

Le origini:

Molti generi di karate hanno avuto origine dal te o tode di Okinawa, alcuni sono scomparsi mentre altri si sono sviluppati sino ai giorni nostri, divenendo stili. Nel XIX secolo le arti marziali di Okinawa si separarono in due principali correnti: Shuri-te e Naha-te, e in una terza prossima allo Shuri-te, il Tomari-te. Questi sistemi di lotta differiscono nella tecnica e nelle origini geografiche, anche se le loro differenze non sono radicali perché radice comune a tutte resta l'arte marziale cinese. Lo Shuri-te prese il nome dalla capitale di Okinawa, Shuri, veniva praticato dalla classe nobile ed era caratterizzato da movimenti rapidi ed offensivi. Il Naha-te, praticato attorno alla grande città commerciale di Naha, presentava movimenti poderosi, finalizzati alla difesa. Il Tomari-te, dal nome della regione di Tomari (porto di Okinawa), era praticato da contadini e pescatori.

Queste differenze spontanee rappresentarono l'unica evoluzione dell'arte marziale sino all'avvento di carismatici maestri che seppero modernizzare il karate. Tra questi Sokon Matsumura, allievo di Sakugawa, fu uno dei più rinomati interpreti di arte marziale del tempo. La sua abilità di guerriero era nota anche in Cina dove, trasferitosi nel 1830, ebbe occasione di studiare per anni lo stile Shaolin. Al suo rientro in patria organizzò e affinò lo Shuri-te formando maestri famosi come Yasutsune "Anko" Itosu, Yasutsune "Anko" Azato e Kanryo Higaonna che, dopo un periodo trascorso in Cina a studiare il kempo, tornò ad Okinawa ed innovò profondamente il Naha-te. Questi sistemi di combattimento divennero infine scuole: Shuri-te e Tomari-te confluirono nello Shorin Ryu (stile della giovane foresta) mentre il Naha-te sfociò nello Shorei Ryu (stile dell'ispirazione). Dallo Shorin Ryu derivano stili fondamentalmente improntati all'attacco, dove massimo risalto è prestato all'accuratezza e alla velocità dei movimenti; allo Shorei Ryu si richiamano stili più difensivi, rivolti all'irrobustimento del corpo e all'uso della forza fisica. Molti tipi di karate utilizzano, comunque, elementi di entrambe le scuole. È negli anni venti che gli stili, ormai ben differenziati, cominciano a diffondersi presentati in Giappone al pubblico durante i festival di arti marziali o di educazione fisica e vennero codificati con nomi differenti dai differenti maestri.

Goju Ryu

Il Goju Ryu unico stile mantenuto tale dalle origini, attualmente praticato ad Okinawa, in Giappone e nel resto del mondo. Il fondatore era il M° Kanryo Higahonna, ed all'epoca si chiamava "Naha-te" (il nome Goju fu tratto dal M° Chojun Miyagi da un passaggio del Kempo Hakku, in un capitolo del Bubishi, che recita: 'Ho goju don to', la legge dell'Universo respira dura e morbida), ad esempio, è strettamente legato allo Shorei Ryu. In Giappone si diffuse nella regione di Kyoto, grazie all'opera del maestro Gogen Yamaguchi che seguiva il Sensei Chojun

Miyagi Le contrazioni muscolari, i movimenti lenti e potenti caratteristici di questo stile richiedono grande vigore fisico; il Goju Ryu conserva molte delle peculiarità di un tempo: tra i vari stili è quello che meno si è modernizzato. Altra ramificazione dello Shorei è lo Uechi Ryu o Pangai Noon, poco diffuso e poco conosciuto in Italia; il suo fondatore, Kanbun Uechi, trascorse quindici anni in Cina, nella stessa zona in cui si era formato Kanryo Higaonna.

Shito Ryu

Nella zona di Kobe si diffuse lo Shito Ryu, creato dal maestro Kenwa Mabuni: questo stile deriva da entrambe le storiche scuole di Okinawa essendo stato il suo fondatore allievo di Itosu (Shorin Ryu) e di Higaonna (Shorei Ryu). I movimenti di questo stile sono morbidi ed eleganti, alternati a forti contrazioni muscolari; le posizioni si mantengono tendenzialmente alte.

Shotokan

Lo stile Shotokan di discendenza Shorin Ryu, fu creato e diffuso da allievi del maestro Gichin Funakoshi, allievo diretto di Azato e Itosu. Dopo il 1922, data di presentazione in Giappone della sua arte, Funakoshi insegnò karate spostandosi da un dojo all'altro; una prima sede fissa venne creata nel marzo del 1938, quando Funakoshi aveva già settant'anni; fu lui ad affiggere al dojo l'insegna con la scritta Shotokan (da kan, casa e shoto, pseudonimo con cui il maestro soleva firmare poesie e opere di calligrafia). Il dojo Shotokan rimase il centro dell'insegnamento del karate di Funakoshi anche quando ne cedette la direzione al suo terzo figlio, Yoshitaka il quale ebbe una parte importante nella diffusione dello Shotokan; egli apportò alcune modifiche nell'insegnamento, introdusse l'esercizio del combattimento libero elaborandone tecniche e strategie e ricercò maggiore ampiezza e dinamismo nell'esecuzione delle tecniche, sempre finalizzate alla massima efficacia. Tra le critiche che spesso vengono mosse sullo Shotokan, c'è quella della fermezza dei combattenti durante il kumite. Questa diceria è dovuta al figlio di Funakoshi, che essendo malato di tubercolosi volle creare uno stile inconfondibile, per cui addestrò dei combattenti con un allenamento specifico per aumentarne la massa muscolare, a tal punto che potevano star fermi durante il kumite poichè la loro mole bastava di per se a

parare i colpi. Oggi non è più così, e i "saltelli" tipo pugile sono entrati nel repertorio di qualsiasi karateka shotokan, e sono consigliati da tutti i maestri.

Wado Ryu

Il dojo di Wado Ryu, venne fondato nel 1937/1938 da uno dei primi e più validi allievi di Funakoshi, il maestro Hironori Otsuka, egli creò lo stile Wado Ryu; e fu il primo maestro fondatore di uno stile ad essere originario del Giappone. Nato nel 1892 a Ibaragi, vicino a Tokyo, cominciò in tenera età la pratica del jujitsu, continuandola per 17 anni, sino al suo primo approccio con il karate. Divenne allievo di Gichin Funakoshi rimanendo a lungo con lui, prima di codificare, consigliato dallo stesso, un nuovo stile: il Wado ryu, Via della pace, il quale assomma influenze di jujitsu, Shito Ryu, Shotokan e dell'aikido, di cui conosce e frequenta il fondatore Morihei Ueshiba, presentando rotazioni spostamenti laterali e movimenti molto veloci che lo rendono particolarmente adatto al combattimento (Kumite). Affida ai suoi primi allievi, i maestri Yamashita, Kono, Suzuki, Toyama (in Italia) e Mochizuki di trasmettere e divulgare lo stile Wado Ryu in Europa.

Il Wado Ryu, è oggi diviso sotto due linee di pensiero: Il Wado Ryu e il Wado Kay.

* Il Wado Ryu, pone come figura principale Hironori (Jiro) Otsuka II (X Dan), il figlio del fondatore dello stile che segue le fila indirizzategli dal Soke stesso (suo padre). Nel vasto territorio mondiale, egli ha posto come caposcuola europeo il maestro Masafumi Shomitsu IX Dan Hanshi fondatore della Wado Academy. Nella penisola Italiana, viene affidato al Maestro Massimo Conti VI Dan, coadiuvato da molti altri nomi noti del Wado Ryu, il compito di divulgare lo stile.

* Il Wado Kai è stata fondata dal M° Hironori Otsuka in persona, per divulgare il Wado Ryu nel mondo, ora è gestita da uno dei più abili allievi del fondatore: Il maestro Tatsuo Suzuki (IX Dan). Che modificò la linea indicatagli da Otsuka, ed introdusse gli Ohio Kumite. Suzuki portò il Karate Wado Ryu dapprima in Inghilterra, poi nel resto dell'Europa e negli Usa. Sicuramente la sua bravura e qualifica non ereditata ma acquisita lo pone come uno dei maestri storici di questo stile.

La diatriba che portò alla scissione tra Wado Ryu e Wado Kay, è da attribuire al fatto che i maestri dell'associazione Wado Kay (che in passato faceva parte, come associazione, del Wado Ryu, e che solo da 30 anni è di fatti uno stile) chiedevano a torto o a ragione un'autonomia che il M° Otsuka I non voleva concedergli. La situazione si tradusse in un processo, nel quale vi fu la separazione legale dei due stili. L'accademia Wado Ryu Karate do Jujitsu Kempo Italia (AWKJI), è la federazione italiana che più tiene alle tradizioni del karate stile Wado Ryu, anche agonisticamente, i cui karateki si sono distinti sul podio del panorama internazionale. La Fesik, invece è la federazione sportiva del Wado Kay, dalle cui fila sono nati ottimi atleti e campioni. Di rilievo è da nominare la FIJLKAM, federazione nazionale molto legata all'aspetto agonistico di tutti gli stili di karate (e arti marziali in genere) oltre che del Wado Ryu, e Wado Kay, producendo atleti di alto livello. Dal punto di vista psico-motorio, il Wado Ryu in

generale, considerate le sue peculiarità può essere consigliato a bambini a partire da 5 anni indirizzandoli anche all'agonismo. Anche chi è più maturo, o anziano lo può intraprendere amatorialmente: vista la sua fluidità di movimento, può essere consigliato per tonificare polmoni, diaframma ecc ecc; inoltre nel karate ci si esercita scalzi e questo fortifica la pompa plantare rinforzando il cuore.

Shotokai

Shotokai, Associazione di Shoto, creata dal gruppo di allievi che recuperarono i fondi per la costruzione del dojo Shotokan. Shotokai e Shotokan erano, in origine sinonimi utilizzati dai due gruppi che si allenavano sotto la direzione di Gichin Funakoshi; alla morte di questi il maestro Egami continuò il proprio cammino nello studio del karate mantenendo per il suo stile l'appellativo Shotokai: le due scuole di comune origine andarono così differenziandosi. Egami modificò il karate appreso da Funakoshi sotto il profilo tecnico ma continuò a rispettarne le idee basilari privilegiando lo studio del kumite fondamentale a quello libero. Il pensiero del maestro Funakoshi era simile: per lui il vero unico combattimento di karate è per la vita o per la morte, ed è perciò impossibile da praticare in un dojo. Nello Shotokai i colpi vengono portati tutti oltre all'avversario, vicino o lontano che sia. Durante l'allenamento i colpi sono portati alla maggior distanza possibile mantenendo equilibrio e postura corretti. Le anche sono come in altri metodi il punto di forza. Sempre e solo nell'allenamento si può solo avanzare e mai indietreggiare (anche quando ci si difende). In Italia, negli anni passati, si praticava il kumite sportivo. Poi però a causa della smania di vincere la tecnica pura veniva eliminata completamente. Si formava quindi gente che era specializzata in poche o addirittura singole tecniche di kumite sportivo ma che valevano poco per quanto riguardava la conoscenza e l'esecuzione delle tecniche di stile. Nello stile Shotokai il combattimento deve portare alla vittoria con un unico colpo, l'ippon. Senza finte o senza attacchi accennati. A differenza dello Shotokan e di altri stili, oltre al kihon (studio delle tecniche), al kumite di studio e ai kata, si studia anche il midare, un esercizio nel quale si studia l'irimi, il corretto anticipo, il ritmo corretto. Nell'irimi una persona si difende da un'altra persona avanzando verso questa. Schiva il colpo in maniera molto tecnica e si porta dietro la schiena dell'attaccante pronto a schivare il successivo attacco. Chi attacca deve sempre portare attacchi "sinceri". Nell'irimi gli attaccanti possono anche essere più di uno a seconda della bravura di chi si difende. La forza muscolare non va praticamente mai usata, si sfruttano le anche, il proprio peso ed il corretto anticipo sull'avversario. Se si dovesse cercare uno stile cinese che richiama la maniera di muoversi attaccare e parare avanzando sempre, si potrebbe trovare nello stile morbido Hsing I.

Goju USA (American Goju)

Lo stile Goju USA detto anche American Goju è stato fondato dal Shihan Peter Urban. L'associazione Butokukai, visti i meriti acquisiti in decenni di vita dedicata allo studio delle arti marziali, gli riconobbe il grado di cintura rossa 10° Dan. Grazie al lavoro svolto da Sensei Urban e da i suoi numerosissimi allievi, il Goju Usa si diffuse a macchia d'olio, prima negli States e successivamente in tutto il mondo. Il M° Gianni Rossato di Padova, fu il primo allievo italiano del M° Urban, che introdusse la scuola del Goju Usa nel nostro paese. Successivamente il M° Rossato chiamò la sua scuola Goju Italia con il consenso del M° Urban. Nel 1959 il M° Peter Urban introdusse il karate Goju Ryu negli USA, e il lavoro svolto successivamente produsse una rivoluzione nel mondo del karate statunitense, per questo da molti fu chiamato 'George Washington' o il 'Padrino del Goju'. Nel 1966 il m° Peter Urban fonda la sua scuola, chiamandola GOJU USA, con il consenso dei suoi precedenti maestri, R. Kim, G. Yamaguchi e M. Oyama. I kata di questo stile sono essenzialmente quelli dello stile Goju-ryu, con alcune differenze.