más asiduidad. Entonces, ¿Por qué se prosperó tanto en el RANDORI? La KATA tiene un orden previamente establecido en cuanto a su práctica y ejecución; careciendo del trabajo físico y mental que ofrece el entrenamiento de la improvisación (RANDORI).



Kano ejecutando Ju-no-Kata

Físicamente la KATA tiene unas técnicas determinadas en donde los grupos musculares trabajan según esas técnicas, no permitiendo a otros músculos trabajar como ocurre en el RANDORI. Además, para los jóvenes practicar RANDORI es mucho más interesante que la KATA, especialmente el método avanzado de la enseñanza después de la Revolución MEIJI, por lo que las lesiones han disminuido notablemente y la gente puede practicar RANDORI sin mucho dolor, lo que ha contribuido mucho a la prosperidad del RANDORI.

Pero siempre que algo tiene una ventaja, conlleva una desventaja. Esta omisión de la KATA ha hecho que la gente olvide el otro aspecto importante del JUDO. El JUDO desde su creación ha tenido el carácter de lucha, con respecto a KIRU (cortar), TSUKI (pinchar) y otros, siempre con la idea del estudio de como matar, controlar o vencer al enemigo.

Como en el RANDORI se prohíben todas estas prácticas peligrosas, se pueden ahora realizar en la KATA.

A primera vista nos parece que el RANDORI posibilita y cubre todos los movimientos físicos. Pero si se analiza más detenidamente, veremos que le falta algo. Por eso para completar el RANDORI yo quiero recomendar a los estudiantes de JUDO, la práctica de la KATA, de esta manera las cosas que le faltan al RANDORI en el sentido de la lucha y el movimiento físico, se complementan con la KATA.

Texto recopilado por:

Justo J. HERGUEDAS CANALES.
Especialista en Katas 6º DAN KODOKAN
Curso de Katas de Verano en KODOKAN.
Agosto 2000.

Todas las imágenes aquí mostradas son Copyright ©KODOKAN JUDO INSTITUTE del museo de Jigoro Kano en Kodokan Judo Institute. Tokio, Japón.