

## Karatens dilemma

Alla som har kommit i kontakt med karate har en uppfattning om vad karate är, ju längre man tränar och ju mer man lär sig desto mer komplex ter sig karaten. Ett av de svåra problemen karate brottas med är att kunna beskriva vad karate är.

Något som är gemensamt för alla karatelärare är att man håller mer eller mindre hårt på traditioner. Det spänner från att ha en ibland nästan omänsklig militärisk disciplin, något som för övrigt har så traditionella och klassiska anor som universitetsträning i de japanska skolorna i mitten på 1900-talet, till att ha en avslappnad attityd med vissa traditionella inslag, lätta bugningar osv. Dessa traditioner är resultat av den kultur arten kommer från och olika grader av frigörelse från denna kultur. Hade karate kommit från Sverige skulle vi troligtvis ha startat träningen med ett handslag, hade arten varit Italiensk skulle träningen troligtvis startat med en kopp cappuchino eller ett glas vin...

Den karate vi känner idag präglas av att många säger att de tränar traditionell karate och sedan ändå tränar tävlingsinriktad eller formbaserad karate där målet är att utveckla enskilda tekniker mot visuell perfektion.

De flesta är överens om att karate i grunden var en praktisk självförsvarsmetod, några hävdar att det var en militärisk art men alla fakta pekar på att karate var ett civilt självförsvar. Senare har andra aspekter kommit in i träningen såsom personlig utveckling genom fysisk träning, tävling, och även ett mått av ytlighet.

Den karate vi känner till idag är till stor del en japansk utveckling av den traditionella karaten. Denna utveckling startade med att karaten infördes i skolorna på Okinawa i slutet av 1800-talet och utfördes i stora grupper på skolplanen där eleverna imiterade en lärare som ofta stod på ett podium med en visselpipa. I denna karate för skolelever tog man bort de tekniker som inte ansågs lämpliga för skolbarn samt att träningen inriktades på att repetera kata och grundtekniker för att hjälpa eleverna med sitt katautförande. Ingen eller liten vikt lades vid applikationsträning eller partekniker med drillar och kast, nedtagningar och markkamp.

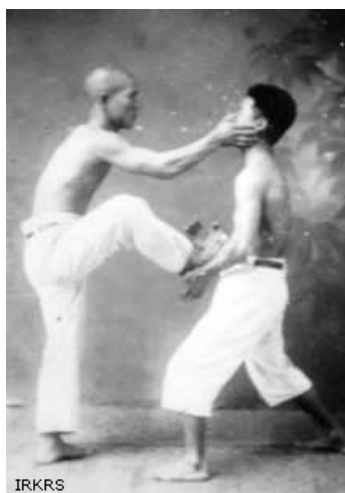
För att förstå varför detta skedde måste man gå in i politiken på Okinawa och i Japan, detta är inte målet med denna text så jag lämnar det till ett annat projekt.

Denna skolkarate syftade dock till att mer lära eleverna att lyda, att ge dem en fysisk fostran mer än att lära dem praktisk karate. När sedan denna karate spred sig till Japan där karaten ansågs vara både ociviliserad och rå och inte värdig att nämnas i samband med de japanska budoarterna tvingades karatelärarna till ytterligare förändring av karaten, främst genom standardisering och diverse struktureringar som tog karaten vidare från den praktiska art det en gång var mot en budoart med etikettkrav, sparringelement mm. I de japanska arterna poängteras ofta den mentala aspekten i träningen och hur fostrande budoträning är för att forma goda samhällsmedborgare, karaten slogs in på samma väg och tog till sig många av de uttryck som används i budosammanhang. I Japan var det viktigt att uppträda artigt och belevat oavsett vad som hände, andra sidan av myntet var en vilja att testa sig och sin art gentemot andra och därför var ett tävlingsmoment mycket viktigt för att mäta framgång. Främs den första generationens japanska elever var delaktiga i denna process. För att kunna forma ett säkert tävlingssystem inom karate tittade man mycket på de accepterade arterna såsom kendo och judo under det att regler togs fram. Efter många olika, mer eller mindre blodiga och misslyckade försök, lyckades man ta fram ett system som var relativt säkert. Eftersom kendons rustningar var för otympliga för obeväpnad kamp valde man att inte tillåta kontakt för att undvika allvarliga skador. Tillåtna träffytor definierades och även tillåtna tekniker. I och med detta såg nya tekniker och varianter dagens ljus för första gången.

I och med allt detta förändrades karaten från ett närkampssystem till att använda ett fåtal tekniker utförda från ett tryggt avstånd för att ta poäng. Eftersom träning i alla sporter efterhand formas till att vara effektiva i enlighet med de regler som används förändrades karaten ytterligare och blev allt mer specialiserad. I den japanska kulturen har alltid kata haft en viktig ställning, i och med den nya karaten försvann syftet med att träna kata, speciellt eftersom förståelsen för kata inte fanns längre. Detta dilemma löstes genom att anordna tävling i kata med betoning på yta och form för att lätt kunna bedömas av domare. Genom detta var alla nöjda, man kunde träna karate som sport samt man behöll de gamla katorna och behöll därigenom, åtminstone på ytan, kontakten med traditionen.

Är det så enkelt?

I och med sportens införande förändrades karaten till att utföras med ett stort avstånd mellan kombattanerna eftersom första poängen räknas liksom i kendo. Den traditionella karaten var ett självförsvar som syftade att hjälpa en person som blivit överfallen och inte kan springa därifrån, per definition innebär detta ett närmare avstånd, ofta till och med grepp i kläder för att förhindra flykt. Målytorna för den försvarande var känsliga delar av anatomin för att uppnå stor effekt, precis samma målytor som är förbjudna i tävling. Kast, nedtagningar och markkamp är viktiga delar i ett självförsvar eftersom man inte kan garantera att en kamp inte hamnar på marken.



Katans innehåll speglar dessa scenarion och är oerhört effektiva och mångfacetterade. Genom att negligera applikationsträning och fokusera på utförandet och yta förloras denna kunskap. I de fall applikationsträning sker utförs det på de mest fantasifulla sätt som att utföra katan stilrent medan man attackeras av ett antal personer från olika riktningar, i andra fall attackeras försvararen av stilrena enkla karatetekniker från tävlingsavstånd där man med stöd från kendons principer och tanke kontrar med en enda teknik under förespegligen att en teknik ska avsluta kampen. Detta är applicerbart i kendo där denna enda teknik är tänkt att utföras med skarpslipat svärd, inte där enda vapnet är ens egen kropp. Sant är att en teknik kan avsluta en kamp, se bara på boxare där ett slag i något enstaka fall knockar motståndaren, frågan är om du vågar sätta din hälsa och ytterst ditt liv på att denna enda teknik ska ha det resultatet? Inte ens Mike Tyson knockade många av sina motståndare med ett enda slag.

Grundträning sker ofta på linje enligt militärisk disciplin fram och tillbaka över golvet medan man utför en teknik eller kombination. Detta lär eleven att utföra stilrena tekniker med en stark grund. Ofta är det enda gången under en träning teknikerna utförs på detta sätt förutom vid repetitionen av kata, vid tillämpning och sparring används inte dessa tekniker på detta sätt överhuvudtaget. Vad är då syftet? Många lägger här in djupa filosofiska aspekter för att ducka från sakfrågan, andra talar om att man en dag kommer att kunna utföra teknikerna på detta sätt i sparring. Problemet är att det sätt man tillämpar sina tekniker på, det blir man bra på i de specifika situationerna. Förr fanns inte detta fokus på perfekt utförda tekniker, det kom med katatävling och när det blev viktigt att nöta grundtekniker. Förr var en funktionell effektivitet det primära, teknisk perfektion mättes i helt andra termer än i dag.

Så med utgångspunkt från detta resonemang befinner sig karate i ett stort diemna. Man vill ha kvar kopplingen med traditionen och även vara en modern art som tilltalar människor i vårt samhälle. Att tolka traditionen för att rättfärdiga sina syften är inget nytt i historien, men att blunda för fakta för att uppnå samma mål är inte det uppträdande som förväntas av en karateka.

Det första vi måste göra är att definiera vad karate, och specifikt kataträning, ger utövaren. Vad är syftet med att repetera kata på det sätt vi ofta gör idag? Finns det andra träningsmetoder som ger bättre resultat i det vi vill uppnå? Kan vi i så fall slänga våra traditionella kator överbord och ändå kalla oss traditionella? Är kata bara till för att tävla i och i så fall var finns respekten för det traditionella?

Man kan säga att den så kallade traditionella karaten är 1900-talstraditionell, men då ska man inte heller blanda in det som händer innan dess för att rättfärdiga det man säger. Att använda sin historiska länk till att rättfärdiga en modern sport och dess specifika träningsmetoder kan inte anses vara i den anda som alla beskriver som budoanda. Lärare och elever inom karaten måste använda samma logik och struktur i sin historiebeteckning som krävs inom andra delar av vårt samhälle annars kan snart ingen ta dess historia på allvar och detta i sin tur kommer att innebära att vi blir historielösa vilket knappast var syftet ursprungligen.

Ett dilemma!

[Per-Ivar Andersson 040205](#)