

FEDERACION VALENCIANA DE KARATE

EL INSTRUCTOR DE KARATE COMO EDUCADOR

TESINA PARA LA OBTENCION DEL 5º DAN

SUSANA MOLINA DE LA ROSA

ALICANTE ABRIL 2012.

CERTIFICO QUE ESTA TESINA HA SIDO REALIZADA POR DÑA SUSANA
MOLINA DE LA ROSA,

PARA QUE CONSTE QUE TODOS LOS DATOS RECOGIDOS SON SU
APORTACIÓN AL DESARROLLO DE LA MISMA.

FIRMADO: SUSANA MOLINA DE LA ROSA

DNI 21.497.854.

+

AGRADECIMIENTOS

A lo largo del camino desde que comencé en el mundo de las Artes Marciales, he tenido la gran suerte y fortuna de contar con muchas influencias sobre todo de los grandes maestros, Sensei T. Kasse e H. Shirai a los que agradeceré siempre la manera de inculcar y transmitir el amor por este noble arte.

Pero sobre todo y con gran devoción a mi maestro, a mi guía, a mi Sensei J. Baeza López que desde mi niñez me ha enseñado, todo lo que sé.

También a todos los compañeros que día a día me enseñan a mejorar.

INDICE

CAPITULO I

EL SENSEI 4

EL SHINAN..... 6

CAPITULO II

EL VERDADERO SIGNIFICADO DEL CINTURON NEGRO..... 8

CAPITULO III

EL INSTRUCTOR DE KARATE EN RELACION A SUS ALUMNOS..... 10

ETIQUETA

LA COMUNICACIÓN

ESFUERZO

SINCERIDAD

CARÁCTER

AUTOCONTROL

CAPITULO IV

EL INSTRUCTOR DE KARATE EN RELACION CONSIGO MISMO..... 14

ETIQUETA

ESFUERZO

SINCERIDAD

CARÁCTER

AUTOCONTROL

CAPITULO V

SEMPAI – KOHAI..... 16

Consejos útiles para ser un buen Kohai.

BIBLIOGRAFIA..... 20

CAPITULO I

EL SENSEI

Sensei: "El que está delante", "El que ha entrado antes en el camino de la vida".

Con frecuencia, existe en las Artes Marciales un problema de términos, lo que conduce a errores en las concepciones de lo que es el Do.

Uno de los términos más pobremente traducido es el de Sensei, limitándolo al concepto de profesor, entrenador, gurú, y lamentablemente compañero o colega. Si se participa en una reunión entre budokas de distintas especialidades, los Sensei de más rango se refieren a los de menor rango con el término de San (señor); entre los de igual rango siempre se usa el término Sensei, y aunque exista la mayor de las confianzas, el tuteo y la forma de expresarse son inimaginables.

Cuando se pretende evolucionar en el mundo del Budo, se debe admitir que este mundo sobrepasa la dimensión deportiva que la mayoría de la gente le da. Un practicante puede contentarse con alcanzar el primer estadio del entrenamiento, físico y deportivo, pero es necesario saber que es posible ir más lejos. El escoger otros aspectos será cuestión de cada uno, así como de darles la importancia necesaria.

El deporte de combate necesita entrenadores; el Arte Marcial necesita educadores. El entrenador es reemplazable en función de los objetivos precisos del entrenamiento. El educador es un guía más allá de los aspectos técnicos, un enseñante de los aspectos marciales. Por ello tiene una responsabilidad muy superior, y para el alumno que se dirige a él, es irremplazable todo el tiempo que viva y sea posible seguir su enseñanza.

En Japón, ese mundo de diferencias entre un entrenador y un educador se contiene en el término Sensei: alguien que tiene algo que enseñar y que actúa en ese sentido sin reservas, lo que comprende vocación y devoción, capacidad y credibilidad. Es por esto que quien enseña debe ser considerado con respeto, aunque con el paso del tiempo haya dejado de enseñar.

En oriente la confianza en el Sensei es absoluta y definitiva, su recomendación es suficiente. Si se es presentado por un Sensei automáticamente se recibe el respeto del entorno sin necesidad de demostración alguna. En el contexto occidental, sea cual sea la reputación que preceda a alguien recomendado (y cuando mayor esa reputación, peor) siempre se espera que haga algo que convenza de sus virtudes al entorno.

Mientras que los alumnos deben considerar que quien les enseña es un auténtico Sensei, éste debe hacer todo o posible por merecer tal título. Sólo entonces ambos podrán progresar por la vía (Do) correcta.

El origen del Sensei puede establecerse al comienzo del siglo XVII en Japón, durante la era Tokugawa, en la que centenares de Ryu cambiaron el aspecto puramente guerrero de su técnica para enriquecerse de sus valores espirituales. En los tiempos del Bugei (guerrero), eran los combatientes los entrenadores que enseñaban su experiencia a los interesados. Su eficacia podía ser temible pero su dimensión mental no era siempre la de Miyamoto Musashi.

Ese estado de cosas fue cambiando lentamente. El Sensei fue el producto de un bagaje técnico y cultural indispensable a medida que las técnicas se transformaban en Arte. El Sensei apareció con el Budo.

SHINAN

La brújula apunta siempre fielmente en la dirección que el viajero desea seguir. Las antiguas leyendas chinas mencionan una brújula primitiva llamada "Shinansha".

La Shinansha era una estatua con un brazo levantado apuntando dirección Sur y montada en un carro. Este vehículo era usado por los chinos como guía de la correcta dirección.

El término japonés Shinan deriva de Shinansha y su traducción literal es "dedo -sur". Desde los albores de las Artes Marciales este término se ha usado para identificar al instructor que, al igual que a la brújula primitiva, siempre apunta en la correcta dirección.

La historia inicial de las Artes Marciales coincide con los tiempos difíciles y turbulentos, la vida en constante peligro era una característica de esas épocas. Perder un combate era perder la vida, por lo que las técnicas combativas eran de gran importancia. La persona que cuidaba y desarrollaba constantemente su nivel técnico no conocía límites en el desarrollo de su físico o su mentalidad.

Actualmente la vida del ser humano no presenta el mismo nivel de peligrosidad que en aquellos tiempos. No obstante, las artes Marciales continúan solicitando un serio estudio del pasado como único medio para alcanzar un desarrollo constante e ilimitado, no sólo de la habilidad técnica sino de aquel ser humano.

El Karate enfocado como un Arte Marcial requiere que quien lo practica resuelva, por sí mismo, su propia búsqueda. La completa dependencia del instructor dificulta el desarrollo que puede obtener el karateca. El instructor enseña, desde luego, pero también se limita a indicar permanentemente el sendero que recorre solo el practicante.

El mundo del Karate debe revivir y mantener vigente el concepto de Shinan. Muchos aspectos de la práctica deportiva moderna se relacionan con la degradación comercial, que nada tiene que ver con el verdadero espíritu del deporte.

Sin el Shinan, la integridad del Karate como un Arte está en peligro, al igual que también lo está un gran parte del deporte que ha perdido muchos de sus aspectos formativos. Cuando encuentra "falsas brújulas", el estudiante de Karate no puede seguir un camino correcto y fracasa en alcanzar un máximo desarrollo.

Guiar correctamente al estudiante de Karate debe ser la primera y más importante exigencia que concierne al instructor.

CAPITULO II

EL VERDADERO SIGNIFICADO DEL CINTURON NEGRO

En la historia europea y especialmente en la historia inglesa, un hombre de gran valor y dignidad que destacaba tanto en el campo de batalla como en su vida de relación, era premiado con un el título de caballero. Esta designación implicaba que su receptor era un hombre de honor y que además poseía una gran habilidad en el combate.

En Japón este mismo tipo de hombre era denominado Samurái, siendo objeto de gran atención y respeto.

En esas épocas, tanto Inglaterra como Japón constituían estados feudales en los que los caballeros y samuráis eran productos indispensables de las condiciones sociales en las que se vivía, situación que actualmente no subsiste. Sin embargo, el deseo de alcanzar un gran nivel en un Arte Marcial, en auto disciplinarse y en la defensa personal, aún persiste.

Actualmente el ser humano se esfuerza en un Arte marcial intentando alcanzar el cinturón negro como resultado de un aprendizaje para combatir. No obstante en la misma medida en que progresa en su entrenamiento se vuelve más consciente de un fuerte impulso, el de moldearse a sí mismo transformándose en una mejor persona, no solamente poseedora de una gran habilidad en el combate sino también de dignidad y honor.

Tradicionalmente éstos han sido siempre los objetivos de un estudiante de las Artes Marciales.

El cinturón negro es una recompensa otorgada al caballero actual o al moderno samurái que ha sacrificado muchas horas disciplinando su mente y agotando su cuerpo, en el intento de alcanzar el máximo desarrollo físico y mental posible. El cinturón negro es el símbolo de un experto.

Inicialmente, el sistema de grados fue establecido como una serie de niveles con los que el estudiante podría evaluar su progreso.

El primer cinturón negro es conocido como Shodan, el primer grado, el paso inicial a esos niveles.

El Shodan significa que el estudiante domina los fundamentos del Arte y está preparado para recibir un entrenamiento más avanzado. Si continua avanzando podrá optar a otros Danes, indicativos de su progreso.

Esta escala de valores ha probado su eficacia como gran motivadora del estudiante, pero también ha originado algunos problemas.

Es preciso también comprender que esta escala de valores consiste en examinar las relaciones humanas y debido a las diferencias existentes entre cada persona es difícil establecer reglas únicas.

El Judo y el Kendo tienen sus reglas internacionales para evaluar, lo que en parte es producto de su origen exclusivamente japonés, y esas reglas han nacido junto con cada una de esas Artes Marciales.

En un club serio se obtiene el cinturón negro entre 3 y 5 años de constante y duro entrenamiento diario, toda la semana, y contando además con un instructor competente.

Cada karateca debería saber que el cinturón negro es un regalo, sino un objeto un objeto y un símbolo de realización de un gran esfuerzo, dentro de un sistema de grados de la máxima calidad del que se debe beneficiar el estudiante y el Karate en general.

Esta interpretación de los Danes debería instalar un sentimiento de orgullo a quien recibe un Dan a través de un entrenamiento riguroso.

Los caballeros y los samurái de antaño evitaban todo acto que pudiera empañar o poner en tela de juicio su honor. ¿Desean los Sensei y cinturones negros modernos tener una actitud diferente a la de ellos respecto a su propio honor?

Maestro Hidetaka Nishiyama.

CAPITULO III

EL INSTRUCTOR DE KARATE EN RELACION A SUS ALUMNOS

Etiqueta

1. Debe instalar entre sus alumnos una estricta forma de disciplina y etiqueta y asegurarse de que la cumplen.
2. Debe hacer entender a sus alumnos que espera de ellos su respeto, al igual que de cualquier persona que se le acerque.
3. Debe enseñar a sus alumnos a ser puntuales y a ofrecer un aspecto limpio en su persona y vestimenta.

El sentido de la responsabilidad

Dirigido hacia quienes le han confiado su progreso y esfuerzo, y no limitado por el tiempo que el alumno pasa en el Dojo. El sensei desea llevar al alumno de un estadio hacia otro, siempre hacia delante, avanzando aunque sea un solo milímetro.

Esta actitud supone, por parte del sensei, tratar de planificar los entrenamientos y la carrera del estudiante. La enseñanza es progresiva y dosificada de acuerdo a la comprensión que va alcanzando el alumno, todo lo cual va más allá de los simples entrenamientos. Por su parte el alumno debería comprender por qué no puede faltar a clase...

La responsabilidad del Sensei va condicionada también hacia quién le confió la tarea de enseñar. Es el eslabón de una cadena eterna puesto que hay una responsabilidad histórica dentro de un Ryu, la de continuar la enseñanza, y el Sensei detenta una parte de ese peso de tal forma que lo convierte en "Giri", la "obligación" que alguien SIENTE, sin que le haya sido impuesta.

Por otra parte todo budoka debería sentirse como miembro de una gran familia (el Sensei debe enseñar también esa dirección), aspecto especialmente importante cuando se pertenece aun Ryu antiguo, bien desarrollando, que proporciona a sus adeptos experiencia, tradición historia, aspectos culturales, afiliación, etc.

Finalmente se Sensei es un puente entre el pasado y el futuro, lo que significa:

-Enseñanza tradicional.

-Devoción, explicando la herencia dejada por los predecesores.

El resultado debe ser el de un ambiente de gran calidad cuyos efectos repercuten en todo el Dojo y sus practicantes.

La comunicación

No es suficiente saber, hay que poder y desear transmitir. Este sentido pedagógico no es frecuente. MiyamotoMusashi estuvo siempre preocupado por su progreso personal y no tuvo paciencia ni tiempo para enseñar.

Se ve con frecuencia, en Europa y USA, campeones de competición impartiendo enseñanzas, aun estando desprovistos de todo sentido pedagógico y a veces también de valores humanos. En Japón, muchas escuelas tradicionales tienen en cuenta, para la obtención de Danes elevados, la habilidad para enseñar. Es evidente que ser campeón o buen competidor o buen árbitro no son elementos suficientes para garantizar la enseñanza, aunque deberían ser lógicos y usuales complementos de un buen Sensei.

El Sensei irradia la pasión por el Karate y despierta nuevas vocaciones. No por los trofeos que ha ganado, ni por los títulos obtenidos por su Club, ni siquiera por el número de cinturones negros que ha formado. Enseña abiertamente y es tolerante, aun cuando hay ciertos aspectos en los que no es posible transigir. Exige el mayor nivel técnico sin contentarse como los campeones, con las "técnicas especiales" que se desarrollan en los torneos.

Esfuerzo:

1. Debe lograr de sus alumnos la máxima concentración y esfuerzo en la práctica.
2. Debe ofrecer a sus alumnos un entrenamiento cuidadoso planificado y sistematizado que asegure su máximo desarrollo.
3. Debe esforzarse en ver y entender las debilidades de sus alumnos e intentar ayudarlos.

Sinceridad:

1. Debe ser sincero en sus respuestas, declaraciones y afirmaciones en su relación con cada alumno.
2. Debe mostrar la máxima cooperación con sus alumnos.
3. Debe lograr que el karate sea una parte necesaria e importante en la vida de cada alumno, como un medio para desarrollar su carácter, su mente y su carácter.

Carácter:

1. Nunca deber ridiculizar a un alumno débil u jamás será celoso o envidioso de alumno fuerte.
2. Debe lograr que sus alumnos construyan un cuerpo limpio y saludable, y unos pensamientos igualmente limpios y saludables.
3. Debe percibir los cambios de humor y metabolismo de sus alumnos, evitando el desgaste excesivo de sus energías y enseñándoles como preservar y aumentar esa energía.

Autocontrol:

1. Debe mantener un estricto control sobre sus alumnos.
2. Debe preparar duramente a sus alumnos ayudándoles a construir un fuerte espíritu y una técnica excelente.
3. Debe cultivar el espíritu de liderazgo entre sus alumnos.

CAPITULO IV

EL INSTRUCTOR DE KARATE EN RELACION CONSIGO MISMO

Etiqueta:

1. Debe ser constante ejemplo de corrección y etiqueta.
2. Debe ser respetuoso con todo aquel que se le acerque.
3. Debe tratar de ser limpio y puntual.

Esfuerzo:

1. Debe poseer un profundo conocimiento de aquello que enseña, demostrando y explicando de forma clara.
2. Debe entrenarse progresiva e incesantemente, siempre con esfuerzo creciente.
3. Debe aprender a examinar y entender sus propias debilidades y tratar de vencerlos.

Sinceridad:

1. Debe estar totalmente seguro de lo que informa, declara o afirma a sus alumnos, puesto que ellos creen en su palabra. Debe ser un hombre de palabra.
2. Debe enseñar todo lo que sabe y no ocultar información, de lo contrario jamás progresará.

3. Para el instructor, el Karate es su forma de vivir, por lo que debe ser sincero consigo mismo y en relación a su Arte, que es el Zen en movimiento.

Carácter:

1. Debe mostrarse amable y ayudar a los débiles, esforzándose en hacer entender estos mismos aspectos, a los fuertes.
2. El instructor debe luchar constantemente para perfeccionar su carácter.
3. Debe esforzarse en entender a los seres humanos, a través de su propio entrenamiento, experiencia y por el más amplio estudio de la anatomía psicología y conocimiento generales.

Autocontrol:

1. Nunca debe perder el control de sí mismo actuando violentamente, a menos que sea imprescindible.
2. Debe mostrar un vigoroso espíritu en su enseñanza y en su propia práctica del Arte.
3. Debe convertirse en un verdadero líder, proyectando su poder y conocimientos para el beneficio de otros.

Sensei Stan Schmidt

CAPITULO V

SEMPAI – KOHAI

Sempai: veterano, karateca más antiguo que uno.

Kohai: principiante, karateca que ha entrado después.

Dohai: Karateca contemporáneo a uno.

Es esta una relación especial del mundo del Budo. Cuando se comienza el entrenamiento en el Dojo, los que ya estaban entrenando son Sempai del que ha entrado ahora. Esto es sencillo de entender en un Dojo tradicional, pero muy difícil de aplicar, por lo que se explicarán sus raíces. Además, es posible también escoger a un veterano como Sempai, por la afinidad física o actitudes por lo que la relación se complica.

El concepto de Giri u obligación subyace en todos los aspectos Sempai – Kohai.

Ayudándonos, motivándonos, golpeándonos cuando nos relajamos, actuando como instructor, confidente o consejero, explicándonos una técnica o una actitud, nuestro Sempai asume una tremenda responsabilidad.

El Kohai es Onjin, una persona que está bajo una obligación, y se espera que actúe también como su propia responsabilidad, derivada de ello. Y como reza un antiguo proverbio japonés: “La vida y la muerte son livianas como una pluma, pero la obligación es pesada como el monte Fuji”.

Sempai – Kohai era en realidad una parte integral de la vida diaria del samurái, al igual que las demás facetas de las Artes Marciales. Se fundamenta en la cultura feudal japonesa en la que una exacta distribución de clases separaba a los superiores de los inferiores, y este sistema continúa vigente en la sociedad del Japón actual.

La responsabilidad del Sempai incluye la enseñanza, pero es más típico tomar a su cuidado al Kohai, respondiendo a sus preguntas, aclarando sus dudas y ayudándolo cuando se desmoraliza.

El Kohai, a su vez, se esfuerza en el entrenamiento y en el aprendizaje, devolviendo la amabilidad (y la presión) recibidas, respetando a su mentor y al tiempo que se ha invertido para que progrese.

Basado en el profundo respeto por la lealtad y la obligación que caracterizaba al Japón de antaño, esta relación especial va más allá del Dojo, se extiende a la vida cotidiana diaria. Mientras el Kohai comienza su larga maduración da igualmente coraje al Sempai para que éste continúe en sus actitudes de ayuda y liderazgo tan necesarias para alcanzar la categoría de instructor. Y de esta mutua ayuda surge el beneficio para las vidas de ambos.

Para un Kohai el derecho de que su vida esté controlada por esta relación, es crítico y difícil además de inaceptable en la sociedad occidental. Peor aun cuando sucede que un Sempai no es precisamente un modelo de carácter equilibrado. No obstante sucede con mucha más frecuencia que el Kohai es un indisciplinado, inmaduro y no sabe apreciar la ayuda, por mínima que sea, que recibe del Sempai. Casi siempre el Sempai es ejemplo que motiva a esforzarse, mientras que un gran porcentaje de principiantes abandonan la práctica al carecer de motivaciones y objetivos reales y precisos.

Si se desea planear y aceptar esta relación (no olvidemos que todos los grandes Maestros y expertos se han formado en ella) debería comenzar por ser un correcto Kohai.

Consejos útiles para ser un buen Kohai.

*El kohai comenzará por construir su propia casa antes de observar, criticar u opinar acerca de la casa de los demás.

* Por malo que el kohai piense que es su Sempai no debe ponerlo en evidencia ya que toda su atención y energías deben estar puestas en su propio progreso como karateca y como Kohai.

* Cuando el Kohai apunte acusadoramente a su Sempai (o a otras personas) con su índice extendido recordará que los otros tres dedos plegados apuntan hacia el mismo.

* Todo kohai es a su vez Sempai de los niveles principiantes del Dojo, por ello debe preguntarse a su vez si es buen Sempai y cumple con su obligación como tal.

* El Kohai debe recordar que la experiencia que su Sempai le trasmite le servirá para allanar el camino a recorrer, por mínima que aquella sea.

* La ingratitud es el peor vicio y defecto de la raza humana, ya que nadie nace sabiendo.

Se pueden escribir miles de páginas respecto a lo que es un educador, tanto en oriente como en Occidente. La mayoría de libros, revistas e información general acerca de la Educación física o la práctica deportiva, aportan conceptos tan válidos como los vertidos en este trabajo.

Sin duda, los conceptos de Sensei y de Sempai- Kohai despertarán varias reacciones en quienes los lean:

-“Demasiado difícil, me conformo sólo con ser un entrenador (aunque espero que mis alumnos me llamen Sensei) y sigo la corriente de enfocar toda mi práctica en la competición”.

-“Estos japoneses (y sus seguidores occidentales) están locos, hay que ser un genio para seguir estas indicaciones de cómo llegar a ser un Sensei”

-“¡Qué magníficos conceptos! Me siento identificado con todos ellos y los pongo en práctica día a día. Soy mucho mejor que fulano o mengano que se hacen llamar Sensei y ya no sudan el karategui”.

-“Estos aspectos de ser Sensei me parecen bien, en cambio estos otros no, porque están equivocados y no pienso ponerlos en práctica”.

-“No vale la pena sacrificar tiempo, dinero y esfuerzos en tratar de formar alumnos que no se interesan verdaderamente por el karate”.

-“No es necesario decir el Dojokun en voz alta en las clases del Dojo, yo ya cumplo con esos conceptos todos los días”.

Al igual que en clases de los Maestros más afamados, hay personas que entienden lo que esos educadores pretenden transmitir y otros que no entienden nada o creen que no pueden poner en práctica los conceptos o técnicas que los Maestros piden, igual sucederá con lo que se ha intentado definir como Sensei.

Si el ser humano pensara así, la humanidad jamás habría contado con los grandes exponentes de la libertad, la cultura y las ciencias. Esas grandes personas nunca se conformaron con lo que su época les ofrecía y lucharon toda su existencia por liberar a los oprimidos, descubrir una vacuna, pintar un Guernica o salvar una vida.

El luchar por alcanzar unos valores humanos adecuados no es una cuestión de inteligencia o cultura. Todo el mundo aprende, más rápido o más lentamente. En el caso del Karate, es sólo entender que de la misma forma que un buen karateca aparece después de muchos años de entrenamiento correcto, pasando de promesa a experto, un buen Sensei tampoco se fabrica de la noche a la mañana.

Insistiendo en estudiar y aprender, entrenar constantemente en la dirección correcta y escuchar los problemas de los demás, el Maestro que hay en el interior de todas las personas aparecerá después de año tras año de pequeños y constantes cambios. Y creemos firmemente que el primer paso de ese largo recorrido es aprender a ser un buen Kohai y una persona agradecida.

“Afortunados aquellos que enseñáis porque vosotros aprendéis” San Pablo.

BIBLIOGRAFIA

- 1º - Karate el arte del combate, Nisiyahama y R. Brown. Ed.Ed DIANA México 1975.
- 2º - Secretos de las Artes Marciales. Katzuki Tabata. Ed. EDAF. Madrid 1983.
- 3º- Metodología del aikido. Jose S. Nadal. Ed. CABAL. Madrid 2004
- 4º- La dinámica del Karate V. I. Nakawana. Ed. KODANSHA Tokyo 1966.
- 5º- La dinámica del karate V. II Nakawana. Ed. KODANSHA Tokyo 1966.
- 6º- Enciclopedia práctica Artes Marciales Antonio Oliva y colaboradores Ed. NUEVA LENTE. Madrid 1981.
- 7º- La vida de Miyamoto Musashi. William Scot Ed. ARCANO BOCHA. Ed. KODANSHA. Madrid 2005.
- 8º - El Zen en las Artes Marciales. Joe Htams. Ed. UNIVERSO. México 1990.
- 9º- Star Schmidt artículos de internet. Shotokanmayway.
- 10º- Protocolo de grado de la J.K.A. (publicación A.E.K.A. 1982) Alicante.