

Fernando López

# Historia del Goju-Ryu: Toudi Jutsu y karate tradicional.

---



## Nota del escritor

Este texto pretende extraer y simplificar la información que me ha parecido más enriquecedora de varios libros, artículos, así como otros documentos gráficos. Creo necesario poner de manifiesto que este texto resume la información a la que he podido tener acceso y me ha parecido más verosímil, y por lo tanto no ha de ser tomado como incuestionable ya que seguramente contendrá imprecisiones, como toda información histórica, sea cual sea su alcance.

## DEDICACIÓN

Este documento tiene como objeto resolver las dudas de aquellos alumnos con sed de conocimiento, a los cuales dedico especialmente este trabajo.

## Índice

- 1. Monumento a Chojun Miyagi y Kanryo Higashionna**
- 2. Introducción**
- 3. El mayor mito sobre Karate**
- 4. Toudi Jutsu**
- 5. karate**
- 6. Los diferentes estilos.**
- 7. Goju-Ryu**
- 8. Ryu Ryu Ko**
- 9. Seisho Aragaki**
- 10. Kanryo Higashionna**
- 11. Chojun Miyagi**
- 12. Seiko Higa**
- 13. Detalles sobre Goju-Ryu.**
- 14. Métodos de entrenamiento de Goju-Ryu**
- 15. Bubishi.**
- 16. Agradecimientos.**

## Monumento a Chojun Miyagi y Kanryo Higashionna



Este monumento a Kanryo Higashionna y Chojun Miyagi fue construido en el lugar del nacimiento del Naha-te y del Goju Ryu, en el parque Matsuyama de Naha (Antigua villa de Kume). Fue aquí donde se originó el sistema Naha-te y es la misma villa donde emigraron las 36 familias procedentes de China.

En dicho monumento hay una inscripción con tres importantes mensajes de Chojun Miyagi:

- Debe ser conocido que los principios secretos de Goju-Ryu se encuentran en el kata.
- Debemos lograr una armonía natural dentro de nosotros mediante el karate Goju-Ryu.
- Debemos perseguir un carácter moral mediante el karate Goju-Ryu.

## Introducción

Hoy en día es sencillo encontrar una escuela de karate en cualquier gran ciudad, ya que se ha convertido en una actividad muy popular.

El karate se ha ido convirtiendo en un deporte y la gente compite por trofeos, por fama o simplemente como pasatiempo. Realizan los katas delante de jurados que valoran la realización del kata en función de su apariencia. Esto es una completa tergiversación de lo que un kata realmente es y además, en la mayoría de los casos uno se pregunta si los jueces están cualificados para tomar tales decisiones. El karate desarrollado en Okinawa no fue nunca un deporte, no era practicado como un hobby, no era algo que se hiciera por diversión ni en tu tiempo libre. Es un arte marcial y es asunto de supervivencia. Está desarrollado para prepararte físicamente, mentalmente y espiritualmente para cualquier conflicto al que puedas enfrentarte.

Contrariamente a la creencia popular, los campesinos no desarrollaron la práctica del karate. Era practicado por los Pechin, la clase guerrera, con otros miembros de las clases altas. Estos eran los únicos que tenían las conexiones y el dinero necesario para viajar a China y reunirse con los agregados militares para aprender las artes marciales chinas (Chuan Fa). Posteriormente el arte se hizo público y empezó a ser practicado por variedad de gente. En este documento pretendo aclarar aquellas dudas que se plantean habitualmente en los entrenamientos, arrojar algo de luz sobre la historia del karate, que lejos de ser algo opaca, es una historia abierta a todos y que debe ser transmitida.

## El mayor mito sobre karate

*“Erase una vez un pacifico agricultor que labraba sus tierras en cualquier parte de Okinawa, cuando de repente... en la cercana orilla, apareció un barco de guerra japonés del que se bajó un samurai en actitud de combate.. por suerte el agricultor había desarrollado un letal arte marcial que le permitía derrotar a cualquier oponente con sus propias manos” “Cuando sus manos no eran suficiente, entonces usaba sus aperos de labranza que eran en realidad armas secretas”*

Aunque la idea de los agricultores okinawenses oprimidos es romántica, no es cierta y la razón por la que se cree esto es por un hecho acontecido en 1879.

Todos sabemos que el karate se originó en la actual Okinawa, pero antes las islas eran conocidas como el reino Ryukyu y es el motivo por el que el karate es tan único y se parece tan poco a nada proveniente de Japón. Incluso la arquitectura okinawense es diferente de la nipona y esto es

porque a los Okinawenses les encantaba todo lo que venía de China. China era considerada tan importante que toda la nobleza de clase alta estudiaba lo que de allí llegaba, incluso fueron a China a estudiar literatura, caligrafía, historia, confucionismo y por supuesto artes marciales.

En Okinawa estaba instaurado un complejo sistema de castas y todos y cada uno de los legendarios maestros de karate estaban al menos 6 niveles por encima de un agricultor. Las únicas personas que se podían permitir el lujo de estudiar artes marciales, pertenecían a la aristocracia y fueron ellos quienes sentaron las bases para lo que hoy en día conocemos como Karate y Kobudo. Por el contrario, la clase agrícola y granjera trabajaba 18 horas diarias para pagar impuestos y poner comida en la mesa. No tenían ni tiempo ni capacidad económica para practicar artes marciales, pero todo cambió en 1879, cuando el gobierno Meiji llegó de Japón y exigió que el reino de Ryukyu pasase a ser la prefectura de Okinawa, convirtiéndose en parte de Japón y por supuesto, romper todo vínculo con China.

Cuando el reino de Ryukyu cayó, lo hizo junto con el sistema de castas, dejando a unas 2000 familias aristocráticas y 300 señores feudales, además del Rey, expulsado de sus bellas mansiones y castillos y obligados a vivir en el campo junto a granjeros y campesinos. Y así es como comenzó el mito.

Esta población empezó a buscar en sus herramientas del día a día, similitudes con las armas que habían aprendido a usar con las técnicas aprendidas en China. Por ejemplo, el sai era un arma policial y no una herramienta de labranza.

Como resultado de todo esto ahora la gente cree que las artes marciales de Okinawa, con o sin armas, fueron creadas por campesinos, cuando en realidad estaban demasiado ocupados en sobrevivir como para desarrollar sofisticadas artes marciales. Después de todo el día trabajando cuando llegaban a casa lo último que querían era practicar artes marciales, sobre todo porque además si se llegaran a encontrar con un samurai no iban a tener la más mínima oportunidad.

Desgraciadamente hoy en día se sigue extendiendo este mito. Debemos empezar a entender que kárate y kobudo son sistemas de combate muy refinados, dejar de creer que unos granjeros desarrollaron el karate y empezar a creer en los hechos y vencer la ignorancia que rodea este bello arte.

## **Toudi Jutsu**

El toudi es un arte marcial no armado desarrollado en Okinawa bajo influencias chinas. Significa Mano China, aunque en el pasado los nativos okinawenses simplemente lo llamaban Te o Ti. El

pueblo okinawense ha practicado y desarrollado su propio arte por cientos de años, pero cuando la influencia china se intensificó empezó a ser conocido como Toudi.

En el caso de Kanryo Higashionna, el sistema entero fue directamente importado de China. Cuando Kanryo Higashionna regresó de China empezó a enseñar lo que él había aprendido de otros. Esta forma de Toudi, la cual era enseñada en Naha, empezó a ser conocida como Naha-Te. Había otros tipos de Toudi como el enseñado en Shuri, conocido como Shuri-Te. Sin embargo lo que Chojun Miyagi practicó y enseñó tras la muerte de Kanryo Higashionna en 1915, aún se llamaba Toudi. El nombre Goju-Ryu no fue acuñado hasta después de 1930 y solo tras la insistencia de los japoneses. De cualquier modo, se dice que Chojun Miyagi tras designar su estilo como Goju-Ryu, seguía refiriéndose al mismo como Toudi con sus estudiantes.

Las metas del Toudi son simples. Desarrollar un cuerpo y una mente fuerte, cultivar el espíritu y ganar habilidades de autodefensa contra cualquier atacante. Toudi no es un deporte, ni para entretenimiento ni demostraciones. De hecho antes de 1900 era practicado en estricto secreto y era llevado a cabo por la noche y tan discretamente como fuera posible. Incluso los padres de los estudiantes podrían no saber que sus hijos estudiaban Toudi. Asimismo convertirse en estudiante no era fácil y habitualmente un maestro solo aceptaba un estudiante tras la recomendación de alguien cercano a este.

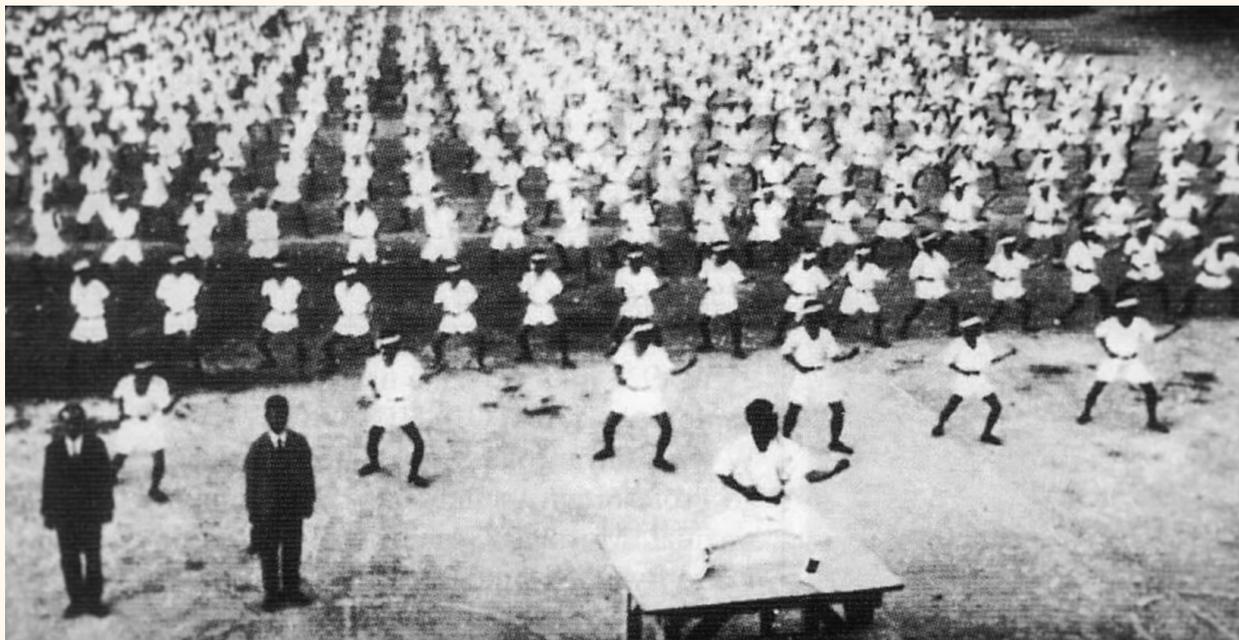
En los inicios de 1900 el Toudi sería formalmente introducido al público. El hombre detrás de ello fue Anko Itosu, uno de los principales maestros de Shuri-Te. El Toudi empezó a enseñarse en la escuela superior y a formar parte del programa de educación física. Kanryo Higashionna rápidamente empezó a seguir esta tendencia y empezó a enseñar en la escuela superior de Naha. Tras revelarse al público, el Toudi comenzó a transformarse en karate-Do.

## **Karate**

El Karate es un arte marcial originado en Okinawa y cuyo nombre puede traducirse por mano vacía. Las raíces del karate son el Toudi y el Toudi es el precursor del Karate. En los albores del siglo XX los secretos del Toudi se mostraron al público, pero no enteramente.

La llegada de los japoneses a Okinawa buscando soldados, les hizo percatarse de que había jóvenes okinawenses extremadamente fuertes. Se dieron cuenta de que estaba relacionado con la práctica del karate, pero terminaron descartando importar la práctica a Japón porque no entendieron el verdadero significado del mismo. Esto dañó el orgullo de los okinawenses, aunque les hizo darse cuenta de la necesidad de extender la práctica. Itosu Anko comenzó una campaña para implantar el karate en las escuelas como modo de perfeccionamiento físico y

espiritual. Enseñó a los instructores que luego formarían a los estudiantes. Su objetivo era hacerlo extensivo a todo Japón y que así todos pudieran beneficiarse de las ventajas del karate que tanto le ayudaron a él mismo en su infancia para dejar de ser un niño tímido y débil.



Itosu Anko para ello escribió una carta al ministro de educación japonés enumerando los motivos por los que el Karate debería implantarse en todas las escuelas del país, exponiendo los 10 preceptos más importantes, no sin antes manifestar que kárate no descendía del budismo o el confucionismo, para alejar cualquier sospecha China del mismo (un hombre muy hábil) :

- 1.- Defensa: “Practica defenderte a ti mismo y a los demás, así como evitar el combate cuando sea posible. Nunca ataques a un adversario solitario. Si te encuentras con un villano o un rufián, no debes usar toudi, sino simplemente parar y hacerte a un lado”.
- 2.- El cuerpo: “Toudi es principalmente en beneficio de la salud. El propósito del Toudi es endurecer el cuerpo como piedras e hierro; las manos y los pies deben usarse como puntas de flechas, los corazones deben ser fuertes y valientes. Si los niños practicarán Toudi desde sus días de escuela primaria, estarían bien preparados para el servicio militar”.
- 3.- Paciencia: “Toudi no se puede aprender rápidamente, sino a través de la práctica diaria y regular. Como un buey de movimiento lento que finalmente camina mil kilómetros, si estudias seriamente todos los días, en tres o cuatro años comprenderás de qué se trata Toudi”.

- 4.- Perseverancia: “En Toudi, las manos y los pies son importantes, por lo que deben ser entrenados a fondo en el ‘makiwara’. Práctica con cada brazo cien o doscientas veces”.
- 5.- La postura: “Al practicar Toudi asegúrate de que su espalda esté recta, deja caer tus hombros, toma tu fuerza y colócala en tus piernas, párate firmemente y ánclate al suelo”.
- 6.- Bunkai: “Las técnicas externas de Toudi deben practicarse, una por una, muchas veces y en todas sus formas (esquivar, defender, agarrar, etc)”.
- 7.- Kata: “Practicar kata para entrenar el cuerpo y estudiar las técnicas aplicables en el combate”.
- 8.- Vigilancia: “¡Entrena como si te jugaras la vida en un campo de batalla! Practica siempre con este espíritu para que, cuando estés en el campo de batalla real, estés naturalmente preparado”.
- 9.- Autoestima: “Entrena según tus capacidades en ese momento, sin excederte ni exponerte a riesgo de lesionarte”.
- 10.- Longevidad: “El toudi permite una vida larga y saludable. Enseñarlo en las escuelas ayudará a forjar generaciones sanas”.

Antes de que Anko Itosu introdujera el arte al público, algunas técnicas fueron modificadas y otras fueron totalmente suprimidas y dado que el objetivo primario del Karate era la educación física y moral, algunas técnicas de mano abierta fueron sustituidas por un puño por ejemplo. Aun así, algunos maestros continuaron enseñando el Toudi original e intacto a sus estudiantes en privado, con lo que el viejo camino no estaba completamente perdido.

El término karate no se acuñó hasta 1920, durante la guerra entre Japón y China, y en el que fue necesario cambiar Mano China por Mano Vacía.

Cuando el Karate se introdujo en Japón fue expoliado de nuevo. Dado que el judo ya existía en Japón, se eliminaron muchos bloqueos y lanzamientos del kárate para que no compitiera directamente con el judo, quedando principalmente los puñetazos, patadas y katas. Eventualmente, incluso Hojo Undo y otros aspectos de acondicionamiento físico fueron eliminados de la práctica en Japón. Las aplicaciones del Kata no fueron enseñadas a los japoneses o una versión muy simplificada de las mismas. Esto es lo que la mayoría de la gente puede ver hoy en día en el karate.

En Okinawa los antiguos entrenamientos fueron retenidos, el Hojo Undo es practicado de manera extendida y muchas escuelas siguen practicando las aplicaciones y técnicas antiguas.

Sea como fuera, el karate sigue siendo hoy día una versión amistosa de lo que el Toudi era y la mayoría del karate practicado ha dejado de ser un arte de autodefensa para convertirse en una actividad recreativa. En algunos aspectos el karate sigue siendo tan oculto como lo era el Toudi y rara vez podemos ver los conceptos más profundos y avanzados de las enseñanzas. Desgraciadamente hasta en Okinawa está sucediendo un cambio creciente a la cara deportiva del karate.

## Los diferentes estilos.

Originalmente el pueblo Okinawense se refería a su arte marcial como Toudi (literalmente mano china) o simplemente Te, y no había ninguna distinción de estilos, pero la visita a Okinawa de una personalidad muy influyente lo cambió todo.

En 1927 se organizó una demostración para presentar el arte marcial de Okinawa en honor de un invitado muy especial venido de Japón al que fueron invitados los grandes expertos de la época, entre ellos Chojun Miyagi. El problema era que Japón vivía una época de nacionalismo y política anti-china. Pronto el organizador del evento se dió cuenta de que no podían utilizar el término Toudi y para evitarlo, utilizaron los nombres de las tres villas más importantes, hoy **DN** unidas tras su crecimiento: Naha-te, Shuri-te y Tomari-te.

Pero quién era este invitado? Su nombre era Jigoro Kano, fundador del Judo. Tenía grandes lazos políticos con el gobierno, así como con el comité olímpico y era aclamado como el gran educador de la nación. Para el mismo Jigoro Kano era un gran honor visitar Okinawa y nada podía salir mal, especialmente nada podía tener conexión China.

Por supuesto, estos no son los nombres de los estilos que tenemos hoy día, ya que a medida que el karate fue realizando la transición hacia el Japón Continental, había que cortar definitivamente los vínculos con Okinawa y convertirse en el arte marcial Japonés, no de una pequeña isla distante. El responsable de esto fue la DAI NIPPON BUTOKU KAI que es la asociación japonesa de artes marciales, los cuales organizaban y estandarizaron las artes marciales de todo el país. Necesitaban japonizar el karate y tras consultar a los grandes expertos surgieron los nombres que hoy en día conocemos. Todos los grandes maestros tuvieron que pasar por esto, a pesar de que en realidad todos practicaban Toudi y no había grandes diferencias entre ellos.

Naha-Te: Es en lo que se basa principalmente Goju Ryu y por supuesto, es en lo que estamos principalmente interesados. Naha-te a veces también se llamaba Shorei Ryu. Tradicionalmente Naha era una ciudad portuaria donde atracaban los barcos de transporte y era el centro de comercio y es donde se reunían los marineros y los comerciantes.

Los orígenes de Naha-te se remontan a las 36 familias chinas que se establecieron en Kume. 36 simplemente significa muchos y no es el número exacto de familias. Naha-te fue utilizado típicamente por comerciantes que habrían viajado con frecuencia entre el Reino de Ryukyu (Okinawa) y China para proteger bienes y personas en el mar. Los métodos de entrenamiento se centraron en la fuerza y la estabilidad.

Naha-te realmente llegó al centro de atención con Kanryo Higashionna, el cual rejuveneció y refinó su práctica. Estudió con Ryu Ryu Ko en China. Este estudio directo con un experto chino añadió más eficacia y refinamiento a lo que era practicado en Naha, posteriormente se convirtió en lo que ahora se conoce como Goju-Ryu. Sin embargo, hay otros estilos que han evolucionado de Naha-te que no son tan conocidos como por ejemplo Tou'on-Ryu, Ryuei-Ryu y Kojo-Ryu. El fundador de Tou'on-Ryu, Juhatsu Kyoda, era el estudiante senior de Kanryo Higashionna y esta es otra interpretación de su enseñanza, contrastando con el más popular Goju-Ryu. Ryuei-Ryu no está asociado con Kanryo en absoluto, pero su fundador Kenri Nakaima fue otro estudiante de Ryu Ryu Ko. A veces Uechi-Ryu es también agrupado en la categoría Naha-te ya que sus orígenes son esencialmente de la misma región donde estudió Kanryo. Las estrategias de entrenamiento y lucha son en gran medida las mismas.

Shuri-te: La villa de Shuri era la capital del reino Ryukyu y donde se encuentra el castillo de Shuri y donde residía el Rey.



Como nota, en este viaje el castillo estaba siendo reformado, pero al año siguiente fue devorado por las llamas por quinta vez en su historia.

El estilo Shuri-Te fue desarrollado por los Pechin que eran la clase guerrera del reino y la mayoría de ellos trabajaban directamente para el Rey. Muchos de ellos fueron instruidos directamente por los agregados militares que venían con los enviados diplomáticos chinos a Okinawa. Seguramente en los orígenes del Shuri-Te era un arte de guardaespaldas y era usado dentro y en los alrededores del castillo y para la protección directa del Rey.

La fundación del Shuri-Te es atribuida a Tode Sakugawa, cuyo principal alumno era Sokon Matsumura, considerado padre del Shuri-te y que sirvió como guardaespaldas del Rey la mayoría de su vida, sirviendo a tres reyes consecutivos y convirtiéndose en el instructor jefe de artes marciales de palacio. El era muy conocido y su fama se extendió a lo largo de todo el reino. Anko Itosu, el cual fue uno de sus estudiantes, fue quien introdujo el Shuri-Te al público.

Shuri-te se convirtió en Shorin-Ryu. Asimismo Shotokan que fue llevado a Japón por Gichin Funakoshi también tiene sus orígenes en el Shuri-Te

Tomari-Te: Era otra de las villas importantes de Okinawa, aunque era un puerto pesquero y la más pequeña de las tres. Los practicantes del Tomari-te eran Pechin igualmente, entre los que se encontraban Kosaku Matsumora, Kokan Oyadomari y Yoshie Yamada. Mientras el Shuri-Te

era practicado en el interior, el Tomari-Te era usado de puertas afuera del castillo por los agentes del orden y los guardias portuarios.

Uno de los principales maestros de Tomari-Te fue *Seiyu Nakasone*, y fue al Tomari-Te lo que *Chojun Miyagi* para el Goju-Ryu y Choshin Chibana para Shorin-Ryu. Su principal estudiante fue Iken Tokashiki quien continuaría enseñando los katas de Tomari-te junto con los katas de Goju-Ryu que aprendió de Seiki Fukushi conformando la organización que fue llamada Gokahukai. El Tomari-te fue combinado con Shuri-Te en lo que ahora llamamos Shorin-Ryu. Algunas ramas de Shorin-Ryu están más influenciadas por Tomari-Te que otras.

Seiyu Nakasone era carpintero de oficio y tuvo una relación cercana con Seiko Higa y sus estudiantes. Era amigo de Seiko Higa y entrenó con él en el Itoman Dojo y Shodokan Dojo estudiando el kata Tensho profundamente con Seiko Higa. Falleció a la edad de 90 años en 1983.

## Goju-Ryu

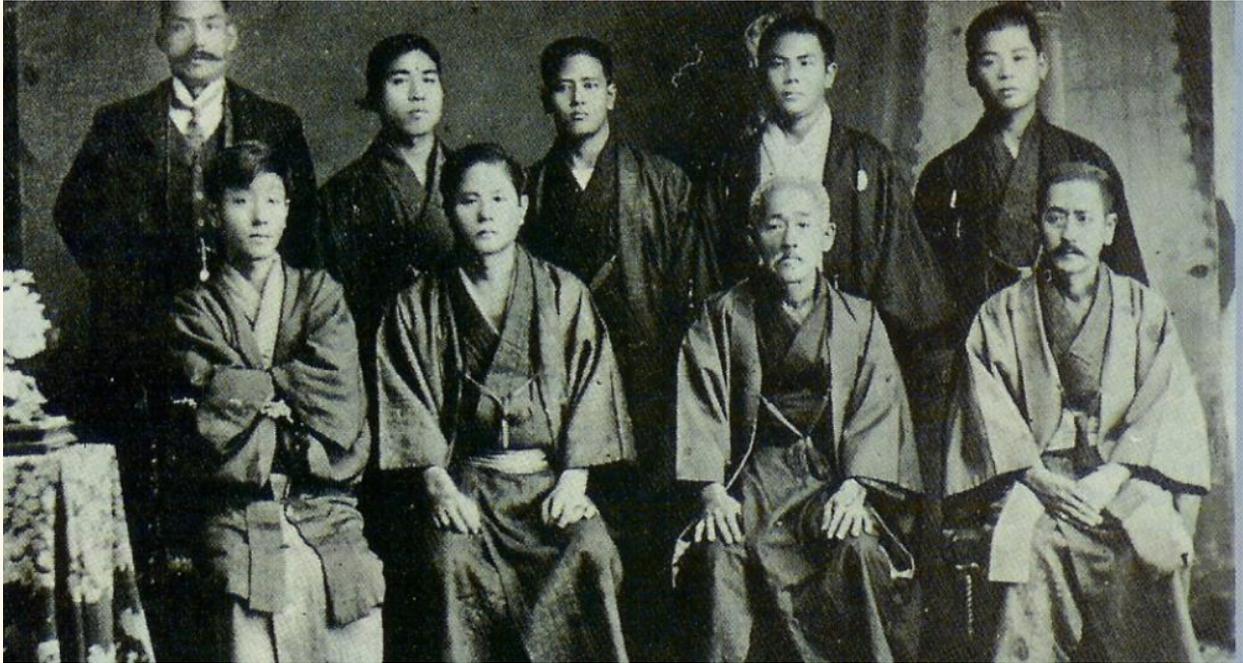
El nombre Goju-Ryu fue tomado de un poema del Bubishi y significa estilo Duro-Suave.

El estilo de Karate Goju-Ryu fue fundado por Chojun Miyagi y registrado oficialmente en el Dai Nippon Butokukai en 1933, a pesar de que Miyagi originalmente eligió el nombre en 1930, aunque para estudiar la historia del estilo tenemos que remontarnos años atrás.

Avanzado el siglo XIX, Kanryo Higashionna viajó desde Okinawa a China para estudiar métodos de combate, aunque no fue el primero y otros muchos hicieron lo mismo tras él. Kanryo se estableció en la región de Fuzhou y permaneció allí por algo menos de 10 años, durante los que estudió artes marciales con un maestro llamado Ryu Ryu Ko. Posteriormente regresó a Okinawa a principios de 1880 y en 1902 empezó a enseñar lo que había aprendido durante sus años en China.

Chojun Miyagi fue uno de sus primeros alumnos y permaneció con Higashionna aproximadamente 10 años hasta el fallecimiento del mismo en 1915. Después de esto, Miyagi viajó a China para profundizar sus conocimientos. Además Miyagi estudió con otros maestros, incluido Seisho Aragaki, Chomo Hanshiro, Anko Itosu y Goenki.

Goju-Ryu era la combinación del Naha-Te de Higashionna, las artes adicionales que aprendió Miyagi en China y otras formas de Toudi que eran practicadas en Okinawa.



Miyagi en el centro con su maestro Kanryo Higashionna. A la izq de Higashionna esta Juhatsu Kyoda

Seiko Higa empezó su entrenamiento bajo las enseñanzas del mismo Kanryo Higashionna y cuando este falleció, continuó su entrenamiento con Miyagi. Miyagi rápidamente se convirtió en uno de los principales maestros de Toudi en Okinawa. Seiko Higa abrió su Dojo en 1931 y fue el primero de los estudiantes de Miyagi que lo hizo. Mientras Miyagi continuó expandiendo el karate y viajando por Japón en muchas ocasiones, haciendo demostraciones y enseñando.

Pronto el Dai Nippon Butokukai comenzó a emitir licencias de instructor de Karate. A Miyagi le concedieron el título de Kyoshi (8 dan) y a Seiko Higa el título de Renshi (6 dan). Muchos otros maestros recibieron el Renshi, pero solo Miyagi obtuvo el título de Kyoshi primeramente.



*Seiko Higa es el primero de la izquierda de la segunda fila. Mabuni Kenwa el tercero y Miyagi el cuarto.*

Seiko Higa viajó por dos años a la Isla de Saipan y regresó en el 37. Desafortunadamente la II guerra mundial estalló y el entrenamiento se detuvo. Ahora el objetivo era sobrevivir y el karate pasó a segundo plano. Cuando la guerra finalizó, Miyagi había perdido a su estudiante Senior Jinan Shinazato junto a varios de sus hijos así como todas sus notas y manuscritos de Karate (entre los que estaba su copia personal del bubishi). Algunos otros maestros fallecieron tras la guerra debido al hambre, mientras, la salud de Miyagi comenzó a decaer, falleciendo en 1953. Antes de que falleciera, la Goju-Ryu Shinkokai fue creada por los estudiantes senior de Miyagi para promover el Goju-Ryu y terminaría convirtiéndose en la Okinawan Karate-do Goju-kai (1952).

Tras el fallecimiento de Miyagi surgió la cuestión de quién sucedería al maestro, ya que el mismo no había nombrado sucesor, así que cada uno de sus estudiantes más avanzados, Seiko Higa, Meitoku Yagi, Seikichi Toguchi y Eiichi Miyazato crearon sus propias escuelas de Goju-Ryu, siendo imprescindible indicar que Seiko Higa fue el único de ellos que estudió bajo las enseñanzas de Kanryo Higashionna.

Seiko Higa fue el primer presidente de la Okinawan Goju-Kai. Abrió el Dojo Shodokan alrededor de 1960 y fue considerado una autoridad en Goju-Ryu hasta su muerte en 1966. Tras el fallecimiento, su hijo Seikichi Higa lideró el Dojo Shodokan en Okinawa.

## **Ryu Ryu Ko**

Ryu Ryu Ko (1793-1882) fue el maestro de Kanryo Higashionna durante el tiempo que estudió en China. Tuvo como alumnos a otros grandes maestros Okinawenses y su identidad fue un misterio absoluto. Se sabe que era un hombre de alrededor de 70 años cuando Kanryo llegó a China. Cuando Miyagi fue a China en 1915 estuvo buscando a Ryu Ryu Ko, pero según contó, este ya había fallecido. Miyagi fue llevado hasta su tumba y entrenó con uno de sus estudiantes.

Pero quién era en realidad? Su nombre fue Liu Long Gong y su kanji chino se lee en japonés como Ryu Ryu Ko. Fue un oficial militar y guardaespaldas de los Sapposhi que eran enviados especiales del emperador Chino. Era el Instructor Jefe de la Real Escuela de Guardaespaldas durante la dinastía Qing, originario de Beijing pero establecido en Fuzhou en una casa junto a un río. En aquella época no era conocido en Okinawa. Realizó dos viajes a las islas Ryukyu, el primero en 1838 y el segundo en 1866.

El legado de Ryu Ryu Ko no ha sobrevivido en China, pero continúa vivo en Okinawa. Este es el motivo por el que los que han viajado a China no han sido capaces de encontrar los orígenes del Goju-Ryu, no existe nada más, se extinguió.

Los cuatro primeros katas que Higashionna trajo de China a Okinawa fueron Sanchin, Seisan, Sanseru y Pechurin.

## **Seisho Aragaki**

Seisho Aragaki nació en 1840 y vivió en el área de Kume de Okinawa (Naha). Era uno de los descendientes de las 36 familias y por lo tanto con ancestros Chinos. Era miembro de la clase guerrera, los Pechin y aunque Higashionna es considerado el padre del Naha-Te, no podemos olvidar la contribución que al mismo hizo Aragaki.

Fue el primer maestro de Higashionna durante los 2 años previos a su viaje a China. Trabajaba como intérprete Chino en la corte Real, con lo que tenía mucho contacto con los oficiales chinos, a los que acompañaba en sus viajes entre Okinawa y China.

Es probable que fuera quien proporcionara las instrucciones a Higashionna para que pudiera estudiar en el Kojo Dojo en China.

Seisho Aragaki tuvo muchos estudiantes, incluido Miyagi, Seiko Higa, Kenwa Mabuni, Funakoshi y muchos otros. Sobrevivió a Higashionna y fue a quien recurrieron sus alumnos para seguir estudiando.

A pesar de que Aragaki no formó ningún estilo en concreto, su influencia puede apreciarse en Goju-Ryu, Shito-Ryu, Shotokan y Chito-Ryu.

### **Kanryo Higashionna**



Kanryo Higashionna es considerado el fundador del Naha-Te y su primer instructor de Toudi fue Seisho Aragaki . Nació en 1853 y se interesó por las artes marciales desde muy joven. Pertenecía a una familia relativamente influyente, propietaria de negocios de venta de maderas y además tenía una asignación real, la cual terminaron perdiendo, dependiendo solo del negocio de la madera.

Zarpó a Fuzhou en China en 1873. Se desconoce si este viaje fue promovido por negocios o si fue para perfeccionar las artes marciales debido al supuesto asesinato de su padre a manos de

un asaltante. En cualquier caso, la vida como extranjero en China fue muy dura. Sufrió situaciones de desventaja por no leer chino e inicialmente no fue aceptado en la escuela de Ryu Ryu Ko. Hay varias versiones de cómo consiguió que lo aceptase como alumno; que hizo tareas domésticas durante meses e incluso que rescató a la hija de Ryu Ryu Ko de ahogarse en una inundación. No se sabe cual es la cierta.

A pesar de todo, Kanryo estudió con Ryu Ryu Ko durante unos 10 años antes de regresar a Okinawa donde practicó un entrenamiento extremadamente intenso. Cuando Ryu Ryu Ko fue demasiado mayor, Kanryo asumió parte de las labores docentes.

En 1881 regresó a Okinawa. Empezó enseñando a estudiantes de familias adineradas para pagar las deudas que había adquirido y no fue hasta 1902 que empezó a enseñar más públicamente, coincidiendo con la época en la que Anko Itosu empezó a enseñar en la escuela superior y el karate se hizo más popular.

Higashionna enseñaba solo kata Sanchin y muchos estudiantes se aburrían y lo dejaban. Chojun Miyagi comenzó a entrenar en 1902 y Seiko Higa en 1910.

Kanryo era muy conocido en Naha y en Okinawa y era conocido por su fuerza y poder así como por su velocidad. Su apodo era Ashi no Higashionna por la fuerza de sus patadas y trabajo de piernas. Era famoso por ser muy amable en su vida diaria, pero muy estricto (un capataz) durante el entrenamiento.

Empezó a enseñar en la escuela superior de Naha y Miyagi era su asistente. Finalmente Kanryo cayó enfermo y Miyagi lo acogió en su casa para cuidarlo. Falleció en 1915 a la edad de 63 años. Miyagi desarrolló Goju-Ryu y Seiko Higa decidió seguirlo, aunque se dice que su relación se tensó por las diferencias de interpretación de cómo practicar lo aprendido con Kanryo y los añadidos de Miyagi para crear el Goju-Ryu.

## Chojun Miyagi



Fué el estudiante más conocido de Kanryo Higashionna y el fundador del Goju-Ryu. Pertenecía a una familia adinerada que le permitía pasar todo su tiempo practicando e investigando Toudi. Comenzó a entrenar a la edad de 14 años con Aragaki, quien después le presentaría a Kanryo Higashionna.

Tras la muerte de Higashionna empezó a entrenar a estudiantes. Seiko Higa y Kenwa Mabuni fueron unos de sus primeros estudiantes, ambos a su vez, estudiantes de Higashionna. Posteriormente se uniría Jinan Shinzato como uno de los estudiantes avanzados de Miyagi, aunque por desgracia falleció durante la guerra en 1944. Miyagi, al igual que Higashionna enseñaba en la escuela superior.

Miyagi promovió el karate como una de las mejores formas de condicionamiento físico. El entrenamiento principal con Miyagi consistía en Junbi Undo, Hojo Undo y Sanchin. Junbi Undo fue conformado por Miyagi como una serie de ejercicios para preparar el cuerpo para el entrenamiento de karate y fortalecer todos los músculos y tendones del mismo. Antes de esto no existía una manera estandarizada de preparación para el entrenamiento de karate.

La manera de enseñar de Miyagi consistía en que los estudiantes realizaban kata Sanchin durante años y cuando consideraba que era el momento, les enseñaba el que él consideraba que les vendría mejor a cada uno, aunque algunos estudiantes aprendieron todos los katas. Debido a la dureza del mismo, había muchos estudiantes que abandonaban el entrenamiento.

Miyagi no estaba interesado en tener muchos alumnos, quería a los mejores entrenando con él, la calidad por encima de la cantidad. El karate también se practicaba en gran medida uno a uno. Tampoco buscó ganar dinero con el Karate. Estaba estrictamente en contra de cobrar matrícula. Finalmente Miyagi no aceptaba preguntas durante el entrenamiento, él decidía que y cuando revelar conocimientos a los estudiantes y los estudiantes eran responsables de investigar por sí mismos. Esta manera de enseñar es completamente contraria a lo que hoy día ocurre. Miyagi exigía absoluta perfección por parte de sus estudiantes y no aprendían la siguiente técnica hasta que la anterior era realizada de manera impecable. Era un maestro muy estricto, y este era otro motivo por el que los estudiantes no duraban mucho tiempo. Eso sí, una vez terminado el entrenamiento él se convertía en una persona amable y experta en historia del karate, filosofía y su vinculación con el budismo. Además de enseñar en la escuela superior y en su casa, también ejerció de instructor de la policía.

Miyagi realizó varios viajes de investigación a China así como viajes para enseñar y promocionar el karate en Japón. Mientras otros maestros se mudaron a Japón de manera indefinida, Miyagi iba de manera intermitente. Empezó enseñando en las universidades ya que era donde el karate empezó a introducirse a la sociedad en sus comienzos.

Era conocido por su fuerza, sobre todo en el kakie (agarres o grappling), al que el mismo Miyagi calificaba como el kumite del Goju-Ryu.

Okinawa fue devastada durante la segunda guerra mundial y Miyagi perdió a varios de sus hijos. En estos años hubo muy poco entrenamiento, pero una vez finalizada la guerra Miyagi introdujo algunos cambios en sus enseñanzas. Empezó a enseñar más abiertamente, tal vez sentía que su tiempo se acababa y quería transmitir sus conocimientos. Su salud se iba deteriorando, impidiéndole realizar algunas técnicas, incluso al final enseñaba sentado, ya que le faltaba el aire solo caminando. El sufrimiento vivido durante la guerra y las pérdidas tan cercanas le terminaron pasando factura. Sufrió un ataque al corazón a principios de 1953 al que sobrevivió, aunque terminaría falleciendo de un segundo infarto en octubre de ese mismo año. Falleció sin nombrar sucesor. Además no había concedido danes a ninguno de sus estudiantes. Durante su vida autorizó a enseñar a algunos alumnos entre los que estaban Seiko Higa, el único de todos

ellos que continuó el viejo camino anterior a la guerra de las enseñanzas de Miyagi y de Kanryo Higashionna.

### **Seiko Higa.**



Nació en 1898. A la edad de 12 años comenzó sus estudios con Kanryo Higashionna. El padre de Seiko Higa era amigo cercano de Kanryo Higashionna ya que eran descendientes de las 36 familias y le pidió que lo aceptara como alumno, estudiando con él durante 4 años hasta su muerte. Posteriormente comenzaría a estudiar con Chojun Miyagi que era el estudiante avanzado de Higashionna. También estudió con Seisho Aragaki y Kuniyoshi Shinkichi. Durante su trabajo como guardia penitenciario, él entrenó con Shuren Kojo. Cuando Shuren se retiró él tomó su lugar como instructor de karate en la prisión.

Fué el primer alumno de Chojun Miyagi en comenzar a enseñar. Abrió su Dojo en 1931 el cual era en realidad el salón de su casa. Recordemos que Miyagi comenzó en su jardín. En aquella época no existían los Dojos como los de hoy en día. . . Dejó su carrera policial para dedicarse por completo a enseñar Karate. No es hasta el final de su vida que el dojo Shodokan fue abierto.

Seiko Higa era descrito como una persona muy gentil, pero a la vez muy estricto en el entrenamiento, demandando siempre la máxima perfección en sus estudiantes. Era muy severo al igual que Miyagi. Estaba totalmente dedicado al karate, y pasaba horas delante del espejo buscando la máxima precisión.

En 1940 recibió el título de Renshi por la DNBK. Durante la guerra Seiko Higa perdió gran parte de su fortuna, teniendo incluso que irse a vivir con otro de sus estudiantes avanzados, Seikichi Toguchi. Ambos empezaron a buscar financiación para construir un Dojo en Itoman, el cual fue llevado a cabo en 1947 y fue el primer Dojo construido tras la finalización de la guerra.

El Goju-Ryu de Seiko Higa era diferente en algunas cosas del de Miyagi, entre otras cosas porque Seiko aprendió muchas técnicas directamente de Kanryo Higashionna, como el kata Sainseru. Hay otras diferencias entre el Goju-Ryu de Miyagi y el de Seiko Higa, entre las que está el énfasis en el JU. Además, Miyagi fue cambiando algunos detalles a medida que iba viajando a China, mientras que Seiko Higa se mantuvo fiel a como lo aprendió en sus inicios. En algún momento, Miyagi entregó a Seiko la licencia Shihan, lo que suponía la transmisión total del conocimiento.

Junto a Miyagi, Seiko Higa es considerado uno de los maestros más importantes de Naha-Te y Goju-Ryu en Okinawa. Tras el fallecimiento de Miyagi, Seiko Higa pasó a convertirse en el presidente de la Okinawan Goju Kai.

Shodokan es la escuela de Goju-Ryu de Seiko Higa en la que se preserva la vieja versión, la inicial, del Naha-Te y que ha dominado la verdad del Goju-Ryu

## Detalles sobre Goju-Ryu.

Es uno de los muchos estilos de karate originarios de Okinawa y tiene algunas características que lo hacen único. Lo primero de todo es que Goju-Ryu es un estilo de combate de corta distancia. Se hace énfasis en la condición física y el fortalecimiento del cuerpo. Hay varias herramientas para fortalecer partes concretas del cuerpo. Por ejemplo:

- Nigiri Game son utilizados para fortalecer los dedos y mejorar el agarre, muy importante en las técnicas de agarre, desgarro y jalado de los oponentes.



- Chiisi que es levantado para mejorar la fuerza de manos, brazos, hombros y espalda.



OKINAWA SHODOKAN GOJU RYU KARATE KOBUDO FEDERATION

- Makiwara: Es utilizada en muchos estilos de karate y es para golpear con el puño, fortaleciendo la mano así como todos los músculos necesarios para realizar un golpe devastador.



Miyagi además desarrolló ejercicios adicionales llamados Junbi Undo y además, mediante dos katas (sanchin y tensho) se hizo énfasis en aprender métodos para una respiración adecuada.

El Kata Sanchin es el pilar fundamental en el fortalecimiento en Goju-Ryu y suele ser de los primeros en ser enseñado. Miyagi hacía mucho énfasis en la preparación física, de hecho los estudiantes no hacían otra cosa que Junbi Undo, Hojo Undo y Kata Sanchin durante los primeros dos años. Pocos sobrevivían a semejante prueba de paciencia, pero los que lo hacían, tenían una preparación física excepcional. Tras esto, el resto de katas que contenían las técnicas de lucha podían ser aprendidos. Estas técnicas están preservadas en los katas desarrollados por los viejos maestros.

Goju-Ryu se caracteriza por salir de la línea de ataque, bloqueando con un brazo y simultáneamente contragolpeando con el otro. Utilizamos palmas, nudillos, dedos y codos, buscamos golpear plexo solar, ingles, tráquea, cuello, sienes y ojos, etc.. Hay muchas técnicas para desestabilizar al contrario. Adicionalmente, hay muchas técnicas de agarres, desgarros, bloqueos y técnicas de fractura y de jalado. Se trata de finalizar la lucha lo antes posible buscando que cada golpe provoque el mayor daño posible. El entrenamiento durante años permite esta aplicación además de volver al cuerpo fuerte frente a ataques, haciendo muy práctico el estilo como autodefensa.

El linaje de Seiko Higa. Lo primero es indicar que Seiko Higa no modificó los katas que él aprendió de Higaonna y Miyagi. Son los mismos que se hacían en 1910 cuando era Toudi. La ejecución de las técnicas es muy cercana a sus orígenes chinos. Es una práctica fluida y relajada, mientras que otras escuelas de Goju se han vuelto rígidas. La tensión en el punto final del golpeo al límite de vibrar se ha perdido en otras escuelas que buscan el poder en el exterior olvidando cómo desarrollar ese poder interior, mientras que en la Shodokan el poder se busca dentro y fuera. El kata tensho es una de las claves aquí, al contrario de lo que se suele practicar, la respiración en el kata Tensho es opuesta a la respiración en el Sanchin. A medida que envejecemos la fuerza del cuerpo y los músculos decae naturalmente y debemos confiar en el poder interno para derrotar a nuestros enemigos.

El estudio del Bubishi es de extrema importancia, debe ser leído a menudo y sus técnicas de autodefensa y de estrategia general han de ser practicadas con asiduidad. Al igual que otros tratados de resolución de conflictos (el arte de la guerra de Sun Tzu), no solo se trata de técnicas básicas de combate directo, también es un estudio de la estrategia del combate, de cómo conocerse a sí mismo y conocer al enemigo es imprescindible en la victoria. La línea de Seiko Higa es de las últimas en conservar estos conocimientos antiguos y tradiciones.

## Métodos de entrenamiento de Goju-Ryu

El entrenamiento en Goju-Ryu está destinado al fortalecimiento del cuerpo. Las partes del cuerpo se condicionan para provocar el máximo daño posible así como resistir ataques y a través de los katas se aprende la esencia del estilo.

### Hojo Undo.

Esta parte de entrenamiento suele realizarse con herramientas como el Chiisi o los Nigiri Game y mediante ellas se fortalecen partes del cuerpo que luego utilizaremos en las técnicas de karate. Muchos movimientos incluidos en los katas son realizados con estas herramientas. Por ejemplo las técnicas realizadas con el Kongoken (óvalo de acero macizo de unos 40 kg de peso) que es girado y manipulado como si fuera un enemigo. Con los Nigiri Game fortalecemos los dedos para mejorar el agarre. Desgraciadamente se ha perdido el uso de estas herramientas fundamentales en el Goju-Ryu.

OKINAWA SHODOKAN GOJU RYU KARATE KOBUDO FEDERATION

### Junbi Undo.

Es una serie de ejercicios preparatorios. Algunas veces se hace referencia a él como calentamiento, pero la realidad es más profunda que todo esto. Fue desarrollado en 1920 por Chojun Miyagi y se implantó como parte esencial del entrenamiento. Está dirigido a ejercitar cada articulación y cada grupo muscular de una manera sistematizada. Ayuda a incrementar la fuerza, flexibilidad, postura corporal, la respiración y las técnicas. Es un aspecto vital del Goju-Ryu.

### Makiwara.

Literalmente paja enrollada, es un poste de madera preparado para el golpeo. Sirve para fortalecer las zonas de contacto y la geometría del mismo, así como la corrección postural. El uso continuado de la makiwara favorece el aumento de la densidad ósea en las manos, haciéndolas más fuertes y potentes.

## **Kihon.**

El kihon es un método de enseñanza mediante la aplicación de técnicas de manera estática o en movimiento (Kihon Ido). No voy a entrar en detalle porque supongo al lector conocedor en una u otra medida de las siguientes técnicas y este escrito tiene otro objeto.

Mediante la adopción de posiciones entre las que se encuentran como más habituales las siguientes:

- Shiko Dachi
- Sanchin Dachi
- Zenkutsu Dachi
- Nekoashi Dachi
- Heiko Dachi
- Musubi Dachi

Se realizan técnicas de bloqueo y golpeo. Entre las técnicas más habituales de bloque están:

- Jodan Uke
- Chudan Uke
- Gedan Uke
- Hiki Uke
- Ko-uke

Y entre las técnicas de golpeo, se dividen en técnicas de mano y patadas, todas con una variedad bastante amplia de la que cualquier estudiante es ampliamente conocedor.

## **Listado de katas del linaje de Seiko Higa.**

El listado de katas es el siguiente:

Katas de progresión (iniciales)

- Gekisai Dai Ichi
- Gekisai Dai Ni

Katas avanzados

- Saifa

- Seiyunchin
- Shisochin
- Sepai
- Seisan
- Sanseiru
- Kururunfa
- Suparinpei

Katas de kihon

- Sanchin
- Tensho

## **Gekisai Kata (Dai Ichi y Dai Ni)**

Su nombre significa ataque y destrucción y se componen de dos Katas similares en su base, pero con ligeras diferencias en sus técnicas y finalización. Fueron creados en 1940 por Chojun Miyagi y su objetivo era crear un método de introducción del karate más sencilla y amigable para los nuevos estudiantes, ya que Sanchin era un kata dificultoso como introducción. Además antes de Gekisai había un gran salto de complejidad desde Sanchin a Saifa, así que se convirtió en un puente entre ambos.

Estos katas son sencillos de aprender, lo que no significa que no haya técnicas efectivas en ellos.

## **Sanchin Kata**

Es el corazón del estilo Goju Ryu y el kata más importante. Miyagi decía que si practicas solo Sanchin es suficiente. Es un kata aparentemente sencillo, pero el más complicado de hacer correctamente. Fue introducido por Higashionna el final del siglo XIX y aunque había otras versiones en aquella época, la que hoy conocemos destila de lo aprendido en China con Ryu Ryu Ko tras su viaje en 1873. Se cree que deriva del estilo de boxeo chino puño de grulla que proviene del estilo de Kung-Fu de la grulla blanca.

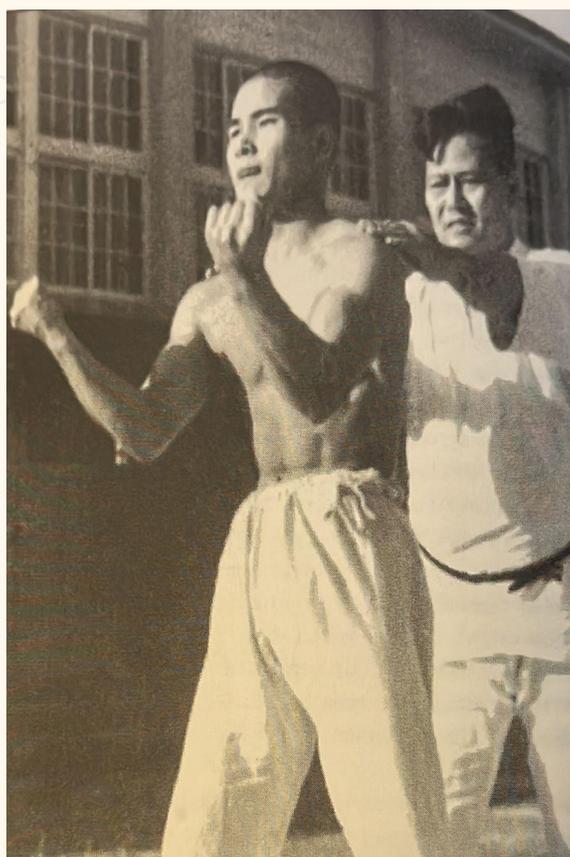
Es una forma primitiva de realizar ejercicios de fortalecimiento de todo el cuerpo aunque se cree que fue mejorado por Kanryo Higashionna con técnicas de respiración, se ralentizó y adaptó

para ser enseñado en las escuelas como un sistema de fortalecimiento físico, más allá del aspecto marcial.

Después de la guerra Miyagi introdujo más cambios, entre ellos hacer la respiración más sonora, con el objetivo de asegurarse de que sus estudiantes estaban haciendo bien la respiración.

Pero cuál es el objeto del kata Sanchin? La respiración profunda genera una súper oxigenación del cerebro a la que Miyagi se refería como el éxtasis del Sanchin. La traducción es tres batallas y hace referencia a la mente, el cuerpo y el espíritu. Es un kata muy exigente, especialmente cuando ponemos énfasis en el Shime, donde puedes llegar a sentir que desfalleces y es cuando sientes la batalla del cuerpo contra la mente y el espíritu. Esa batalla es la que hace que cuerpo, mente y espíritu se fortalezcan y es por esto que es el kata más importante en Goju Ryu.

A través de contracciones isométricas fortalece el cuerpo y lo hace más resistente a los golpes, además de potenciar los propios y a través de la correcta postura y respiración se consigue el tanden.



## **Kata Tensho.**

Tensho significa manos que rotan. Fue creado por Chojun Miyagi y está basado en el kata chino Rokkishu que significa las 6 manos de viento al que se hace referencia en el Bubishi, y aunque era un kata estacionario, si contenía algunas de las técnicas de mano que en el kata Tensho se practican.

## **Bubishi.**

Se trata de unos de los escritos más importantes en el karate okinawense. Su origen es desconocido y contiene muchos detalles relevantes del karate, como es la filosofía, estrategias de combate, información de puntos vitales, técnicas y sus aplicaciones, incluso sobre medicina natural.

Al examinar el libro descubrimos técnicas similares a las que puedes encontrar en Goju Ryu. Se cree que fué el mismo Higashionna el que lo trajo de China al regresar de sus viajes.

Era un libro secreto al cual no tenía acceso el público. Solo a los estudiantes más avanzados se les concedía acceso para se hicieran una copia a mano. La transmisión del bubishi designaba la línea de sucesión. Seiko Higa lo recibió de Miyagi y este de Higashionna. Posteriormente se lo daría a su hijo Seikichi Higa entre otros.

Creo que el análisis de este texto merece el estudio al completo del mismo (accesible hoy día en muchas editoriales) y no es necesario extenderse más en este escrito.

## **Agradecimientos.**

Esta es una oportunidad que no quiero desaprovechar para agradecer a mi Sensei Miguel Garcia Passaro por haberme abierto las puertas al conocimiento en cada momento y por ser un referente de determinación. Asimismo quiero agradecer a Sensei Radko, a Okinawa Shodokan Goju Ryu Karate Kobudo Federation y a la Federación Iberoamericana de Goju-Ryu Karate y Kobudo por el apoyo y por hacernos fuertes en la unidad. Gambatte Hudasai!