JOSÉ PAULO DA CRUZ ALBERNAZ

KARATÊ: ARTE MARCIAL OU DESPORTO?

MONOGRAFIA ELABORADA COMO PRÉ-REQUISITO PARA O CURSO DE GRADUAÇÃO E LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA DO SETOR DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ.

CURITIBA
1994

JOSÉ PAULO DA CRUZ ALBERNAZ

KARATÊ: ARTE MARCIAL OU DESPORTO?

MONOGRAFIA ELABORADA COMO PRÉ-REQUISITO PARA O CURSO DE GRADUAÇÃO E LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA DO SETOR DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ.

PROFESSOR ORIENTADOR:
PAULO AIR MIKOSKI

Ao meu Sensey, Sérgio da Veiga Jardim, que durante o curto período da sua existência, ensinou-me o que pôde sobre a arte do karatê-dô, contribuindo imensamente para minha formação como ser humano, e a quem tenho a honra de, humildemente, dedicar esta monografia, na esperança de, no futuro, dar continuidade à sua obra de educador.

SUMÁRIO

Resumo IV

1 - Introdução 01

1.1 - Apresentação do Problema 02

1.2 - Justificativa 03

1.3 - Objetivos 04

2 - Revisão de Literatura 05

2.1 - História do Karatê 05

2.2 - Desporto Olímpico 15

2.3 - Desporto 18

2.3.1 - Divisão do Desporto 19

2.4 - Teoria do Kumitê - Karatê Desportivo 20

2.5 - Apresentação do Karatê ao Público 30

3 - Conclusão 33

Referências Bibliográficas 34

RESUMO

Esta monografia aborda uma questão muito complexa nos dias de hoje. É possível que uma arte amrcial e um desporto sejam unidos dentro de uma atividade física?

Muitas pessoas dizem que, no mundo moderno, o sentido arte marcial é totalmente ultrapassado, pois, atualmente, ninguém vai lutar com alguém com uma espada ou de mãos nuas.

Outros dizem que o desporto só serviu para corromper, pois para conseguir vitórias tudo é válido, além dos problemas políticos que envolvem uma competição.

Mas será que a Arte Marcial é apenas o treino para matar ou brigar? E o desporto só tem o lado da competição e da busca da vitória a todo custo? Será que dentro de um contexto mais elaborado destas duas faces não existem ensinamentos mais importantes?

Esta pesquisa tenta mostrar os lados menos conhecidos, tando das artes marciais como dos desportos, e demonstrar que seus principais objetivos são os mesmos, ou seja, a formação do homem como um todo.

INTRODUÇÃO

O KARATÊ, em sua fase inicial, foi concebido como uma arte marcial com fins defensivos, pois seus praticantes eram considerados Nobres Guerreiros, e tinham toda uma ética (BUSHIDO) em sua formação.

Com a modernidade o Karatê ficou com um papel obscuro, pois sua eficiência em combate real, apesar desta não ter sido perdida, fica em inferioridade diante de armas de fogo. Então qual seria o papel do Karatê no mundo moderno? Seria ele uma arte marcial, ou um desporto, onde suas qualidades de luta pudessem ser medidas entre dois oponentes, dentro de regras estabelecidas para preservar segurança dos atletas e limitar-se apenas a isto? Ou poderia unir de forma adequada estas duas concepções dentro de uma "arte marcial desportiva", com todos os valores morais e éticos inerentes à disciplina oriental e às qualidades educativas e de relacionamento social do desporto?

1.1 - Apresentação do Problema

A luta sempre foi a força motriz da humanidade em todas as épocas de sua história. Desde seu aparecimento no mundo, o homem empenhou-se nas lutas corpo-a-corpo como forma de auto-defesa e como um meio de conquista. Por isso, a medida em que o homem evoluía, as lutas também tinham seu desenvolvimento próprio, até tornarem-se no que hoje conhecemos com as artes marciais.

Estas artes existem em todos os cantos do planeta, caracterizadas pela região onde desenvolveram-se. Como exemplo, podemos citar a capoeira, no Brasil, a esgrima, na França, e o karatê, no Japão.

Desenvolvidas conforme a necessidade de auto defesa de cada região, essas artes passam hoje por um dilema. A capoeira não está definida como luta ou manifestação folclórica; a esgrima perdeu sua essência e tornou-se apenas um desporto e o karatê, como tema principal desta pesquisa, pergunta-se: será uma arte marcial ou um desporto?

Inicialmente, o karatê era considerado uma arte marcial no sentido mais abrangente possível. Entretanto, algumas pessoas crêem que não há mais lugar para uma arte marcial numa era de bombas atômicas e altíssima tecnologia, devendo o karatê transformar-se, como a esgrima, numa arte de competição apenas: num desporto.

Outras pessoas, entretanto, crêem que os preceitos da arte marcial sempre serão necessários com seus princípios filosóficos e sua essência, como ocorre desde o início dos tempos da humanidade.

1.2 - Justificativa

Durante a prática de karatê, nota-se que a essência da arte marcial foi aos poucos sendo esquecida, em pról de titulos e competições que valiam mais que sua filosofia. Curioso, fui lendo, perguntando e observando, porém nenhuma das respostas encontradas conseguiu satisfazer-me ou ao menos direcionar-me para o entendimento do problema.

Tendo sido criado dentro da rígida disciplina das artes marciais e com acesso apenas ao lado tradicionalista do karatê, fui levado a pensar como um tradicionalista: o karatê como desporto apenas desvirtuaria sua essência e formaria simples atletas de karatê, sem os preceitos básicos para a formação de um karateka, e este teria seu ego exaltado pelas competições, por sua vez completamente nocivas ao karatê.

Com o ingresso na faculdade, começou o entendimento de que a formação de atletas também é uma forma educativa eficiente, e que, se bem orientada por um profissional capacitado e que conheça todo o sistema que engloba a formação de um indivíduo dentro de uma sociedade, pode resultar na formação de homens de caráter.

Baseado nisso, comecei a reunir todas as formas de conhecimento adquiridas nestes anos de estudos acadêmicos e associá-las aos ensinamentos de G. Funakoshi, considerado o "pai" do karatê moderno e do estilo Shotokan; ainda que esta união cause alguns conflitos com as idéias deste, já que o objetivo final será o mesmo: a formação do indivíduo como um todo.

1.3 - Objetivos

Este trabalho pretende: Demonstrar que o desporto e a arte marcial podem conviver pacificamente dentro do âmbito maior do karatê, sem que uma sobrepuje a outra;

Reafirmar a importância da base filosófica na prática do karatê-dô, que pode ser esquecida em pról do sentido de competição;

Direcionar os fundamentos filosóficos do karatê-dô para a vida cotidiana, provando, assim, que a arte marcial ainda tem sua utilidade nos dias atuais;

Demonstrar a necessidade do aumento do nível de conhecimento dos instrutores de karatê, com Graduação em Educação Física.

REVISÃO DE LITERATURA

2.1 - História do Karatê

As lutas fazem parte da Cultura do homem desde o início da sua existência. Cada forma de luta tem sua peculiaridade relativa a região onde foi criada e desenvolvida, o karatê não foge desta regra e segundo GAMA, 1986, P. 01 (1986) as artes marciais japonesas tiveram sua origem desta forma:

> Os antigos Indús, Egípcios, Gregos e Chineses utilizavam grandes variedades de técnicas de combate. Não podemos reconstituir suas origens e quando tentamos, enredamo-nos, inextricavelmente, nas fantásticas lendas e tradições do oriente, outrora misterioso e romântico. Seguramente, os estilos de lutas a mãos livres se notabilizaram no oriente, evoluindo no seu conteúdo à religiosidade. Um dos acontecimentos registrados é o aparecimento do sistema "místico" BUDISMO na Índia, "Religião" enriquecida por uma série de idéias grandiosas de filosofia, psicologia, ritual, moralidade e cultura. A história relata que o enigmático monge budista xátrias, emigrou à China (520-535) e foi residir em um dos cinco maiores templos budistas, chamado SHAOU-LIN ou SHORINJI, (como era conhecido pelos japoneses), situado na montanha SUM, na província de HONAN, ao norte, construído pelo imperador SHAO-WENTI da dinastia WEI. Bodhidarma, tradicionalmente considerado o primeiro patriarca do ZEN (escola budista), recorria aos exercícios de campanha, destinados a estimular o bem-estar físico e melhorar a saúde dos seus discípulos, determinantes ao cumprimento das exigências nas meditações empregadas. Formas que instruiam os monges na busca da espiritualidade e que iriam verter as luzes que iluminariam a sistematização das artes a mãos livres. Bodhidarma servia-se de severo adestramento físico e mental, de quando em vez, submetia os discípulos à impetuosas provas. Explica-se assim porque os primitivos mestres eram, às vezes, figuras rudes e excêntricas que exigiam irrestrita obediência de seus discípulos. Durante a dinastia Ming, de origem camponesa (chineses do sul, 1368-1398), a China foi dominada por um povo nômade, os Manchus. Todas as formas religiosas foram repremidas e os budistas e taioistas perseguidos, se refugiaram nos mosteiros e tornaram-se mestres das formas de ginásticas ali praticadas e deram-lhes outra dimensão, de tônica guerreira, empenhados que estavam na restauração da citada dinastia. Aconteceu a invasão dos mosteiros, os residentes que conseguiram escapar espalharam-se por várias partes e começaram a difundir os exercícios monacais despertando cada vez mais o interesse por onde passavam.

As histórias das Artes Marciais em todo o mundo são mitológicas. No Japão, elas foram sistematizadas à sombra do Budismo, que influenciou muitas gerações de mestres e discípulos. O Budismo é o pilar dos ensinamentos dos guerreiros, sistema de vida cultivado com a finalidade de alcançar o caminho dos princípios da vida. Necessariamente, essas atividades requerem técnicas especiais de meditação (ZAZEN) e da mesma forma, exigem várias condições básicas, como: retiro, autocontrole, equilíbrio e serenidade interior. O desenvolvimento dessas capacidades necessitam de um corpo saudável e bom preparo físico. O Budismo ajudou a moldar a filosofia chinesa e tornou-se muito significativo no desenvolvimento da Arte e Cultura do Japão anos depois, onde tomou o nome ZEN. Em tempos idos, o Japão esteve sob à influência chinesa, não só através das antigas tradições, como também das Artes Marciais e ao seu espírito religioso. é sabido que ainda hoje os nipônicos conservam certas características da civilização chinesa.

Mergulhar nos estudos das Artes Marciais é lidar com infinidades de narrativas e lendas de fundo filosófico e moral. Uma das versões bem conhecida é o combate entre os lutadores japoneses TAIMA-NO-KEMAYA, orgulhoso de sua força muscular e NOMI-NO-SUKUME, famoso lutador de NOMI, na presença do imperador Suinin, por volta do ano 230 A.C., tendo finalizado o evento com a morte de TAIMA-NO-KEMAYA ante os violentos ATEMI-WAZA desferido por sukume.

O Japão vivia isolado do mundo exterior até o século IV, quando foram estabelecidos contatos com a China, uma das mais importantes civilizações da história e mais tarde com a Coréia, constituindo esses povos fontes inspiradoras que irão marcar sensivelmente os dotes culturais japoneses. Por volta do século XI, o país passa da velha para a nova aristocracia feudal de caráter guerreira. Os feudos pertenciam aos comandantes (OS DAIMYOS) independentes do poder central e em constante beligerância entre si. Estes confiaram a uma elite guerreira (OS BUSHI ou SAMURAI) a defesa dos seus territórios e outros interesses. Com o tempo, os legendários Samurai passaram a ser regidos por um código de ética denominado "BUSHIDO" (Caminho do guerreiro). O núcleo desses preceitos era a fidelidade da própria existência se assim solicitado. Era o código de honra, de costumes, de regra de duelo, da nobre forma de combate, do uso das armas e de atitude moral.

Várias formas de lutas a mãos livres se desenvolveram na Terra das Cerejeiras no período feudal, inicialmente eram praticadas sigilosamente pelos camponeses, considerados camada inferior da casta feudal de antanho. Essas formas de lutas ficaram conhecidas como Kiu-Jutsu e eram, às vezes, empregadas como armas de defesa à vigilância dos "SAMURAI"*, pertencentes à camada de privilegiados, os únicos que podiam usar espadas e constantemente as utilizavam injustamente contra o povo.

* As palavras de origens japonesa não são flexionadas em gênero e número.

A primeira capital do Japão estabeleceu-se em NARA, no início do século VIII, sendo que, até então, a capital era mudada todas as vezes em que ocorria a morte do príncipe. Em 794, foi construída uma nova capital (KYOTO) nos moldes chineses. A transferência da capital de Nara para Kyoto marcou o início da era Heian, um dos períodos de grande desenvolvimento cultural japonês, que durou até 1192. Ao final do século IX, houve interrupção de tudo aquilo que era trazido do exterior, um sistema começa a edificar-se nesse imenso caldo cultural e floresce aos poucos, um caráter essencialmente japonês.

Em todas as partes do mundo antigo, tanto no Oriente como no Ocidente, as primitivas lutas continham em si funções militares e religiosas, a concepção do mundo e da vida abrangia ambos os aspectos. Entretanto, foi no Japão que elas cresceram e enriqueceram-se de formas exuberantes. Na era Heian, apareceram muitos KIUGI ou escolas para estudos especializados das BU-JUTSU ou Artes Marciais. Conforme a região ou nível social, eram adotados vários meios de combate, como o KYU-JUTSU (arco e flexa), KEN-JUTSU (esgrima), JO-JUTSU (bastão). A par dessas variedades de lutas, floresceram as caracterizadas por técnicas de projeções, socos, pontapés, estrangulamentos e luxações, advindo uma infinidade de estilos conhecidos como o Tai--Jutsu, Go-Jutsu, Yawara, Torite, Kumiuchi, Kempo e outros tantos que assentaram as bases de grande maioria das formas atuais. Existiam mais de quarenta e cinco estilos originários do Jiu-Jutsu, a Arte de Lutar, imprescindíveis nos campos de batalhas.

O século XVI, foi marcado pela guerra interna que agitou novamente o Japão, de que resultou a distruição de Kyoto. Era a luta de todos os príncipes ou Maimyo contra todos, (haviam naquela época, quase duzentos Daimyo). Era o direito da espada, o mais forte que fazia a lei. Enquanto isso, mercadores portugueses aproavam ao sudeste do arquipélago e introduziam as armas de fogo. As grandes famílias feudais envolvidas em combates acolheram-nas gratamente. A proliferação dessas armas diminuiu o gosto pelo Jiu-jutsu, porque as habilidades individuais já não determinavam o vencedor de uma peleja. A desigualdade do combate com as armas de fogo reduziu o orgulho da vitória no corpo-a-corpo. Não obstante as modernas armas houvessem revolucionado a arte de guerrear, elas jamais foram aceitas pela elite guerreira que as consideravam armas pérfidas e seu emprego uma forma de ignorância e portanto, completamente contra os princípios do Bushido que compelia o Samurai a lutar, viver e morrer com honra. Os combates japoneses eram individuais e a espada era a arma mais honrosa. A restauração da ordem foi iniciada pelo general HIDEYOSHI TOYOTOMI e consolidada pelo general TOKUGAWA IEYASU, fundador do SHOGUNATO DE TOKUGAWA em Edo, atual cidade de Tóquio. IEYASU, em 1639, fecha novamente os portos ao mundo exterior, único meio de preservar a integridade das instituições políticas e sociais, cujas estruturas estavam abaladas pela cobiça de mercadores e religiosos Ocidentais. Cessadas as influências ocidentais, houve a cristalização de todos os aspectos da vida do país, particularmente as insti-

tuições políticas e sociais. Os Samurais voltam a ter atuação significativa. Na cavalaria são reintroduzidos os valores tradicionais do BUSHIDO (nota 1), a simplicidade, a fidelidade incondicional aos deveres, voltam a ser considerados virtudes sublimes dos Samurai.
Após um período de mais de duzentos anos de paz interna, sob o Shogunato, grande impacto abala novamente o Japão; desta vez, potências estrangeiras atravessam o mar e batem às suas portas, perturbando o seu desenvolvimento próprio. Os navios negros americanos entram na baía de Tóquio, em 1854 e o Comodoro Perry obriga o Shogun a assinar um tratado com o seu país. No mesmo ano, firmaram-se tratados semelhantes com a Rússia, Países Baixos e Inglaterra que lutavam para estender suas influências na Ásia. O tratado com os americanos quebrou a tradição do país, minando a fundação da estrutura feudal. Na década que se seguiu, ocorreram vários conflitos. Alguns jovens Samurai, perplexos, consideram o tratado como uma humilhação, apóiam fortemente as manifestações públicas. Inicia-se, então, um levante e o sistema feudal entra em colapso após 700 anos da subida dos militares ao poder (Samurai). Finalmente, ao jovem imperador MUITSU HITO é devolvido todos os poderes das mãos do último Tokugawa. Inicia-se a Era MEIJI (1868-1912). O evento da Era Meiji ficou conhecido como a "RENASCENÇA JAPONESA". Influências das mais variadas origens entram e se entrecruzam no arquipélago. Houveram profundas e dolorosas mudanças na alma japonesa e nos costumes tradicionais. Subitamente, as transformações acabaram com a divisão de classes que discriminavam a sociedade em samurai (guerreiros), comerciantes, artesão e lavradores e da mesma forma também trouxe a decadência do jiu-jutsu. A proibição do porte de armas - a desmobilização dos guerreiros, gerou a rivalidade entre os cultores do jiu-jutsu tradicional, os quais ainda conservavam certos cultos e atitudes oriundas da lembrança de um passado feudal não muito distante. O alvorecer do Japão moderno modificou os valores comportamentais tradicionais, o sagrado Bushido foi rejeitado e progressivamente desrespeitado.

De uma das ramificações do Bu-Jutso surgiu o Karatê, na sua forma mais antiga, não se sabe direito como esta luta era chamada. Segundo LUBES, 1991. (pág.14) esta luta era chamada de VAJRAMUSHTI e é citada assim:

O Karatê é composto de movimentos de braços e pernas, para a defesa e o ataque. O treinamento visa fortalecer o corpo e inteligentemente fazer uso dos membros, aumentando a sua potência que é adquirida através de treinamento específico da modalidade.
A sabedoria dos conhecimentos técnicos não são o produto de um homem só, mas a soma de experiências de várias gerações que as usaram

conforme a necessidade do momento. Por este motivo, às vezes encontramos técnicas ou movimentos incompreensíveis, de pouca utilidade prática, mas que no desenvolvimento histórico deve ter sido de muita utilidade.
Temos que levar em conta os lugares da sua origem, a parte geográfica, as suas crenças, o vestuário, o tamanho e força dos seus habitantes, períodos de guerra e paz, de apressão, de cultura, enfim, uma série de fatores que nos impedem de dizer quem foi o inventor de determinada luta. O que podemos dizer é que foi o conhecimento experimental do ser humano que produziu tudo isto.
O desenvolvimento histórico do Karatê é muito longo e se perde no tempo. Diz-se que no terceiro milênio antes de Cristo um príncipe Indú desenvolveu uma arte de luta com as mãos e sacrificou muitos escravos nas suas experiências na busca de pontos vitais no corpo humano. Usando uma agulha, foi descobrindo os pontos vulneráveis para aplicar os golpes de mão e pé e neutralizar o oponente. Lenda ou não, assim começou o primeiro sistema científico de luta da história.
Este tipo de luta era denominado de VAJRAMUSHTI, que poderia ser traduzido como: "Aquele cuja mão fechada é um diamante". Provavelmente esta deve ser a mais antiga luta asiática sem uso de armas, parecida com o Karatê.
No século V d.C., surge uma figura mítica na Índia: Bodhidharma, conhecido entre os japoneses como Daruma Taichi, que mais tarde será o 28º patriarca budista depois de Gautama Buda. Daruma foi à China levar os seus ensinamentos (420-479). Mas houve um choque de opiniões entre Daruma e o imperador Chinês Wu da dinastia Liang. Este era budista, mas seguidor de um pensamento que o paraíso seria alcançado somente no além. O inverso do pensamento de Daruma, que achava que o Nirvana era alcançável nesta Terra, em vida. Por causa disto Daruma foi expulso do reino. Retirou-se em uma gruta para meditar, sempre ajoelhado, por nove anos, olhando para uma parede. Essa interminável meditação fez com que perdesse o uso das pernas e dos braços. Esse particular nos faz pensar que não foi Daruma pessoalmente que introduziu a luta dos antigos Indús, mas que se valeu de algum livro que teria levado com ele.
O conceito fundamental dos ensinamentos do Bodhidarma é que deve haver uma ligação muito grande entre o corpo e o espírito, e que a iluminação será alcançada se houver uma perfeita união entre os dois. Devida-se então purificar o espírito através da disciplina do corpo. Assim, junto com os seus discípulos, erguem um templo chamado Shaolin (Shorinji em japonês), introduzindo o método de luta Indú como forma de ginástica e defesa, que mais tarde será conhecido como Shorinji-Kempo no Japão, e como Kung-fú ou Chuan-fá na China.
O templo de Shaolin ficou famoso pela fé e sabedoria dos seus monges e também pela habilidade que eles tinham nas lutas. Mas as perseguições do governo contra os monges do Shaolin fez com que o templo fosse destruído e os monges se espalhassem. Alguns decidiram en

sinar esse tipo de luta às massas oprimidas para sua defesa.
Mais ou menos em 1600 o General Japonês Hidetoshi Toyotomi invadiu a Coréia e a China. Esses dois países formaram uma aliança contra os japoneses. A guerra durou dez anos até que Toyotomi foi derrotado pela aliança chinesa-coreana. Os guerreiros japoneses voltaram à pátria.
Naturalmente com conhecimentos de vária culturas assimiladas durante os dez anos de guerra.
E assim parece que a filosofia Zen, que serviu de amparo para os guerreiros japoneses se desprendessem das ligações terrenas, e lutassem com mais bravura, foi assimilada juntamente com a arte de lutar sem armas usando os punhos e as pernas para defesa. No mesmo período ocorria no Japão uma guerra civil que foi vencida pelo clã dos Tokugawa. Ao clã derrotado foi permitido se deslocar para as ilhas do arquipélago Ryu-Kyu. Mais precisamente para ilha de Okinawa, a maior do arquipélago.

Na forma que conhecemos atualmente do Karatê, só começou a ser desenvolvida a aproximadamente 250 anos, com o surgimento da Escola de Sakugawa, que é citada por LUBES. 1991.(P. 15).

Na guerra do Japão versus China e Coréia, os habitantes de Okinawa ficaram como aliados dos chineses-coreanos. Como castigo, o senhor de Kagoshina, do clã dos Shimatsu, oprimiu o povo e proibiu o uso de armas, ficando sujeito a pena de morte quem as usasse. Os habitantes de Okinawa desenvolveram, num clima de conspiração, as técnicas de luta corpo a corpo. Os braços e as penas tornaram-se armas mortais para combater o invasor.
Diz-se que um certo Sakugawa, da cidade de Shuri (a mesma de Funakoshi), foi o homem que sistematizou toda a bagagem técnica do Karatê. Depois de uma longa permanência na China, voltou a Okinawa e abriu uma escola, a "Escola Sakugawa" (1750). Alguns séculos mais tarde Gichin Funakoshi a chamaria simplesmente de "Escola de Karatê".
Antes de continuar na trajetória da história do Karatê, precisamos lembrar que neste período já existiam várias escolas, com métodos de lutas bastante diversificados. Como nasceram? O hábito de lutar sem uso de armas é típico destas partes do mundo, mesmo porque, peculiar destes lugares, são as organizações do Estado. De um lado os aristocratas, os únicos que podem usar a espada (como no Japão). De outro lado a grande massa proletária, que só tem os braços para lidar com a terra e os instrumentos de trabalho.
E com isso, para se proteger dos abusos dos ricos, os pobres desenvolveram uma série de meios e instrumentos contra as espadas: o bastão (Bo-Jutsu) o sai (pequeno punhal com empunhadura tipo gancho), a foice, o tonfa, o nunchaku, o ju-jitsu e o karatê.

> No começo, os samurais desprezam a luta sem armas. Mesmo que eles saibam como tornar importente um adversário sem o uso da espada, não o fazem porque acham atitude de baixeza para a categoria. Mas quando os Tokugawa, que dominam o Japão através de editais, proibem o uso da espada, esses meios de defesa se tornam um substituto com os Samurais incluindo ainda o seu espírito e as antigas tradições do Budô.
> Mas tudo isto é apenas um paliativo. O evento das armas de fogo - e em particular a força da abertura das fronteiras para o ocidente - acaba com as velhas instituições e privilégios. A casta dos Samurai treme na sua base. Homens habituados a lutar (a vida deles tinha como exclusivo a possibilidade de luta) se sentem deslocados nesta sociedade que se encaminha para o modernismo, com um poder central e uma "armada do estado".
> Nesta sociedade, onde todos devem contribuir ao bem comum, o espírito da luta sem armas (a afirmação do Eu), se torna anacrônica. E assim as escolas morriam: os grandes mestres desapareciam na sombra. Precisava ser feita uma inovação que, necessariamente, não podia ser técnica.

Funakoshi, Pai do Karatê moderno, ou o Karatê que conhecemos atualmente, após praticar vários tipos de lutas, e estudar com o Professor Sakugawa, desenvolveu um sistema de luta próprio conhecido como Shotokan Karatê, com um método de ensino que visava a preservação do Budô. Funakoshi é citado por Sasaki, 1979, p. 11.

> O mestre Funakoshi pretendeu, com seu método, que visava a Educação Física como forma de defesa pessoal, aliada à filosofia dos samurais, mas com base científica, formar os estudantes, de primeiro e segundo graus, o que tem dado brilhantes resultados com os estudantes da ilha de Okinawa (Sul do Japão), em sua formação como homens.

LUBES, 1991, p. 16, também cita Funakoshi e acrescenta um pouco mais sobre ele:

> A inovação consiste em ter transformado uma mortal forma de luta sem armas em um ótimo esporte, numa educação física sadia, num meio de desenvolvimento físico e mental, sociabilizando esta forma de luta e também o seu praticante. O Karatê de hoje não é um meio de deixar alguém sem sentidos.

Se precisar, isto é possível. Mas não é a finalidade do Karatê. A finalidade é o prazer em praticá-lo.
O Professor Gichin Funakoshi, uma pessoa calma e gentil, calígrafo esperto, e bom conhecedor do idioma Japonês, foi escolhido pelo Ministério da Instrução Pública de Naha (Okinawa), para fazer uma série de demonstrações de Karatê em Tokyo. Entre 1915 e 1923, ele foi várias vezes ao Japão, até que os primeiros discípulos, graças ao sucesso obtido nas demonstrações (famosa foi a da Kodokan, onde encontrou o Professor Gigoró Kano), pediram-lhe para ficar em Tokyo e ensinar o Karatê.
Alguns anos depois, no ano de 1926, outro professor grande amigo de Funakoshi, Kenwa Mabuni, começou a ensinar nas proximidades de Osaka e Kyoto; e em 1930 chegou ao Japão, de Naha, um outro grande mestre, Chojun Miyagi.
Esses três Okinawenses são os chefes de escolas, de métodos agora difundidos no mundo: Funakoshi para o estilo Shotokan, Mabuni para o estilo Shito-Ryu e Miyagi para o estilo Gojin-Ryu. Esses três estilos são aqueles que têm as mais antigas tradições no Japão. Hoje encontramos uma infinidade de estilos, que nesceram mais por motivos econômicos que técnicos (o mesmo Funakoshi, depois de ter fundado a Associação Japonesa de Karatê (J.K.A. ou N.K.K.), alguns anos depois desfiliou-se por causa da excessiva comercialização desta organização).
Mas o desenvolvimento do Karatê não foi fácil mesmo no Japão. Obteve um sucesso inicial, porém, foi sufocado pelo Judô e outras inúmeras formas de luta ou artes marciais tradicionais japonesas. Mestres como Funakoshi e Miyagi eram venerados e ajudados, mas nem por isso deixaram de morrer em miséria econômica.
Precisamos também ter em conta o momento em que o Karatê inicia a sua expansão. O Japão - desde que abriu as suas fronteiras ao ocidente - começou a reforçar a sua potência econômica e a sua tecnologia. Mas estava empenhado também em uma política imperialista que no início dos anos trinta levou a tentar conquistar e submeter a China ao seu domínio.
A palavra KARA-TÊ (Mãos Vazias ou desarmadas), era escrito, naquele momento do seu ingresso no Japão, com dois grandes ideogramas. O primeiro, Kara, o qual era lido em japonês também como "TO", símbolo da dinastia T'ang, significando Mãos da China. A paternidade chinesa do Karatê era muito evidente e os japoneses não podiam permitir, durante uma guerra contra a China, a importação de um produto chinês. Foi decidido então que aquele caractere devia ser mudado. Os grandes mestres se reuniram em Okinawa, na cidade de Naha, no ano de 1936, e o ideograma "TO" sumiu, deixando o lugar ao ideograma "KARA", extraído propositalmente do vocábulo de filosofia budista pelo seu duplo sentido: "DESARMADOS" e "VAZIOS", referindo-se às mãos e ao estado mental do praticante (que leva ao vazio do "ZEN", uma técnica necessária para alcançar o Satori ou Iluminação). O mestre Funakoshi deixou esta definição do "KARA": "Como a polida super-

fície de um espelho reflete qualquer coisa que esteja na sua frente, e em um vale calmo se escutam os ecos dos mais pequenos sons, da mesma maneira o praticante de Karatê deve deixar esvaziar ou deixar vazia a sua mente de egoísmos e de fraquezas num esforço de reagir adequadamente em qualquer circunstância.

Como vimos Funakoshi com seu método de Karatê, visava a Educação Física, e a formação de seus alunos como homens dignos de respeito e honra, para isto ele criou algumas regras para o praticante de Karatê, e os lemas do praticante. SASAKI, 1979, p. 15-16, cita estes aspectos:

> Para os praticantes de karatê existem os seguintes lemas:
> I - Esforços para a formação de caráter;
> II - Fidelidade para com o verdadeiro caminho da razão;
> III - Criar o intuito de esforço;
> IV - Respeito acima de tudo;
> V - Conter o espírito de agressão.
> A expressão "karatê", da maneira em que é aplicada à arte do karatê, é derivada de uma expressão desenvolvida e usada na filosofia de Zen, que pode ser considerada, em sua verdadeira origem, como uma parte integral da filosofia oriental. A palavra "sora", que também se pronuncia "kara" ou "kuu", representa o universo. Em termos do pensamento "Zen", contém o ato ou processo de libertação da pessoa do seu ego, conseguindo um estado de mente que não é afetado por nada, isto é, estado de inexistência.
> Este "estado" significa, aqui, o esforço para livrar a pessoa de qualquer tipo de desejo e desenvolver um caráter respeitável.
> Pode ser dito, portanto, que o verdadeiro propósito do karatê-dô é treinar de tal forma que possibilite, ao praticante, viver de maneira agradável e digna, sem criar problemas a outros, sem temer o forte ou poderoso, sem se humilhar ante homem de influência e sem se tornar cego pelas riquezas terrestres. Existe o equilíbrio através das palavras In e You, ou Noite e Dia; estes dois, em conjunto, formam o Universo, numa combinação do positivo e negativo. Como o dia complementa a noite, simboliza a filosifia do karatê-dô, que é a de brilhar tal como o sol e ser repleto de amor, paz e graças, tal como a lua - um estado de arte a ser conseguido através da busca dos princípios e da verdade realista da grande natureza.
> Famosa expressão do Mestre Funakoshi - "Karatê Ni Sente Nashi", explica claramente o objetivo do karatê, que é conter o espírito de agressão. O karatê caracteriza-se por procedimentos de respeito e etiqueta, porque era praticado pelos nobres.

Assim, nota-se a atitude de respeito nas práticas de "kata" (luta imaginária), as quais sempre se iniciam com técnicas de defesa, mostranso-nos ser incabíveis as reações agressivas, qualquer que seja a situação, época ou lugar.
Entre os praticantes de karatê imaturos, existem elementos que, agindo sob o descontrole emocional, vêem-se envolvidos em conflitos físicos; contudo, isto é inadmissível, sendo necessária uma atitude consciente, para que haja a real avaliação da causa, discernindo o melhor modo de agir.
E muito comum que o principiante de karatê, notando seu rápido progresso, seja levado por uma onde de impetuosidade, sentindo necessidade de pôr em prática os conhecimentos adquiridos. Esta idéia distorcida deve ser sanada a tempo para que não o afaste do real objetivo do karatê. Em karatê, não existe agressão na sua extensão, e sim nobreza de espírito, domínio da agressividade, modéstia e perseverança; possuir suavidade no seu exterior mas, quando necessário, ter coragem de enfrentar milhões de adversários, vibrar no seu interior.
"Funakoshi" com 20 ensinamentos:

1. O karatê inicia-se e termina com saudações.
2. No karatê não existem golpes de agressão.
3. O karatê apóia o caminho da razão.
4. Conheça-se a si próprio, antes de julgar os outros.
5. A princípio lapidar o espírito, depois a técnica.
6. Evitar o descontrole do equilíbrio mental.
7. A falha surge com a acomodação mental e física.
8. O karatê não se limita apenas à Academia.
9. A essência do karatê se descobre no decorrer da vida.
10. Dará frutos quando associado à vida cotidiana.
11. O karatê é igual à água quente: se não receber o calor constantemente, ela esfria.
12. Não pense em vencer, mas não pense em derrota.
13. Mude a sua posição conforme o tipo de adversário.
14. A luta depende do bom manejo da teoria de In (negativo) e You (positivo).
15. Imagine que seus membros são espadas.
16. Para o homem que sai de seu portão, existem milhões de adversários.
17. No princípio, seus movimentos são artificiais, mas com a evolução, tornam-se naturais.
18. A prática de fundamentos deve ser correta, enquanto, em uso, torna-se diferente.
19. Domínio do seu corpo na coordenação, na força, na velocidade e elasticidade.
20. Estudar, criar e aperfeiçoar-se constantemente.

O karatê não visa somente a vitória ou derrota em competições mas, através dos esforços e das experiências físicas e mentais, obter o real brilho do ser humano. O essencial é possuir sentimentos, serie

dade, dedicação incessante ao treino físico e mental. O karatê tem como objetivo não só a técnica, mas também nos ensina a tirar o máximo proveito da nossa força interna.
Assim, nas competições, não existem classificados por pesos; o atleta cujo físico é pequeno poderá vencer o grande.
A essência do karatê é desenvolver o máximo da sua potencialidade; aquele que conseguir será o vitorioso.
Atualmente, a tendência é a força bruta, menosprezando-se cada vez mias a técnica e, principalmente, a formação espiritual, grau ou caráter do indivíduo. Portanto, um praticante de karatê não deve menosprezar o treinamento tradicional, que é a prática de kihon (exercícios básicos), que visa derrotar o adversário com um único golpe, como se fosse possuidor de uma arma, ou seja, suas mãos e pernas serão afiadas como se fossem uma espada, para torná-lo um homem digno de respeito e admiração.

2.2 - Desporto Olímpico

A primeira manifestação de atividades desportivas tal qual conhecemos hoje, se deu na Grécia, com a realização dos Jogos Pan-Helênicos, considerados na MIRADOR, 1978, Vol. 12 (P.6501), como a origem dos Jogos Olímpicos na Antiguidade, tendo sobre este duas versões da sua origem histórica:

A primeira conta que Áugias, Rei de Elidas, inconformado com o cheiro que saia de seus currais, encarregou Hércules de limpá-los. Hércules, que era conhecido por sua notável força, desviou com as próprias mãos o Rio Alfeu, fazendo a água passar entre os três mil bois que pastavam. Como Áugias não ficara satisfeito, em uma desavença sobre o assunto, Hércules o matou e instituiu os jogos como penitência aos deuses.

A segunda, conta que Hércules apenas foi o renovador de uma cerimônia instituída anos antes por seu avô, Pélopes, que se apaixonou por Hipodâmia, filha de Enomau, Rei de Pisa, na Élida. Este que se opunha ao casamento da filha, desafiava os pretendentes a uma competição esportiva. Pélopes a venceu e se casou com Hipodâmia, e em sua homenagem criou os jogos.

Há indícios que competições com programas organizados já existiam desde o Séc. XV a.C. e, que por razão desconhecida, interromperam-se entre os Sécs. XV e IX a.C.. Mas em 884 a.C., devido a uma peste que assolava a região, Ifito, Rei de Elida, recorreu à Sacerdotisa Pítia, que interpretava o Oráculo de Delfos, e esta então lhe sugeriu que reinstituísse os Jogos Olímpicos.

Conforme consta na MIRADOR, 1978, Vol. 12 (P. 6502), o renovador dos Jogos Olímpicos foi Pierri de Fredy, Barão de Coubertin, que em 1894, apoiado por William Sloane, Charles Herbert e contando com o apoio de quinze países, fundou o C.O.I., Comitê Olímpico Internacional, que até hoje controla o mundo olímpico, e marcou para dois anos depois, em 1896, na cidade de Atenas, os I Jogos Olímpicos da Era Moderna.

Desde sua reinstauração, os Jogos Olímpicos passaram por grandes mudanças, modalidades esportivas foram acrescentadas, os países participantes aumentaram, até que nos Jogos realizados em Los Angeles, 1984, foi finalmente permitido a participação de atletas profissionais, o que não ocorria, até então, devido ao C.O.I. acreditar que só possuía real espírito desportivo aqueles atletas que praticavam esportes sem fins lucrativos, apenas por amor.

Devido a estes aspectos, acima citados, até 1984, os Jogos Olímpicos vinham, cada vez mais, decaíndo, pois o conceito de amadorismo, instaurado por Cobertin, não tinha sentido nos dias atuais; como citam TUBINO, FERREIRA, CAPINUSSU, 1985 (P. 27).

> . O ideal de superação do homem, que conduz à alta competição, que por sua vez exige uma grande disponibilidade de tempo para treinamento. Essa exigência maior de treinamento durante um grande número diário de horas choca-se com a necessidade de sobrevivência (trabalho). Esse impasse leva os atletas ocidentais irreversivelmente ao chamado "amadorismo marrom";

. necessidade de um grande tempo de treinamento, o que pode ser explicado pela colocação acima e pelas próprias solicitações do desporto de alto rendimento;
. a invasão de esquemas comerciais na busca de promoção, incentivados pelo avanço dos meios de comunicação de massa e pela própria competição comercial;
. os atletas da Escola Socialista, que estão localizados numa carreira desportiva em que após a vida útil de atleta, aproveitam a sua experiência atlética, após uma ligeira formação pedagógica, para exercerem as funções de professores das modalidades que praticaram. Para os atletas socialistas, nessa perspectiva de carreira desportiva, o treinamento é trabalho, e o desporto que praticam é o ofício;
. o congelamento parcial anterior e o início de sensibilização sobre o conceito de amador pelo COI, que tem sido evidenciado pelas seguintes constatações:
a) o COI não reconheceu até agora as diferenças de posições entre os atletas de regimes políticos diferentes (regime socialista x regime capitalista).
b) o COI somente agora começa a reconhecer o conflito entre a grande necessidade de tempo para treinamento (exigência do desporto de elite) e a necessidade de sobrevivência (nos tempos atuais cada vez mais difícil).
c) O COI não tem força nem poder para enfrentar em igualdade de condições, a penetração de esquemas comerciais que buscam os campeões e ídolos desportivos para a promoção de seus artigos.

Além disso, outros fatores contribuiram para a decadência do Olimpismo, como a disputa ideológica e o gigantismo dos Jogos Olímpicos citados por TUBINO, FERREIRA, CAPINUSSU, 1985, (P. 26).

A ideologia, como uma das causas principais de decadência dos Jogos Olímpicos, teve como conseqüências:
. O "chauvinismo" pela vitória, o que explica a maior incidência do uso do "doping" e anabolizantes em atletas;
. a penetração política nas federações internacionais;
. a subida do nível de treinamento;
. o abandono dos Jogos por questões políticas nas Olimpíadas de Montreal, Moscou e Los Angeles, onde os boicotes políticos foram marcantes e progressivos;
. a chegada da violência nos Jogos (o massacre dos atletas israelenses nos Jogos de Munique e o aumento dos dispositivos de segurança, a partir de Montreal, foram as principais manifestações);
. as manifestações políticas nos Jogos (Ex.: a manifestação dos líderes negros nos Jogos do México).

O Gigantismo dos Jogos Olímpicos é sem dúvida um dos problemas mais sérios existentes, pois apresenta como conseqüências:

. a impossibilidade da maioria das nações promoverem os jogos, pois o planejamento, a organização e as obras têm que ser implementados com muita antecedência. Além disso, o retorno financeiro é duvidoso e muito posterior diante do alto custo imposto, embora a recente Olímpiada de Los Angeles tenha apresentado lucros em virtude do extraordinário esquema comercial montado, o qual inclusive gerou mais uma crise, devido a sua incoerência diante da filosofia olímpica;

. as altas transações paralelas, com os diversos patrocínios e as transmissões pela TV.

Sentindo que a maior competição desportiva do planeta vinha perdendo seus interesses, a partir dos Jogos de Seul, em 1988, começou a flexibilização do COI quanto a participação de Atletas Profissionais nestas competições, o que contribui para uma elitização dos desporto em todo o mundo.

2.3 - Desporto

Mas o que é um desporto? Para que ele serve? Como é dividido?. Estas questões fundamentais para o entendimento desta pesquisa, começamos com a definição de desporto, segundo TUBINO, FERREIRA, CAPINUSSU, 1985, (P. 26).

> "Toda atividade física, com caráter de Jogo, que toma a forma de uma luta de seu executante consigo mesmo, ou de uma competição com outros, é um desporto".

O desporto é basicamente formado por três "pilares" humanos que são o Atleta, ou seja, aquele que busca o máximo de sua performance em determinado desporto. O Técnico, que é aquele que é diretamente responsável pela planificação e estruturação do treinamento do atleta, e que tem como função essencial, preparar psico-fisiológicamente o atleta para que este dê o máximo de sua performance, e, o Dirigente, que tem como função dar uma estrutu

ra de trabalho para o técnico e defender os interesses dos atletas junto aos órgãos diretores do desporto (TUBINO, FERREIRA, CAPINUSSU, 1985, (P. 66)).

Para que serve o Desporto? - O Desporto, seja ele qual for, é sobre todas as maneiras uma prática educativa como analisam TUBINO, FERREIRA, CAPINUSSU, 1985, (P. 05). O desporto deve ser um fator de equilíbrio entre desenvolvimento da pessoa, equilíbrio entre corpo e mente, o afetivo e a energia entre o indivíduo e o grupo. Ainda tomando com base as análises de TUBINO, FERREIRA, CAPINUSSU, 1985, (P.06), o desporto é o exercício do esforço de auto-superação. Assim sendo, torna-se uma experiência moral, pois consiste em fazer recuar os limites pessoais, seja dominando a natureza, seja exaltando-a, dentro do respeito à regra. Esse respeito é um dos elementos mais importantes para a formação do caráter do desportista.

2.3.1 - Divisão do Desporto

Segundo (TUBINO, FERREIRA, CAPINUSSU, 1985), o desporto está dividido em três níveis: o escolar, o desporto nos tempos livres, e o de alto rendimento.

O desporto escolar tem como função dar ao jovem um desenvolvimento físico harmonioso, preparando-o fisiológicamente para o esforço e ao mesmo tempo participa na formação de seu caráter e sua adaptabilidade social e cria o hábito da prática da Educação Física por toda a vida.

O desporto nos tempos livres é aquele informal, o qual é praticado por diversão, que está intimamente ligado ao gosto pela Educação Física - e deve ser desenvolvida na fase escolar -, e tem como função, além da diversão, dar aos seus praticantes o

sentido maior do desporto que é a profunda riqueza do desporto no aspecto humano.

O desporto de alta competição caracteriza-se pelo que nós vemos diariamente na mídia, ou seja, a busca pelo máximo de rendimento que determinado indivíduo pode alcançar por meio da auto-superação; o que é de fundamental importância para a massificação do desporto, citado no item anterior. Esse desporto de alta competição fundamenta-se não só na superação de limites por atletas, mas por uma grande estrutura de pesquisas científicas aplicadas em cada desporto, ou seja, o desporto de alta competição serve de laboratório para produtos que serão lançados para o uso no desporto de massa.

Ainda no desporto de alta competição podemos dividir os atletas em dois grupos: os profissionais e os amadores.

Os Atletas Amadores são aqueles que, segundo a análise de TUBINO, FERREIRA, CAPINUSSU, 1985, (P. 32), praticam o desporto por amor, ou seja, têm no esporte, uma atividade paralela, não sendo este sua principal ou única forma de renda. Ainda, segundo estes autores, o amadorismo reflete puramente o ideal do desporto, não apenas como uma forma de renda, mas a prática nas horas livres e por gostar da atividade.

2.4 - Teoria do Kumitê - Karatê Desportivo

O Karatê está sub-dividido em seis itens para a formação do Kumitê, relacionando os sentidos: físico, moral e mental para o progresso do indivíduo, segundo SASAKI, 1989, (P. 7, 8 e 9):

1 - Budô

A opção pela prática do karatê, em qualquer aspecto (fisiológico, afetivo, social, lúdico, cultural, filosófico, evolução motora, etc), pode ser compreendida pela terminologia milenar chamada de BUDÔ (武 道), identificada pelo símbolo 戈 , que expressa uma arma (espada ou lança) e a letra (止), que simboliza parar, impedir, desarmar. A letra (道) simboliza caminho ou trilha a seguir por toda a vida. Assemelha-se à expressão inglesa "life sports".

O uso de armas acompanha a história do homem desde a sua existência e, infelizmente, ainda existem conflitos entre os seres humanos. A prática correta das artes marciais nos ensina a conviver com esta realidade, vivenciar na prática os nossos instintos que, às vezes, se tornam negativos ou positivos para a sociedade. A luta, como prática regular e adequada de atividade física, ensina a controlar os impulsos agressivos. O conflito, a vingança, etc., não trazem bons resultados, o que se pode conseguir praticando as artes marciais com finalidade educativa, para a obtenção do equilíbrio e da tranqüilidade física e mental.

2 - Conceituação da Energia KI

E a energia da total determinação para atingir um objetivo e que nos faz confiantes, livres, dispostos, ao invés de tensos, inseguros, com os pensamento descoordenados, desanimados e nervosos.

Na prática da arte marcial, do ponto de vista psicológico, percebemos que o lutador desenvolverá uma energia instintiva de luta-combate, que não deve ter a ferocidade de um animal, nem a sua violência, mas será uma energia vital, embasada na inteligência, razão e classe, compreendendo espírito artístico e sensibilidade. Podemos distinguir a energia espiritual da instintiva, que deverá ser empregada corretamente em relação aos acontecimentos do nosso meio, isto porque, quando surgir de forma incorreta (JA-KI), o próximo movimento trará prejuízos ao corpo e à mente. Esta energia positiva, chamada KI, deve ser canalizada para a luta, a arte, o trabalho, o amor, etc. E uma energia vital para a evolução do ser humano.

3 - A verdadeira evolução das artes marciais (importância da relação com os outros)

Treinar com base filosófica e treinar somente para vencer outra pessoa, após anos de dedicação, produz conseqüências bem diferentes. A primeira forma proporcionará progresso espiritual e, a segunda, desajuste social, problemas psicológicos e frustrações.

Competir com outra pessoa e superá-la, aferindo habilidade, não será a meta final das competições. A prática regular, ao longo da vida, gera a compreensão dos fenômenos da vida social, do meio ambiente. Ensina a refletir e descobrir, para mudanças constantes da própria vida. A prática regular das artes marciais ajuda a compreender e dominar a verdadeira finalidade da vida em sociedade.

4 - A prática correta das artes marciais beneficia sua personalidade
A nossa atuação, às vezes, tem reflexos negativos em outros seres humanos, prejudicando aqueles com os quais convivemos. Os companheiros de luta, cujo instinto se manifesta na prática, servem para o estudo do comportamento do ser humano na sua essência. Os técnicos e professores encontrarão ampla oportunidade de prevenir, orientar, educar, corrigir essas falhas, para a melhoria da personalidade, bem como para a manutenção da saúde e do bem-estar físico e mental dos alunos.
5 - Abertura da mente humana em quatro dimensões de olhar (ZEN)
A prática regular das artes marciais desenvolve o nosso senso de observação dos acontecimentos, permitindo-nos ver corretamente, sem nos deixarmos influenciar negativamente pelas aparências.
O treinamento desperta a nossa percepção do verdadeiro sentimento dos outros. Isso nos torna aptos a colaborar beneficamente com os companheiros e a sociedade, contribuindo para que passem a conviver, por livre escolha, com pessoas de bom caráter, em ambientes sadios.
Podemos identificar a seguinte evolução na forma de olhar:
a) Olhar apenas a aparência.
Por exemplo: ver a hora sem observar o tipo de relógio. Exemplificando na prática: o atleta só olha o adversário e a luta na sorte.
b) Olhar fixamente, para a memorização de um determinado aspecto.
Exemplo: o atleta observa o biotipo, característica, aparência em geral, e luta com instinto.
c) Olhar para ter verdadeira compreensão do fato introspectivo, ou seja, olhar com o coração.
Exemplo: o atleta compreende a situação, a estratégia, a ansiedade, o medo, a agressividade, a personalidade do adversário, e luta com a visão da realidade.
d) Olhar com a visão artística, que no zen se chama "iluminação". É a razão artística que descobre outros ângulos da verdade, ou se expande para produzir alternativas de soluções.
Exemplo: O atleta compreende os pontos positivos e negativos, descobre as inovações e opções, com base na inteligência e com o verdadeiro sentido da razão. Enfrenta o adversário com a capacidade múltipla de dominá-lo e controlá-lo.
6 - Opinião dos praticantes de karatê sobre os benefícios e malefícios advindos da sua prática.
a) Com a disciplina, aprende-se a controlar os instintos violentos.
b) A prática regular traz tranqüilidade e serenidade no dia-a-dia.
c) A prática regular pode atrair bons hábitos.
d) Na convivência social, aprende-se a solucionar os conflitos pessoais e descobrir a principal finalidade da vida.
e) Nos aspectos negativos das competições, tais como conflitos, deslealdade, etc., aprende-se a conviver com eles e superá-los.
f) Com a prática, podem-se controlar outros instintos, às vezes negativos, tais como: excesso da vaidade, ciúme, etc.
g) Nos aspectos cognitivo e de reflexão, obtêm-se dados para o aprimoramento da personalidade.

h) Com a prática, pode-se desenvolver a sensibilidade, a ponto de perceber melhor os sentimentos do adversário e dos outros.
i) Com a prática, previne-se o excesso de confiança, aprendendo a não subestimar o adversário e respeitando as pessoas.
j) Na prática, é preciso evitar acidentes, quando o nível técnico da luta é baixo.

Baseando-se na história do Karatê, podemos inserir a sua trajetória conforme cita SASAKI, 1989, (P. 19, 20 e 21):

1 - História do Karatê-dô moderno
O karatê teve origem na Índia, foi difundido na China e chegou até uma pequiníssima ilha, então chamada de Riukyu, hoje província do Japão, a atual ilha de Okinawa, há aproximadamente doze séculos.
Estima-se que hoje, no mundo todo, 30 milhões de atletas se dedique à prática do Karatê, e que 120 países possuam Federações desse esporte.
A popularidade fez que ele se desenvolvesse em múltiplos estilos ou escolas de karatê esportivo, que podem ser classificados em três grandes correntes, consideradas as técnicas desportivas de luta, sem contar as competições de exercícios imaginários, chamados KATÁ.
As três correntes de karatê desportivo de luta compreendem:
a) Karatê sem contato - representado pelas entidades oficiais, principalmente dos estilos de karatê Shatokan, Wado-Ryu, Goju-Ryu, Shito -Ryu, etc).
b) Karatê "full contact" - representado pelas entidades oficiais, com influência americana e européia.
c) Karatê "semi contact" - representado pelas entidades oficiais, com mistura de diversas influências tais como o WUKO, KIOKUSHIN, BOGU -Karatê, etc.
Todas essas correntes estão sujeitas às regras internacionais, que têm como objetivo melhorar o esquema de competição desportiva, com vistas ao espetáculo.
O karatê competição teve início em 1956, quando cresceu a sua popularidade; não se pode negar, porém, que a partir de então vem sofrendo alterações em seus aspectos originais. A prática do karatê, antes de 1956, foi desenvolvida como método de defesa pessoal sem uso de armas e com fortes traços do estilo livre, sem qualquer das regras posteriormente criadas. Isso devido à influência religiosa que sofreu em sua origem, o ZEN, o que explica a sua finalidade de desenvolver corpo e mente.
Para evitar uma série de confusões de nomenclatura, a partir de 1932, o karatê foi chamado definitivamente de KARATÊ-DÔ.
Até 1932, o karatê era chamado de:
a) Tô-de ou karatê - palavra que simbolizava a técnica de defesa de influência chinesa.

b) Riukyu-tê; técnica de defesa da ilha de Okinawa.
c) Shuritê; técnica de defesa da região Shuri.
d) Naha-tê; técnica da defesa da região Naha.
e) Tê-a; técnica de defesa com o uso da mãos.
2) O karatê e o estilo Shoto-kan e seus objetivos.
S. Fujiwara, historiador que pesquisou o karatê, afirma que o Prof. G. Funakoshi (Ghichin Funakoshi, 1869 - 1957) é considerado como "Pai do Karatê-dô moderno" tendo mudado o sentido original do nome e introduzido a palavra "kara". Seu significado, extraído da filosofia ZEN, refere-se a vazio, oco, céu, neutralidade, que indica generosidade e altruísmo. Literalmente, karatê-dô significa o caminho das mãos vazias ou caminho que contém o Universo.
Com a intenção de terminar com os conflitos entre os praticantes de Karatê, unificar as diferentes interpretações e evitar distorções, o Prof. Funakoshi procurou os mestres de ZEN, do templo ENKAKI-JI (Sr. Asahina e Sr. Furukawa), e decidiu introduzir os princípios filosóficos do ZEN no karatê.
Todas as artes, na cultura japonesa, possuem fortes traços do ZEN, que visa ao aprimoramento individual:
Ken-dô (caminho da espada)
Kyu-dô (caminho de arco e flecha)
Chá-dô (caminho com a cerimônia do chá)
Shô-dô (caminho com a cerimômia da caligrafia)
A cultura japonesa manifesta a arte de vivver através da expressão individual de sentimentos e sentidos, procurando a evolução do espírito e do corpo. Seus exercícios exploram a capacidade individual, visando à autoconfiança, à autodisciplina, ao autocontrole, à autoreabilitação, capazes de desenvolver as capacidades de persistência, paciência, disposição física e equilíbrio do sistema nervoso.
O Prof. Funakoshi salientou a forte conotação educacional que se encontra na prática sadia do karatê-dô. Seu exercício ajuda a formar e melhorar o caráter e a personalidade do indivíduo, tendo como objetivo a vida em sociedade. Inspitou-se num poema zen, escrito Há mais de 1500 anos: "CORES, isto é VAZIO. Vazio, isto é CORES".
O poema do HANNYA SHINGYO opõe as cores, coisas que podem ser vistas, ao vazio, coisas que não podem ser vistas. Na palavra karatê, a letra "kara" significa céu ou universo, que origina as cores; cada uma pode representar uma personalidade. Misturando todas elas, tem-se novamente o céu, o vazio, a neutralidade, o universo. Tudo isso significa que, pelo treinamento do corpo e da mente, é possível auxiliar na evolução do ser humano. A prática do karatê nos habilita a superar a dimensão dos conflitos internos e externos. Sua neutralidade não quer dizer insensibilidade ou apatia, e sim, convivência com todas as cores (alegria, ansiedade, ira, adoração, pesar, medo, ódio, etc), sem se escravizar a nenhuma delas. Vazio e neutralidade significam estar cheio de riquezas espirituais sem ser dominado por nenhuma.
A prática do karatê sem a conotação Budô, esporte simplesmente de luta, poderá trazer ao indivíduo uma série de traumatismos físicos e

Em 1609, os samurais da província de Satsuma dominaram a ilha de Ryukyu e proibiram, pela segunda gez, o porte de armas. Isso influiu definitivamente no desenvolvimento da técnica de lutar sem armas, o que era feito às ocultas.
Em 1905, o karatê foi introduzido como matéria de Educação Física para estudantes do 2º grau. O Prof. Anko Itosu (1832-1916), criou um método educacional de karatê com base no katá simplificado, chamado Heian ou Pinan (Paz e Harmonia), para alunos de 1ª a 5ª séries. A mesma época marca o início das atividades do karatê do Prof. Guichin Funakoshi, que são da linha karatê da escola Shuri-tê.
Nesta fase, desenvolveu-se outra linha antagônica, chamada NAHA-TÊ, representada pelo Prof. Higashi-Onna (1853-1915) e pelo Prof. T. Miyagui (1888-1953), que foi destaque da escola Goju-Ryu.
JAPÃO
1916 - O Prof. Guichin Funakoshi introduz oficialmente o karatê na ex-capital japonesa, Kyoto, na sede do Butoku-den (Centro de artes marciais).
1922 - O Prof. G. Funakoshi, apresenta o karatê na atual capital, Tóquio, a convite do Ministério da Educação. No mesmo ano, em Kyoto, houve o episódio de luta-duelo entre tipos diferentes de lutas. Venceu o Prof. Motobu, então com cinqüênta e dois anos. O efeito foi amplamente noticiado pela imprensa e serviu para divulgar a eficiência técnica do karatê.
1924 - O Prof. Funakoshi introduziu o karatê, na Universidade de Keio; hoje é praticado em todas as Faculdades japonesas.
1932 - A massificação do karatê levou à confusão sobre o nome que deveria ser adotado oficialmente. O Prof. Funokoshi publicou então um livro, que influiu para que se adotasse oficialmente o nome atual. KARA (vazio) e TE (mão) definiram o nome do karatê-dô, e esse fato é o marco histórico do karatê-dô moderno.
1935 - Publica-se o primeiro livro em que se usa a palavra "KARA". Contém técnicas de Budô, defesa pessoal com as mãos vazias e se ensina a esvaziar a mente de pensamento egocêntricos e maldosos.
1945 - Término da IIª Grande Guerra Mundial. Fica proibida a prática de todas as artes marciais no Japão.
1946 - Retorna a prática das artes marciais, com a denominação de kakugui (técnicas de luta).
1956 - Realiza-se o 1º Campeonato oficial de karatê-dô (regras de sem contato) e de Katá.
1970 - Realiza-se o 1º Campeonato Internacional, em Tóquio, com a participação de 33 países.
Karatê e Karatê-Dô
O que é karatê.
De Okinawa, nos chega do passado uma arte marcial misteriosa e miraculosa. Diz-se que quem dominar suas técnicas será capaz de se defender sem recorrer ao uso de armas e também de realizar feitos extraordinários, como quebrar várias tábuas com um soco ou uma trave o teto com um chute, matar um touro com um único golpe de shuto (mão em espada) ou perfurar o flanco de um cavalo com a mão aberta; pode ainda

psicológicos, no final da carreira esportiva, devido à convivência com um alto grau de ansiedade, o que poderá levar ao estresse crônico e agudo. Podemos observar isso nos grandes campeões em diversas áreas esportivas, em que ocorrem impulsos de uma explosão de agressividade sem que se consiga o controle adequado desses impulsos. Isso se dá pela falta de preparo psicológico do atleta e pela má formação dos téncicos ou dos professores que atuam na área, e que só visam ao lucro imediato.
O karatê-dô, praticado segundo o método tradicional das artes marciais, poderá reduzir o nível de ansiedade. A prática do katá (forma) paralelamente aos exercícios de luta, desenvolverá o chamado cérebro Tri-uno.
Os métodos de treinamento do karatê-dô considerado desde a sua origem, compreendem o katá (forma) e a kumitê (luta), que explicam plenamente o verdadeiro propósito do karatê-dô. Com estes elementos em equilíbrio poderemos descobrir e disciplinar o verdadeiro caminho da razão universal, o método correto de respirar, de se alimentar e de se libertar. Desta forma, o karatê-dô ajuda a resolver os nossos problemas do dia-a-dia.

SASAKI, 1989, (P. 25, 26 e 27), faz um breve relato sobre a história do karatê-dô.

ÍNDIA
Marca o início da cultura oriental. Há aproximadamente mil e quinhentos anos, o monge Bodhidharma, fundador do zen-budismo e da arte de defesa sem arma, transmite seus ensinamentos para a China.
CHINA
Em 1621, foi encontrado o licro Bou-Ghen-Gui, que se refere a técnicas de luta sem armas no templo Shao-Lin (Sho-Rin-Ji).
JAPÃO
Em 1644, foi encontrado um livro semelhante ao Bou-Guen-Gui, mas aí não se desenvolver o karatê-dô, porque ná existia a técnica de Jiu-Jitsu do estilo Takeuchi (1532). Na ilha central praticava-se principalmente a arte do manejo de armas de Kendô, a esgrima (lança, arco e flecha, etc).
ILHA DE RYUKYU OU OKINAWA
Em 1429, manteve intercâmbio cultural com a China. Em 1329, a dinastia Ming foi derrubada pelos chineses refugiados se fixaram na ilha de Ryukyu, cuja cultura influenciaram fortemente. Sua técnica de defesa se caracterizava pelo uso das mãos abertas e tinha, como prioridade, a saúde. Em 1450, o rei de Ryukyu, Shôhashi, proibiu o porte de armas; desenvolveu-se então a técnica de defesa sem armas, ficando evidente a eficiência dos golpes de mão fechada, o "punho" e do uso do instrumento chamado "makiwara". Essas técnicas desenvolveram-se muito nessa época.

atravessar uma sala agarrando-se às vigas com os dedos, esmagar com a mão uma haste de bambu verde, cortar, com uma torcida, uma corda e defender-se de um golpe com uma pedra.
Há pessoas que consideram os aspectos acima como a essência do karatê-dô. Na realidade esses aspectos representam apenas uma parte mínima, equivalente ao teste de cortar palha de kendo (esgrima japonesa), mas é um erro pensar que no karatê-dô não existe nada além disso.
O verdadeiro karatê-dô dá maior ênfase ao espírito do que ao físico, como será discutido neste capítulo.
Para o verdadeiro karatê-dô é importante que o praticante, em sua vida diária, treine mente e corpo, desenvolvendo o espírito de humildade e a capacidade de estar, em épocas críticas, totalmente devotado à causa justa.

唐 Kara e Kara 空

O karatê-dô é originário de Okinawa, no entanto, no passado, foi muitas vezes confundido com o box chinês, devido ao uso do símbolo chinês 唐 em seu nome primitivo.
Foi em Okinawa que, nos últimos mil anos, mestres e especialistas estudaram, desenvolveram e aperfeiçoaram o karatê na arte marcial que é hoje. Não é, portanto, uma distorção, apresentá-lo como a arte marcial de Okinawa.
Pode-se questionar por que foi conservado por tantos anos o símbolo chinês.
Creio que, na época em que a cultura chinesa exerceu grande influência no Japão, o karatê estava no auge de seu desenvolvimento. Nessa época, muitos especialistas viajaram até a China a fim de praticar box chinês. Com esse novo conhecimento, alteraram a arte marcial então existente, que se chamava Okinawa-tê, tirando alguns aspectos, acrescentando outros, transformando-a numa arte marcial refinada. É possível que, nessa época, esses mestres tivessem considerado o símbolo chinês (kara) como um nome adequado. Se hoje em dia existem no Japão muitas pessoas fascinadas por tudo o que é estrangeiro, não é difícil imaginar a grande admiração que havia nessa época, em Okinawa, por tudo o que era chinês. Mesmo na época da minha juventude, era considerado "status" ter em casa uma peça chinesa. Justifica-se com esses fatos a escolha do símbolo chinês (kara).
Seguindo a tradição, continuei usando o símbolo 唐 . No entanto, julgo atualmente que esse símbolo é inapropriado, porque se confunde com o box chinês, e indigno, porque o karatê é uma arte marcial japonesa, que se desenvolveu em Okinawa. Por essa razão nós o substituímos, apesar de muitos protestos, pelo símbolo japonês 空 (kara).
Significado de Kara
A primeira conotação do símbolo kara indica que o karatê é uma técnica que permite, a quem a pratica, defender-se sem usar armas, desarmado.

A segunda conotação do símbolo kara é: como o espelho límpido que reflete a imagem sem distorção ou o vale tranqüilo que repete o som, assim também deve o praticante do karatê purificar-se do egoísmo e dos maus pensamentos, pois só uma mente pura pode compreender, sem distorção, o que recebe.
Quem deseja praticar karatê-dô deve esforçar-se sempre para ser internamente humilde e externamente cortês. No entanto, uma vez decidido a defender alguma causa justa, deve ter a coragem expressa pelos seguintes dizeres: "mesmo se existirem dez mil inimigos, eu vou!" Como o bambu verde: oco, vazio, por dentro, reto e com nós, isto é, generoso, cortês, moderado. Este significado também está contido no elemento kara do karatê-dô.
Finalmente, a forma fundamental do universo é o vazio (kara) e, portanto, o vazio é uma forma em si.
Existem vários tipos de arte maricial: judô, kendo, sôjistsu (técnicas com lanças), bojitsu (técnicas com bastão) e outras mais. Todas elas, fundamentalmente, apóiam-se nas mesmas bases do karatê-dô. E não é exagero afirmar que o sentido original do karatê-dô é o mesmo que o de todas as outras artes marciais. A forma é o fazio e o vazio é uma forma em si. O kara do karatê-dô tem esse significado.
Peculiaridades da Técnica
É bem conhecido o grande poder defensivo e ofensivo do karatê-dô. O Karatê-dô é uma arte marcial que permite derrotar um adversário sem usar armas, com um único golpe de mão ou pé. O valor da arte depende da pessoa que faz uso dela. Se for usado para uma causa justa, é uma técnica valiosa, mas se for feito mau uso dela, nada existe de mais nocivo.
Uma vez, a polícia de Okinawa pensou em instruir seus membros na arte do karatê, mas surgiu em seguida uma preocupação a respeito do perigo que isso poderia representar, e o projeto foi abandonado.
Noutra ocasião, os almirantes Kokurô, Yashiro e Narikazu Kanna propuseram que os marinheiros aprendessem karatê; novamente o projeto foi abandonado por medo de que a técnica fosse aplicada nas brigas entre os marinheiros.
Sempre causou preocupação às autoridades de Okinawa o uso indiscriminado do karatê e não se pode negar que é, de fato, uma técnica potencilamente perigosa.
Seria no entanto lamentável que a prática dessa arte, da qual se pode ter tanto orgulho, fosse evitada simplesmente porque é uma técnica perigosa.
A fonte dessas preocupações está numa concepção errônea do karatê, surgida a partir de instrutores de mau caráter, os quais, irrefletidamente, colocaram maior êngase na técnica do que nos aspectos espirituais do Dô.
Dessa conduta resulta a pobreza espiritual daqueles que aprendem karatê "apenas como uma técnica de luta".
Existem até casos extremos em que os instrutores incentivam os alunos a utilizar o karatê em suas brigas.

São prejudiciais advertências do tipo: "Você não pode progredir nem aperfeiçoar sua técnica se não fizer uso dela em lutas", ou "se você não consegue lutar com fulano, é melhor desistir de aprender karatê". Essas advertências apenas demonstram falta de bom senso por parte daqueles que não sabem nada a respeito do que é o karatê-dô.
Esta arte marcial, quando corretamente compreendida, ensinada e praticada dentro do seu verdadeiro espírito, é a antítese do perigo e uma das mais nobres artes marciais (Budô).
Drogas fortes e venenos também são perigosos, no entanto, nenhum médico deixa de usá-los, quando é necessário. O perigo depende do uso que se faz: quando devidamente usados, podem trazer resultados valiosos, desde que o paciente seja informado de sua natureza e uso adequado. Do mesmo modo, os que aprendem karatê-dô devem conhecer sua natureza e serem instrídos no uso adequado de suas técnicas.
O entendimento correto da natureza do karatê e o uso adequado de suas técnicas é o karatê-dô.
Quem treina esse Dô e verdadeiramente compreendeu a natureza do karatê-dô dificilmente será persuadido a empregá-lo em suas brigas, uma vez que um golpe ou chute bem aplicados podem determinar a morte do adversário.
O karatê seria corretamente indicado em situações nas quais ou se derruba o adversário ou se é derrubado por ele. Situações como essas são possivelmente vividas uma única vez ou mesmo nenhuma na vida da maioria das pessoas.
Sempre disse para meus alunos: "A arte não faz o homem, o homem é que faz a arte".
Alunos de qualquer arte, inclusive karatê-dô, não devem jamais esquecer de desenvolver corpo e mente.
No karatê-dô, a meta individual de cada praticante deve ser o aperfeiçoamento de sua saúde ou treinamento do corpo para que funcione eficientemente.
Pode-se ter como meta o desenvolvimento da força muscular dos braços e das pernas ou ainda o equilíbrio e a firmeza da mente. Há quem deseje aprender a humildade através do karatê. Todos esses objetivos estão relacionados com o desenvolvimento pessoal.
Mas quando se faz mau uso da técnica, como, por exemplo, em luta com a finalidade de ferir o adversário ou a si próprio, só se consegue desonra próprio, anulando todos os benefícios e méritos do karatê-dô. Esse uso inadequado das técnicas provém da compreensão superficial do karatê e são uma derrota para a pessoa.
A técnica é transformada em arte por quem a emprega. Repito: não façam mau uso do karatê!
O verdadeiro karatê-dô é um esforço interior para disciplinar a mente, desenvolvendo uma verdadeira consciência que permita, ao indivíduo, enfrentar o mundo mais dentro da realidade, desenvolvendo-se externamente e, ao mesmo tempo, adquirindo a força que lhe permita enfrentar um animal selvagem.

Portanto, no karatê-dô, espírito e técnica devem ser uma coisa só.
O praticante do karatê-dô deve dar muita importância à cortesia; sem ela está perdida a essência do karatê. Ela deve ser praticada em todos momentos da vida, e não apenas no treino.
O estudante de karatê deve ser humilde, a fim de que possa receber instrução. Uma pessoa arrogante não consegue prosseguir em harmonia com o karatê-dô.
O aprendiz deve estar sempre atento e receptivo às críticas do instrutor, deve ser introspectivo e admitir sua ignorância, em lugar de pretender conhecer o que não conhece.
Os que praticam karatê-dô não devem abandonar jamais essa atitude de humildade mental e cortesia. São apenas os indivíduos de mente estreita que gostam de fazer alarde de suas pequenas habilidades: só os ignorantes se comportam como se fossem especialistas no assunto, além do que, essas atitudes são infantis.
É pelo fato de existirem muitos falsos artistas marciais que o público em geral os ignora ou considera selvagens, desacreditando de muitos que levam a sério a arte.
Os praticantes do karatê devem ter isso sempre em mente e, se seguirem esses princípios, desenvolverão coragem e firmeza. Essas qualidades nada têm com o desenvolvimento de técnicas agressivas, nas quais se coloca maior ênfase no desenvolvimento técnico do que no mental.
Em épocas críticas, é preciso ter coragem e, caso seja necessário defender uma causa justa, ser capaz de engrentar mil e um adversários.
Para o aprendiz de karatê, o traço mais vergonhoso é a indecisão.
Durante muitos anos, tenho dedicado minha vida a introduzir pessoas na arte do karatê. Estive durante anos ligado a gerações de colegas entusiastas dessa arte. Feliamente, meus pontos de vista foram compreendidos por eles que, por sua profunda humildade e cortesia, foram capazes de conquistar o apoio público. O resultado obtido é um tesouro que encontramos juntos através da nossa dedicação ao karatê.
Em poucas palavras, recomendo àqueles que praticam karatê que não se detenham apenas no aperfeiçoamento da técnica. Espero que dediquem sua vida à procura do verdadeiro karatê-dô. Isto porque viver karatê-dô é a própria vida, tanto pública como pessoal.

2.5 - Apresentação do Karatê ao Público

Com o início do período do Meiji (1868 a 1912), inaugurou-se o sistema educacional convencional e o recrutamento militar, sendo a causa inicial para a abertura da apresentação do karatê ao público.

A partir de 1906, em Okinawa, Funakoshi e alguns colegas, fizeram demonstração de karatê em várias situações, incluindo palestras sobre o assunto.

Somente dez anos após, o karatê foi apresentado publicamente fora de Okinawa, pelo Professor Funakoshi, onde este era, insistentemente, solciitado por vários grupos. A partir disso, viajou pelo país, dando palestras e demonstrações de karatê, esforçando-se para populacionar esta arte.

Foi então, que o mestre Hoan Kasugi, pediu a Funakoshi para deixar algo por escrito, a fim de auxiliar nos treinamentos. Em novembro de 1922, foi publicada a primeira obra sobre karatê, com o título de Ryukyu Kempô: Karatê. No terremoto de kanto, 1923, as gravuras do livro foram destruídas, levando Funakoshi a publicar uma nova edição revisada, Rentan Goshin Karatê - Jitsu (Fortalecimento da força de vontade e da defesa pessoal através do karatê).

Com isto aumentou o entusiasmo pelo ensino e apresentações de karatê, obrigando Funakoshi a viajar muito, atendendo a convites para ensinar karatê em diversos dojôs, universidades e sociedades comerciais, ocupando seu tempo até os dias de hoje.

> Como defesa pessoal
> Praticamente todos os seres vivos possuem uma maneira de se defender, sem o que, o mais fraco é destruído e perece: numa luta desesperada para sobreviver, as presas do leão e do tigre, as garras do falcão e da águia, os espinhos da rosa e do marmeleiro, o ferrão venenoso da abelha e do escorpião. Não são todas medidas de defesa? Ora, se os mamíferos inferiores, passáros, insetos e plantas possuem tal especialidade, por que não o homem, senhor de todas as criaturas? A base para responder a essa questão é dada pela seguinte afirmação: Não devemos ter intenção de ferir ninguém, mas devemos evitar ser feridos. E, para poder nos proteger, é preciso possuir algo que possibilite ao mais fraco defender-se do mais forte.

É bem conhecida, hoje em dia, a eficiência do karatê para quebrar pranchas de madeira e até pedras sem usar ferramentas, com as mãos vazias. Não é exagero afirmar que o indivíduo que domina a técnica do karatê pode considerar seu corpo como sendo uma arma.
A técnica do karatê baseia-se fundamentalmente em golpes de mão, chutes e técnicas de perfurar. São movimentos muito rápidos, que podem não ser percebidos pelo olho de um observador destreinado.
São utilizadas combinações de bloqueio e ataque simultâneos, que possibilitam ao indivíduo mais fraco, mulher ou criança, controlar um adversário mais forte.
Resumindo as vantagens do karatê como defesa pessoal: dispensar o uso de armas; mulheres, velhos e homens de constituição mais fraca podem controlar um adversário maior e mais forte, sendo, portanto, possível, proteger-se eficientemente, mesmo quando não se é muito forte.
Esses aspectos conbinados fazem da arte do karatê uma forma inigualável de defesa pessoal.
Como treino de desenvolvimento espiritual
O karatê não é diferente de outras artes marciais no cultivo de características como coragem, cortesia, integridade, humildade e autocontrole. No entanto, o treino da maioria das artes marciais é muito puxado, desde o início, dificultando a sua prática por pessoas de constituição física ou mental mais fraca. Essas pessoas desistem logo do treino, porque, não podendo acompanhá-lo, perdem o estímulo. Outros fazem um esforço tão grande para acompanhar o treino que prejudicam a saúde, uma vez que o corpo não obedece ao desejo.
Por isso, pessoas mais fracas se vêm forçadas a desistir de treinar outras artes marciais, apesar de o treino e o conseqüente desenvolvimento ser de importância vital para elas. Nesse aspecto o karatê permite que qualquer pessoa o pratique.
O fato de poder ser efetuado em qualquer lugar e hora, só ou em grupo, permite ainda que o treino seja contínuo, possibilitando um grande progresso no desenvolvimento espiritual.
A compreensão da arte, o domínio da técnica e o aprimoramento das características de coragem, cortesia, integridade e autocontrole transforma-se na luz interior que vai guiar o praticante de karatê em sua vida diária. Mas isso requer, pelo menos, dez a vinte anos de prática assídua e, se possível, toda uma existência devotada ao estudo do karatê.
É por todas essas razões que considero o karatê como a arte marcial que melhor preenche as necessidades individuais de desenvolvimento espiritual através do treino físico.

CONCLUSÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como vimos, a relação arte marcial e desporto é como uma espada de dois gumes, ou seja, um lado pode ser mais afiado que o outro, ocasionando um desequilíbrio na sua eficiência.

O karatê, da mesma forma, pode pender mais para o lado competição do que o formativo (BUSHIDO), da Arte Marcial.

Mas como impedir que a disciplina do Bushido seja esquecida em pról do desporto de Alto Rendimento?

É simples! O karatê deve, mais do que nunca, buscar a especialização de seus professores e mestres na Área de Educação Física, pois à maioria destes, falta um conhecimento mais profundo do corpo humano, seus sistemas fisiológicos básicos e principalmente os sistemas sociais.

Esta formação se faz necessária à medida que, cada vez mais, os leigos tomam conta das academias de karatê e, dando prioridade não só ao desporto de alto rendimento que funciona como marketing para o professor e para a academia e a violência desmedida e gratuita como estampam os jornais. "Metodologia" que visa apenas a exaltação do ego do lutador.

Conclui-se, então, que, uma arte marcial e um desporto podem perfeitamente estar afiando os dois gumes da espada, sem que um lado seja mortal para o outro.

Referências Bibliográficas

1 DRAEGER, Don F.; SMITH, Robert W. Asian fighting arts. 6. ed. New York: Kodansha, 1973.
2 FUNAKOSHI, Gichin. Karatê-dô Kyôhan: the master text. 4. ed. New York: Kodansha, 1974.
3 NAKAYAMA, Massatashi. Dynamic Karatê. 30. ed. New York. Kodansha, 1975.
4 OYAMA, Masutatsu. This is Karatê. New York: Kodansha, 1975.
5 SASAKY, Yasuyuki; SILVEIRA, Jose Carlos Freitas da. Manual da Educação Física, Karatê-dô. v. 5. São Paulo: Pedagógica Universitária, 1974.
6 SO, Doshin. Shorinji Kempo, philosophy and techiniques. 3. ed. San Francisco: Japan Publications, 1974.
7 TUBINO, M.J.; FERREIRA José, CAPINUSSU, Antonio. Homo Esportivus. São Paulo: Pedagógica Universitária, 1975.