

KARATEKO IRAKASLEA

SENSEIa

Senseia: "Aurrean dagoena", "Lehendik bizitzaren bidean sartu dena".

Okerren itzultako terminoetako bat da Sensei, eskola-emaile, entrenatzaile, guru, eta zoritxarrez lankide edo lagunaren kontzeptuarekin parekatu izan baita.

Espezialitate desberdinetako budoken arteko elkartzeko batean parte hartzen bada, maila handieneko Senseiek *San* terminoa (jauna) erabiltzen dute maila txikiagokoak izendatzeko; maila berekoen artean Sensei terminoa erabiltzen da beti, eta, konfiantzarik handiena egon arren, hika eta adierazteko modua pentsaezinak dira.

Budoren munduan eboluzionatu nahi denean, onartu behar da mundu horrek jende gehienak esleitzen dion kirol-eremua gainditzen duela. Praktikatzailerik bat entrenamendu fisikoaren eta kirolaren lehen estadioa lortzen saiatzearekin konformatu daiteke, baina urrunago joatea posible dela jakin behar da. Beste alderdi batzuk aukeratzea norberaren hautua izango da, baita horiei beharrezko garrantzia ematea ere.

Borroka-kirolak entrenatzaileak behar ditu; Arte Martzialak, aldiz, hezitzaileak behar ditu. Entrenatzailea entrenamenduaren helburu zehatzen arabera ordeztu daiteke. Hezitzailea, berriz, alderdi teknikoetatik haragoko gidari bat da, alderdi martzialen irakasle bat.

Ikasleek sinetsi behar dute irakasten diena benetako Sensei bat dela; eta, aldi berean, Sensei horrek bere esku dagoen guztia edo ahal duen guztia egin behar du titulu hori merezi izateko. Orduan bakarrik egin ahal izango dute aurrera biek bide (Do) zuzenetik.

SHINAN

a

Iparrorratzak zehazki erakusten du beti bidaiariak jarraitu nahi duen norabidea. Antzinako Txinako elezaharrek "Shinansha" izeneko iparrorratz oinarritzko bat aipatzen dute. Shinansha orga batean muntatutako estatua bat zen, hegoalderantz zuzendutako beso bat altxatuta zuena. Orga hori txinatarrek erabiltzen zuten norabide egokiaren gida gisa.

Shinan japonierako hitza Shinansharen eratorria da, eta hitzez hitz "hatza –hegoaldea" esan nahi du. Arte Martzialen hastapenetatik termino hori erabili izan da irakaslea izendatzeko; izan ere, iparrorratz oinarritzko hark bezala, beti norabide egokia seinatzen baitu.

Arte Martzial gisa bideratutako karateak eskatzen du hura praktikatzen duenak bere kabuz egitea bere burua aurkitzeko prozesua. Horregatik, irakaslearenganako mendekotasun erabatekoak zaildu egiten du karatekak lor dezakeen garapena. Irakasleak irakatsi egiten du, noski, baina, era berean, praktikatzaileak bakarrik egin behar duen bidea erakustera mugatzen da.

GERRIKO BELTZAREN ESANAHIA

Badago Arte Martzial batean, nor bere burua diziplinatuz eta defentsa pertsonalean arituz, maila handia lortzeko nahia, eta gizakiak Arte Martzial batean ahaleginak egiten ditu gerriko beltza lortzeko, borrokatzeko ikasketa baten ondorioz. Hala ere, entrenamenduan aurrera egin ahala, gero eta kontzienteagoa da bere burua moldatu eta pertsona hobea bihurtzeko bulkada indartsu batez, ez soilik borrokarako trebetasun handia izateko, baita duintasuna eta ohorea lortzeko ere. Tradizionalki, horiek izan dira beti Arte Martzialaletako ikasle baten helburuak.

Gerriko beltza sari bat da, ahalik eta garapen fisiko eta mentalik handiena lortzeko ahaleginean, bere burua diziplinatuz eta gorputza nekatuz ordu asko eman dituen pertsonari ematen zaiona. Gerriko beltza aditu baten ikurra da.

Hasiera batean, maila-sistema ikasleak bere aurrerapena ebaluatzeko erabil zezakeen mailakatze gisa ezarri zen.

Lehen gerriko beltzari Shodan esaten zaio; horixe da lehen gradua, maila horietara pasatzeko lehen urratsa. Shodanek esan nahi du ikasleak Artearen oinarriak menderatzen dituela eta entrenamendu aurreratuago bat jasotzeko prest dagoela.

Aurrera jarraitzen badu, beste Dan batzuetara iritsi ahal izango da, eta horiek aurrera egin izanaren adierazle izango dira.

Karateka bakoitzak jakin beharko luke gerriko beltza ez dela opari bat, baizik eta esfortzu handi bat egin izanagatiko objektua eta sinboloa, ikasleak eta karateak, oro har, baliatu behar duten kalitate goreneko maila-sistema baten barruan.

KARATE-IRAKASLEA IKASLEEN INGURUAN

Etiketa

1. Diziplina-modu zorrotza ezarri behar du ikasleen artean.
2. Bere ikasleei ulertarazi behar die haiengandik bereganako errespetua espero duela, bai eta hurbiltzen zaion edozein pertsonarengandik ere bai.
3. Ikasleei irakatsi behar die puntualak izaten eta itxura garbia ematen bai gorputzari bai janzkerari dagokienean.

Erantzukizunaren zentzua

Beren aurrerapena eta ahalegina lortzeko harengan konfiantza jarri dutenei zuzendua, eta ikasleak Dojoan pasatzen den denborara mugatu gabe.

Irakaskuntza progresiboa eta dosifikatua da, ikasleak lortzen duen ulermenaren araberakoa, eta hori guztia entrenamendu soiletatik harago doa.

Bestalde, budoka orok familia handi bateko kide gisa sentitu beharko luke (Senseiak norabide hori ere erakutsi behar du), garrantzi berezia baitu horrek talde bateko kide izatean. Horren emaitza kalitate handiko giro bat izan behar du, Dojo osoan eta praktikatzaile guztiengan eragingo duena.

Komunikazioa

Ez da nahikoa jakitea, transmititu ahal izatea eta nahi izatea ere badago. Zentzu pedagogiko hori ez da ohikoa.

Maiz ikusten dira lehiaketetako txapelkunak irakaskuntzan, nahiz eta ez izan inolako zentzu pedagogikorik eta, batzuetan, ezta giza baliorik ere. Japonian, eskola tradizional askok kontuan hartzen dute, goi-mailako Danak eskuratzeko, irakasteko trebetasuna.

Esfortzua:

1. Praktikatzean, ikasleengandik ahalik eta kontzentrazio eta ahalegin handiena lortu behar ditu.
2. Ikasleei entrenamendu zaindua eskaini behar die, planifikatua eta sistematizatua, ahalik eta garapen handiena ziurtatzeko.
3. Ikasleen ahultasunak ikusten eta ulertzen saiatu behar du, bai eta eta ikasle horiei laguntzen ere.

Zintzotasuna:

1. Erantzunetan, adierazpenetan eta baieztapenetan zintzoa izan behar du ikasle bakoitzarekiko harremanetan.
2. Ikasleekiko lankidetzarik handiena izan behar du.
3. Karatea ikasle bakoitzaren bizitzan beharrezkoa eta garrantzitsua izatea lortu behar du, ikaslearen nortasuna, adimena eta izaera garatzeko bitarteko gisa.

Izaera

1. Ez du inoiz ikasle ahul bat barregarri utzi behar, eta ez da inoiz ikasle indartsu baten jeloskor edo bekaizti agertuko.
2. Ikasleek gorputz garbi eta osasungarria bai eta pentsamendu garbi eta osasungarriak eraikitzea lortu behar du.
3. Bere ikasleen umore- eta metabolismo-aldaketak antzeman behar ditu, energia gehiegi xahutu dezatela saihestuz eta energia hori nola babestu eta handitu irakatsiz.

Autokontrola:

1. Ikasleen gaineko kontrol zorrotza izan behar du.
2. Ikasleak gogor prestatu behar ditu, espiritu sendoa eta teknika bikaina eraikitzen lagunduz.
3. Bere ikasleen artean lidergo-espiritua landu behar du.

KARATE-IRAKASLEA BERE BURUAREKIKO

Etiketa:

1. Etengabeko zuzentasunaren eta etiketaren eredu izan behar du.
2. Hurbiltzen zaion ororekin gizalegez jokatu behar du.
3. Garbia eta puntuala izaten saiatu behar du.

Esfortzua:

1. Irakasten duena sakonki ezagutu behar du, argi erakutsiz eta azalduz.
2. Pixkanaka eta etengabe entrenatu behar du, betiere gero eta ahalegin handiagoa eginez.
3. Bere ahuleziak aztertu eta ulertzen ikasi behar du, eta horiek gainditzen saiatu behar du.

Zintzotasuna:

1. Erabat ziur egon behar du ikasleei ematen dien informazioaz, adierazten dienaz edo esaten dienaz, ikasleek beren hitzetan sinesten baitute. Hitzeko pertsona izan behar du.
2. Ezagutzen duen guztia erakutsi behar du, informaziorik ezkutatu gabe; bestela, inoiz ez du aurrera egingo.
3. Irakaslearentzat, karatea bere bizitzeko modua da, eta, beraz, zintzoa izan behar du bere buruarekin eta Arteari dagokionez.

Izaera:

1. Jarrera adeitsua izan behar du eta ahulei lagundu behar die, eta alderdi horiek berak indartsuei ulertarazten ahaleginduz.
2. Irakasleak etengabe borrokatu behar du bere izaera hobetzeko.
3. Gizakiak ulertzen ahalegindu behar du, beren entrenamenduaren, esperientziaren eta anatomia, psikologia eta ezagutza orokorren azterketa zabalaren bidez.

Autokontrola:

1. Ez du inoiz bere buruaren kontrola galdu behar bortxaz jokatzuz, ezinbestekoa ez bada behintzat.

2. Espiritu sendoa erakutsi behar du bere irakaskuntzan eta artearen praktikan bertan.
3. Benetako lider bihurtu behar du, bere boterea eta ezagutzak beste batzuen onurarako proiektatuz.

SENPAIa - KOHAIA

Senpaia: beteranoa, norbera baino karateka zaharragoa.

Kohaia: hasiberria, gero sartu den karateka.

Dohaia: Norberaren adinkidea den karateka.

Budoren munduko harreman berezi bat da hau. Dojoan entrenatzen hastean, ordurako entrenatzen ari zirenak Senpaiak dira hasiberriarekiko. Hori erraz ulertzen da Dojo tradizional batean, baina aplikatzen oso zaila da, eta, beraz, horren jatorria azalduko da.

Giri –edo betebeharra– kontzeptua dago Senpai - Kohai alderdi guztien azpian. Gure Senpaiak erantzukizun izugarria hartzen du bere gain, gu lagundu, motibatu, erlaxatzen garenean jo, irakasle, konfiantzazko lagun edo aholkulari gisa arituz, eta teknika edo jarrera bat azaltzen digunean. Kohaia betebeharraren mende dagoen pertsona bat da, eta, horren ondorioz, bere erantzukizun propioaren arabera ere jardungo duela espero da.

Senpaia — Kohaia egiazki samuraiaren eguneroko bizitzaren zati integrala zen, Arte Martzialen gainerako alderdiak bezalaxe. Japoniako kultura feudalean oinarritzen da; bertan, klase-banaketa zehatz batek goi-mailakoak eta behe-mailakoak bereizten zituen. Sistema horrek indarrean jarraitzen du egungo Japoniako gizartean. Senpaiaren erantzukizunak irakaskuntza barne hartzen du, baina ohikoagoa da Kohaia hartzea zaintzapean, bere galderei erantzunez, dituen zalantzak argituz eta etsia hartzen duenean lagunduz.

Kohaia, aldi berean, entrenatzen eta ikasten saiatzen da, jasotako adeitasuna (eta presioa) itzuliz, bere mentorea eta aurrera egiteko inbertitu duen denbora errespetatuz. Antzinako Japoniaren ezaugarri zen leialtasunarekiko eta betebeharrarekiko errespetu sakonean oinarrituta, harreman berezi hori Dojotik harago doa, eguneroko bizitzara hedatzen da. Kohaiak bere bilakaera luzea hasten duen bitartean, Senpaiari adorea ere ematen dio, irakaslearen kategoria lortzeko behar diren laguntza- eta lidergo-jarreran jarrai dezan. Eta elkar-laguntze horretatik, bien bizitzarako onura lortzen da.