

# I KATA DELLO SHOTOKAN

## Cenni storici sul kata

Contrariamente ad altre scuole, che continuano a utilizzare le denominazioni usate a Okinawa, G.Funakoshi ha “giapponesizzato” le denominazioni classiche, che erano un misto di cinese e dialetto di Okinawa. Così, quando lo stesso kata è praticato nello Shotokan e in un'altra scuola, la sua denominazione è doppia, cosa che causa spesso delle confusioni. L'insegnamento e la trasmissione spesso del karate sono avvenuti senza utilizzare la scrittura, generalmente era proibito utilizzare la scrittura per fissare l'insegnamento ricevuto, e questo in tutte le forme di Budo, è per questo che i kata restavano nel campo della pratica fisica con un supporto orale. Quando c'era bisogno di scrivere il nome di un kata, per esempio per presentare un programma di dimostrazione in onore di una delegazione dell'Imperatore della Cina, erano scelti degli ideogrammi, poteva dunque variare da un momento all'altro, a condizione che si pronunciasse nello stesso modo. G.Funakoshi insegnò nella sua scuola i quindici kata classici di Okinawa, ma scelse per ogni kata un'immagine, con ideogrammi che corrispondessero al sistema di pronuncia del nome giapponese; così la maggior parte dei kata dello Shotokan hanno un nome diverso da quello utilizzato nelle altre scuole, dove si praticano kata della stessa origine. La denominazione classica di Okinawa non evoca nient'altro che un suono, ma con G.Funakoshi ogni nome dei kata corrisponde a un'immagine simbolica veicolata attraverso l'Ideogramma e il suono. Tra i kata, occorre distinguere due gruppi: quelli che sono stati insegnati da G.Funakoshi, e quelli che sono stati studiati nel Dojo Shotokan, al di fuori del suo insegnamento. Alcuni insegnanti di Shotokan pensano che i quindici kata di partenza siano largamente sufficienti e rifiutano di includere gli altri nella loro pratica e nel loro insegnamento. Oggi nello Shotokan si contano 26 kata.

## I 5 kata heian

Heian è il nome modificato da G.Funakoshi dei kata Pinan ideati da Anko Itosu. Secondo G.Funakoshi la conoscenza di questi kata permette al praticante di sapersi difendere in quasi tutte le occasioni. Inoltre questa serie di kata comprende quasi tutte le posizioni di base del Karate Shotokan. In origine questi kata si chiamavano Pinan o Ping-nan e furono

creati da Anko Itosu (1830-1915) maestro, insieme ad Anko Azato di Gichin Funakoshi. Si crede che Ping-nan sia la città cinese di provenienza del maestro In Shu Ho e che questi fosse residente a Okinawa in un villaggio di Tomari nella seconda metà dell'800. Si ritiene che In Shu Ho abbia insegnato a Bushi Matsumura (1797-1889) le due forme chiamate Ch'ang-an (pace e tranquillità nella lingua cinese) e che lo stesso Matsumura avesse scorporato le due forme insegnatigli in tre forme, poi insegnate al suo allievo Itosu, dove divise ancora i tre kata nelle cinque forme esistenti, aggiungendovi alcune tecniche di kanku dai. Lo stesso In Shu Ho aiutò Itosu nella stesura dei kata, dopo la scomparsa di Matsumura. La serie dei cinque Pinan vide la luce tra il 1897 ed il 1901. Questi kata di area Shorin, furono ben presto introdotte nelle scuole okinawesi, ma prima di tale introduzione Itosu sperimentò l'efficacia didattica sui suoi stessi allievi e, accortosi che l'esecuzione a mani aperte fosse molto pericolosa per gli studenti, stabilì che l'esecuzione dei kata dovesse avvenire con le mani chiuse a pugno.

Heian shodan (nome antico: Pinan shodan), area Shorin

Significato: "Pace e tranquillità" o "Mente pacifica" primo livello

Heian nidan (nome antico: Pinan nidan), area Shorin

Significato: "Pace e tranquillità" o "Mente pacifica" secondo livello

Heian sandan (nome antico: Pinan sandan), area Shorin

Significato: "Pace e tranquillità" o "Mente pacifica" terzo livello

Heian yodan (nome antico: Pinan yodan), area Shorin

Significato: "Pace e tranquillità" o "Mente pacifica" quarto livello

Heian godan (nome antico: Pinan godan), area Shorin

Significato: "Pace e tranquillità" o "Mente pacifica" quinto livello

### I 3 kata Tekki

Il nome originale di questi kata era in okinawese "Naihanchi", kata di area Shorei dal significato "lottare al fianco", L'attuale definizione è dovuta a Gichin Funakoshi. La posizione caratteristica del kata Tekki è Chiba Dachi, posizione del cavaliere

Tekki shodan (nome antico: Naihanchi) , area Shorei

Significato: “Cavaliere di ferro” primo livello

Tekki nidan (nome antico: Naihanchi) , area Shorei

Significato: “Cavaliere di ferro” secondo livello

Tekki sandan (nome antico: Naihanchi) , area Shorei

Significato: “Cavaliere di ferro” terzo livello

## I 18 KATA SUPERIORI (SENTEI)

Bassai-Dai (nome antico: Passai) , area Shorin

Significato: “Penetrare la fortezza grande” o “attraversare o distruggere la fortezza”

Bassai-Sho (nome antico: Passai) , area Shorin

Significato: “Penetrare la fortezza piccola” o “attraversare o distruggere la fortezza”

Kata di area Shorin, noti ad Okinawa come Passai o Pastai, il significato originale è rompere a pezzi, in Giappone, sempre a opera di G.Funakoshi, come per tutti gli altri kata shotokan, il cambio del nome significò tempesta sulla fortezza o penetrare in una fortezza

Kanku-Dai (nome antico: Kushanku) , area Shorin

Significato: “Guardare il cielo grande”

Kanku-Sho (nome antico - ) , area Shorin

Significato: “Guardare il cielo piccolo”

Il nome originale di questo kata era quello del delegato militare cinese ku Shanku che lo introdusse ad Okinawa nel 700. Altri nomi di questo kata sono kosokun e kwanku, il cui significato è guardare il cielo, poiché è questa l’immagine che ci viene proposta dalle tecniche di inizio del kata. Il Kanku –Sho è un kata di recente realizzazione, dovuta a Anko Itosu

Ji in (nome antico - ) , area Shorin

Significato: “tempio dell’amore di Buddha”

Kata okinawese noto come suono del tempio, conosciuto in Giappone come Shokyo.

Jion (nome antico - ) , area Shorin

Significato: “amore di budda e riconoscenza”

Il nome originale Jion-ji significava ad Okinawa suono del tempio. In Giappone amore e grazia. In definitiva il nome chiaramente indicava il tempio Shaolin cinese in cui ebbe forma primaria il kata.

Jitte (nome antico - ) , area Shorin

Significato: “Dieci mani”

Kata okinawese che significa mano del tempio. In Giappone viene chiamato anche Jite o Jutte, significa che se ben appreso una persona può far fronte a 10 avversari. Altre fonti sostengono che il nome deriva dalla parata Yama Uke che compare nel kata e che ricorda la sagoma di un Jitte(Sai).

Tecniche di difesa contro bastone.

Meykio (nome antico: Lorei ) , area Shorei

Significato: “Specchio splendente”

Kata Tomari Okinawa , in origine chiamato Rohai, si componeva di tre forme (shodan, nidan, sandan). Ad Okinawa il suo nome significa visione di un Airone bianco, mentre in Giappone significa pulizia dello specchio o specchio splendente.

Nijushiho (nome antico: Niseishi ) , area Shorei

Significato: “24 passi”

Kata okinawese della scuola Haragaki, simile di Unsu

Sochin (nome antico: - ) , area Shorei

Significato: “La grande calma”

Kata Shorin di Okinawa, della scuola Haragaki, chiamato Hakko che significa grande vincitore, mentre in Giappone forza tranquilla. Il kata

Sochin rappresenta il legame tra il karate e la divinità buddistica Fudo. Infatti la posizione principale del kata è Fudo-dachi (Sochin-dachi) ed è la posizione assunta da Fudo (statua) posta di guardia al tempio Todai-ji, dove si riscontra la guardia protettiva basata sulla credenza di difendere una causa giusta.

Gojushiho- dai (nome antico: Ouseishi) , area Shorei

Significato: “54 passi grande”

Gojushiho- sho (nome antico: -), area Shorei

Significato: “54 passi piccolo”

Kata okinawese della scuola di Anko Itosu, chiamato anche Useishi, la fenice di Okinawa. Sensei Funakoshi lo chiamò Hotaku per la sua somiglianza con un picchio con il becco acuto, che becca la corteccia di un albero. Nella scuola del Maestro Kanazawa il kata inizia con lo Zenkutsu-dachi destra eseguita da chudan kaki wake uke.

Hangetsu (nome antico: Seisan ) , area Shorei

Significato: “mezza luna”

Kata okinawese della scuola Shorei, il cui nome originale Seisan significa tredici mani, segue, unico tra i kata, le scuole interne dello Shaolin-quanfa, base originale dello shotokan. In Giappone è chiamato Hangetsu, mezzaluna, in quanto i movimenti frontali del kata richiedono di iscrivere semicerchi con le mani e con i piedi.

Gankaku (nome antico: Chinto ) , area Shorin

Significato: “Gru su una roccia”

In origine il kata si chiama Chinto, il cui significato a Okinawa era lottare contro l'est o dove sorge il sole. Altra definizione del nome è quella del marinaio che dalla Cina lo introdusse ad Okinawa. Gankaku è un kata Shorin che richiede grande equilibrio e la sua caratteristica principale è la posizione su di una gamba che si assume svariate volte, prima di eseguire yokogeri uraken.

Empi (nome antico: Wanshu ) , area Shorin

Significato: “rondine in volo”

Volo di rondine, che sintetizza il tempo di questo kata che copia dal volo di questo volatile la sua irregolarità. Si dice che fu introdotto per il Sappushi Wanshu, ed era praticato nella regione di Tomari: si ritiene che sia stato influenzato dal kempo cinese. Più tardi fu insegnato dal M.° Sanaeda seguito dal M.°Matsumura. Il M.°Funakoshi nel suo Karate-kempo delle Ryu-Kyu descrive che ha 40 movimenti e conferma l'origine di Tomari.

Chinte (nome antico: - ) , area Shorei

Significato: “Mano rara”o tecniche non comuni

Kata cinese la cui storia non è nota. In Giappone è noto come”mano rara”. In origine era denominato Chintei o Shoin.

Unsu (nome antico: - ), area Shorin

Significato: “Mani come nuvole”

Il nome significa “Mani come nuvole”. E’ di origine cinese, probabilmente praticato ad Okinawa nel gruppo di Niigaky o Haragaky, insieme al kata Sochin e Nijushiho adottato in Giappone dallo Shotokan e dallo Shito. Per affrontare Unsu è bene avere la conoscenza di una quindicina di kata, tra cui Bassai, Jion, Jitte e Gankaku. Ha un ritmo particolare, velocità alterne, quale rottura di cadenza e tecniche specifiche. Richiede un forte equilibrio psico-fisico. Usa Neko-ashi-dachi, che è quasi assente negli altri kata shotokan, come pure Mawashigeri, anche se tirato da terra. Questa tecnica, introdotta da Yoshitaka Funakoshi è assente da tutti i kata Shotokan, mentre è un’idea originale Shaolin.

Wankan (nome antico: Matsukase) , area Shorei

Significato: “Corona imperiale”

Kata Shorin di Okinawa, in origine chiamato in diversi modi, cioè Wankuan, Matsukaze, Shofu, Hiko. Il nome attuale è quello giapponese. Il suo significato è Corona del re oppure fruscio del pino.

*Donato Cannone*  
*All.re FIJLKAM Karate*