

## Lema del Dojo

autor Octavio Méndez Lavergne  
viernes, 18 de enero de 2008  
Modificado el viernes, 12 de septiembre de 2008

DOJO KUN  
(Lema del dojo)

HITOTSU - JINKAKU KANSEI NI TSUTOMURUKOTO  
Intentar perfeccionar el carácter

HITOTSU - MAKOTO NO MICHIO MAMORUKOTO  
Ser correcto, leal y puntual

HITOTSU - DORYOKU NO SEISHIN O YASHINAUKOTO  
Superarse

HITOTSU - REIGUI O OMONZURUKOTO  
Respetar a los demás

HITOTSU - KEKI NO YU O IMASHIMURUKOTO  
Abstenerse de proceder violentos

Significado del Dojokun Muchos ven en la práctica del Karate únicamente una forma de defensa personal; otros ven en él una práctica deportiva de competición en la que triunfar significa ir pasando eliminatorias en los diferentes torneos con el fin de conseguir el mayor número de medallas; algunos, simplemente, practican Karate para mejorar su salud y encontrarse mejor con ellos mismos. El karateka "tradicional" hace de esta disciplina su modo de vida, y esto trasciende a la actividad realizada en el dojo o lugar de entrenamiento. El practicante marcial ha de saber que su actitud en el dojo puede y debe ser aplicada a todas las demás actividades cotidianas que realice y, de esta forma, ha de hacer suyo el código del guerrero y afrontar cada problema de la vida diaria como un reto del cual debe salir airoso. Dentro de este contexto de interrelación entre las artes marciales y la vida cotidiana cobra sentido la importancia del Dojo Kun, o conjunto de normas que rigen el funcionamiento interno de un dojo en particular y que dan sentido al arte de modo genérico. Éstas normas son repetidas en alto por el Sensei o Sempai junto con sus alumnos al final de cada entrenamiento. Conceptos como el de respeto, no violencia, tolerancia y amabilidad, por tanto, deben estar presentes en todos los actos del auténtico budoka, y le ayudarán a transitar por el difícil camino -do- del guerrero moderno. Generalmente el aparece también escrito a la entrada del dojo y, aunque cada estilo e incluso cada lugar de entrenamiento puede tener el suyo propio, en todos el significado y el mensaje suele ser muy parecido.

-Hitotsu - Jinkaku kansei ni Tsutomuro koto. Este punto hace referencia al hecho de que el Karate es más que un deporte o ejercicio físico, y que ha de perseguir como objetivo el perfeccionamiento del carácter y de la personalidad. La autodisciplina que nos da el entrenamiento construye en nosotros un fuerte espíritu de superación que es vital en todos los ámbitos de la vida, ayudándonos a resolver los problemas que se nos plantean con decisión y temple.

-Hitotsu - Makoto no mishi o Mamuro koto. Nunca se debe perder la buena perspectiva, siendo ésta coherente con la verdad y no incurriendo en el autoengaño. La honestidad, pues, debe ser un valor fundamental.

-Hitotsu - Doryoku no seishin o Yashinou koto. En el Karate, como en cualquier otro ámbito de la vida, el esfuerzo y el empeño que pongamos en la consecución de nuestras metas es directamente proporcional a la probabilidad que tenemos de conseguirlas. Alcanzar la maestría en el arte no es fácil, y hay que aprender a disfrutar de cada paso sin buscar en él un refuerzo inmediato: entrenarse ha de ser un fin en sí, y no un medio para alcanzar algo.

-Hitotsu - Reigi o Omonzuru koto. El respeto hacia el Maestro o Sensei, a los compañeros de entrenamiento, y hacia el arte del Karate en sí resulta esencial para recorrer el camino. Esto queda claramente demostrado por el hecho de que todos los entrenamientos en el Dojo comienzan y terminan con un saludo (Rei). Esta parte resulta esencial, y toda clase o entrenamiento ha de acabar en posición de Seiza (arrodillados, con la mirada baja y los ojos cerrados). Además, todo combate (Kumite) o Kata, independientemente del tipo que sea, comienza y termina con un saludo, lo que pone de manifiesto la influencia de la cultura Samurai en el Karate en concreto y en todas las artes marciales japonesas en general. -Hitotsu - Kekki no yu o Imashimuru koto. El objetivo del Karate es lograr un profundo autocontrol y autoconocimiento, por lo tanto, cualquier reacción violenta basada en la ira carece de todo fundamento. La aplicación de las técnicas del Karate serán siempre en defensa propia, y buena prueba de ello es que todas las katas de este arte marcial comienzan con un movimiento defensivo.