NUEVA EDICIÓN DIGITAL GRATUITA - NUEVOS CONTENIDOS - NUEVA IMAGEN

EL BUDOKA 2.0

REVISTA BIMESTRAL DE ...ALES Nº15 año III

La espada de Wudang

Orígenes y relación con el Taichi chuan

Historia y teoría del Atemi de distracción del Jûjutsu tradicional

Teovel's Balintawak
Tres artes de lucha secretas del subcontinente indio

El secreto escondido del Kuatsu: el Seifuku jutsu

Entrevista a Vicente Borondo (Gomokurouku SMR Jo-do)

Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu

El Budoka 2.0

Sumario

4 Noticias

6 La espada de Wudang. Sus orígenes y relación con el Taichi chuan
[Por J. Sebastián González]

14 Vicente Borondo. La excelencia fruto del trabajo bien hecho
[Por Helena Muzás]

26 Teovel's Balintawak
[Por Bruno Cancho]

32 Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu
[Por Marcos Sala]

40 El arte de coger el verde. Cultura Lion Dance.
[Por Vicente J. Valls]

42 Historia y teoría del Atemi de distracción del Jûjutsu tradicional
[Por Pau-Ramon]

50 Sistemas de reanimación tradicional en Artes Marciales. El secreto escondido del Kuatsu: el Seifuku
[Por Miguel Ángel Martín-Romo Fernández]

54 Serie técnica de Aikido (Chudan tsuki O Gedan tsuki -- Shiho nage)
[Por Por Pablo Nalda y Julio Ramos]

55 Europeos a la conquista de América
[Luis Fernando Briceño Zuloaga]

56 Entrevista a Sensei Ricardo F. Camani
[Por Alfredo Fuchs]

64 Musô jikiden eishin ryû seitôkai en España
[Por José Antonio Martínez-Oliva Puerta]

72 Nanbudo. Stage en Sabiñánigo
[Por www.nanbudospain.com]

74 Nanbudo. Alma Lara, primera mujer en España en lograr el 6º Dan de Nanbudo
[Por www.nanbudospain.com]

76 Pablo Camacho. Virtuosismo con el nunchaku
[Por E.B.]

78 Kalaripayattu, Shastar vidya y Angampora, tres artes de lucha secretas del subcontinente indio
[Por Harjit Singh Sagoo]

86 La respiración en el Karate
[Por Pedro Hidalgo]

EL BUDOKA 2.0

info@elbudoka.es
www.elbudoka.es

Dirección, redacción,
administración y publicidad:

Editorial 09 Alas

Editorial "Alas"
C/ Villarroel, 124
08011 Barcelona
Telf y Fax: 93 453 75 06
info@editorial-alas.com
www.editorial-alas.com

La dirección no se responsabiliza de las opiniones de sus colaboradores, ni siquiera las comparte. La publicidad insertada en "El Budoka 2.0" es responsabilidad única y exclusiva de los anunciantes. No se devuelven originales remitidos espontáneamente, ni se mantiene correspondencia sobre los mismos.

Director: José Sala Comas
Jefe de redacción: Jordi Sala F.
Secretaria de redacción: R. González
Diseño portada: El Budoka 2.0
Diseño y maquetación: Víctor Périz

Colaboradores:
(por orden alfabético)

- Marc Boillat
- Javier Brieva
- Pere Calpe
- Rogelio Casero
- Christian Colmenero
- Montse Coque
- Santiago G. Almaraz
- Ángel García-Soldado
- Francisco Girona
- Sebastián González
- Sergio Hernández
- Carlos Jódar
- Miguel Labodía
- Andreu Martínez
- J. Santos Nalda
- Jesús Mª Platón
- Enrique Oliva
- Pau-Ramon Planellas
- Mario Pons
- Pablo Raj
- Óscar Recio
- Pedro Rodríguez Dabauza
- Jaume Rossell
- Jordi Vilà

Depósito Legal: B-42328-2010
ISSN: 2014-0053
Mayo - Junio 2013

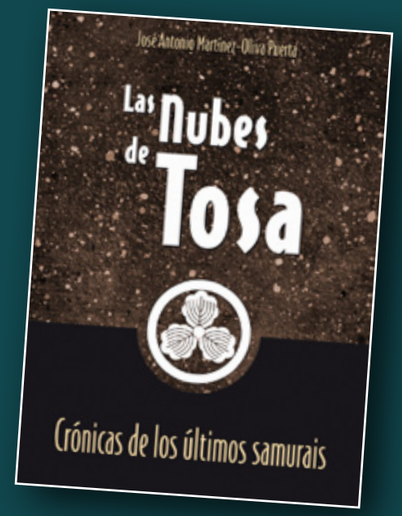
Brigitte Yagüe, en la revista "DiR"

Fotos: Héctor Zerkowitz

Taekwondista medalla de plata en los JJ. OO. de Londres, ha protagonizado la portada de La Revista del DiR del pasado mes de abril.

Con 31 años es la mejor taekwondista femenina del mundo. Se inició en esta disciplina a los 11 años en el gimnasio donde su madre hacía aeróbic ya que le gustaban mucho las películas de J.C. Van Damme. Entrena cada tarde en Sant Cugat DiR. Desde que comenzó hasta los 14 años compitió a nivel regional hasta que entró en la Taekwondo World Fed. que llevaba a los campeonatos europeos, mundiales y olímpicos. La mallorquina participó entonces en su primer campeonato a nivel balear y lo ganó 'en mi primer campeonato de España sénior quedé tercera... empecé a competir más en serio y me llamaron para entrar en el equipo nacional español e ir al campeonato de Europa'. A los 17 años entró en el Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat 'aunque llevaba dos años en el equipo nacional y conocía a la gente dejar Palma fue duro, y cuando llegué aquí y vi que no tenía los míos los tres primeros meses estuve a punto de volver'. Pero lo que la retuvo fue el que ahora es su marido, bicampeón mundial de taekwondo, Juan Antonio Ramos, a quien conoció en el CAR. Ha participado en 6 campeonatos mundiales absolutos consiguiendo medalla en todos ellos. En 2009 ganó su tercera medalla de oro en el Mundial de Dinamarca y por fin llegó Londres. Desde que acabaron los juegos ya no está en el CAR 'este año me lo quiero tomar con más calma'. Por la mañana trabaja y por la tarde entrena en Sant Cugat DiR haciendo SpinDiR, pesas o steps y también es muy aficionada al pádel. Su próximo reto: 'quiero ser madre, estar un tiempo tranquila, formar una familia. Porque no quiero dejar mi vida de lado. Y, después, me gustaría poder seguir y prepararme para Río 2016'.

Extracto de la entrevista aparecida en La Revista del DiR (www.dir.cat)



¡Novedad Editorial!
Las nubes de Tosa
Crónicas de los últimos samurais

Japón, segunda mitad del Siglo XIX, época de cambios y revueltas. De todos los antiguos territorios del país del Sol Naciente, ninguno comparable en injusticia y crueldad al vetusto país de Tosa.
Yo soy uno de los pocos que sobrevivió a los sucesos que tendrían lugar en medio de tanto caos y anarquía. De todo aquel dolor de pérdidas y desengaños no obtuve más beneficio que el haber aprendido cuál es el auténtico valor del ser humano...

"... El emblema de los Yamauchi sellaba las puertas de acceso a los aposentos del Daimyo, como si por sí solo se bastara para detener a cualquiera que intentara traspasarlas..."

Por **José A. Martínez-Oliva Puerta**
Abogado, escritor y traductor de japonés.
Practicante de Iaidô, Musô jikiden eishin ryû
Otras obras del mismo autor:
SABLE Y ZEN. Una forma de vida
KOTOWAZA. Proverbios de Japón

Más informción: www.editorial-alas.com

NOVEDAD EN LA RED

Recientemente, la **Escuela de Artes Marciales Tradicionales Japonesas Shintaikan** ha puesto en funcionamiento su nueva web, muy completa y perfecto complemento del blog que hasta hace poco era su méto habitual de comunicación en la web (http://shintaikan.blogspot.com.es/) y que sigue operativo; visitándola, el lector podrá informarse de actividades, centros de práctica, etc.: www.shintaikanbudo.com

Shintaikan Dojo es una institución dedicada a la promoción y difusión de las Artes Marciales Tradicionales Japonesas con una historia de más de 50 años.

El maestro C.S. Tang

LA ESPADA DE WUDANG

SUS ORÍGENES Y RELACIÓN CON EL TAICHI CHUAN

Por J. Sebastián González
Email: info@jing.es

En el amplio arsenal de las armas chinas del Kungfu, hay una gran variedad de ellas (junto con sus historias y leyendas) pero hay una que ha, sin duda, destacado entre todas: LA ESPADA RECTA JIAM.

El maestro C.S. Tang y el autor del artículo.

Numerosos emperadores, como el mismísimo Emperador Amarillo Huang Di, el emperador Zhao de la dinastía Zhou o el emperador Han Ping Di de la dinastía Yao, por citar sólo algunos, y famosos maestros como Yang Chen Fu (1883-1936), Chen Wei Ming (1881-1958), Zheng Man Qing (1902-1975), Tian Zhao Lin (1891-1960), Chu Gui Ting (1892-1977) y Ma Yueh-liang (1901-1998), entre otros, fueron famosos por su técnica con la espada recta **Jiam** y también, por la singularidad de su arma.

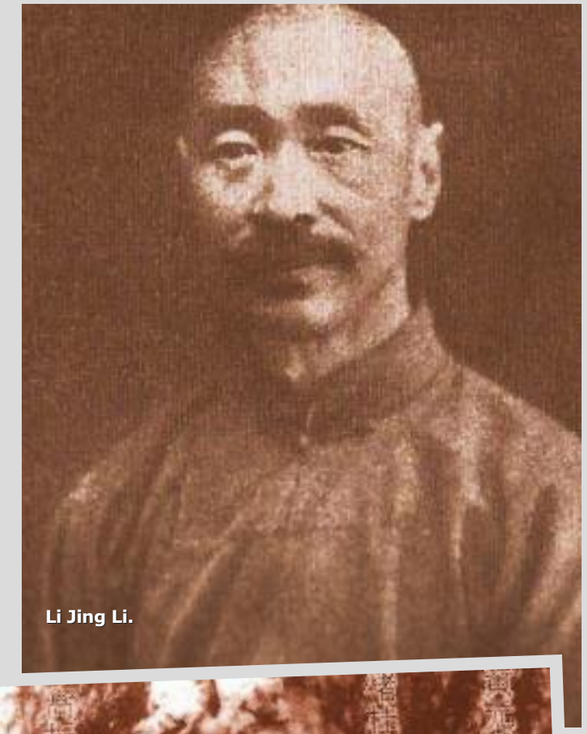
En todas esas historias a cerca de la espada recta **Jiam**, hay un lugar famoso y legendario por su técnica que ha marcado tendencia entre todos los artistas marciales de las escuelas internas, este lugar es sin duda **la montaña de Wudang**, famosa por ser considerada el origen de estilos internos como el Taichi Chuan, el Bagua Zhang y el Xingyi Quan.

La técnica de la espada de Wudang tiene una historia de más de 500 años de antigüedad y ha sido tan famosa y legendaria, que se han escrito centenares de novelas y se han rodado gran cantidad de películas sobre ella; pero quizás la más conocida es la de "Tigre y Dragón" del "oscarizado" director **Ang Lee**. Según todas las referencias escritas, la espada recta **Jiam** fue utilizada por los monjes Taoístas de la montaña de Wudang para realizar sus rituales secretos y, gradualmente, fue empleándose cada vez más como arma de autodefensa, pero su carácter mágico hizo que su técnica fuese secreta para los no taoístas.

Espada de
WUDANG

Los orígenes remontan la escuela de espada de Wudang al legendario monje taoísta **Zhang San Feng**. Según la leyenda, éste tuvo nueve discípulos que se especializaron en diferentes aspectos del taoísmo. Unos a las técnicas de Nei Gong (los ejercicios de cultivo interno a través de la respiración y meditación), otros a las técnicas de lanzamiento de cuchillos y, finamente, unos pocos a la técnica de la espada de Wudang. Uno de estos discípulos fue quien fundó la llamada secta **Dan Pai** a la que se atribuye el origen de la escuela de espada de Wudang.

De la primera época mágica han quedado vestigios que podemos encontrar en el manejo de la espada recta **Jiam**, como por ejemplo el símbolo que se realiza con la mano que no sujeta la espada, juntando los dedos índice y medio para formar una espada simbólica. El significado de este símbolo fue como amuleto de protección para el espadachín y, más tarde, se consideró como un gesto para ayudar equilibrar la espada. También encontramos en la técnica de manejo antigua, que la espada nunca se pasaba por encima de la cabeza, como suele hacerse con el sable ancho, ya que se tenía la creencia de que por la parte de la fontanela, en la cúspide del cráneo, el alma del espadachín salía y por ello no era un buen augurio pasar la espada por ese lugar.


Li Jing Li.

Sentados de izquierda a derecha: Yang Cheng Fu, Sung Lu Tang, Liu Bai Chuan, Li Jing Lin (con gafas) Du Xin Wu, Zheng Zuo Ping.

En los inicios de esta escuela, sus conocimientos sólo se transmitían entre monjes taoístas y de los numerosos alumnos que había, sólo uno de ellos era el sucesor de la escuela para la siguiente generación. El primer portador de la escuela de Wudang Dan Pai fue **Zhang Song Xi**. El portador de la octava generación, **Zhang Ye He**, rompió la regla de enseñar sólo a monjes taoístas y tomó como sucesor a su discípulo **Song Wei Yi**.

Este último maestro fue muy importante tanto por su técnica como por ser el maestro de **Li Jing Li**, uno de los más destacados maestros del siglo XX y que ha hecho tan popular este arte entre los círculos de las artes marciales chinas.

Li Jing Li, apodado "la inmortal espada Li", fue un maestro en la esgrima de la espada **Jiam** que ganó numerosos duelos contra otros maestros. Fue general del ejército y uno de los fundadores de la escuela de la ciudad de Nanjing "Martial Arts Academy", que tuvo grandes relaciones dentro de las artes marciales chinas.

Comenzó su aprendizaje de joven ya que provenía de una familia con tradición en las artes marciales. Más tarde, cuando ya era miembro de la academia militar de Baoiding, fue presentado a Song Wei Yi, novena generación de maestros de la espada de Wudang quien lo tomó como discípulo para llegar a ser la décima generación debido a su virtuosa técnica y a su profundo interés. Pero Li aún siguió aprendiendo y enriqueciendo la técnica de la espada de Wudang con otros maestros y escuelas.

Una de estas importantes relaciones, fue la que mantuvo con la escuela Yang de Taichi chuan, ya que Li Jing Li aprendió Taichi con **Yang Chien Hou** (1839-1917) en su juventud. Su estilo de Taichi, hoy en día aún se sigue enseñando en la ciudad de Shantung a través de su alumno Gu Ruzhang, famoso maestro por la técnica de la "palma de hierro" que enseña en la ciudad de Shantung y Hong Kong. Recientemente, el maestro Gu publicó un libro de Taichi que aún se vende en Taiwan y en el que se pueden apreciar las variaciones del Taichi de Li Jing Li sobre el sistema Yang tradicional.

Durante esta relación, el general Li Jing Li invitó a Yang Cheng Fu a la ciudad de Shanghai a enseñar Taichi chuan, compartiendo así conocimientos que ayudaron a consolidar el sistema de la espada de

Guo Qi Feng

La hija de Li Jing Lin haciendo Taichi.

Espada de Wudang por la familia Fu de Taichi, las hijas y el maestro Fu Yong Hui.

Wudang. También encontramos que la hija y la esposa de Li Jing Li enseñaron Taichi chuan junto con la técnica de Wudang. Y que destacados alumnos de Yang Cheng Fu también aprendieron la técnica de la espada de Wudang, como el maestro Hu Yuen Chou quien aprendió la técnica junto con Li Ying Ngar, de Guo Qi Feng (fotografía), un alumno de Li Jing Li que enseñó en Hong Kong. O el maestro C.S. Tang que aprendió la técnica de Yang Sao Chung, el hijo mayor de Yang Cheng Fu, entre otros.

Las trece técnicas básicas de la espada de Wudang

Una clara afinidad con el Taichi chuan, son las trece técnicas básicas de la espada de Wudang, al igual que las trece técnicas que configuran el Taichi chuan. Los nombres de estas técnicas son:

1. **Chou** (sacar o extraer)
2. **Dai** (traer hacia dentro)
3. **Ti** (levantar, recoger hacia arriba)
4. **Ge** (parar, desviar)
5. **Ji** (atacar al frente)
6. **Ci** (estocada)
7. **Dian** (apuntar)
8. **Beng** (ir a la derecha con la palma de la mano en la izquierda presionando hacia abajo)
9. **Jiao** (agitar o sacudir)
10. **Ya** (presionar)
11. **Pi** (golpe cortante o tajar)
12. **Jie** (interceptar)
13. **Xi** (rebanar o cortar)

Espada de
WUDANG

Hay una razón concreta de por qué son "trece técnicas", al igual que en el Taichi chuan. La razón es que representan las ocho técnicas principales "Bagua" y los cinco movimientos "Wuxhig", las cuales sirven para describir las diferentes combinaciones del Yin y Yang que hay en el Universo. El Bagua y el Wushing son conceptos filosóficos importantes dentro del Taoísmo que se pueden encontrar en los principales estilos internos como el Taichi chuan, el Xingyi, el Bagua y en la espada de Wudang.

Pero además de estas trece técnicas, la espada de Wudang tiene una forma libre de movimientos denominada la "danza de la espada" la cual no tiene unos movimientos predeterminados y se realiza sólo cuando se ha alcanzado un alto nivel en el manejo de la espada de Wudang. En cambio, en el Taichi chuan esos movimientos se encuentran recogidos en una forma de espada recta. En ambas secuencias, hay movimientos similares pero con diferentes nombres, pero la soltura y el estilo es similar, con la base técnica de generar el movimiento en los pies, transmitirlo a la cadera y de ahí, al extremo de la espada con el movimiento relajado de la muñeca.

Antes de pasar a describir algunas de estas trece técnicas, hay que anotar que la técnica de la espada de Wudang no solamente se apoya en esas técnicas, sino también en el estilo de manejar la espada. En la técnica de Wudang, la espada sólo se sujeta entre el dedo pulgar, medio y anular, dejando libre el dedo índice y el meñique para conseguir soltura en la mano. Esta forma peculiar de sujetar la espada permite más movilidad y libertad de acción, pero por contrapartida es más fácil que la espada se caiga por lo que el artista marcial debe fortalecer su agarre con ejercicios especiales que den una mayor consistencia a esos dedos.

Las trece técnicas tradicionales de la espada de Wudang están reunidas en cuatro, de ellas y de sus diferentes variaciones han salido las otras. Para entender las trece hay entender las cuatro que son las siguientes:

1. JI 击, atacar al frente
2. CI 刺, estocada
3. GE 格, parar
4. XI洗, rebanar o cortar

JI (atacar al frente):

Hay dos maneras de hacer la técnica JI: JI regular y JI reverso.

En "Ji" normal se realiza con un movimiento hacia arriba y la mano que acompaña se coloca atrás mirando hacia el suelo. La espada está plana y ataca a la zona de la sien o de la oreja (fotos 1 y 2). Realiza JI Sebastián González con traje negro.

El JI reverso se realiza también en un movimiento hacia arriba pero atacando a la muñeca del contrario (Foto 3). En este caso realiza JI el maestro C.S. Tang con traje azul desde una postura baja con el peso en la pierna atrasada como respuesta al ataque anterior.

Foto 1

Foto 2

Foto 3

CI (estocada):

Hay dos tipos de "CI": recto hacia adelante y ataque plano. En la fotografía 4, ambos están realizando el ataque CI para acortar distancias de una con un ataque simultáneo. La posición del cuerpo es estirada con el peso del cuerpo en la pierna adelantada. La mano está detrás con los dedos mirando hacia fuera.

Seguidamente, ambos hacen un movimiento evasivo con un ataque y defensa similares en la zona inferior (foto 5).

Foto 4

Foto 5

GE (parar):

Hay dos maneras de hacer la técnica de defensa "Ge": "Ge" hacia abajo y "Ge" girando alrededor.

En la técnica defensiva baja, para interceptar el ataque del oponente, la espada se mueve hacia arriba desde la parte inferior, en dirección diagonal para cortar la muñeca del oponente.

En la técnica de "parar girando alrededor", el cuerpo se inclina hacia adelante, de modo que la espada del contrario queda controlada desde arriba hacia el exterior, como muestran las fotografías 6 y 7, el pie derecho del maestro C.S. Tang está 'vacío' y el pie izquierdo está 'solido'. Los dedos de la mano izquierda de la espada forman un semicírculo.

XI (rebanar o cortar):

En "Xi", la técnica que se utiliza mientras se sostiene la espada, es la de dar un paso rápidamente hacia el contrario para conseguir estar próximo al cuerpo del oponente. Para ejecutar "Xi", mueve la espada de la parte baja a la posición más alta como si se hiciera un corte paralelo (fotos 8, 9 y 10) y se rebanara hacia fuera. El pie derecho del maestro C.S. Tang está 'vacío' y el pie izquierdo en la parte delantera está 'lleno'. Los dedos de la mano izquierda de la espada forman un semicírculo cerca de la empuñadura.

Foto 6

Foto 7

Foto 8

Foto 9

Espada de
WUDANG

Foto 10

"Shen" (intención o espíritu interior), como en todas las artes marciales internas. Y que solamente cuando el espíritu del artista marcial está suficientemente fortalecido, será cuando se puede decir que ha alcanzado la maestría.

Para conseguir este objetivo, durante el proceso de aprendizaje el estudiante deberá primero fortalecer el "Jing" (la esencia que se almacena en los riñones). Una vez haya reunido suficiente "Jing" se deberá transformar en "Qi", energía vital. Y cuando haya suficiente "Qi", el espíritu "Shen" será fuerte para que la espada y el espíritu se puedan fusionar en uno solo, y de esta manera, alcanzar la maestría.

Para finalizar sólo me queda decir que el secreto en el arte de la espada de Wudang descansa en el espíritu

Más información:
http://www.jing.es/

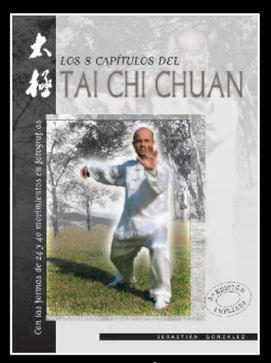
EDITORIAL ALAS

Editorial Alas

Editorial Alas
c/ Villarroel, 124 - bajos
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com
www.editorial-alas.com

BIBLIOGRAFÍA

EL PALO Y LA LANZA DEL TAICHI CHUAN
Por Sebastián González
P.V.P. 18 euros

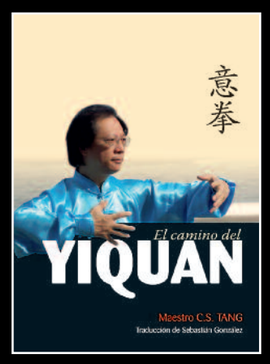


LOS OCHO CAPÍTULOS DEL TAI CHI CHUAN
Por Sebastián González
P.V.P. 11,50 euros

CUCHILLOS MARIPOSA DE CHOY LI FUT. GUÍA DE CHOY LI FUT KUNGFU
Por Sebastián González
P.V.P. 9 euros

LAS NUEVE PERLAS DEL CHI KUNG (QIGONG). CAMINO DE LONGEVIDAD
Por Sebastián González
P.V.P. 11,50 euros

EL MISTERIOSO PODER DEL XING YI QUAN
Por C. S. Tang
P.V.P. 25,50 euros



EL CAMINO DEL YIQUAN
Por C. S. Tang
P.V.P. 20 euros

centre Jing

Passatge Simó 15
08025 Barcelona
Tel./Fax 934 500 671
www.jing.es
www.kungfuweb.org

- *Choy Li Fut*
- *Xingyi Quan*
- *Yiquan*
- *Taichi chuan estil Yang*
- *Chikung*
- *Defensa Personal*

Horarios de mañana y tarde
Clases de niños

Precios especiales para mayores de 65 años y niños
También hay prmociones de 20% dto. ¡INFÓRMATE!

Haidong Gumdo
Camino de la espada del mar del este
Delegación Catalana

Barcelona Juche Kwan
Instructor: Andreu Martínez
687 537 955
Pasaje Toledo, 12–14
juchekwan.org

Hospitalet Gimnasio Olímpico
Instructor: Francisco Burgos
670 537 106
Rambla Marina, 264
catalunyahapkido.blogspot.com

St. Pere de Ribes Centre Artis-Club Taijitu
Instructor: Carlos Berkenbusch
672 682 102
Jaume Balmes, 25
taekwon-do-itf-club-taijitu.org

Próximamente: Curso de formación de instructores
Abierto a practicantes de Artes Marciales con un grado mínimo de Cinturón Negro I Dan

Más información:
www.haidonggumdocat.org
hdgumdocat@gmail.com

Vicente Borondo

La excelencia fruto del trabajo bien hecho

Por Helena Muzás
helena.muzas@gmail.com
Máster de Estudios de Asia Oriental

Vicente
BORONDO

VICENTE BORONDO (MADRID, 1968), GOMOKUROUKU SMR JO-DO, 5º DAN AIKIDO AIKIKAI DEL HOMBU DOJO DE TOKIO, SHIDOIN POR LA AIKIKAI FOUNDATION, 1ER DAN JUDO POR LA F.E.J.Y.D.A, 1ER DAN JIU JITSU POR LA F.E.J.Y.D.A Y EXPERTO EN DEFENSA PERSONAL (NIVEL SUPERIOR) POR LA F.E.J.Y.D.A, LLEVA TODA UNA VIDA DEDICADA AL ESTUDIO DE LAS ARTES MARCIALES. DESPUÉS DE VIAJAR POR MEDIO MUNDO, ESTUVO NUEVE AÑOS VIVIENDO Y ENTRENANDO EN JAPÓN DONDE CONOCIÓ Y SE INICIÓ EN LA PRÁCTICA DEL SHINTO MUSO RYU JO-DO (MÁS INFORMACIÓN SOBRE SMR JO-DO EN WWW.JODOJO.ES). A SU VUELTA A ESPAÑA DECIDIÓ TRANSMITIR SUS CONOCIMIENTOS MARCIALES ABRIENDO UN DOJO EN MADRID (WWW.TAIITSUKAN.ES).

CERCANO, ENTUSIASTA, DERROCHA PASIÓN POR LO QUE HACE Y SABE TRANSMITIR DE FORMA CLARA Y DISTENDIDA. SI TENÉIS OCASIÓN DE ASISTIR A UNO DE SUS CURSOS, NO PERDÁIS LA OPORTUNIDAD. NO OS ARREPENTIRÉIS. DOY FE DE ELLO.

¿CÓMO SE INICIÓ EN LA PRÁCTICA DE LAS ARTES MARCIALES?

Al igual que muchos, comencé con el judo. Tenía entonces 12 años y la oferta que había era bastante limitada, era difícil encontrar algo que no fuese karate o judo.

¿QUÉ LE LLEVÓ A VIAJAR Y ENTRENAR POR MEDIO MUNDO?

La curiosidad y las ganas de conocer. Me emancipé a los 19 años y tras unos años viviendo fuera de Madrid hice un viaje al Perú en plan mochilero. La experiencia me gustó tanto que decidí que quería ver más del mundo y vivir aventuras. Pensé que lo primero que tenía que hacer era perfeccionar mi inglés así que fui a Inglaterra donde residí cerca de año y medio. Luego había que conseguir dinero para el proyecto pero la situación laboral en España era bastante difícil por lo que acabé yéndome a Holanda a trabajar. Allí residí dos años donde logré ahorrar algo de dinero para mi viaje.

¿CÓMO TERMINÓ EN JAPÓN?

Mi viaje comenzó en Estambul (Turquía) e inicialmente no incluía a Japón como destino. En realidad no tenía muy claro cuál iba a ser mi destino final. Fue casi un año y medio después, ya viajando por Pakistán, que empecé a conocer varios japoneses viajeros como yo, con los que viví una serie de entrañables experiencias y a gente que había estado residiendo en Japón, a través de los cuales recibí información respecto a buscarse la vida allí, etc. Como lo de conocer Japón siempre me había atraído debido al budo, decidí ir a echar un vistazo...

¿CÓMO FUE SU VIDA ALLÍ?

La verdad es que ha sido uno de los mejores periodos de mi vida. Por supuesto que hubo altibajos, especialmente en el aspecto económico pues toda mi vida allí giraba entorno a los entrenamientos, así que cuando mi maestro cambiaba de horario o comenzaba entrenamientos en sitios nuevos yo dejaba mi trabajo para poder seguirle. Hubo periodos en los que dedicaba más horas a entrenar que a trabajar. Pero me compensaba. De hecho mi primera intención fue la de estar tan solo uno o dos años, que se alargaron hasta nueve. En éstos realicé todo tipo de trabajos que afortunadamente siempre disfruté, encontré momentos para viajar por el país, obtuve, en mi opinión, una sólida formación en las disciplinas que practico y además conocí a mi media naranja.

ESTUVO 9 AÑOS EN JAPÓN PRACTICANDO EN EL HOMBU DOJO DE AIKIKAI. ¿QUÉ DESTACARÍA DE SU EXPERIENCIA DE ENTRENAR EN LA CUNA DEL AIKIDO?

En general la intensidad del entrenamiento y por supuesto el nivel técnico. No conozco otro lugar en el mundo con tal concentración de shihanes impartiendo clases y en cuyos keiko haya a su vez tanta cantidad de practicantes de grado tan alto (muchos de ellos maestros a su vez). ¡Y esto a diario!

¿CÓMO CONOCIÓ EL SHINTO MUSO RYU JO-DO? ¿Y A NISHIOKA TSUNEO SENSEI?

La verdad es que fue de casualidad. Al poco de entrar en el Hombu dojo comprendí que casi todas las técnicas que aprendíamos estaban basadas en la katana japonesa, pero no se enseñaba el uso de ésta ahí. Pasé una temporada visitando distintos dojos y maestros que enseñaban armas pero por una razón u otra no me decidía.

A través de un compañero del Hombu conocí a una persona que además de aikido practicaba SMR Jo y nos convenció para probar. Me pareció interesante y como esta persona también venía a diario al Hombu, un par de compañeros y yo empezamos a entrenar con él casi todos los días después de la clase de aikido. Resultó que a su vez esta persona entrenaba bajo la dirección de Nishioka sensei y pasados unos meses nos llevó a conocerle al dojo donde impartía clases. Me

impresionó tanto que decidí seguir sus enseñanzas desde ese momento.

¿QUÉ ES LO QUE HA APRENDIDO DE USTED MISMO DESDE SU EXPERIENCIA DE ENTRENAR EN JAPÓN?

Quizá acerca de mi propia capacidad de adaptación y de sacrificio. La importancia del grupo sobre el individuo. Es lo de un proverbio anónimo africano que dice: "Si quieres ir rápido viaja solo, pero si quieres llegar lejos viaja en grupo".

DESPUÉS DE 9 AÑOS VIVIENDO EN JAPÓN, ¿QUÉ LE MOTIVÓ A VOLVER A ESPAÑA?

Creo que siempre tuve claro que no me jubilaría en Japón y como lo que aspiraba a hacer era dedicarme a la enseñanza del budo, en su momento decidí que mejor volver antes de hacerme demasiado viejo para empezar de cero, formar una familia y todo eso.

¿VOLVIÓ CON LA INTENCIÓN DE TRANSMITIR LAS ENSEÑANZAS QUE HABÍA RECIBIDO EN EL PAÍS NIPÓN? ¿FUE ESA LA MOTIVACIÓN DE ABRIR SU PROPIO DOJO?

En realidad, como acabo de apuntar, esa era mi intención desde el principio y dirigir mi propio dojo era uno de mis sueños.

¿QUÉ DIFERENCIAS DESTACARÍA DE LOS ENTRENOS/DOJOS DE JAPÓN CON LOS DE AQUÍ?

Aparte de la intensidad y calidad del nivel técnico que he apuntado antes, la actitud, el nivel de compromiso y la mentalidad: Aquí no es inusual que un estudiante potencial pregunte cuánto tiempo tardará en sacarse el cinto negro, como si esa fuese la meta. En Japón por el contrario se considera que el shodan (cinto negro 1er dan) es el comienzo. También está, por supuesto, la forma en que se enseña, que es la tradicional según la cultura nipona. Las explicaciones brillan por su ausencia. En occidente pensamos que para aprender algo primero tenemos que entenderlo mediante un proceso intelectual, o sea que hay que conocer primero la teoría. En oriente por el contrario es el cuerpo el que tiene que aprenderlo y cualquier paso por

el intelecto sólo hace que ralentizar, como poco, esa enseñanza.
Allí el budo no se lo toman como un simple hobby, es una parte importante de sus vidas, al igual que el grupo. En occidente somos mucho mas individualistas y eso se acaba notando en la atmósfera de la clase. No pensamos aquello de que "Una cadena es tan fuerte como el más débil de sus eslabones".

¿SIGUE VINCULADO A JAPÓN? ¿DE QUÉ MANERA?

Mis maestros están allí, mis compañeros de entrenamiento también. Mi mujer es japonesa y sigo yendo a Japón todos los años donde paso dos o tres semanas entrenando. Por otro lado desde el dojo traemos todos los años a importantes maestros japoneses como Yasuno M. shihan, 8º dan de aikido (mi propio maestro), Sekiguchi Komei, soke de una de las líneas de Muso Jikiden Eishin Ryu etc. También colaboramos regularmente en distintos eventos relacionados con la cultura japonesa.

HABLA DE LA IMPORTANCIA DE IR A "LAS FUENTES", ¿A QUÉ SE REFIERE CON ELLO?

Bueno, si realmente uno quiere profundizar en algo creo que es fundamental tener un conocimiento de primera mano, con el menor número de filtros posible respecto a la enseñanza primigenia, y a ser posible en el entorno original donde surgió ese conocimiento.

COMO PRACTICANTE DE GENDAI BUDO (5º DAN AIKIKAI) Y DE KORYU (SHINTO MUSO RYU JODO GOMOKUROKU), ¿CUÁLES SON LAS PRINCIPALES DIFERENCIAS ENTRE AMBOS?

Siempre es difícil generalizar pues no todas las escuelas se rigen por las mismas normas ni hacen énfasis en los mismos principios, sean estos estratégicos o morales.
Pero sí podemos decir con seguridad que las escuelas de koryu son las fuentes de las que han bebido las escuelas modernas (originadas después de 1868, la fecha en que se termina con el sistema feudal, aunque algunos estudiosos proponen otras fechas). Originalmente las escuelas antiguas se crearon a partir de la experiencia directa en el campo de batalla o en duelos a vida o muerte y una parte fundamental en la enseñanza de cualquier koryu es la actitud ante ello. Se entrena teniendo en mente que la diferencia entre la vida y la muerte puede ser de pocos centímetros, o de no tener el estado mental adecuado.
La forma de enseñanza también suele diferir puesto que en las escuelas tradicionales ésta estaba diseñada para instruir a un número no demasiado alto de guerreros a un tiempo. La transmisión es mucho más personal y directa. Esto no quita que algunos maestros de gendai budo opten por hacerlo de esta forma y viceversa. Simplemente que la metodología de enseñanza del budo moderno ha sido diseñada específicamente para enseñar a grandes grupos de practicantes.
En las escuelas de koryu (por lo menos las de armas) generalmente es el maestro el que hace de uke (en SMR se llama uchidachi), el que se "sacrifica" para que el estudiante aprenda. Obviamente esto reduce mucho el número de personas a las que puedes enseñar de verdad, ¿no crees?
Así que ¿cantidad o calidad? Lo normal es que una prevalezca en detrimento de la otra.
Un Koryu es mucho mas selectivo y no es extraño que el maestro entreviste a los posibles candidatos y/o necesite recomendación de alguien cercano o que goce de la confianza del maestro, mientras que en gendai budo todo el mundo es admitido siempre y cuando mantenga unas básicas normas de conducta.
Otra de las diferencias está en el sistema de grados. Las escuelas tradicionales siguen el sistema de menkyo, con muchos menos grados que en el sistema de kyu/dan, pero mas difíciles de obtener. En el budo moderno, cuando reúnes los requisitos para examen, te presentas y ya está. En el budo tradicional el recibir un certificado (makimono) depende exclusivamente del maestro y para ello éste valora aspectos no sólo técnicos o el tiempo que lleva el estudiante practicando, sino que para él además es esencial que esa persona sea, a su juicio, la correcta para entrar en el ryu.

¿EXISTE MUCHO MITO EN LA PRÁCTICA DE KORYU?

Creo que en algunos aspectos sí. Por ejemplo mucha gente piensa que las escuelas de koryu se han mantenido inamovibles desde su concepción y que la enseñanza dentro de éstas es igual que como la planteó su fundador. Bueno, la realidad es que las escuelas antiguas están vivas y que por supuesto han sufrido cambios a lo largo de su historia. Se fueron adaptando a los tiempos (con mayor o menor fortuna), en unos casos añadiendo currículum y en muchos otros casos perdiendo (por desgracia) partes del currículum original.
Otro de los mitos más extendidos es algo que muchos instructores repiten a sus estudiantes; no se puede entrar en una escuela tradicional sin tener un cierto grado en otra disciplina de gendai budo. Yo mismo soy una prueba de que esto no es cierto. Creo que más bien el problema está en el hecho de que nos es tan fácil encontrar a un instructor (y no digamos un maestro) legítimo y cualificado de koryu.
Y lo mismo respecto a que estar en un ryu es incompatible con practicar otro. Lo que ocurre es que el compromiso y dedicación que exige la práctica de una escuela tradicional lo hace difícil para la mayoría de la gente, simplemente por

falta de tiempo. Pongamos el caso de SMR Jo o de otras escuelas antiguas como TS Katori Shinto Ryu, Kashima Shin ryu etc; el currículum es tan extenso que requiere un cierto grado de concentración en su práctica si realmente se quiere llegar a conocer el arte. Por lo general se suele mirar con suspicacia a los denominados "Kuro meishi" (literalmente "tarjeta de visita negra") que alude a algunos individuos que tienen tantos grados en tantas disciplinas distintas que ni les caben en la tarjeta de visita y éstas parecen más bien negras de tanto que hay escrito en ellas.

POR LO QUE RESPECTA AL SHINTO MUSO RYU JO-DO, ¿ACTUALMENTE SIGUE VINCULADO A SEI RYU KAI JAPÓN Y TAMBIÉN A LA FEDERACIÓN EUROPEA DE JODO?

Así es. Mi maestro, Nishioka sensei, es el fundador de Seiryukai y también el director técnico de la FEJ. Por otro lado, el presidente de esta última, Pascal Krieger, es también alumno y menkyo kaiden de Nishioka sensei y al que yo ya había tenido ocasión de conocer en varias ocasiones que vino a Japón y en otra en la que asistí al uno de los gasshuku internacionales, celebrado en Francia en 2003 acompañando a Nishioka sensei.

Al volver a España, Pascal sensei me invitó a participar en el gasshuku europeo y a entrar en la Federación. Me encantó el ambiente y la seriedad del trabajo que se realiza. Por otro lado Nishioka sensei también me había pedido que colaborase con Pascal sensei, así que la cosa estaba clara.

Pero obviamente sigo vinculado con Seiryukai Japón puesto que ahí está mi maestro y mis compañeros de entrenamiento de hace bastantes años. De hecho mis alumnos, si quieren, reciben sus certificaciones también desde Japón.

EL PASADO FIN DE SEMANA DEL 9 Y 10 DE FEBRERO IMPARTIÓ UN CURSO DE SMR JO-DO Y AIKIDO EN BARCELONA...

Sí, desde hace poco más de un año que un alumno mío, Dídac Arcas, ha iniciado un grupo de SMR Jo aquí en Barna. Gracias a su gestión y a la organización de Jordi Marcos, director del dojo Mutokukan, me invitaron a dar un curso en su dojo de Cornellá y tuve el honor de visitar la ciudad condal.

¿CÓMO VE EL PANORAMA ACTUAL DE LAS ARTES MARCIALES EN ESPAÑA?

No puedo decir demasiado pues no conozco en profundidad todo lo que se hace bajo este nombre. Estoy un poco más al tanto de cómo son las cosas en el ámbito del budo japonés aquí... pero sí pienso que aquí se ponen a impartir clases muchas personas con un nivel técnico insuficiente. Alguien con un shodan o nidan se monta un grupo y de repente se convierte en maestro...

Por supuesto, es mejor que dé clases una persona con poco nivel a que no haya nadie en sitios pequeños o poco accesibles, pero muy a menudo la oferta de instructores de una misma disciplina con menos de 4 dan es abrumadora en los centros urbanos importantes.

Pero por otro lado, afortunadamente cada vez hay más cursos de maestros importantes que vienen regularmente con lo que ahora los practicantes tienen más oportunidades de ampliar sus horizontes. Es obvio que el nivel de los practicantes está subiendo, en parte, gracias a esto.

Y con respecto al koryu, pues parece que empiezan a surgir pequeños grupos interesados en su estudio y difusión. También empieza a haber más información acerca del tema y se desmitifican cosas.

TODOS LOS AÑOS, EN ABRIL, ORGANIZA UN GASSHUKU DE SMR JO-DO EN GUADARRAMA. ¿POR QUÉ ESTE AÑO ES ESPECIAL?

Bueno, este año nos visitan por primera vez nueve de mis compañeros japoneses de entrenamiento durante bastantes años, mis "hermanos en el ryu". Aunque Nishioka sensei ya estuvo aquí en el 2008, ésta es la primera vez que el resto de los miembros más importantes, incluido su sucesor (nombrado por Nishioka sensei) Watanabe Taisuke, vienen. Al igual que yo sigo yendo a verles todos los años finalmente me devuelven la visita. Llevaban tiempo queriendo venir a España y qué mejor ocasión que el gasshuku que celebramos cada abril. Por ello este año el gasshuku durará 5 días en lugar de los tres habituales.

¿QUÉ CONSEJO LE DARÍA A ALGUIEN QUE ESTUVIERA INTERESADO/A EN INICIARSE EN LA PRÁCTICA DE LAS ARTES MARCIALES? ¿CÓMO DECIDIR CUÁL PRACTICAR?

Primero que recoja información, que haga una lectura previa sobre el tema y vea qué disciplina se amolda mejor a su carácter (elegir un arte en el que la competición tiene un papel primordial quizá no es lo mejor para alguien a quién no le gusta competir). Que procure elegir algo que realmente pueda practicar y continuar en el tiempo o de otra manera nunca llegará a ver los beneficios de dicha práctica.

Y por supuesto elegir un buen instructor, que tenga un buen nivel y que sea legítimo. Para ello debemos averiguar sobre su linaje en la disciplina que imparte, su experiencia, cómo y dónde se ha formado, etc. Siempre es buena idea ver una sesión de entrenamiento (o las que sean necesarias) antes de decidir.

THE WORLD HAPKIDO FEDERATION
FEDERACION ESPAÑOLA DE HAPKIDO

세계 합기도 연맹

합기도

BENEFICIOS Y VENTAJAS DE PERTENECER A NUESTRA FEDERACIÓN

- ✓ Acceso al programa completo de grados y conocimiento del sistema en profundidad de la WORLD HAPKIDO FEDERATION (WHF).
- ✓ Certificación y reconocimiento de grados, dan y títulos de enseñanza a través de la WORLD HAPKIDO FEDERATION.
- ✓ Certificación y reconocimiento de grados, dan y títulos de enseñanza a través de la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE HAPKIDO (FEH).
- ✓ Afiliación y realización de Clubes y Gimnasios.
- ✓ Afiliación de Organizaciones, asociaciones y escuelas de hapkido independientemente del estilo.
- ✓ Secciones y departamentos en Defensa Personal, Defensa Integral Femenina, Defensa Operativa Policial, etc.
- ✓ Licencia Anual Federativa.
- ✓ Descuentos y subvenciones en todas las actividades de la FEDERACIÓN.
- ✓ Seminarios continuados con Maestros Nacionales e Internacionales.
- ✓ Escudos y Banderas de FEH y WHF.
- ✓ Seguro de accidentes.
- ✓ Apoyo constante a los Clubes, Gimnasios, Miembros federados, Maestros e Instructores.
- ✓ Acceso al material Oficial (Doboks, Ti, Chandal, Camisetas, etc., distribuido por FEH y WHF.
- ✓ Acceso a toda la información de actividades y eventos de (FEH).
- ✓ Viajes para la practica y perfeccionamiento de hkd en el extranjero (Corea, EEUU, Holanda, etc.).
- ✓ Consultas y dudas de cualquier cuestión relacionada con nuestro bello Arte Marcial de forma individual o general.
- ✓ Publicidad de tu escuela y aparición en la web FEH www.fehapkido.es o en la de tu regional así como en las mejores revistas nacionales e internacionales de artes marciales.

CALENDARIO NACIONAL DE ACTIVIDADES FEH 2012

II FEBRERO. Día 25 IX SEMINARIO NACIONAL DE HAPKIDO gratuito afiliados (FEH) a cargo de los Maestros JOSÉ CHAQUET (Valencia), VICTORIANO NICOLÁS (Murcia), JAVIER SÁEZ (Burgos) y con la participación especial del Maestro y Presidente de la Federación Española D. JOSÉ MANUEL REYES PÉREZ.

III MARZO. Día 10 CURSO ESPECIAL HAPKIDO WHF a cargo del Maestro REYES.
Día 24 CURSO DE EXPERTO EN DEFENSA PERSONAL nivel medio y superior.

IV ABRIL. Día 7 CURSO ESPECIAL GRATUITO EN DEFENSA INTEGRAL FEMENINA especial VIOLENCIA DE GÉNERO a cargo del Maestro VICTORIANO NICOLÁS, Delegado de la regional Murciana.
Día 29 CURSO DE HAPKIDO a cargo del Maestro Javier Sáez, Delegado de la regional de Castilla y León.
V MAYO. Día 19 CURSO DE EXPERTO EN DEFENSA PERSONAL nivel medio.
Día 26 FESTIVAL NACIONAL DE HAPKIDO (FEH).

VI JUNIO. Día 23 CURSO DE I CHOL BONG niveles básico y medio a cargo del Maestro ANDRÉS CRIADO, director del departamento de ARMAS TRADICIONALES.
Día 30 EXAMENES DE 1º a 4º DAN EN TODAS LAS DISCIPLINAS (HAPKIDO, DEFENSA PERSONAL, DEFENSA INTEGRAL FEMENINA, DEFENSA OPERATIVA POLICIAL, ETC).

VII JULIO. Días del 1 al 15. CURSO DE TITULACIÓN INSTRUCTORES Y MAESTROS (FEH) en todas sus disciplinas en el KIDOKWAN CUARTEL GENERAL DE WHF EN ESPAÑA.
Día 14 MEMORIAL GRAN MASTER KWANG SIK, MYUNG.

VIII AGOSTO; VACACIONES.

IX SEPTIEMBRE. Día 29 CURSO DE EXPERTO EN DEF. PERSONAL nivel básico.

X OCTUBRE. Día 20 CURSO ESPECIAL HAPKIDO WHF a cargo del Maestro REYES.
Día 27 CURSO DE I CHOL BONG niveles medio y superior a cargo del Maestro ANDRÉS CRIADO, director del departamento de ARMAS TRADICIONALES.

XI NOVIEMBRE. Día 24 CURSO ESPECIAL DE HAPKIDO a cargo del Maestro DI GUARDIA.

XII DICIEMBRE. Día 15 EXAMENES DE 1º a 4º DAN EN TODAS LAS DISCIPLINAS (HAPKIDO, DEFENSA PERSONAL, DEFENSA OPERATIVA POLICIAL, ETC).
Día 15 TROFEO INFANTIL DE NAVIDAD.

* LOS CURSOS DE OPERATIVA POLICIAL ESTÁN PENDIENTES DE CONFIRMACIÓN.

Para los próximos cursos de Defensa Operativa Policial, consultar en eventos en nuestra web:

www.fehapkido.es

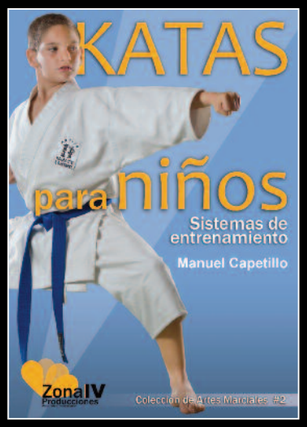
FEDERACION ESPAÑOLA DE HAPKIDO
Única Federación Oficial afiliada y representante a la
WORLD HAPKIDO FEDERATION en ESPAÑA (KIDOKWAN)
CUARTEL GENERAL C/ Marqués de Mondéjar nº 26, 28028 MADRID

www.fehapkido.es **info@fehapkido.es**

EDITORIAL ALAS

Editorial Alas
c/ Villarroel, 124 - bajos
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com
www.editorial-alas.com

DVD VIDEO



SHIAI KUMITE

Pedagogía en el entrenamiento del Kumite

Por Manuel Capetillo Blanco
[Producción: Zona IV. Producciones]

P.V.P. 25,75 euros
Duración: 60 min. aprox.
Formato: DVD

Presentamos un DVD dedicado a la pedagogía en la enseñanza del Karate, en especial al entrenamiento del Kumite de Competición (Shiai Kumite) que aporta métodos de entrenamiento y ejercicios específicos para una adecuada progresión en el aprendizaje y correcto desarrollo del nivel físico, técnico y táctico del competidor, y para editarlo se ha reunido un magnífico grupo de profesionales que han logrado plasmar en imágenes buena parte del trabajo físico necesario para alcanzar una forma física ideal para el Karate moderno, por un lado los protagonistas capitaneados por Manuel Capetillo, de sobras conocido en el panorama marcial, siendo autor de dos magníficos libros sobre la pedagogía en el Karate, y estando acompañado para la realización del presente trabajo por: Olga López, Sergio Galán, Alberto Galán y Sergio Zabala. Por otro, detrás de las cámaras, un profesional de la imagen bien conocido por los aficionados a las Artes Marciales por sus magníficos reportajes, Christian Colmenero (www.zonaiv.com) acompañado por Álvaro Menéndez componiendo la banda sonora, han logrado plasmar todo el trabajo que Manuel Capetillo lleva años desarrollando.

Contenido del DVD:
- Preparación Física
- Ataque
- Defensa
- Anticipación
- Prekumite
- Bibliografía recomendada

Trailer: http://www.youtube.com/watch?v=wUWM-EpOe4A

KATAS PARA NIÑOS

Sistemas de entrenamiento

Por Manuel Capetillo Blanco
[Producción: Zona IV. Producciones]

P.V.P. 25,75 euros
Duración: 60 min. aprox.
Formato: DVD

En este DVD encontraremos diferentes sistemas de entrenamiento de kata, con variados ejercicios para conseguir una mejora en la parte técnica y física.
Dirigido a profesores de Karate para sus entrenamientos de kata en edad infantil que buscan dar un enfoque a sus clases totalmente nuevo y efectivo sin perder de vista la parte más importante, la parte lúdica, encontrando trabajos muy divertidos con los que se conseguirá un aprendizaje más eficaz.
Se verán todos los ejercicios con detalle y desde diferentes ángulos, divididos en juegos de calentamiento, juegos específicos de cada kata y vuelta a la calma.
Dirigido en la parte técnica por Manuel Capetillo Blanco, 5ª dan de Karate y maestro de educación física, asistido por sus alumnos, campeones regionales y nacionales de kata y kumite.

Contenido del DVD:
– Calentamiento específico.
– Pinan Shodan.
– Pinan Nidan.
– Pinan Sandan.
– Pinan Yondan.
– Pinan Godan.
– Vuelta a la calma.

http://www.editorial-alas.com/

Teovel's Balintawak

Por Bruno Cancho
brunocancho@hotmail.com

Eddie Vélez y Bruno Cancho.

EL Balintawak está basado en la defensa. Asumimos automáticamente que nuestros oponentes tienen experiencia en combate. Debido a esto, se prioriza la habilidad defensiva desde el principio. Una vez que la velocidad y el "timing" (o sea, la anticipación de los movimientos del oponente que permite ver los huecos en su defensa y explotarlos) en movimientos defensivos, han sido enteramente desarrollados, se produce un avance automático hacia la técnica ofensiva.

Cuando tanto la capacidad defensiva como la ofensiva han sido perfeccionadas, se consigue la fluidez de movimientos necesaria. Aquí es donde la habilidad del combatiente como eskrimador se puede considerar completa. Esta es la esencia del Balintawak.

En el Balintawak siempre se entrena al estudiante en una práctica de uno contra uno. Tanto si se trata de un practicante iniciado o avanzado entrenando a un principiante, como si se trata de un maestro entrenando a un luchador avanzado, el Balintawak ha conseguido entrenar consistentemente creando eskrimadores con este método. Debido al entreno individualizado, la enseñanza se demuestra efectiva y los movimientos adquieren sentido, las sutilezas de los movimientos técnicos son asimiladas de manera más rápida por los estudiantes.

En los días de Venancio "Anciong" Bacon, en los entrenos se iba "al grano". En su primer día de entreno, al estudiante se le daba un palo (olisi o garote en Visaya), y a la vez que se le lanzaba la advertencia verbal de "¡En guardia!" se le golpeaba. A su vez el estudiante era libre de utilizar cualquier maniobra defensiva que considerase oportuna. Cuando recibía un impacto, se le instruía en el método correcto de defensa de ése golpeo en particular.

Serie Técnica. Maestro Eddie Vélez y Bruno Cancho.

Las técnicas específicas eran introducidas de la misma manera al estudiante. Este era el método de enseñanza de Venancio Bacon, el cual perfeccionó, creando una saga notable de maestros de eskrima.

Unos de sus estudiantes más conocidos, José Villasín y Teófilo Vélez, abrumados a la hora de transmitir todas las variaciones técnicas y sutilezas del sistema de Bacon, decidieron esquematizar el sistema estructurando los movimientos más comunes del Balintawak. Se creó el sistema de los "grupos". Dichos "grupos" permiten transferir la esencia del sistema de instructor a estudiante, de manera que el espíritu del Balintawak permanece, la única diferencia es el vehículo de enseñanza empleado. Con este método, que establece grados de aprendizaje de manera estructurada, el estudiante puede medir claramente el progreso que va realizando a medida que va avanzando en el entreno.

El primer paso del estudiante consiste en la introducción de los 12 ángulos básicos de ataque. Estos golpeos tienen que ser ejecutados con un correcto posicionamiento de pies para optimizar el equilibrio, de manera que la potencia, la rapidez y la fluidez sean óptimas en cada movimiento particular.

En el siguiente nivel se enseñan las 12 defensas básicas correspondientes a cada ángulo. Para cada defensa se condiciona al estudiante a mover el palo coordinadamente con su mano izquierda, a la vez que desplaza su cuerpo para contrarrestar el ataque y permanecer en equilibrio. Una vez que el ataque ha sido rechazado por el estudiante, su mano izquierda lo controla, "sintiendo" el palo del contrario, a la vez que ejecuta el contragolpe. Este ejercicio es la primera aproximación que se hace a la utilidad de la "mano viva" en el Balintawak. De nuevo, al igual que con los 12 ángulos básicos, las 12 defensas requieren un posicionamiento perfecto de las piernas para garantizar un equilibrio adecuado, que se traduce en la base de una potencia, velocidad y fluidez óptimas.

Cuando los básicos han sido dominados, empieza realmente el agak, la introducción al sistema de "grupos" propiamente dicho. En un principio, esta introducción se realiza en "palakaw", digamos "exploración guiada". El estudiante es "guiado" en su exploración del "grupos", para asegurarse de la correcta ejecución de todos los movimientos básicos, poniendo especial énfasis en el posicionamiento de las piernas y la mecánica corporal. Se le ataca con un ángulo, del que se tiene que defender correctamente, seguidamente se debe chequear o apartar al palo del atacante y lanzar el contraataque adecuado. El instructor recibe a su vez esta contra, se defiende, controla el palo y vuelve a lanzar otro ataque al aprendiz. En este ejercicio se ponen en práctica tanto las 12 defensas como los 12 ataques.

Durante el "palakaw", el instructor realiza correcciones sobre la mecánica de movimientos del estudiante, eliminando malos hábitos. Pero lo realmente importante es que el sistema le capacita para medir el progreso del estudiante, permitiendo aumentar la presión incrementando la potencia y velocidad de golpeo cuando lo cree adecuado. A medida que los reflejos del estudiante se agudizan, el instructor va añadiendo los "grupos" a la práctica.

Eddie Vélez, Chito Vélez, Bruno Cancho y Monie Vélez

Maestro Chito Vélez y Bruno Cancho

Los 5 grupos

Estos "grupos" son tipos de ataques que utiliza el instructor para enseñar a su alumno ciertos movimientos que debe dominar. El primer grupo de estos movimientos requiere el uso de la mano izquierda, con la que se debe agarrar, apartar o levantar. Seguidamente, el principiante tiene que reaccionar ante ataques con el "punyo" o "pok-pok" del contrario. El estudiante necesita esquivar, a la vez que utiliza su izquierda para desviar el ataque. El tercer grupo de movimientos engloban los ángulos de "torsadas" o estocadas. En este caso, el principiante debe esquivar, desviar la estocada con su izquierda y contrar. El cuarto grupo son todos los ataques con "abaniko", para los cuales se debe agachar o girarse para evitar y bloquear el golpeo. El quinto y último grupo introduce los agarres y puñetazos, de manera que se familiariza al estudiante con gran variedad de agarres a la vez que se dominan las esquivas.

El grand maestro Teófilo Vélez comúnmente llamado "Pilo", fue un prolífico maestro que enseñó a muchos de los maestros de Balintawak de hoy. Muchas veces cuando se refiere a los "grupos" se dice "Teovel's balintawak method", eso es debido al gran número de instructores y maestros pasados por sus manos, así mismo podemos nombrar sus 3 hijos: Chito, Monie y Eddie, así como a Bobby Tabimina, Willy de la Rosa, Bobby Taboada, Nick Elizar, Ben Marapao, Nene Gaabucayan... entre otros.

WOTBAG y los hermanos Vélez

En 2008 se creó el WOTBAG (World Original Teovel's Balintawak Arnis Group) con sede en Cebú, Filipinas. Liderada por tres hermanos Vélez, esta organización sigue la herencia dejada por Teófilo Vélez y el grupo de Teovel's Balintawak que continuó tras su muerte. Como Grand Maestro está Pacito "Chito" Vélez respaldado por Ramón Franco "Monie" Vélez y el cadete Eduardo "Eddie" Vélez, sólo los hermanos Vélez pueden certificar instructores o maestros. WOTBAG cuenta en sus filas con otros maestros como: Joe Caban, Ben Marapao, Oliver Mag-Uyon... ■

Entreno WOTBAG 2012

Bruno Cancho reside en España (Tarragona) desde hace 10 años, actualmente enseña el estilo Balintawak (WOTBAG) del cual es instructor bajo el Maestro Eddie Vélez. Desde 2009, conjuntamente con "el club de la eskrima" (clubdelaeskrima.com) promociona estilos a través de videos grabados en Filipinas y de viajes organizados para la gente interesada en aprender la eskrima directamente

WAMAI
¡MÁS LÍDER!
WAMAI
C/Alfonso XII nº92
08006 Barcelona
Tel-Fax 932 094 525
info@wamai.net
WORLD AMATEUR MARTIAL ARTS INTERNATIONAL
Nuestra meta:
La promoción de todas las Artes marciales
Educación
• Cursos Coach
Programas técnicos
• Cursos arbitraje
• Cursos primeros auxilios
• Exámenes Danes
Administración
• Seguros deportivos
• R. Civil instructores
• 1 Licencia todas las disciplinas
Competición
• Individual y por equipos
• Campeonatos regionales, nacionales y mundiales
• Ranking competidores
www.wamai.net

Templo de Hayashizaki Myojin en Yamagata.

無雙直傳英信流居合術

Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu

Por Marcos Sala
Hombuchô Spain Muso Jikiden Eishin Ryu iaijutsu Yamauchi ha Komei Jyuku

Advertencia al lector

Este artículo al que voy a dar paso es una introducción general al *Koryu* reflejado en el título, de manera general, datos históricos y técnicos, son absolutamente generales y adaptables a todas las ramas y *dojos* de este *Koryu*, así como muchos de los aspectos son afines a la escuela Musô Shinden Ryu.
Sin embargo, es importante destacar que en cuanto a ciertas interpretaciones, la principal fuente de información y motivo central de este artículo es: Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu Yamauchi ha (Komei Jyuku) con el 21º representante del estilo Sekiguchi Takaaki Komei *sensei* en cabeza. Con todo orgullo lo reconozco como mi maestro, siendo yo un alumno directo suyo, y por tanto agraciado en haber recibido los muchos y exquisitos detalles acerca de *Koryu* y *Iaijutsu* en general que se encuentran aquí recogidos.

Introducción histórica y genealogía

Musô Jikiden Eishin Ryu está especializada en el *Iaijutsu*. Al igual que ocurre con el Iaido que conocemos por ser más común, este arte se podría definir como: "la maestría de desenvainar el sable japonés". Sin embargo ésta es una definición muy parca y se podrían dedicar varias páginas a hablar sobre el verdadero concepto de *Iai*, como lo entienden las diferentes escuelas y ramas. En cuanto a esto, quisiera ilustrar este artículo con la respuesta que dio Sekiguchi *sensei* a esta complicada pregunta: "*Iai* es el arte de envainar rápido".
Desde el siglo XVI proliferaron muchas escuelas especializadas en *Iai*, sin embargo es casi unánime la opinión de los especialistas de que la primera escuela que nació especializada y centrada en este arte en concreto es la que hoy nos ocupa: Musô Jikiden Eishin Ryu.
Para conocer a su fundador debemos remontarnos al Periodo Muromachi, en concreto a la Era Eiroku, hacia

el 1568[1], cuando Hayashizaki Jinsuke no Shigenobu 林崎 甚助 重信 creaba los principios de esta escuela. Es dispar la opinión de a qué clan pertenecía, algunos textos lo toman como descendiente del clan Hôjô[2], un clan que se remonta en sus inicios a la Era Kamakura (1138), considerados descendientes del clan Taira y de la familia imperial, gobernaron sobre el feudo de Izu durante más de 200 años. También hay noticias de que pudo pertenecer al clan Mogami[3], cuyos orígenes hay que buscarlos en la Era Muromachi, siendo descendientes de la familia Ashikaga y gobernadores de los feudos que ocupan las actuales prefecturas de Yamagata y Akita. Circulan muchas leyendas entorno a su persona, sobre si decidió crear una escuela de esgrima imbatible para poder asesinar y enfrentarse a todos aquellos que en el pasado habían ido contra su clan y asesinado a su padre. La versión que nos ha llegado documentada, es que Jinsuke Shigenobu se dirigió al templo de Hayashizaki Myojin en Tateoka (actual prefectura de Yamagata), allí meditó durante 100 días y finalmente recibió una revelación divina *Musô no ken*. Según esta revelación debía combatir con el sable envainado, para así lanzar un primer ataque de improviso y mortal desde la vaina (*saya*). En los inicios de su escuela también fijó el hecho de que el *nihontô* de la escuela debía ser grande, midiendo la hoja un metro aproximadamente (3 *shaku*), también se especificaba que la *tsuka* (empuñadura) debía ser más larga de lo normal.

Como acompañamiento se llevaría un *koshigatana* o *kowakizashi* de aproximadamente 29 cm de hoja. A Hayashizaki Jinsuke se le conoce como el "restaurador" de las técnicas de desenvainado del sable japonés. Toyotomi Hideyoshi, quien en su día llegó a dominar Japón bajo el sobrenombre de "Taiko", después de observar un *enbu* (demostración) de Hayashizaki Jinsuke no Shigenobu, le otorgó el nombre de *Tenka Musô* "espada sin igual bajo el cielo". Los escritos mencionan dos *Musha Shugyo*[4] en la vida de Hayashizaki Jinsuke Shigenobu, en los cuales aprendió otros estilos y depuró sus técnicas. Acerca de cómo eran esas técnicas en origen, sólo se sabe que eran muy simples, pero sin embargo muy efectivas en combate.

Musô Jikiden Eishin Ryu significa "transmisión directa y sin igual del estilo Eishin", sin embargo muchos opinan que entre los *kanji* de las primeras palabras se hace referencia al fundador, Hayashizaki. Este *Koryu* tiene un sistema de transmisión indiscriminada, donde varias personas pueden optar a la máxima transmisión de enseñanza o *Menkyo Kaiden – Kongen no Maki* (sistema *Kanzen Shoden*).

Sin embargo, la escuela siempre se ha organizado entorno a una figura central que "gobierna el *Ryu*". En cada generación se dispone de un cabeza de familia o *Sôke*, que dirige la escuela y recibe los rollos de transmisión del anterior maestro, así como otras piezas hereditarias como un *nihontô* o una *tsuba*.

Muchos de los actuales fundadores de *Koryu* y *Ryuha* de *Iai* fueron estudiantes de la escuela original de Hayashizaki, siendo ésta la base de escuelas como: Tamiya Ryu, Hoki Ryu, Sekiguchi Ryu, Hayashizaki Ryu, Musô Shinden Ryu, Hayashizaki Jinsuke Ryu, Musô Ryu y Jyushin Ryu, entre otras.

El linaje de este Musô Jikiden Eishin Ryu sigue tal cual:

- **Fundador: Hayashizaki Jinsuke Shigenobu**
- **2º Tamiya Heibei Narimasa**
- **3º Nagano Muraku Nyudo Kinrosai**
- **4º Momo Gumbei Mitsushige**
- **5º Arikawa Shozaemon Munetsugu**
- **6º Banno Danoemon no Jo Nobusada**
- **7º Hasegawa Chikaranosuke Eishin Hidenobu**
- **8º Arai Seitetsu Kiyonobu**
- **9º Hayashi Rokudayu Morimasa**
- **10º Hayashi Yasudayu Seisho**
- **11º Oguro Motoemon Kiyokatsu**
- **12º Hayashi Masu (Masa) no Jo Masanari : Seishi**
- **13º Yorita (Yoda) Manzo (Manzai) Yorikatsu: Takakatsu**
- **14º Hayashi Yadayu Masayori (Masataka): Seiki**
- **15º Tanimura Kame no Jo Yorikatsu (Yoritake): Sugyo**
- **16º Goto Magobei Masasuke (Masakatsu): Seiryo**
- **17º Oe Masamichi: Shikei**

Musô Jikiden Eishin Ryu Iai-Jutsu, Yamauchi-ha (Tokyo) continuó:

- **18º Yamauchi Toyotake: Hôken**
- **19º Kono Kanemitsu**
- **20º Onoe Masamitsu**
- **21º Sekiguchi Takaaki: Komei (actual Sôke)**

Ya que vamos a incidir sobre la línea Yamauchi, creo fundamental mencionar aquí unos apuntes biográficos sobre los últimos cuatro *Sôke* de la escuela.

Yamauchi Toyotake 山内豊建 nació en 1903 en Tosa, como nieto del último *daimyo* (señor feudal) de Tosa durante el shogunato, Yamauchi Yôdô. Estudió *iai* desde su infancia, especialmente la escuela que desde el siglo XVII estuvo adscrita a su familia, Musô Jikiden Eishin Ryu, aunque también completó su formación estudiando y alcanzando la maestría en la escuela Yagyu Shinkage Ryu *kenjutsu*. Obtuvo el máximo grado de Eishin Ryu de las manos del 17º Sôke Ôe Masamichi y desde ese momento, se creó la rama Yamauchi de la escuela.

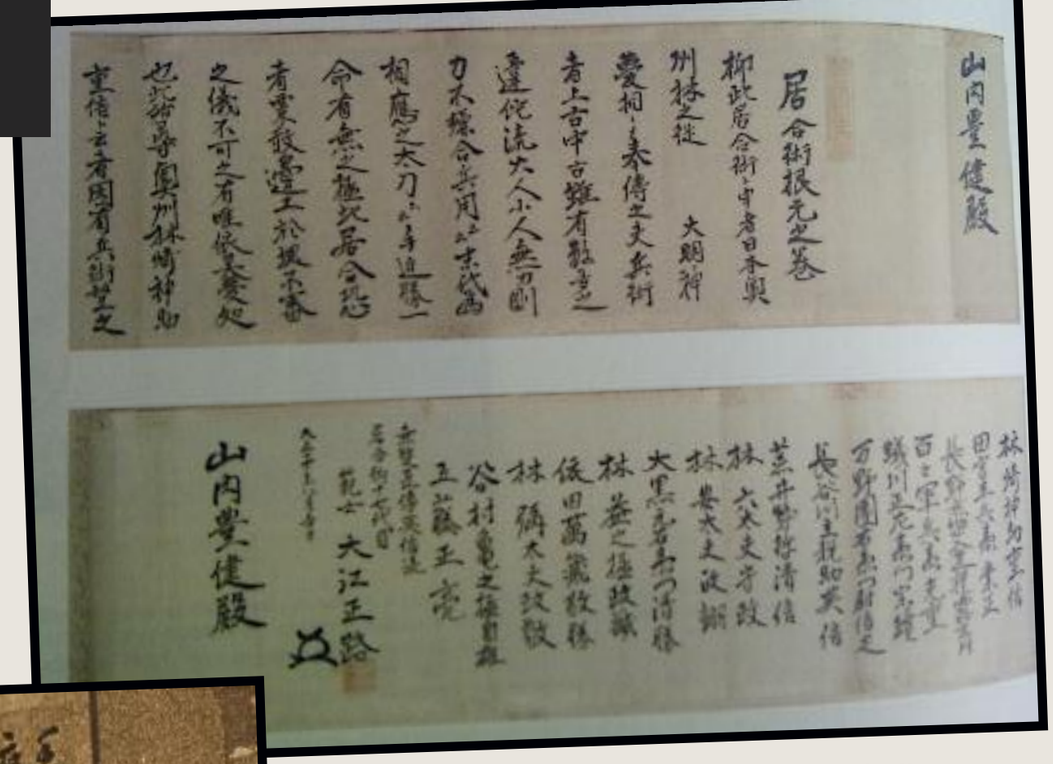
Yamauchi Toyotake viaja a Kyoto en 1928 enseñando y viviendo allí durante varios años, desarrollando una rama paralela de la escuela. Finalmente, viaja a Tokyo donde vive y enseña hasta que en 1941 le llamaron a filas para unirse al batallón Zentsuji para luchar en Manchuria. En 1946 muere al volver en barco, a causa de una infección de tifus. De sus estudiantes de Tokyo surge la rama de la escuela que ha llegado hasta nuestros días, y recientemente a España.

La rama Yamauchi se caracteriza por ser una de las más "puristas" en tanto que desde tiempos de Yamauchi Toyotake decide recuperar y mantener el entrenamiento con *katanas* grandes, tal como estipulaba la visión del fundador Hayashizaki Jinshuke no Shigenobu y como se utilizaban en el feudo de Tosa. Esta definición de "purista" ya la daba el propio Yamauchi Toyotake, de hecho al estilo Yamauchi se le llamaba "el iai del señor" por su vinculación directa con la clase regente del feudo. Todavía hoy la figura de Yamauchi

Arriba, a la izquierda: Estatua de Hayashizaki Jinsuke no Shigenobu en el templo de Hazashizaki Myojin.

Grupo de Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu en el Hômbu Dojo de Kochi en Shikoku (Tosa) En el centro con barba blanca el 17º Sôke Oe Masamichi y sobre él Yamauchi Toyotake.

1.- Según Kim Taylor en su artículo The Omory Ryu, la escuela se fundó hacia el 1601, sin embargo, Toyotomi Hideyoshi pronunció sus halagos hacia Hayashizaki Jinsuke y su escuela hacia 1590.
2.- Muira SHIGEMASA. (1615-1624) Biografía de las cinco generaciones del clan Hôjô. Cita de Yamakoshi y Tsukimoto.
3.- Kiso Iai Koza. Iwata Norihazu sensei.
4.- Musha Shugyo: "Estudio Marcial". Era habitual que al licenciarse en una escuela, un samurái emprendiera un camino de adiestramiento en otros dojos de otras disciplinas. En muchos casos hacía uso de Dojo Yaburi o desafío de dojo para probarse a sí mismo y a su técnica a la par de aprender tanto de sus victorias como derrotas (si salía con vida de ellas).



Kongen no Maki del Sôke 17º Ôe Masamichi al 18º Sôke Yamauchi Toyotake, iniciador de la línea.

Kono Kanemitsu 19º representante de Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu, Yamauchi ha.

Toyotake y todo cuanto le rodeaba resulta apasionante. Entre sus anécdotas se encuentra el hecho de que su mujer, Asako Yamauchi fue *Menkyo Kaiden*, 8º dan *Hanshi* de Tendô Ryu *naginatajutsu*, la primera mujer en entrar en el cuerpo de la policía de Hokaido.

El 19º líder de la escuela **Kono Kanemitsu** 河野兼光, funda el *dojo* Meibukan en Tokyo, manteniendo los principios de la escuela. Recibe la *katana* de Yamauchi Toyotake, y en una entrevista en una revista de los años 50 se puede comprobar mediante una fotografía, la longitud así como la rectitud y anchura de la hoja, tal y como era habitual en Tosa. Al igual que hizo Ôe Masamichi, Kono *sensei* quiso resumir algunas ideas de antiguas formas de la escuela en una nueva serie que introdujo y que hoy en día sólo se practica en la rama Yamauchi de Tokyo: Bangai Gohon o Tôryu Bangai.

El 20º representante oficial, **Onoe Masamitsu** 尾上政美 fue estudiante de Kono *sensei* de Musô Jikiden Eishin Ryu *iaijutsu* y de Ueno Takashi *sensei* de Tenshin Ryu *jujutsu*. Onoe *sensei* daba mucha importancia al *jujutsu* aún dentro de Eishin Ryu, algo que Sekiguchi *sensei* ha mantenido.

Es importante no olvidar las formas de combate cuerpo a cuerpo, especialmente cuando se poseen aún en el *Ryu* de *iai*, katas y series cuyo *riai* se basa en el propio *jujutsu*. Desde Onoe sensei, en Musô Jikiden Eishin Ryu *iaijutsu* Yamauchi ha (Tokyo) también se practica una serie de 5 kata creadas en el siglo XX en base a varios *koryu*, esta serie se denomina: Tôhô Gohon. Toho es un compendio de kata de diferentes *koryu*, a saber: Musô Jikiden Eishin Ryu, Mugai Ryu, Shinto Munen Ryu, Sui Ô Ryu y Hoki Ryu. Esta serie se realizó para conformar una generalidad de técnicas de distintas escuelas para que cada uno pudiera practicar algo de otra escuela, aunque manteniendo la esencia de la propia.
Estas katas están integradas y se utilizan para determinar el grado de *mudansha* y *judansha* en la Zen Nihon Iaido Renmei.

El 21º representante del Koryu, **Sekiguchi Takaaki** 関口 高明 (Komei) *sensei* es actualmente presidente de su asociación para la preservación del *budo* tradicional Komei Jyuku, Presidente de la Nippon Koden Bujutsu, Vicepresidente de International Iaido Federation y representante para Musô Jikiden Eishin Ryu *iaijutsu* en la Nihon Kobudo Kyokai (asociación japonesa de *Koryu*).
A su vez Sekiguchi *sensei* también ostenta altos grados en artes marciales como *karate* (Goyu Ryu), *judo* y *kendo*. En su *Musha Shugyo* particular, aprendió varios *Koryu* de *kenjutsu*, *naginatajutsu*, *yarijutsu* y *jujutsu*. Con todo ello Sekiguchi *sensei* se dedica a viajar por el mundo para extender los conocimientos de este *koryu*.
Sekiguchi *sensei* busca transmitir las enseñanzas lo más puras posibles, pero también manteniendo viva y joven la esencia del Ryu, de manera que no se convierta en un "ballet" o un deporte de octogenarios. Sekiguchi *sensei* es muy abierto a la hora de transmitir la escuela, de manera que sea algo que una, y no que separe a la gente. Sin embargo, entrenar este *koryu* estrictamente bajo las enseñanzas de *sensei* implica una responsabilidad. En varias ocasiones *sensei* ha dicho: "todo el mundo está invitado a participar en el *koryu*, pero a nadie se le obliga a permanecer". Con esta idea se intenta expresar que si se decide a entrenar el *koryu* debe existir un compromiso con él para, a su vez, transmitir el legado a las generaciones futuras.
En España, el único *dojo* donde se puede practicar este *koryu* es el *dojo* Tai Itsu Kan en Madrid, bajo la dirección de Marcos Sala, *Shibuchô* de Madrid, *Hombuchô* de España (representante para nuestro país), con licencia otorgada por Sekiguchi *sensei* para transmitir y enseñar este *koryu*.

Onoe Masamitsu 20º representante de Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu Yamauchi ha.

Sekiguchi Takaaki Komei, 21º Representante de Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu.

Estructura del koryu

Al ser uno de los *koryu* más conocidos y practicados (desde el siglo XX), el grueso de los lectores conocerán su estructura, bien por haber leído algo sobre la propia escuela, bien por conocimiento de Musô Shinden Ryu, con quien comparte la mayoría de su estructura en cuanto a kata y series.
Musô Jikiden Eishin Ryu está dividido en:

Seiza no Bu 正座之部, primera serie compuesta por 11 *kata* todas ellas desde la posición de *seiza* (algunas ramas realizan la décima kata desde *tachi waza* o de pie). El nombre de esta serie fue cambiado entre finales del siglo XIX y principios del XX por el 17º *Sôke* Oe Masamichi (Shikei) de *Omori Ryu* a su nombre presente. Debemos el origen de esta serie al 9º *Sôke* Hayashi Rokudayû Morimasa, sin embargo existen especialistas que creen que la invención de esta serie corresponde a su padre, Hayashi Gozaemon Masayoshi[5]. Sin embargo la generalidad de los historiadores otorgan la creación de esta serie a la relación entre Omori Rokurozaemon Masamitsu y Hayashi Rokudayu Morimasa, siendo este último quien anexionó esta serie a la escuela.

Tate-Hiza no Bu 立膝之部 es la segunda serie, que consta de 10 *kata* realizándose 9 de ellas desde la posición de *tate-hiza* y la última desde *seiza*. Al igual que ocurre con la anterior serie, Ôe Masamichi *sensei* cambió el nombre de Hasegawa Eishin Ryu al nombre actual. Debemos la creación de esta serie al 7º Sôke Hasegawa Chikaranosuke Eishin. Esta serie dispone de varias *kata* y *henka waza* ligados a acciones de *jujutsu* de cara a inmovilizaciones de las manos, la empuñadura, o la vaina del sable.
Existe la tradición de practicar todos los movimientos o *katas* de las series de forma continuada como una sola forma, esto se denomina *Hayanuki* (práctica de desenvaine rápido). En concreto, el currículo cuenta con una kata única donde se pueden ver todas las kata de la serie Tate-Hiza no Bu, se llama: **Hayanuki Chudan**. Es diversa la opinión de cuando se creó esta técnica, algunos hablan de un inicio ligado al comienzo de la Era Meiji y al combate en *katate* (a una mano). Sin embargo la mayoría apunta a una nueva aportación de Ôe Masamichi Shikei, al igual que su variante **Hayanuki Chudan Katate**.

5.- *WAKAKURA, Jiro. http://www.ekisuikan.com/*

El 18º Soke de Muso Jikiden Eishin Ryu iaijutsu Yamauchi Toyotake, iniciador de la línea.

El 21 representante del koryu Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu, Sekiguchi Takaaki Komei sensei concede a Marcos Sala en Junio de 2011 los certificados de Komei Jyuku, la Nippon Koden Bujutsu y Menkyo (licencia de enseñanza para poder transmitir la escuela) del koryu Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu.

Oku Iai 奥居合 es la tercera serie, dividida a su vez en dos partes, **Oku Iai I-Waza no Bu** 奥居合居業之部 (tate-hiza) de 8 *kata* y **Oku Iai Tachi Waza no Bu** 奥居合立業之部 de 13 *kata* (10 de ellas en *tachi waza* y 3 en *seiza*). Ésta es la serie más "original" y más antigua, aunque sus técnicas se han ido depurando con el paso de los años se dice que la base son las propias formas que inventó el fundador, Hayashizaki Jinsuke Shigenobu, tras recibir la revelación divina.

Bangai no Bu o Bangai Sanbon 番外 三本 A principios del siglo XX, el ultimo *Sôke* "unitario" (antes de la división en ramas de la escuela), Oê Masamichi Shikei, crea una serie de 3 *kata* denominada Bangai Sanbon. Bangai significa "añadido" o "no numerado" o simplemente, fuera de curriculum o listado.

Bangai Gohon 番外五本 Se trata de una serie de 5 *katas* que introdujo el 19º *Sôke* de Muso Jikiden Eishin Ryu iaijutsu Yamauchi ha (Tokyo), Kono Kanemitsu, fundador del *dojo* Meibukan.

Tachi Uchi no Kurai, **Tachi no Kurai** o **Nanahon no Kata** 太刀打之位 - 七本の型 Es la primera serie que integra el trabajo por parejas, con *Uchidachi* y *Shidachi*, normalmente realizadas con *boken* (*katana* de madera), dejando el *shinken* (de metal y afilada) para *Enbu* (demostraciones). Con anterioridad al 17º *Sôke* Ôe Masamichi, esta serie disponía de 10 *katas*, sin embargo, fue Shikei *sensei* quien redujo a 7 *katas* la serie, siendo esta revisión lo que practicamos en la familia Yamauchi. Aquí algunos practicantes hablan de *kenjutsu* en vez de *iaijutsu* o *kumitachi*, en tanto que nada menos que 4 de las kata de esta serie parten con la *katana* desenvainada.

Tsume Iai no Kurai 詰居合之位 La presente serie de Tsume Iai está compuesta por 11 *kata* siendo las 5 primeras desde *tate-hiza* en ambos papeles, y en la sexta *shidachi* toma *tate-hiza* mientras *uchidachi* se sitúa de pie (*tachi waza*). En las 5 restantes ambos papeles parten de *tachi waza*. La práctica de estas *katas*, según Sekiguchi *sensei*, no se debe realizar con armadura, pero sí en algunos casos pensar que esta se lleva puesta, dato que nos hace pensar la antigüedad de algunas de las *kata*.

La práctica de Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu supone el estudio del desenvaine del sable japonés, siendo en nuestro caso como herederos de la línea Yamauchi, un estudio si cabe más tradicional. Sekiguchi sensei regenta este estilo y dirige su mirada hacia el *koryu*, y en esta línea he intentado aportar un breve resumen a nivel de esquema de los puntos fundamentales históricos que han contribuido a la formación de la escuela así como la estructura de la misma.

Para finalizar agradezco a la dirección y lectores de El Budoka 2.0 su interés al leer este artículo, e informar con gran alegría que durante este verano de 2013, del 20 al 27 de Junio, el 21º Representante de Musô Jikiden Eishin Ryu iaijutsu, **Sekiguchi Takaaki Komei** *sensei* impartirá un **SEMINARIO EN ESPAÑA**, en concreto en la localidad alicantina de Benissa, y vendrá acompañado de su alumna Shimizu Nobuko *sensei* quien aparte de ostentar el grado de *Jikimonkenshi* dentro del *koryu* es la cabeza de la escuela Ryo En Ryu *naginatajutsu*, de la cual yo soy su estudiante, y que también se enseñará en este seminario.

Danza del
LEÓN

El arte de coger el verde

Cultura Lion Dance

Por Vicente J. Valls, miembro Hock Shan Saping (鹤山沙坪)
Fundador de Hong Teck Spain (西班牙弘德)

En las Danzas de León Chino (DLC) observamos que el león termina comiéndose una "lechuga", esparciéndola y dándola en ofrenda a las personas asistentes: "Coger el Verde" es como se denomina comúnmente. Ahora bien, ¿Por qué el león come lechuga? Es más ¿Por qué se dice "coger el verde"? Para contestar a estas preguntas debemos regresar hasta el año 1800, Dinastía Qing (Manchú), donde la insostenible situación socio-económica en el Sur de China, acompañada de desastres naturales, desata una serie de acontecimientos rebeldes que terminaran con la Dinastía Qing.

Es en este momento donde las DLC juegan un papel importante en el Sur y se configuran tal cual las conocemos hoy. Es entonces donde cobra sentido el uso de la lechuga y "coger el verde" se convierte en símbolo de liberación para los activistas Pro-Han en su afán de destruir la Dinastía Qing. En realidad, el león no se come una lechuga o algo verde, se trata de un juego de palabras. CAI QING (採青) que significa literalmente "coger el verde" es lo que se gritaba cuando el león conseguía coger la lechuga (verde), convirtiéndose ésta en un aparente símbolo de buena cosecha y por tanto riqueza para el pueblo. Pero no queda aquí, porque realmente no se referían a esto (que también), en realidad lo que gritaban era CHAI QING (拆清) que significa "Destruir el Qing" refiriéndose a la Dinastía y celebraban, en cada ceremonia, la ilusión de derrocarlos, por este motivo se pateaba fuertemente la lechuga. Actualmente se conserva la tradición, siendo importante que el león, más que lechuga, coja algo "verde". Existen más de 200 ceremonias relacionadas con "coger el verde", llenas de simbolismo chino y que podemos ver en los Encuentros de DLC tradicional.

Historia y teoría del
Atemi de distracción
del Jûjutsu tradicional

Pau-Ramon
Okuden de la escuela Asayama Ichiden ryû Taijutsu
7° Dan de Nihon Taijitsu
6° Dan de Jûjutsu tradicional
Director Técnico de Shintaikan Dôjô
www.shintaikanbudo.com

Una de las características que unen a los Jûjutsu tradicionales de los antiguos koryu con los Jûjutsu clásicos del moderno gendai budô o gendai bujutsu, es el atemi inicial, que también es conocido como el atemi preparatorio o de distracción.
Este golpe preparatorio ayuda a distraer al adversario haciéndole perder la iniciativa, el equilibrio, si procede, y el poder de reacción. El atemi de distracción es una acción totalmente relacionada con el arte de las técnicas de defensa y ataque de los antiguos samurai. Si nos trasladamos al Japón de las guerras, luchas y combates encontraremos que hace mil años las armaduras de los guerreros japoneses, sobre todo la de los guerreros de alto rango, eran pesadas y limitaba bastante los movimientos, una vez el samurai bajaba de su caballo.

Esta armadura aumentó la efectividad protectora para eliminar el escudo como elemento necesario en el campo de guerra. Esta protección de la armadura buscaba salir indemne de la arma protagonista de aquella época, el arco y su proyectiles mortíferos, las flechas. Con el tiempo, las tácticas y las técnicas del arte de combate en todas sus posibilidades cambiaron, y las armaduras se convirtieron en menos pesadas y un poco más maniobrables. Aunque a pesar de estos cambios no propició que el combate cuerpo a cuerpo tuviera una importancia significativa, pero sí que empezaron a introducir diferentes técnicas que serían el antecedente del Jûjutsu (1). Algunas técnicas de control articular, con el resultado de brazos rotos, controles a las piernas y algunas incipientes proyecciones, fueron las técnicas que, desde la posición **yotsumi**, los samurai empleaban en la batalla cuando perdían la distancia de las armas y se veían obligados a continuar el combate cuerpo a cuerpo.
Aunque el atemi fue una técnica muy secundaria, nace en esta época un tipo de atemi que fructificaría, muchos años después, en el atemi de distracción. El samurái, cubierto con una armadura de unos 30 kilogramos, en estas pugnas intentaba lanzarse contra

1.- Puedes encontrar más información sobre este concepto en el artículo "REMINICENCIAS DEL KUMIUCHI EN EL JUJUTSU TRADICIONAL" http://shintaikan.blogspot.com.es/2009/11/reminicencias-del-kumiuchi-en-el.html

su adversario, con el fin de desequilibrarlo y conseguir proyectarle, para continuar la lucha en el suelo y, una vez neutralizado y controlado, utilizaba una daga para finalizar el combate con una técnica letal.

Golpear las zonas protegidas del cuerpo del oponente, fuesen los puños, los codos o los pies, no tenía ninguna efectividad, todo lo contrario, podría provocar el desequilibrio propio y ser contraproducente. Aunque no se descartó totalmente el uso del atemi, la armadura protegía gran parte del cuerpo pero al igual que se crearon dagas especiales (yoroi doshi 鎧通 - 2) para atacar las zonas menos protegidas, quien quiso utilizar atemi encontró una zona del cuerpo, concretamente la cara, que no estaba protegida, el espacio entre la máscara (menpo 面頬) y el casco (kabuto兜), y en esta zona la parte más débil correspondía a los ojos. Y a este objetivo se dirigieron estos primeros atemi de distracción, denominados metsubushi (目潰 - 3) (romper el ojo, cegar los ojos); con el cual se intentaba o que el dolor del ataque a los ojos le impidiese continuar el forcejeo, o que le obligase cerrar los ojos, o que girase la cara desequilibrándose; en definitiva que esta técnica sirviese para conseguir lanzar al adversario al suelo y acabar el combate.

Se pueden buscar los nexos entre la tradición y su evolución clásica en las enseñanzas iniciales del maestro Ueshiba (4), que manifestaba a sus primeros alumnos, y Shioda sensei lo contaba: "**El fundador Ueshiba dijo: En un combate real, el uso del atemi es un 70% y la técnica es el 30% restante**". En otras ocasiones Shioda sensei decía a sus alumnos: "**Ueshiba repetía frecuentemente que los atemi son el 90% del aikido**".

Estas afirmaciones no significaban que el contenido

"Un atemi se efectúa de forma excelente cuando el cuerpo, la respiración y la mente están integradas y forman una sola unidad"

técnico del Aikido fuesen estos porcentajes tan altos, sino que el éxito del Aikido era el atemi que ayudaba a verificar con el óptimo resultado la técnica defensiva utilizada.

Otro de los alumnos más importantes del maestro Ueshiba fue el maestro Mochizuki Minoru, que influenció de manera notable la creación del Taijitsu clásico del maestro Roland Hernaez (5), directamente a este maestro y a su vez al maestro Jim Alcheik. Una parte importante en el Taijitsu clásico es el golpe de distracción al adversario, y siguiendo las enseñanzas del maestro Hernaez, esta acción, siempre que se pueda, se realiza saliendo de la línea de ataque del adversario. En el Taijitsu clásico se efectúa con las manos, los puños o los pies, generalmente, aunque en ocasiones se usan otras partes del cuerpo como: codos, rodillas u otras.

En el Taijitsu clásico, siguiendo las directrices del Jûjutsu tradicional, el golpe preparatorio no es un golpe final, por lo tanto no debe descontrolar totalmente al adversario. Debe ser proporcional al ataque: como

---

2.- Daga para atravesar las armaduras. Arma blanca que se desarrolló con los diferentes cambios de las tácticas militares y la morfología de las armaduras. El Yoroi Doshi, el cual tenía aproximadamente unos 30 cm. de longitud, siguiendo el modelo estándar de los Tantô, fue especialmente diseñado para la práctica del Kumiuchi (combate cuerpo a cuerpo). El Yoroi Doshi fue con frecuencia confeccionado con doble filo (Ryoba yoroi doshi – Daga penetra armaduras de doble filo). El Yoroi Doshi con este tipo de hoja tenía más ventajas para herir y causar lesiones más graves. También provocaba, este tipo de daga, una inserción rápida y una profunda penetración en el cuerpo del enemigo. Se supone que la primera escuela en determinar el Yoroi Doshi jutsu fue Tsutsumi Hozan ryû. (Ver Enciclopedia de las Armas Japonesas, volumen 1º, capítulo 1º).

3.- Dynamic Aikido, Gôzô Shioda, Kodansha International, Tokyo 1968.
Literalmente metsubushi significa colapsar los ojos, interpretado como cegar los ojos. En el Jûjutsu tradicional se refiere con esta palabra a las técnicas de distracción realizadas mediante golpes a los ojos.

4.- Enseñanzas que fueron mejor entendidas por sus primeros alumnos como Gozo Shioda y Mochizuki Minoru.

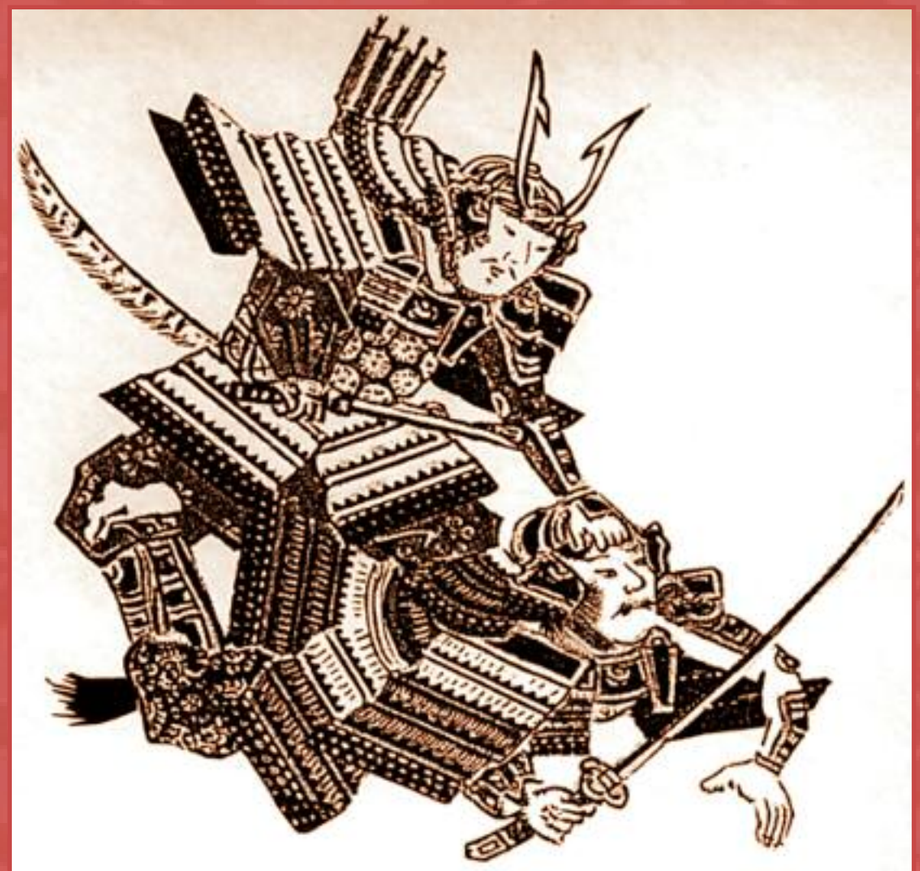
5.- Con la denominación Taijitsu clásico me refiero al Taijitsu inicial, diferenciando del Taijitsu moderno que se aleja bastante de las transmisiones del maestro Mochizuki y los primeros objetivos del maestro Hernaez.

más peligroso sea el ataque, más contundente será el atemi de distracción. Este atemi inicial tiene que ser coherente con la técnica que se quiera realizar, no se desequilibrará hacia una dirección contraria a la técnica posterior. Y lo más importante, no se debe provocar, con la ejecución de este tipo de técnica, un desequilibrio propio, sobre todo si esta acción está realizada con el pie.

El Jûjutsu tradicional nos transmite, en el caso de la escuela Shintaikan directamente por el maestro Kai Kuniyuki (6), que el atemi de distracción no es contundente, sino que es rápido, con aceleración, con rapidez, sin provocar desequilibrio al que lo efectúa, como antes hemos indicado; y está dirigido a los puntos vulnerables (Jintai Kyushô). No rompe, sino que descontrola.

Esta es la finalidad de este movimiento técnico, ante una concentración total en la agresión, una furiosa avalancha de puñetazos, una presa a una solapa o similar con toda su fuerza y empuje, es necesario en el primer lance posible, romper la iniciativa, y en el segundo, distraer la fuerza, la voluntad y la reacción del agresor. Como ya describí en el libro "El Taijitsu, método superior de defensa personal" (7), las distracciones de contacto (atemi de distracción) son aquellas que se realizan mediante atemi con cualquier parte de nuestro cuerpo, y que van dirigidos a zonas o puntos sensibles para acaparar la atención del atacante y, a ser posible, de fácil acceso. Los atemi de distracción se asemejan a toques ligeros cando van dirigidos a puntos altos como nariz, ojos, etc., y contundentes cuando van dirigidos a rodilla, tibia, tobillo, pie, etc.

El atemi preparatorio es, sin duda, el heredero del concepto metsubushi que en ocasiones los samurai realizaban, tanto como antes he indicado con un golpe como también lanzando arena o sustancias similares a los ojos. Éste es uno de los objetivos de algunos



tipos de acciones iniciales: que el oponente cierre los ojos, gire la cabeza, haga una maniobra defensiva con las manos o dirija el cuerpo hacia atrás, con el desequilibrio consiguiente. Ampliando los objetivos y buscando otros puntos vulnerables (8) a parte de los ojos, se pueden describir otros propósitos como: efectos dolorosos, micro pérdida del conocimiento, pérdida de la visión momentánea, inicio de náusea, irradiación del dolor en las extremidades, dificultades en el ritmo respiratorio, ligero bloqueo del diafragma, etc.

6.- Alumno de Shioda y uno de los principales exponentes del Jûjutsu tradicional en el Japón.
7.- Libro publicado por Editorial Alas en el año 1983.
8.- Ver el libro "Jintai Kyushô" de editorial Alas. Los Kyushô de la antigua tradición japonesa. Localización exacta y descripción de más de 70 puntos vitales. Ataques con y sin armas: por golpe, por presión, por aplastamiento y por pinzamiento. Neutralizaciones, controles, aplastamientos.
Link: http://elbudoka.es/Libros-Jiu-jitsu-Tai-jitsu-e25_100_288.html

El atemi de distracción es una acción ofensiva de naturaleza explosiva, por consiguiente en un instante se decide el desenlace de la técnica definitiva. Un atemi inicial mal ejecutado provocará que la técnica de proyección, de control articular o de estrangulación, tenga un resultado negativo.

Tanto en la defensa personal real como en el combate real, el atemi preparatorio es imprescindible. El atemi inicial del Jûjutsu tradicional no depende de la potencia de los músculos del brazo y del hombro si es realizado con la mano o el puño. La potencia del atemi se basa en la potencia de las caderas (koshi no chikara 腰の力), de las piernas, de los pies, de las rodillas, del abdomen, etc. Se basa en el concepto que se conoce en japonés como shûchû ryoku (集中力), que traducido y adaptado se puede definir como: "concentrar la potencia unificando todo el cuerpo" (9). Cuando se unen todas las partes del cuerpo y se concentran en un movimiento, sea de ataque o de defensa, se desarrolla una potencia superior a la que pueden suministrar los músculos de forma aislada.

El éxito de un atemi, de distracción en particular y de cualquier tipo en general, bajo la estrategia del Jûjutsu tradicional, consiste en la corrección de fijar el pie en el suelo. En el momento que se inicia el golpe, las piernas deben soportar el mismo peso, la energía empieza a fluir en los dedos de los pies y en toda la planta de éstos, a medida que fluye está energía, buscando la explosión en el puño o la mano, para continuar su camino se levantará levemente los talones del suelo, tan poca será la distancia entre el suelo y los talones que solo debería caber un papel de fumar. Con una óptima fijación del pie, la potencia se dirige a la cadera, pasando por el movimiento añadido de la rodilla, con una flexión de éstas, para sumar su energía a todo el conjunto. De la rodilla a la cadera y de la cadera al brazo, la unión de todas estas partes del cuerpo dan como resultado una mayor potencia, si la comparamos con la potencia obtenida solamente con la fuerza muscular del brazo. La idea básica del atemi de distracción del Jûjutsu es conseguir que todo el cuerpo forme una unidad flexible.

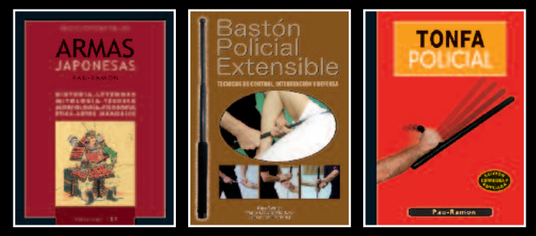
Finalmente sólo me queda hacer unos pequeños apuntes de la respiración que se debe de seguir en el Jûjutsu tradicional. Es importante que el atemi esté realizado en concordancia con la respiración (kokyû 呼吸). En el momento que la mano, el puño, el codo, el pie, etc., impacta contra el cuerpo del oponente, se ha de realizar la espiración. La respiración es relajada y profunda; en la práctica del Jûjutsu tradicional el cuerpo no está en tensión, sino totalmente calmado. Debemos tener en cuenta que en un cuerpo con sus músculos en tensión, será difícil que la respiración llegue a todas las zonas del cuerpo; y con una postura más natural, el proceso de respiración se realiza de forma más libre, ningún músculo presionará para que no se pueda desarrollar la acción respiratoria en toda su amplitud. La respiración correcta es aquélla que fluye de forma tranquila y aporta oxígeno a todas las células, y éstas, realizando la acción de combustión, lo convertirán en energía. Sin una buena oxigenación no se puede tener la fluidez necesaria que cualquier acción del Jûjutsu tradicional requiere. Un atemi se efectúa de forma excelente cuando el cuerpo, la respiración y la mente están integradas y forman una sola unidad, de esta forma en el último instante se tensarán los músculos de la mano paralelamente a la expulsión del aire, ya utilizado, de nuestros pulmones.

9.- Dynamic Aikido, Gôzô Shioda, Kodansha International, Tokyo 1968.

EDITORIAL ALAS

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

Por: Pau-Ramon



Enciclopedia de las Armas Japonesas (Volumen 1º, 2º y 3º)
Historia, leyendas, mitología, técnica, morfología, filosofía, ética, artes marciales...
Vol 1 (200 páginas): 22€
Vol 2 (256 páginas): 25€
Vol 1 (256 páginas): 25€

Bastón Policial Extensible
Técnicas de control, intervención y defensa
(148 páginas): 22€

Jintai Kyusho
Los puntos vulnerables del cuerpo humano
(192 páginas): 14.50€

Tonfa Policial
Segunda edición, corregida y ampliada
(176 páginas): 11,50€

Editorial Alas
c/ Villarroel, 124 - bajos
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com
www.editorial-alas.com

Sasoi Kuatsu (paso 1)
Este Kuatsu se utiliza en casos de insuficiencias respiratorias donde el individuo conserva la consciencia y muestra una incapacidad en el proceso inspiratorio.
El terapeuta se coloca a su espalda, colocando su cabeza sobre uno de los hombros y coloca las manos en la parte inferior de la caja torácica, ayudando al proceso de inspiración normal acompañando hacia atrás su cuerpo.

Sasoi Kuatsu (paso 2)
El segundo caso es favorecer el proceso natural de espiración inclinando su cuerpo hacia delante. La maniobra de la primera foto y ésta deben repetirse diez veces.

Sistemas de reanimación tradicional en Artes Marciales

El secreto escondido del Kuatsu: el SEIFUKU JUTSU

Miguel Ángel Martín-Romo Fernández
Profesor de Sekiguchi ShinShin Ryu
Practicante de esta escuela de AikiJujutsu desde hace 26 años, titulado en Naha (Japón) por el Soke de esta Koryu
m_m_a_r_t_i_n@hotmail.com

SI bien es sabida por la mayoría de los profesores de artes marciales tradicionales la existencia de técnicas de reanimación diseñadas para recuperar de diversas patologías a un practicante durante la práctica marcial en caso de accidente, muy pocos conocen a su hermano 'escondido': el Seifuku jutsu.

En el primer caso hablamos del Kuatsu (también conocido como Kappo, Katsuho, etc.): un sistema para solventar en primera instancia accidentes provocados por golpes, estrangulaciones, hemorragias, accidentes respiratorios o cardíacos, etc. Su significado es "sistema de recuperación", donde Kua significa "vida" y tsu significa "arte".

Los orígenes documentados más antiguos datan del siglo VI como parte de una forma de trabajo del Jiu Jitsu: si el Sappo eran técnicas para atacar a los puntos vitales, el Kuatsu eran las técnicas para recuperar de esos ataques recibidos en caso de accidente. Es en el año 1700, cuando este arte llega a la refinación con la que lo conocemos hoy. La escuela de Ju jutsu Muso ryu del periodo Sengaku (siglo XVI, Shogunato Tokugawa) describe los resultados de pruebas y experiencias exitosas y reiteradas de este arte en el campo de batalla. En el año 1868 constan casi 85 escuelas de Ju jutsu que practicaban Kuatsu.

Estas técnicas se transmitían oralmente de maestro a alumnos aventajados y como parte del legado que el profesor dejaba a su sucesor cuando le cedía la escuela llegado su retiro. Y si bien estas técnicas se mantenían celosamente guardadas en secreto, aún se guardaba más en secreto el estudio de los puntos o Seifuku jutsu: manipulaciones traumato-neurológicas basadas en la presión con los dedos en centros nerviosos, en puntos de meridianos de acupuntura o incluso en la inserción de finas agujas en caso de ser necesario. Aquí se observa la influencia de la medicina tradicional china en este arte.

Ambos métodos se complementaban, pero si bien el Kuatsu es más parecido (y algunos autores afirman que es el padre de los primeros auxilios modernos) a los sistemas de reanimación occidentales y creció en algunas escuelas marciales como parte de su enseñanza, el Seifuku jutsu apenas se mostró en occidente más lejos de las técnicas terapéuticas de las que forman parte, como la acupuntura, la digitopuntura, el shiatsu, etc.

Sasoi Kuatsu – Seifuku jutsu (paso 1)
Finalizado el proceso de restauración normal de la respiración con los dos movimientos anteriores se comienza con la parte de Seifuku jutsu.
El primer gesto es la percusión de la apófisis espinosa de la tercer vértebra cervical con la articulación media del dedo índice.

Sasoi Kuatsu – Seifuku jutsu (paso 2)
El segundo paso del Seifuku jutsu es la percusión de la apófisis espinosa de la séptima vértebra cervical.
Con la percusión de ambas vértebras se tonifica la actividad del pulmón mediante la excitación local del nervio neumogástrico (motor, sensitivo y vegetativo) que comprende el pulmón en el X par craneal.

Ambos sistemas, el Kuatsu y el Seifuku jutsu, trabajan mediante el concepto de la energía.
El primero basa su eficacia en la manipulación de un área anatómica para volver a restaurar mecánicamente su función, veamos algunos ejemplos sin describir exactamente el proceso, únicamente en forma de referencia:

Kuatsu: Ishi Kuatsu

- Accidente: Mialgia en el cuello.
- Protocolo: Estirar el punto de impacto primero a favor de las fibras musculares y luego de forma perpendicular para liberar la tensión del golpe y con ello el dolor.

Kuatsu: Kogan Kuatsu

- Accidente: Golpe en los testículos ascendente.
- Protocolo: Sentar al paciente, elevarlo ligeramente del suelo (unos 10 cms) y dejarlo caer.

Kuatsu: Sasoi Kuatsu

- Accidente: Estrangulación respiratoria.
- Protocolo: Sentarse tras el paciente, sujetar la caja torácica por su parte inferior y dejarse inclinar hacia atrás para ayudar a éste en la inspiración. Volver hacia delante y aflojar el agarre.

Como podemos ver, los Kuatsu son manipulaciones más o menos puntuales de una zona. Pero con ello debe realizarse también la técnica de Seifuku adecuada que, por ejemplo en estos casos, sería:

Accidente: Mialgia en el cuello

- Kuatsu: Ishi Kuatsu.
- Seifuku jutsu: Punto Qishe, situado en el borde superior de la clavícula, entre la cabeza esternal y clavicular del esternocleido occipito mastoideo.
- Efecto del Seifuku jutsu: Insuficiencias respiratorias, descarga la musculatura frontal y lateral del cuello.

Accidente: Golpe en los testículos

- Kuatsu: Kogan Kuatsu.
- Seifuku jutsu: Centro de la planta del pie, golpear firmemente con el puño cerrado manteniendo la pierna del accidentado elevada.
- Efecto del Seifuku jutsu: Restaura la energía local de la zona afectada y la dispersa.

Accidente: Estrangulación respiratoria

- Kuatsu: Sasoi Kuatsu.
- Seifuku jutsu: Puntos: Apófisis espinosas de la 3ª y 7ª vértebra cervical.
- Efecto del Seifuku jutsu: Tonificar la actividad del pulmón mediante la excitación local del nervio neumogástrico (motor, sensitivo y vegetativo) que comprende el pulmón en el X par craneal.

De este modo, ambos sistemas se complementaban, actuando uno de ellos sobre el lado mecánico de la patología para restaurar su funcionalidad, y el otro sobre el lado energético de la misma para recuperar su energía a un estado de normalidad.
A día de hoy, la parte más estudiada por su enorme parecido con las técnicas occidentales de reanimación son, en un alto porcentaje, las técnicas de Kuatsu, mientras que las segundas se dejan en un segundo plano, pero no podemos olvidarnos que para que cada una de ellas necesita intrínsecamente de la otra para ser 100% útil… no podemos olvidarnos que no existe el yin sin el yang… ■

Yuyi Kuatsu
Ejemplo del origen de la actual RCP. Se utiliza para casos de insuficiencia cardiorespiratoria donde el afectado no se encuentra consciente. Actuamente la RCP occidental observa la misma maniobra con mayor número de repeticiones en la ejecución de la técnica.

Ashi Mo Kuatsu
Incidir en el golpeteo de una zona determinada de la planta del pie con una determinada intensidad y cadencia se utiliza para inhibir el dolor y restaurar los testículos en su posición normal dentro de la bolsa escrotal tras recibir un impacto en los mismos.

SERIE TÉCNICA

AIKIDO

CHUDAN TSUKI O GEDAN TSUKI -- SHIHO NAGE

Tori: Pablo Nalda
3º Dan de Aikido
Uke: Julio Ramos
1º Dan de Aikido

Uke ataca Chudan tsuki, o Gedan tsuki.

Tori desvía el golpe elevando el brazo de Uke hasta la altura del hombro.

A partir de aquí Tori se desplaza hacia el interior en Irimi-Tenkan y aplica Shoho nage.

Desde
MÉXICO

Europeos a la conquista de América

Luis Fernando Briceño Zuloaga
Periodista especializado en AA.MM.
Practicante de AA.MM.
plavojrjr@hotmail.com

En la época dorada de PRIDE FC, aquella que hoy luce tan lejana, en un mundo donde el tiempo parece avanzar en un parpadeo y lo que pasó hace diez años se mira hoy como algo distante, vago recuerdo de momentos que no volverán ¿Cuántos europeos no desfilaban haciendo gala de su gran calidad por la lona sagrada y blanca del ring japonés? Mirko Filipovic, Igor Vovchanchyn, Sergei Kharitinov, Alistair Overeem y, claro, Fedor Emilianenko, compitiendo y venciendo a lo mejor de lo mejor en el resto del mundo.

Con la muerte de la empresa nipona, UFC se volvió líder único en el mundo de las Artes Marciales Mixtas y ahí, poco lugar se daba a quienes no habían nacido en el país de las barras y las estrellas o en Brasil. Los europeos se podían contar con los dedos de una mano; si acaso vimos al gran Mirko "Crocop" pasar noches de olvido entre las rejas del octágono, cerrando de triste forma una carrera brillante. También hemos podido ver al inglés Michael Bisping teniendo participaciones decentes en los casi 8 años que lleva de carrera en la organización norteamericana, más recientemente el suizo Alexander Gustafsson nos ha mostrado cómo se convierte en una promesa y se perfila para ser un contendiente real del cinturón de su división.

Sin embargo, de un tiempo acá, una nueva empresa ha comenzado a utilizar elementos nacidos en el "viejo" continente de una forma regular: BELLATOR MMA. Creada en California en el año 2008 y teniendo como atractivo principal el formato de torneo, esta empresa ha echado mano de peleadores de todo el mundo: Cuba, Dominicana, México, Sudáfrica, Japón, Brasil y, por supuesto, Estados Unidos.

En el 2010 el ruso Alexander Shlemenko se coronó campeón de peso medio al vencer a Bryan Baker durante el BELLATOR 23, ese fue el parte aguas para una generación de europeos que se han convertido en el máximo atractivo de esta empresa. El ya mencionado Shlemenko ha enfrentado a los grandes nombres de su división: Hector Lombard, Zelg Galesic, Ronaldo Souza, "Pelé" Landi, etc. volviéndose uno de los favoritos de la fanaticada, hay que destacar que este hombre no conoce la derrota desde hace casi 3 años.

Un año después de la victoria de Shlemenko, el franco congolés Cristian M´Pumbu ganaría la final del torneo de los semipesados durante el BELLATOR 45 a Richard Hale. El practicante de Judo y Savate dejaría su título en manos de otro europeo el 28 de febrero del 2013, frente al eslovaco Attila Vegh, experto en Kenpo Karate; Vegh ganó 14 veces el título mundial de este arte marcial antes de dar el gran salto a las MMA, deporte en el cual posee un envidiable record de 29 victorias, dos empates y tan sólo 4 derrotas.

La temporada siete confirmó lo que ya se venía viendo en ediciones anteriores: El dominio europeo. En el peso completo el ruso Alexander Volkov venció por decisión unánime al americano Richard Hale y se alzó de paso como monarca de la categoría, en los pesos welters Andrey Koreshkov, compatriota de Volkov ganó por decisión a Lyman Good en la final del torneo, ya en semifinales había noqueado al lituano Marius Zaromskis. Para no variar en el peso pluma, el también ruso Shahbulat Shamhalaev noqueó a Rad Martínez, mientras que el peso ligero polaco Marcin Held perdió en la final de su respectivo torneo frente a Dave Jensen; todo estaba dicho, habían conquistado casi todo lo que se les ponía enfrente.

Para los seguidores de las MMA, es un gusto poder decir que este deporte o sistema de competición, como se le quiera llamar, es mundial, que la nacionalidad no hace la diferencia y que aún nos queda mucho por ver próximamente ¿Por qué no? Peleadores alemanes con toda su fuerza, la furia de españoles y portugueses, italianos e irlandeses con su tradición guerrera, etc., las posibilidades son tantas que desde ahora nos hacen soñar.

Entrevista a Sensei

Ricardo Fuchs Camani

Sensei Ricardo Fuchs Camani, 7º Dan Kyoshi de la Escuela de Karate Shorinryu Matsubayashi, representante para España del estilo que en la actualidad dirige Sensei Yoshitaka Taira, nos ha concedido la siguiente entrevista para dar a conocer la línea Matsubayashi-ryu en nuestro país.

Háblenos de sus comienzos en la práctica del Karate y cómo llegó usted a Matsubayashi-ryu.

Mi primer contacto con el Karate-do fue con la Escuela Uechi-ryu en la República Argentina, creo que fue en el año 1968 y habré practicado este estilo aproximadamente nueve o diez meses. Dejé de practicar Uechi-ryu y comencé con Matsubayashi-ryu, estilo que continué en Argentina fundamentalmente con Sensei Shigehide Akamine hasta el año 1986, año en que emigré. A partir de ese momento pasé a depender directamente del Maestro Shoshin Nagamine hasta su fallecimiento (año 1997). De allí en más pasé a depender de su hijo, Soke Takayoshi Nagamine, hasta su repentino e inesperado fallecimiento en abril de 2012. En la actualidad dependo del presidente de la Asociación Mundial Matsubayashi-ryu, Sensei Yoshitaka Taira (Hanshi, 10º Dan).

Es de destacar que sigo manteniendo una muy cercana y fluida relación con Sensei Akamine quien, en mi opinión, es el Maestro que más fielmente sigue el legado dejado por Sensei Shoshin Nagamine.

Usted estudió con Sensei Shoshin Nagamine, fundador del estilo ¿Qué nos puede decir acerca de la personalidad del maestro?

Me animo a decir que a lo largo de mi vida el Maestro Shoshin Nagamine es una de las personas que más me han impresionado. Transmitía un gran sentido de ecuanimidad y daba la impresión de que tenía la capacidad de aprehender(1), de manera inmediata, la realidad de todo lo que ocurría a su alrededor. Era muy meticuloso en la enseñanza de la técnica, pero por encima de todo para él lo más importante era la esencia o lo que se pretendía transmitir a través de la técnica. Dentro de su grandiosidad, lo impactante era su sencillez en el trato. Más allá de lo que pudiera yo decir, una prueba indiscutible de lo mucho que se destacaba es que en el mes de marzo de 1977 fue honrado y distinguido como TESORO VIVIENTE por el Gobierno de Okinawa, distinción avalada por el Ministerio de Cultura y Educación de Japón.

También tradujo al castellano la obra de Sensei Nagamine "La Esencia del Karate-do Okinawense" ¿Pero cual cree usted que es dicha esencia?

Efectivamente, he sido el traductor al español de dos obras del Maestro Shoshin Nagamine: "La Esencia del Karate-do Okinawense" (de la que ya se publicaron tres ediciones) y "Relatos sobre los grandes Maestros de Okinawa" (aún sin editar).

1.- Coger, asir, prender a alguien, o bien algo. Aprender (llegar a conocer).

En su libro, el Maestro Nagamine sintetiza la esencia del Karate-do Okinawense en la frase "Karate ni sente nashi" (No hay primer ataque en Karate). Evidentemente, se transmite a través de esta frase un espíritu de paz, de no-agresión. Pero para que esta frase tenga verdadero sentido, es fundamental que eliminemos de nosotros mismos la intolerancia y fomentemos al máximo la amplitud de criterio. A través de un perfeccionamiento tanto de la mente como del cuerpo (ligándolos íntimamente entre sí) lo que se pretende es que nuestra ejercitación emane de un estado totalmente libre de ataduras llamado "Ku". Para que esto pueda llevarse a cabo, decimos que el "Ku" debe estar libre o "vacío"; nada existe en el "Ku" a la vez que todo emana de él. Es como un espejo, todas las imágenes se reflejan en el mismo, pero no contiene nada más que un cristal y una superficie reflectante. Acompaña este logro una mejor comprensión de uno mismo como del mundo, con lo que el estudio del Karate-do deja de ser un entrenamiento físico para transformarse en un verdadero modo de vida.

Usted viaja por España, Inglaterra, Alemania y otros países de Europa para difundir el estilo. Pero una persona o un grupo de estudiantes que estuvieran interesados en practicarlo ¿cómo podrían comenzar a hacerlo?

Primeramente deberían ponerse en contacto conmigo para recabar información: lugar geográfico, relación que pudiera tener con el Karate-do u otras artes marciales, etc. De haber coincidencia de criterio, el paso siguiente sería evaluar los posibles traslados temporales para llevar a cabo la instrucción. Como las posibilidades son muy variadas, no podría aquí dar una única fórmula. Lo que puedo asegurar es que soy sumamente flexible en contemplar todas las posibilidades que se presenten. La única condición fundamental es que se mantenga siempre pleno respeto a los principios básicos que en todo momento mantuvo y quiso transmitir el fundador de la escuela, el Maestro Shoshin Nagamine.

El estilo de Karate Shotokan, uno de los más practicados en el mundo, tiene sus raíces en Shorin-ryu, los practicantes del mismo interesados en una vuelta a los orígenes ¿podrían compaginarlo con Matsubayashi-ryu?

Por supuesto que los practicantes de Shotokan, o de otras escuelas de Karate, que estuvieran interesados en una vuelta a los orígenes, al menos en lo que a mí respecta, podrían compaginarlo con Matsubayashi-ryu. Si impusiera una restricción en este sentido, estaría cerrando las puertas a quienes tuvieran la inquietud de revivir estos orígenes, estaría limitando mi propia amplitud de criterio.

Arriba, el Maestro Shoshin Nagamine practicando Zazen.
Abajo, Sensei Camani en una demostración del kata "Kusanku".

El estilo de Karate Shorin-ryu es bien conocido por los lectores de las revistas, pero ¿Cuáles son las líneas principales de Shorin-ryu?

Para no extendernos en demasía y sintetizar, podemos decir que en la actualidad en Okinawa existen muchas escuelas diferentes de Karate con origen en dos ramas fundamentales: **Shurité** y **Nahaté** aunque, las fundamentales son cinco: tres para Shorin-ryu o Shurité y dos para Shorei-ryu o Nahaté. Dentro de Shorin-ryu podemos encontrar el Kobayashi-ryu (creado por Choshin Chibana), el Matsubayashi-ryu (creado por Shoshin Nagamine) y el Sukunai Hayashi-ryu (rama menos extendida creada por Nabe Matsumura). Dentro del Nahate podemos encontrar el Goju-ryu (creado por Chojun Miyagi) y el Uechi-ryu (creado por Kambun Uechi).

Entonces ¿Matsubayashi-ryu es una variante de Shorin-ryu ó un estilo propio?

De acuerdo con lo mencionado en el punto anterior, podemos decir que Matsubayashi-ryu es el nombre de una de las tres ramas de Shorin-ryu por lo que también sería correcto denominarla Shorin-ryu Matsubayashi. Cabe destacar que el Maestro Shoshin Nagamine puso el nombre de Matsubayashi a su escuela en honor a dos de los karatecas que fueron los maestros de dos de sus Senseis (Chotoku Kyan y Choki Motobu). Estos dos maestros fueron Bushi *Matsumura* y Kosaku *Matsumora*. Como curiosidad, desde el punto de vista literal, Matsubayashi-ryu significa "Escuela del bosque de pinos".

¿Cuáles son las características principales del estilo?

Sus orígenes provienen de Shuri y Tomari. Aunque emparentado con Kobayashi, tiene movimientos y formas de respirar que lo alejan de este estilo. En Matsubayashi-ryu, tanto los movimientos básicos como la respiración son totalmente naturales. Se da mucha importancia al hecho de estar relajado para aumentar al máximo la velocidad de las técnicas poniendo mucho énfasis en el "kimé" (energía proveniente del "hara" o zona abdominal baja). En las etapas muy avanzadas, después de muchísimos años de práctica, debería tratarse de que tanto las técnicas como el "kimé" salgan de todo nuestro ser sin pensar ni en las técnicas ni en el "kimé" ni en el "hara" o sea, que todo salga del "ku" (vacío o vacuo) que es el profundo significado de "kara" (recordemos que "kara" = vacío). Estas características fueron profundizadas a un nivel muy elevado por Sensei Shoshin Nagamine.

¿Cómo se debe practicar con el Makiwara?

La utilización del makiwara contribuye a perfeccionar las ejecuciones y a lograr en el practicante un entendimiento de sus golpes. Contribuye además a desarrollar el "atemi" (poder de destrucción)

Arriba, ensei Camani junto al Maesto Shoshin Nagamine (fundador de Matsubayashi-Ryu), año 1978.
Abajo, el Maestro Shoshin Nagamine en una postura típica del kata "Kusanku".

o sea, a que se fortalezcan mucho las partes del cuerpo que intervienen en la transmisión de la fuerza de impacto desde por ejemplo los nudillos (de los dedos índice y mayor) a la base de sustentación del cuerpo (el suelo). En un principio, la forma de practicar con el makiwara es tratar de concentrar toda nuestra energía en un foco o punto de impacto. Con el tiempo se pretende que ese foco, el makiwara y uno mismo se unan sin que pueda el practicante sentir diferenciación alguna.

¿También se realiza tameshiwari en el estilo?

Sólo en las demostraciones ya que por su intermedio puede apreciarse el grado de potencia y concentración del karateca logrado a lo largo de la práctica en general y por medio del "makiwara" en particular. El "tameshiwari" (rotura) en sí no representa objetivo alguno en la práctica de Matsubayashi-ryu.

¿Cuál es el Kata ó los Katas más importantes del estilo?

Todos los "Kata" son importantísimos. En Matsubayashi-ryu existen 18 "Kata" y es tan importante el primero como el último. Lo que ocurre es que va aumentando el grado de dificultad. El primero (Fukiugata I, creado por Sensei Shoshin Nagamine) se compone de una serie de técnicas muy básicas mientras que el último (Kusankú, introducido en Okinawa en 1761) es el más avanzado, difícil y magnífico de todos los "Kata" en el que se incluye la mayor parte de las técnicas de defensa y ataque más complejas.

Reforzando lo mencionado anteriormente en relación al espíritu de paz y no-agresión incluidos en la "La esencia del Karate-do okinawense", cabe aquí destacar que la primer técnica con la que comienza cada uno de los dieciocho Kata es siempre de defensa y nunca de ataque.

¿Cómo se trabajan dichos Katas?

Primeramente se aprende el "Kata físico" que se arma encadenando paso a paso técnicas en movimiento. El concentrarse mentalmente en cómo ejecutar cada movimiento es llevar la práctica al nivel de "Kufú". Obviamente se aprende un Kata por vez sin pasar al siguiente antes de que el practicante domine los ya aprendidos. Entendemos por dominar el tener y transmitir la sensación de que el practicante controla con seguridad la secuencia completa de los movimientos que componen el Kata, sin perder en ningún instante el llamado "Zanshin" (hilo invisible que une todas las técnicas del Kata desde el comienzo al fin). Incluso, se considera que el "Zanshin" es una técnica, o sea que todo el "Kata" puede considerarse una sola técnica, si nos perdemos, no hemos ejecutado la técnica.

También debe haber coincidencia posicional y de orientación o sea, el punto de partida y la orientación del karateca antes de iniciar

El Maestro Shoshin Nagamine con su hijo, el Soke Takayoshi Nagamine.

la ejecución del Kata deben coincidir con la que tenga al finalizar la misma. En cuanto al "camino" que pretendemos seguir, el dominio del "kata físico" será nuestra herramienta de trabajo para empezar a transitar hacia niveles superiores. Primeramente el practicante debe desarrollar gran sensibilidad y concentración; luego tratará de ir uniendo la mente con el cuerpo teniendo como centro de expresión el "Hara" (bajo abdomen). Lo fundamental en la práctica de los kata es el desarrollo del "Hara", el propio Maestro Shoshin Nagamine decía: "El Karate comienza y finaliza con los Kata" El objetivo será el de intentar transitar poco a poco por el camino que pretenderá conducir al practicante hacia la trascendencia psicofísica ("Shugyo") con un fluir de energía sin intervención de los sentidos.

Otra peculiaridad de Matsubayashi es la no-existencia de competición ¿qué nos puede decir al respecto?

Matsubayashi-ryu no es un deporte ni una técnica, sino un camino para ayudar al ser humano a enriquecer sus potencialidades. Los deportes se ocupan en desarrollar al máximo el aspecto físico acompañado de un elevado nivel de concentración y control emocional. Sin pretender ser mejor ni peor, el seguir un **camino** implica involucrar

la totalidad de la personalidad. El problema no es cómo desarrollar una mejor coordinación física, o cómo ser capaz de defenderse de un repentino ataque, o cómo desarrollar al máximo los reflejos, sino más bien de cómo coordinar los diversos niveles del ser humano. Si seguimos un camino, para dominar una técnica es necesario dominarse uno mismo conduciendo este dominio a la unión total de la mente con el cuerpo en un único ser. Visto desde otra perspectiva podríamos decir que el objetivo no es que uno ejecute un movimiento con máxima velocidad gracias a una gran preparación física, sino que con la práctica y el tiempo termine por convertirse uno mismo en el movimiento. Es por este motivo que si a alguien le interesara sumergirse en el camino, podría intentarlo sin limitaciones de edad ni de habilidades físicas innatas ni otros condicionantes que si podrían existir si pretendiéramos ser el mejor en un torneo.

¿Existe Kumite Libre? ¿Cómo se practica Kumite?

Sí que existe, pero requiere un elevado grado de maduración para practicarlo. Es uno mismo el que se pone a prueba con otro, **NO** contra otro. No existe ninguna intencionalidad, ni de superar ni ganar a quien tengamos enfrente. Lo que sí se pretende es entregar la totalidad de nuestro ser a la situación particular. Al igual que el kata, requiere un elevadísimo nivel de auto-perfeccionamiento.

¿En los últimos años de vida de Shoshin Nagamine, también incluyó la practica del Zen o Zazen en el entrenamiento?

Muchísimo. Durante los últimos años de su vida trató de vincular de una manera muy profunda la práctica del Karate-do con el Zen. En este sentido, su filosofía puede sintetizarse en la frase "Ken Zen ichinyo" que podría traducirse como Karate y Zen unidos en un mismo camino. En este sentido, en determinadas horas de ciertos días de la semana en su Dojo sólo se practicaba Zazen, disciplina abierta a practicantes y no practicantes de Karate-do. También, en sus clases de Matsubayashi-ryu, muchas veces incluía una breve práctica de Zazen como parte final de la clase en sí.

¿Se entrena Kobudo en Matsubayashi?

Sí que se practica, pero sólo a modo de complemento sin ser un objetivo fundamental de práctica. Cabe resaltar que si bien es un complemento, mientras lo practicamos, tratamos de que nunca perdamos la esencia de lo que se pretende transmitir a través de la técnica. Mantenemos las mismas posiciones básicas y toda la práctica debe contribuir al desarrollo del "Hara" al igual que lo tratamos de realizar en la práctica del arte marcial sin armas (karate-do).

Para contactar con usted ¿nos puede facilitar la dirección suya o página web ó e-mail de la escuela?

Cómo no, dispongo de una página web: *www.karatezenesp.wordpress.com*. También podemos entrar a esta página buscando en Google: Matsubayashi España.

En esta página, como punto de contacto aparece mi e-mail: *rwcamani@gmail.com*

¿Cómo sería una clase característica de Matsubayashi?

Antes de comenzar tratamos por un momento de poner la "mente en blanco, sin pensamientos". Esto representa una transición entre el mundo exterior y la práctica que vamos a realizar, pretendiendo concentrar en ella todas nuestras energías físicas y psíquicas. Realizamos luego saludos de respeto al Maestro Shoshin Nagamine (fundador de la escuela), al lugar de práctica y al Sensei que dirija la clase.

Seguimos con ejercicios de calentamiento y elasticidad. Luego realizamos algunas técnicas de brazos y piernas como para templar completamente el cuerpo antes de concentrarnos en la técnica básica pura y los kata. El resto de la clase, según el día se complementa con "Kote" (fortalecimiento de antebrazos), "Ippon kumite" (enfrentamiento preestablecido) "Yuyu Kumite" (Kumite libre) o fortalecimiento/preparación en algún aspecto particular. Para terminar realizamos ejercicios de elasticidad y estiramiento similares a los mencionados anteriormente y finalmente realizamos saludos similares a los del comienzo de la clase.

P. Ud. viajó a Okinawa para entrenar con el Maestro, ¿casi sería obligación para un practicante de Karate tradicional ir allí, aunque sea una vez en la vida?

Las bases fundamentales establecidas por Sensei Shoshin Nagamine son las mismas para todos los representantes de Matsubayashi-ryu en el mundo. Pienso que visitar a otro maestro de la misma escuela siempre será una experiencia enriquecedora ya que las formas de transmitir las bases dependerán de la personalidad de cada Sensei. No creo que visitar la sede central constituya una obligación imprescindible para un practicante, pero sí una vivencia muy importante para consolidar las bases y lo que haya aprendido con su Sensei ■

Sensei Camani con el "Bo".

Musô jikiden eishin ryû seitôkai
無双直伝英信流正統会
en España

José Antonio Martínez-Oliva Puerta
3er dan de Musô jikiden eishin ryû seitôkai
Jefe del Yûsei Iaidôjo 悠西居合道場
Adscrito al Yûshikan dôjô 悠士館道場 de Fukuoka
y representante del mismo en España

Abogado y traductor de japonés
Autor de la Serie "Japón Cerca" y de la novela histórica
"Las Nubes de Tosa. Crónicas de los últimos samurais"

Vengo a presentar brevemente a los lectores de EL BUDOKA 2.0 la escuela de Iaidô a la cual pertenece mi pequeño dôjô. La magia que se esconde dentro de este arte tradicional solamente se puede explicar practicando, pues la práctica en sí misma es el objetivo principal.

Dicho esto, no me será sencillo exponer lo que desarrollamos en seitôkai, pues pertenece a algo tan íntimo como el espíritu, pero intentaré que mis palabras puedan transmitir lo que nuestros corazones perciben.

Un maestro te puede cambiar la vida. De hecho, el mío, Fuji sensei, Octavo dan de iaidô y Hanshi de la Federación Japonesa de Iaidô, lo hizo. Al igual que me cambió la vida el maestro de mi maestro, Iwata sensei, Décimo dan y Presidente de dicha Federación en la Prefectura de Fukuoka y por extensión en toda la zona de Kyûshû.

Mi contacto con Fuji sensei fue casi providencial. Él lo explicó con la frase ichigo ichie 一期一会 (un momento, un encuentro), pues no hay dos momentos exactamente iguales en la vida y hay algunos incluso que pueden hacer que nos demos cuenta de que todo es ilusión. Y desde entonces, desde que mi maestro comenzó a enseñarme de manera privada, de tú a tú, de corazón a corazón, sentí que las horas que pasaba a su lado en silencio, integrando los movimientos y actitudes que me regalaba, eran un tesoro mayor que cualquier posesión terrenal.

Aquel sentimiento de profundo bienestar y de armonía con todo lo que me rodeaba fue algo que también pude sentir muy dentro cuando Iwata sensei me invitó a una clase magistral en su dôjô. Después de regalarme una larga charla sobre el Bushidô, verdadero objetivo de la práctica en Seitôkai, fue corrigiéndome cada kata durante un par de horas en su dôjô privado y pude sentir como si un pequeño trozo de la Historia me llevara de la mano, conduciéndome a un lugar desconocido para mi hasta entonces.

Allí comprendí la frase del famoso samurai Toranosuke Shimada島田寅之助: "El sable es el espíritu, si tu espíritu no es correcto, tu sable no será correcto. Si quieres aprender el camino del sable, primero, deberás aprender su espíritu".

"El sable es el espíritu, si tu espíritu no es correcto, tu sable no será correcto. Si quieres aprender el camino del sable, primero, deberás aprender su espíritu"

Toranosuke Shimada

Después de ser examinado por aquella auténtica leyenda viva del Iaidô, cuya sonrisa sencilla y accesible desbordaba serenidad y paz, después de ver cómo no le daba importancia ninguna a nada que no fuera la simple práctica en armonía, después de que me exhortara a que me centrara única y exclusivamente en el espíritu de las cosas, sentí que mi Camino ya estaba marcado para siempre.

En sus propias palabras, el Budô es "tradición espiritual de Japón" y como tal, como parte de una cultura de exaltación de las virtudes del respeto y la misericordia, me entregué por completo al Iaidô de la escuela a la que humildemente estoy satisfecho de pertenecer.

El verano pasado, después de que mi maestro hablara con el 22º Sôke de la escuela, Ikeda Takeshi Seikô, recibí el permiso para crear mi propio dôjô en España. Su nombre, Yûsei iaidôjô, está formado según la tradición, por elementos que corresponden tanto a mi maestro como a mi. Yû 悠es "majestuoso", "tranquilo", porque ése es el kakejiku que figura en el Yûshikan dôjô de Fukuoka, la "Casa del Guerrero Majestuoso", del cual es jefe Fuji sensei. Sei西 es de "oeste", porque ése es el ideograma que se utiliza para referirse a España.

Nuestra forma de aprender es sencilla: sólo

practicar. Antiguamente el maestro practicaba los katas delante del alumno y éste los repetía. Así seguimos haciéndolo nosotros. Porque creemos que hay detalles que no se pueden explicar, hay cosas que sólo se pueden transmitir de corazón a corazón. Esa es la magia del Iaidô a la que me he referido antes. Modernamente se aceptó dar pequeñas explicaciones básicas, pero pasado ese nivel de aprendizaje, lo demás sólo es transmisible de maestro a discípulo.

Aparte de los kata, disfrutamos aprendiendo japonés como parte del currículo para los exámenes. El "conocimiento" o la "cultura" son también principios del Bushidô, explicados por la frase Bunbu ryôdô 文武両道o Bunbu benshin文武伴進. Así, no solamente nos recreamos con la práctica del sable, sino que estudiamos el idioma y la cultura de Japón, sin prisas, cada uno a su ritmo, saboreando cada momento como único e irrepetible (ichigo ichie).

Pero si tuviera que definir nuestra escuela, con más de 450 años de antigüedad y reconocida como Mukei bunka zai無形文化財 (Patrimonio Cultural Intangible de Japón), qué mejor que referirme a las palabra de nuestro 21er Sôke, Fukui Torao Seisan, quien estableció el siguiente objetivo: "Respetar la personalidad del oponente con espíritu de cortesía, cultivar un espíritu correcto, e igualmente, hacer que broten las virtudes del samurai (butoku), sin sentir hostilidad hacia el adversario, abrazando un corazón de ferviente respeto y cultivando la armonía con toda la creación de Cielo y Tierra; concentrar todo el alma con devoción en el propio trabajo y en los cambios de éste, alcanzando con responsabilidad los objetivos por uno mismo".

En Yûsei iaidôjô somos una pequeña familia. Sólo somos seres humanos que compartimos horas de aprendizaje con el único objetivo de sentirnos bien y procurar armonía a nuestras vidas. Me dijo en una ocasión mi maestro que sólo practicara Iaidô mientras el Iaidô aportara cosas positivas a mi vida. Así creo yo también que debe ser. La persona y su bienestar físico y espiritual deben de estar por encima de todo lo demás.

Decía Ryôma Sakamoto que el ser humano tiene decenas, miles, cientos de miles de caminos. Todos ellos son caminos que merece la pena recorrer. Nosotros tenemos la suerte de haber encontrado el nuestro, practicar día a día sin nada que ganar o que perder, sólo practicar.

Cada momento entonces, se vuelve único.

"Respetar la personalidad del oponente con espíritu de cortesía, cultivar un espíritu correcto, e igualmente, hacer que broten las virtudes del samurai (butoku), sin sentir hostilidad hacia el adversario, abrazando un corazón de ferviente respeto y cultivando la armonía con toda la creación de Cielo y Tierra; concentrar todo el alma con devoción en el propio trabajo y en los cambios de éste, alcanzando con responsabilidad los objetivos por uno mismo"

Fukui Torao Seisan
21er Sôke

EDITORIAL ALAS

Editorial Alas
c/ Villarroel, 124 - bajos
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com
www.editorial-alas.com

ÚLTIMAS PUBLICACIONES

KARATE: MÁS DE 100 EJERCICIOS PARA APRENDER JUGANDO

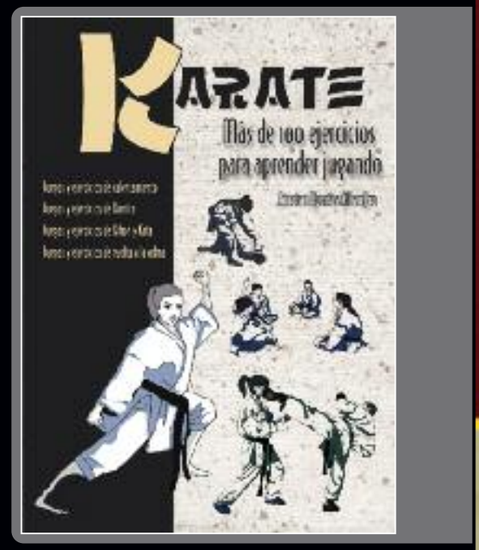
Por Jonatan Huertas Alhambra

P.V.P. 26 euros
Número de páginas: 206
ISBN: 9788420305660

"...el libro satisface necesidades pedagógicas relacionadas con nuestro arte marcial, facilitando a entrenadores, monitores y técnicos deportivos un amplio abanico de juegos adaptados a los diferentes elementos que forman nuestro arte marcial..."

"...dividido en cuatro bloques: juegos de calentamiento, juegos de kihon y kata, juegos de kumite y juegos de recuperación o vuelta a la calma..."

El objetivo de este libro es contribuir, mostrando una visión lúdica, a las sesiones de Artes Marciales, y para ello partimos de la forma de trabajo en la Educación Física, de los JUEGOS y de los EJERCICIOS JUGADOS como medio principal para el Aprendizaje significativo. Se presenta dividido en las partes que componen cualquier sesión: CALENTAMIENTO, KATAS, KUMITE y VUELTA A LA CALMA, cada una de ellas marcada en un color distinto, para que sea fácil y accesible su consulta.
La obra ofrece más de 100 juegos para poder organizar tus propias sesiones. Las ilustraciones, claras y modernas, facilitarán su entendimiento.
Obra práctica por su claridad, diversidad y utilidad, supone una pieza necesaria para todos los profesores que quieran complementar sus sesiones con esta forma de trabajo, para alcanzar los objetivos planteados dentro de la programación pedagógica. Sin duda el libro se convertirá en una parte importante de la biblioteca marcial.



Juegos y ejercicios de calentamiento
Juegos y ejercicios de Kumite
Juegos y ejercicios de Kihon y Kata
Juegos y ejercicios de vuelta a la calma

SOBRE EL AUTOR:

Jonatan Huertas es profesor de Educación Física y cinturón negro 4º Dan de Karate, compagina ambas labores como docente y de ese trabajo diario nació la idea de escribir este libro. En él, se plantea una forma lúdica de aprender un arte marcial, el Karate, mediante juegos, al igual que se realiza en el área de Educación Física. Compite desde los quince años y en la actualidad permanece en activo. Es Maestro Especialista en Educación Física, Entrenador Regional de Karate, Instructor de defensa personal y su currículo deportivo es muy extenso incluyendo diversos campeonatos y subcampeonatos.

http://www.editorial-alas.com/

DOJO AFILIADOS A AESNIT

CATALUNYA Club Esportiu d'Arts Marcials Banyoles - Banyoles (Girona). Prof. Oscar Monistrol, 3er. Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu. Tel: 636001925 # Barcelona. Prof: Àngel Pallejà. 3er. Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu. Tel: 656456308 # Budokan La Mar Bella-Barcelona. Prof: José Checa, 5º Dan Nihon Ju-jutsu, 4º Dan Nihon Tai-jitsu/Kobudo. Tel: 666784164 # PAVELLÓ MUNICIPAL-Cunit (Tarragona). Prof: Miguel Morales, 1º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu. Tel: 653911357 # CLUB DE JUDO ASPA - El Masnou (Barcelona). Prof: Jordi de Alfonso, 7º Dan Nihon Tai-Jitsu/Jutsu. Tel: 676615949 # GIMNÀS SPORT FITNES-El Vendrell (Tarragona). Prof: Juan Hernández, 2º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu. Tel: 620298831 # COLEGIO JAIME BALMES - Hospitalet de Llobregat (Barcelona). Prof: Rafael Delgado, 3º Dan Karate-jutsu. Tel: 630662257 # GIMNÀS SQUASH-Igualada (Barcelona). Prof: Raúl Gámez, 5º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 606563715 # GIMNÀS HIRAYAMA - Mont-ras (Girona). Prof: Antoni Díaz, 4º Dan Karate-jutsu. Tel: 615944646 # La Pineda (Tarragona). Prof: Julián Rivera, 3º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 606039920 # GIMNÀS DE LA PISCINA-Sitges (Barcelona). Prof: Joan Martínez, 5º Dan Nihon Tai/Jitsu/Ju-jutsu. Tel: 600604093 # ASOCIACIÓ JARATE JUTSU PALAUTORDERA - Sta. Ma. de Palautordera (Barcelona). Prof: Critóbal Miranda 4º Dan Karate-jutsu. Tel: 619986323 # BUDOSHIN TARRAGONA -Tarragona. Prof: José-Luis Infante. 6º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 653920684 # BUDOSHIN TARRAGONA. Prof. Jordi Amorós, 5º Dan Aikido.Tel:

653920684 # CLUB BUDOKAN PENEDES - Vilafranca del Penedès (Barcelona): Prof: Pere Calpe, 7º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 686128518 # DOJO AITAI-Premià de Mar (Barcelona). Prof. Jaume Segura, 4º Dan Aikido. Tel. 937516313 # CENTRE DHARMAKAYA - Barcelona (Sant Gervasi). Instructor: Ricard Portolés, 2º Dan. Tel:932 418 742 # DOJO BUDO SENSEI - Barcelona. Sempai: Javi Gijón, 1º Dan. Tel: 934 906 209.

ASTURIAS Avilés- Gimnasio TOA, Prof. Jaime Pérez García 1º Dan Nihon Tai-jitsu/Jujutsu/Kobudo. Tel: 667450560 # La Felguera- Gimnasio Felix Shotokan. Prof. Félix Bargados, 3º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu # Oviedo-Gimnasio Sport Viti. Prof. José Manuel Navarro, 5º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 667450560 # Gijón-TAOASTUR. Prof. José Manuel Navarro, 5º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 667450560.

BALEARES Palma de Mallorca-Gimnàs Es Dojo. Prof. José Luís García, Prof. 4º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo.Tel: 971244311 # Palma de Mallorca-CENTRO DE CULTURA JAPONESA ASUNARO. Prof. Melchor Barrientos 3º Dan Nihon Tai-Jitsu. Tel. 635619796.

MADRID Prof. José Luís Rivera, 6º Dan Nihon Tai-jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 655857766.

Para información: pcalpe@wanadoo.es. Tel: 686128518

Nanbudo

STAGE EN SABIÑÁNIGO

Impecable, esa es la palabra que mejor define el curso vivido en Sabiñánigo, Huesca, en marzo de 2013.

Al frente de los 300 nanbudokas, Doshu Soke Yoshinao Nanbu, que venía directamente desde Japón. Su aspecto inmejorable, pactado con el diablo. Sus recientes 70 años son invisibles en su fisionomía.

Los 300 metros de tatami se quedan pequeños para los entrenamientos. Un pabellón polideportivo lleno hasta la bandera. El más numeroso que se recuerda en la historia del Nanbudo en España.

En la fila de los altos grados 5 séptimos danes, y 4 sextos. Algunos venidos de lejos, Marsella, Perpignan o Zagreb. Otros, de algo más cerca, Barcelona, Lérida…

Como no, el organizador del evento, Mariano Carrasco, director y profesor del Club Nanbudo Sabiñánigo.

Comienza el curso el viernes por la tarde, con un entreno especial para cinturones azules, marrones y negros. Calentamiento tradicional japonés y técnicas de combate, sotai, de alto nivel. Se exprimieron los contenidos al límite. Satisfacción al máximo al acabar y buen sabor de boca de todos los asistentes, que pudieron reponer fuerzas gracias a la extraordinaria colaboración de los patrocinadores, que adornaron este maravilloso curso con un magnífico avituallamiento.

Sábado por la mañana, a las 09.00 se abren las puertas del polideportivo para iniciar el proceso de inscripción de los últimos participantes. A las 10.00 en punto comienza el entrenamiento, al que ya se han unido el resto de los grados. Mañana fresca aunque pronto se templa con el inicio de la clase. Tras la gimnasia de calentamiento japonesa, repaso de randori, (ejercicios de combate) de todos los grados. Programado para dos horas, se extendió hasta 2 y media por expreso deseo de Doshu Nanbu, que encontró la energía y armonía que estaba buscando y no defraudó. Para finalizar, un ejercicio de creación de energía.

Después de la comida, varias reuniones de junta directiva con Doshu Nanbu. Todos quieren aprovechar el momento para debatir algún tema con el Maestro Fundador. Sin mostrar un ápice de desacuerdo o cansancio, atiende a todo el mundo.

A las 17.00 entrenamiento de la tarde. Seguimos con la sesión de la mañana, repasando los randori y aprendiendo alguna que otra técnica nueva. Otras dos horas de Nanbudo en estado puro. Al finalizar y para sorpresa de todos, entrega del esperado cinturón rojo-blanco, 6º DAN a Alberto Abadía. Doshu lo había traído desde Japón. Al término, nueva tanda de hidratación y reposición de fuerzas a cargo de los patrocinadores y emplazamiento a la cena de gala conmemorativa del curso, donde se reunieron más de 140 personas. En ella se pasó un vídeo sobre la trayectoria de Abadía, que recogió emocionado un kimono personalizado, regalo de su profesor, Mariano Carrasco. Más tarde se proyectó otro vídeo en homenaje a los 70 años de Doshu Soke Yoshinao Nanbu. También visiblemente emocionado, dijo que se sentía con mucha fuerza para seguir trabajando y agradeció a todos su presencia en el curso. Hubo algunos detalles para los profesores extranjeros que habían hecho el esfuerzo de desplazarse hasta Sabiñánigo para asistir a este curso.

El domingo por la mañana, cansados pero contentos, forman fila para comenzar de nuevo. Último entrenamiento de este curso. Inicio de la clase con ejercicios respiratorios. Magistrales explicaciones directas de Doshu Nanbu y también de los cintos rojo-blanco, encargados de dividir en grupos más pequeños a todo el personal. A las 11.30 y con muchos nervios entran en acción los infantiles, más de 100, haciendo que el pabellón se quede pequeño. También numeroso el público que asiste a ver en directo a uno de los grandes. Tras el disfrute de los infantiles que pudieron entrenar con su ídolo y aprender de los altos grados, ceremonia final.

En fila perfecta los más de 100 niños recogiendo su diploma y unas chuches, cortesía de la organización. Después, entrega de pasaportes y reconocimiento de grados a los examinados durante el curso.

Ahora esperando la próxima cita, que posiblemente sea en Marsella el próximo abril.

Un fin de semana brillante.

Más información:
nanbudoprensa@hotmail.com

Nanbudo

La oscense Alma Lara, ha sido, a los 34 años, la primera mujer en España en lograr el grado de cinturón negro 6º DAN de Nanbudo

Primera mujer en España en lograr el 6º Dan de Nanbudo

Nacida en Huesca, comenzó la práctica del Nanbudo a los 10 años en Sabiñánigo, de manos del profesor y Director técnico Nacional Mariano Carrasco. Participó en diversas competiciones en las categorías inferiores, junto a José Antonio Clavería, también de Sabiñánigo, ganando ambos varias veces los juegos escolares de Aragón y Campeonatos de España. En 1.995, tras una larga semana de curso en Playa de Aro, Gerona, aprobó el examen de cinturón negro, con 16 años y un año más tarde, en 1996 consiguió su mayor logro en competición, proclamándose subcampeona de combate en pesos ligeros en el Campeonato del Mundo celebrado en París ese año. Tras este meritorio puesto abandonó su etapa competidora y siguió sus entrenamientos, participando en cursos internacionales con el Maestro Fundador Doshu Yoshinao Nanbu en cada oportunidad que le ha sido posible, así como en competiciones nacionales como árbitro o miembro de la organización.

En la actualidad continúa entrenando en Huesca y está volcada en la realización de clases específicas para mujeres que quieran iniciarse en esta disciplina o que ya formen parte de ella y les apetezca reforzar los conocimientos recibidos en las clases en un ambiente más femenino y diseñado para ellas. También se involucra en cada evento preparado por la Asociación Española de Nanbudo, como cursos internacionales o competiciones amistosas. Por todo esto y por su trayectoria en la Asamblea Ordinaria del Año pasado fue nombrada Secretaria de la Asociación Española.

Laboralmente también muy unida al mundo del deporte, ya que trabaja hace más de 10 años en el Despacho Tebas Coiduras Asociados, reconocido internacionalmente por su vinculación al mundo del deporte, y cuyo director, Javier Tebas, es actualmente vicepresidente de la Liga de Fútbol Profesional y candidato a la presidencia en el próximo mes de abril.

Alma Lara con Doshu Soke y Mariano Carrasco.

El pasado mes de febrero, durante el curso internacional de Nanbudo que Doshu Soke Yoshinao Nanbu impartió en Lérida, hizo pública la promoción de Alma Lara en su ascenso a 6º DAN, destacando los más de 24 años que lleva en el Nanbudo y su implicación en todos los ámbitos de este arte marcial. Al finalizar el curso en Sabiñánigo el pasado fin de semana, se ha confirmado este ascenso.

Ha explicado que aunque abrumada por el reconocimiento, se siente muy orgullosa del grado obtenido y mucho más de ser la primera mujer en España en conseguirlo, ya que está muy concienciada en intentar conseguir que las mujeres tengan su hueco en el mundo de las artes marciales. Por eso ha confirmado que va a seguir trabajando para ello, y ya está inmersa en la organización de la próxima Clase Especial para Mujeres que tendrá lugar en Huesca en unos días. También se está diseñando el equipo femenino de competición que representará a España en las próximas competiciones internacionales.

Más información:
nanbudoprensa@hotmail.com

PABLO CAMACHO
VIRTUOSISMO CON EL NUNCHAKU

NATURAL de Peñarroya-Pueblonuevo (Córdoba), a los 8 años se inició con el Judo atraído por las películas del gran Bruce Lee y, tratando de emular sus patadas, su destreza con el nunchaku, etc., saltó al Karate, Kyokushinkai, y con el tiempo descubrió, más allá de pegar golpes, la filosofía y la disciplina de las artes marciales.

Con actitud autodidacta, él mismo se hizo sus propios nunchakus con el palo de una escoba con los que pasaba horas y horas intentando emular al Pequeño Dragón. Desde entonces el Karate ha estado y estará presente en su vida diaria, pasando horas en el dojo entrenado duras y dolorosas sesiones de elasticidad, golpeo en el makiwara, sacos, combate, resistencia física, rompimientos...

Con unas portentosas aptitudes físicas, su eclecticismo le llevó a descubrir el Kobudo de Okinawa, el Kali filipino, el Muay-Thai... Entrenó con los mejores en el Muay-Thai, con Andre Zeitoun de Francia, Roger Paschy, Samart Payakaron y otros personajes de renombre, pero su mentalidad le ataba al Kyokushin. Aún así, su mente, muy abierta para el aprendizaje, le ha llevado a practicar Vale Tudo, Brazilian Jiu-Jitsu, Wing Tsun y Latosa Eskrima.

Valora especialmente la filosofía del Karate, la forma física y psíquica que otorga su práctica, el equilibrio, la coordinación, la flexibilidad, el endurecimiento; y en su aprendizaje guarda un recuerdo especial para su primer sensei de Karate, Diego Coronado, y para Shian Jesús Talán de Karate Kyokushinkai.

Con la actuación artística manejando el Nunchaku vio la herramienta perfecta para fusionar lo marcial y lo artístico, habiendo sido campeón del mundo y donde se ha codeado con los mejores del mundo en la especialidad y en el espectáculo de artes marciales.

Autodidacta en el sentido literal de la palabra, muestra un estilo muy personal y único de nunchaku con el que ha desarrollado su habilidad marcial y artística, fusionando movimientos explosivos y muy rápidos, acrobacias, elasticidad, virtuosismo, con elementos del baile y circenses...

Según sus propias palabras, por medio del espectáculo trata de difundir las artes marciales, siempre desde el respeto a sus tradiciones y etiqueta, pues afirma nos olvidar de dónde viene.

Ha participado como estrella invitada en las mejores galas del mundo, delante de miles de personas, en televisión, etc., destacando Paris Bercy, K-1 Japan, Budoshow Brno en República Checa, New York, Munich y un largo etcétera; y en dos ocasiones en la gala AMAKO de Málaga que organizan el Dr. Gabriel Carranque.

Sin duda un personaje de difícil parangón en España que por méritos propios y grandes dosis de sacrificio se ha labrado un lugar y un prestigio que a día de hoy no sabe hasta dónde le puede llevar. Su perseverancia y sacrificio dirán.

Más información: **www.pablocamacho.com**

Kalaripayattu, Shastar vidya y Angampora, tres artes de lucha secretas del subcontinente indio

Por Harjit Singh Sagoo
Escritor freelance y artista marcial

Escena de lucha del estilo Angampora en el Centro de Hela Angam.

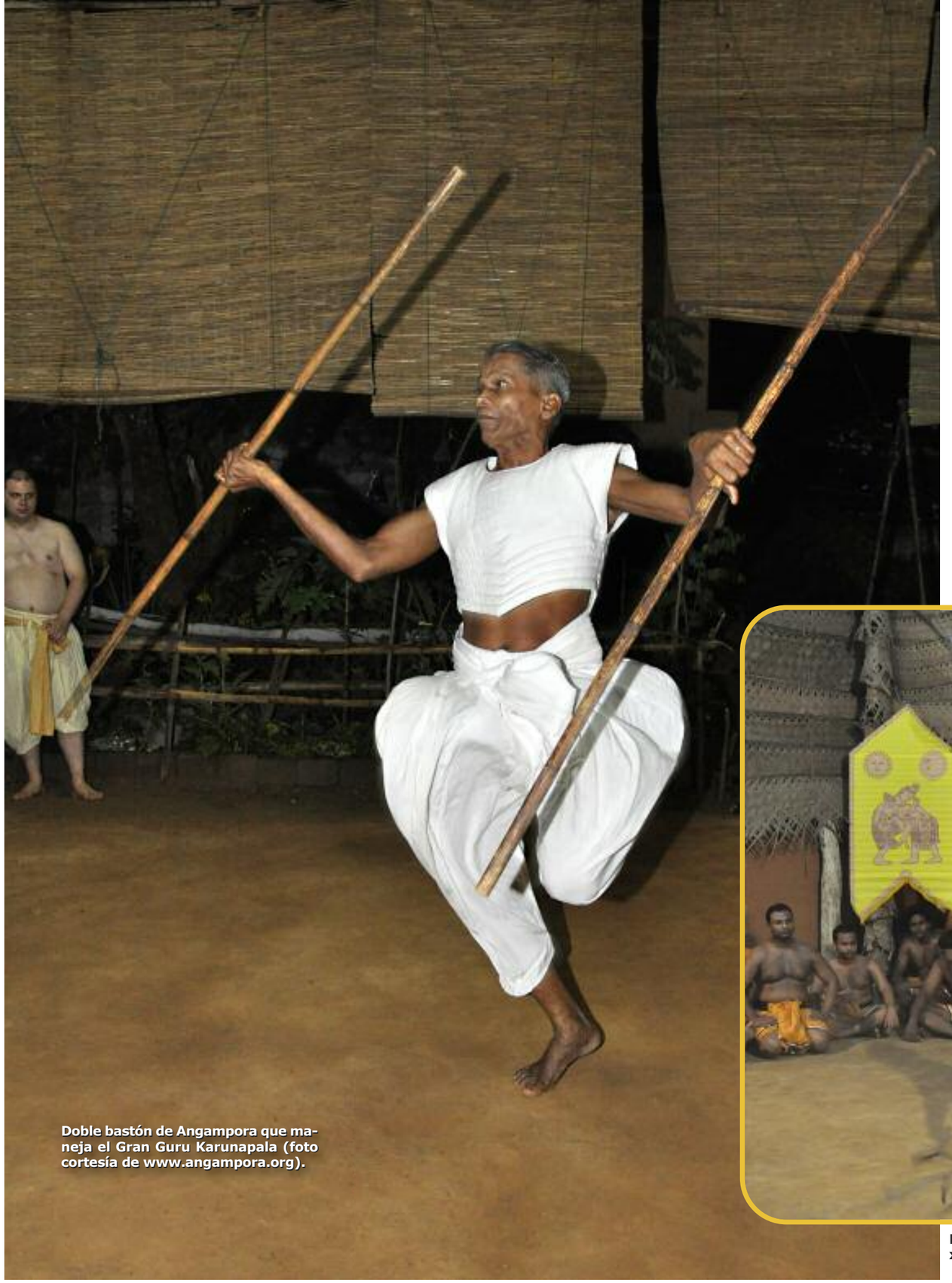
Artes de lucha

SECRETAS

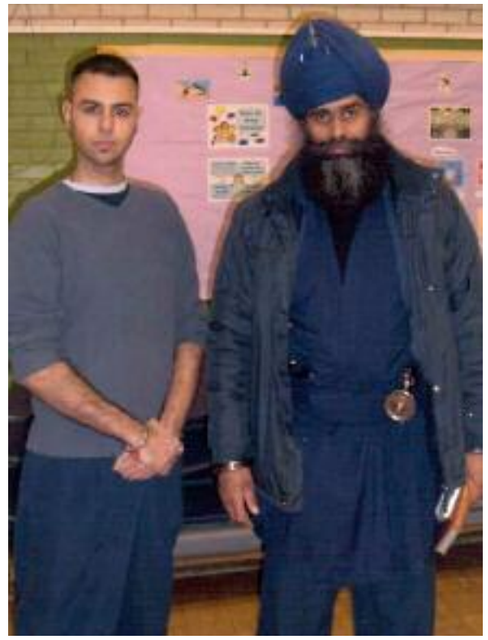
Existen diversas artes de lucha en el mundo que son ciertamente raras por ser poco conocidas, por ejemplo *Lua* de Hawai, *Glima* de Islandia, *Mau Rakau* de Nueva Zelanda, *Bataireacht* de Irlanda, *Pankration* de Grecia, etcétera. Del mismo modo, también son poco conocidas las antiguas artes marciales indígenas de la India y Sri Lanka.
En este artículo trataré de ofrecer un poco de luz sobre estas tres artes: *Shastar vidya* del Norte de la India, *Kalaripayattu* del Sur de la India y *Angampora* de Sri Lanka. Son artes ancianas que fueron estudiadas y utilizadas por los guerreros legendarios, y han sobrevivido a través de los siglos gracias a la tradición guru-discípulo, a veces, de manera discreta.

• SHASTAR VIDYA

Shastar vidya (literalmente, la ciencia de las armas, en sánscrito) es la antigua arte del campo de batalla propio del norte de la India. Diversas leyendas acreditan su origen a los dioses hindúes. El arte perteneció al Kshatriya, la clase guerrera dentro de las cuatro órdenes sociales propias del hinduismo. Es un arte completo que engloba todas las categorías de armas, es decir, las que se sujetan con la mano (espada, por ejemplo), las arrojadas con la mano (por ejemplo el disco), las lanzadas con un dispositivo (por ejemplo el arco y flecha), las lanzadas pero recuperadas (por ejemplo el lazo), las armas del propio cuerpo (por ejemplo la lucha) y los alimentados por mantras (por ejemplo los misiles Brahma).
La tradición afirma que son 16 los principios secretos (*sola Sidhant*) relativos a la técnica, que el *Gurdev* (maestro) imparte únicamente a su más grande estudiante (*Shishya*). A partir del siglo XVII, los Sikhs comenzaron a utilizar el arte del *Shastar vidya* para hacer frente a los ejércitos opresores mongoles. A pesar de su prohibición durante el gobierno colonial británico en la India, el arte del *Shastar vidya* ha sobrevivido hasta nuestros días gracias a la Nihangs Akali (Sikhs de la más fuerte orden marcial). Diversos aspectos del *Shastar vidya* han desembocado en el



Doble bastón de Angampora que maneja el Gran Guru Karunapala (foto cortesía de www.angampora.org).



El autor con Nidar Singh, el 9º Gurdev de Shastar vidya (foto cortesía de Harjit Singh Sagoo).

El Gran Gurú mostrando el manejo de la doble espada flexible de Angampora.

Armamento tradicional de Angampora.

más conocido *Gatka*, una danza con aspectos de deporte de combate (*Khel*), que fue permitida por los británicos. La mayor autoridad en Shastar vidya es Nidar Singh, 9th Gurdev (maestro) perteneciente al linaje del 'Baba Darbara Singh Shastar Vidya Akhara'.

• KALARIPAYATTU

Kalaripayattu (literalmente "entrenamiento para el campo de batalla" en la lengua malabar, propia del Estado de Kerala) es el ancestral arte de lucha de Kerala, al sur de la India. Según las leyendas, este arte fue fundado por Lord Parushurama, la sexta encarnación de Lord Vishnu quien, con sus habilidades blandiendo el hacha, castigó a los corruptos Kshatriyas (guerreros).

Se distinguen principalmente tres variaciones regionales: la del norte, la del centro y la del sur. Las técnicas de lucha, con armas o sin ellas, se centran en dañar los 108 puntos del cuerpo humano. La curación a través del *Uzhichil* (masaje corporal), del *Chikilsa* (tratamiento a base de hierbas) y de la Adoración de la deidad hindú, son también aspectos integrales de este antiguo arte.

En un principio se enseñan ejercicios para soltar y fortalecer el cuerpo. A esto le sigue la formación con varias armas de madera, a continuación con armas de metal, y a continuación el combate sin armas. Se enseña el uso de numerosas armas, de entre las cuales la considerada más mortal de todas: la Otta, un palo en forma de S.

El *Kalaripayattu* sobrevivió a la prohibición británica de 1793. Una escuela de entrenamiento es denominada "*Kalari*" y el maestro es denominado "*Gurukal*". Diestro y mortal, el arte parece como el yoga en forma de combate. Un célebre Gurukal de *Kalaripayattu* es el Dr. Pillai Gurukal Murugan, que es el Secretario Honorario de la Nithya Chaithanya Kalari, y Secretario Honorario de la Asociación Delhi Silambam, India.

• ANGAMPORA

Angampora (literalmente, pelea de brazos, en el idioma cingalés) es el antiguo arte marcial indígena de Sri Lanka, la "Perla del Océano Índico". Exponentes legendarios de esta técnica incluyen el feroz rey de Sri Lanka, Ravana, que luchó contra Lord Rama del

Dr. Pillai Murugan Gurukal, maestro de Kalaripayattu, con Shi Yongxin (abad del Templo Shaolin). En 2010, para celebrar la conexión marcial y diplomática entre India y China, los estudiantes de Kalaripayattu de la India y los monjes de Shaolin demostraron sus artes tradicionales en el legendario templo.

Dos estudiantes Kalaripayattu luchando entre sí con la espada y el escudo en el Templo Shaolin (foto cortesía de: www.nckalari-ayurveda.com).

norte de la India, como se detalla en la épica antigua de la India, el *Ramayana*.

El arte tiene tres aspectos enfocados al combate:

1) Lucha sin armas, que incluye golpes de mano, patadas, luxaciones y ataques a los puntos de presión del cuerpo humano.

2) Lucha con armas que incluye el uso de 64 armas, entre ellas el puño de hierro con cuerno de venado y la espada flexible.

3) *Angam Maya* o combate sobrenatural, que incluye varios mantras que infligen daño psicológico y físico a los enemigos.

Los aspectos no violentos del arte son:

1) Masaje y terapia a base de hierbas.

2) El baile y la percusión.

3) La astrología.

Angampora fue prohibido por los colonos británicos en 1815 que querían pacificar a los guerreros cingaleses, pero afortunadamente los tradicionalistas desafiaron la prohibición y se practica con discreción para hacerlo perdurar. Sólo un puñado de instructores mantienen la tradición. La autoridad es el Gran Guru Angampora Karunapala, un amable anciano de 73 años, que enseña en el centro de Hela angam, Sri Lanka.

Espero que los lectores de El Budoka 2.0 hayan encontrado este artículo informativo e inspirador, lo suficiente como para seguir explorando e investigando estas artes y ayudar así a su conservación para que no se pierdan en las arenas del tiempo.

Harjit Singh Sagoo es un escritor independiente y artista marcial.

EDITORIAL ALAS

Editorial Alas
c/ Villarroel, 124 - bajos
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com
www.editorial-alas.com

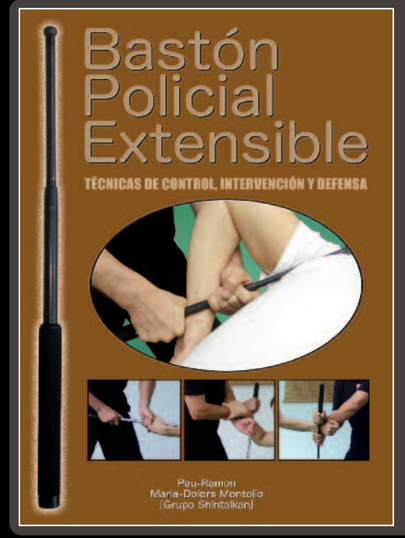
ÚLTIMAS PUBLICACIONES

BASTÓN POLICIAL EXTENSIBLE

Técnicas de control, intervención y defensa

Por Pau-Ramon y Maria-Dolors Montolio
[Grupo Shintaikan]

P.V.P. 22 euros
Número de páginas: 148
ISBN: 9788420305615



"Los agentes de seguridad pública deben tener un bagaje técnico que no provoque repercusiones graves a los delincuentes... y a la vez deben estar preparados para que no sean los agentes las víctimas de los agresores..."

"...se ha buscado, desde el grupo Shintaikan, darle al agente de seguridad todas las posibilidades técnicas para que tenga un control absoluto de las situaciones en las que se pueda ver inmiscuido..."

En este libro se han expuesto una parte de las técnicas básicas de la escuela Shintaikan del método de bastón policial extensible, y aunque el programa es más amplio, hemos creído que las técnicas de base y las aplicaciones que hemos incluido, ofrecen un abanico adecuado para que los interesados tengan una idea clara de cuál es nuestra línea en la práctica con este tipo de utensilio policial.
Los beneficios de la práctica continuada de este sistema, aportan una condición física que se convierte en un mejor rendimiento para poder afrontar jornadas largas de trabajo. Ayudan a mejorar el control de la respiración y ello permite al agente, en las actuaciones policiales, a disminuir notablemente el estrés, proporcionando un mejor control de la actuación.
Otro aspecto a remarcar es el aumento de los reflejos y de la velocidad de reacción ante imprevistos. La práctica continuada también ayuda a una mejor tolerancia al dolor, que se puede traducir en una alta capacidad de reacción tras haber recibido un ataque. En el agente aumentan la seguridad y la confianza en sí mismo, disminuyendo la cantidad de adrenalina, proporcionando, este estado, un mejor control de la psicomotricidad fina de su musculatura.
El programa técnico mostrado en las páginas de este libro ofrece un amplio conjunto de posibilidades en el momento de actuar, puede escogerse entre golpear, luxar, proyectar, controlar, etc., teniendo siempre la iniciativa y, en consecuencia, el control de la situación.

Los autores y colaboradores
Presentación
Introducción
Comentarios históricos de las armas policiales en el Japón
Las armas auxiliares policiales en occidente
El Bastón extensible en España
Formas de apertura del bastón
Posiciones del bastón en la intervención
Técnicas de percusión
Técnicas de bloqueo
Presiones, empujones
Técnicas de intervención (controles y conducciones)
Proyecciones con el bastón policial
Utilización del bastón replegado
Defensa personal
Liberaciones del bastón policial
Responsabilidad civil por el daño causado
Bibliografía recomendada

SOBRE LOS AUTORES:

El maestro **Pau-Ramon** es Experto en técnicas de control y arresto, maestro de artes marciales tradicionales japonesas.
Maria-Dolors Montolio es Magistrada Juez de la Audiencia Provincial de Barcelona.
El maestro Pau Ramon es 6º Dan Yoshin-ryu Tanbo jutsu, de Nihon Tai Jitsu (FINTJ), de Nihon Ju Jitsu (FINTJ), de Nihon Kobudo Tanbo Jutsu (FMLA), etc. Tiene las titulaciones de Renshi de Nihon Kobudô por la Kokusai Budô In, Fed. Internacional de Artes Marciales (IMAF), Renshi de Nihon Kobudô por la Nippon Budô Kokusai Renmei Kai, Fed. Internacional de Artes Marciales japonesas (IFNB), Diplomado como EXPERTO NACIONAL por la Federación Internacional de NIHON TAIJITSU, etc. etc.

http://www.editorial-alas.com/

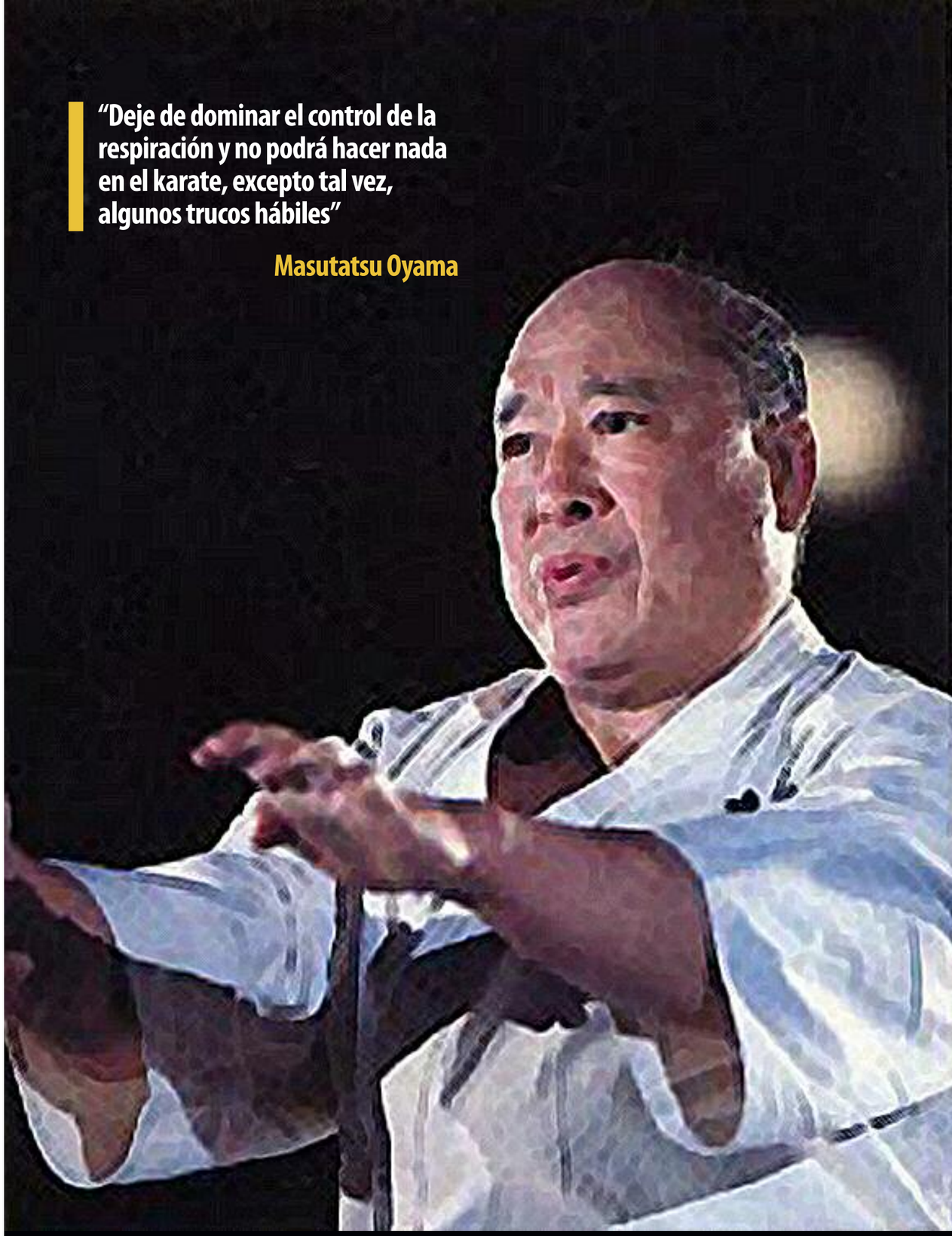
La respiración en el KARATE

Sensei Pedro Hidalgo
4° Dan Karate Kyokushin
1° Dan Okinawa Kobudo
1° Dan Ju-jutsu
Experto avanzado Shintaikan Yubibojutsu

La respiración es una función vital imprescindible y, aunque es automática, puesto que se efectúa naturalmente sin que tengamos que intervenir conscientemente, ésta puede ser controlada conscientemente en función del ritmo y amplitud que queramos conseguir.
El funcionamiento del sistema respiratorio depende de la captación y expulsión de aire, aspectos a los que denominamos inspiración y espiración. En la respiración diafragmática, la inspiración se basa en un movimiento del diafragma, en el que dicho músculo se contrae, se aplana y desciende, incrementándose el volumen de la cavidad torácica, por lo que el aire entonces entra en los pulmones para llenar el nuevo espacio. Se trata básicamente de que en la contracción del diafragma aumenta la presión negativa ya existente con lo que el aire exterior (que tiene una presión superior) entra rápidamente. La espiración se basa en la relajación del diafragma, en su vuelta a la posición natural y en forma de cúpula, con lo que se obtiene una disminución del tamaño de la cavidad pleural, y las costillas, el esternón y el diafragma comprimen los pulmones elevando la presión intrapulmonar, lo que impulsa al aire utilizado (dióxido de carbono) fuera de los pulmones.
El Gran Maestro Mas Oyama ponía gran énfasis en la importancia del control de la respiración para la práctica del Karate: "Las respiraciones profundas repetidas con el pecho causan vértigo, un desequilibro de oxígeno en el sistema sanguíneo que es peor que estar

"Deje de dominar el control de la respiración y no podrá hacer nada en el karate, excepto tal vez, algunos trucos hábiles"

Masutatsu Oyama



sin aliento ya que disipa toda fuerza, dejándolo a uno sin equilibrio e indefenso…". Al respirar correctamente, y de manera eficiente, se puede aumentar significativamente la eficacia de las técnicas.

Existen varios métodos de respiración en las Artes Marciales, pero en esta ocasión nos centraremos en el método de respiración IBUKI utilizado en el Karate Kyokushin.

El Maestro Steve Arneil (10º Dan) enumera diversos beneficios que puede aportar la respiración ibuki. Su práctica puede aumentar la capacidad pulmonar, limpiar el sistema respiratorio por la inhalación de oxígeno limpio, que a su vez se distribuye dentro de la corriente sanguínea. También contribuye al endurecimiento del cuerpo, en especial del estómago. Permite corregir irregularidades en el ritmo respiratorio provocado por fuerzas externas. En la cultura oriental se dice que si se controla el estómago, se pueden controlar las emociones, así mismo la respiración ibuki aumenta el espíritu competitivo y la concentración. Si controla este método de respiración abdominal, tendrá muchas posibilidades de controlar sus emociones.

El gran Maestro Mas Oyama recomendaba la práctica diaria de éste método de respiración. La respiración ibuki está presente en un gran número de katas de kyokushin, además el aprendizaje de este método de respiración es imprescindible para cualquier practicante de karate.

El método de respiración Ibuki:

1) Inhale rápidamente a través de la nariz o la boca hacia la parte inferior del abdomen. En el pico de la inhalación, parar y tensar todos los músculos especialmente los de los brazos, piernas y dedos medios.

2) Realice una espiración larga y sonora, con la punta de la lengua empujando detrás de los dientes inferiores, mientras el resto de la lengua cae naturalmente sobre la garganta. Mantenga la garganta bien abierta y tense todos los músculos del cuerpo, poniendo especial énfasis en el abdomen.

3) Fuerce la salida del aire del estómago y de los pulmones realizando una contracción de la parte inferior del abdomen mientras realiza un recuento mental de cinco segundos. El ruido de la exhalación debe ser constante desde el principio hasta el final, sin que hayan variaciones en fuerza o tono.

4) Cuando quede poco aire, se debe realizar una última fuerte tensión del abdomen expulsando todo el aire que quedaba.

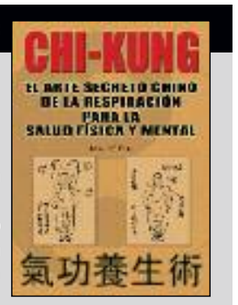
5) Se aconseja practicar este método de respiración en grupos de tres ejecuciones.

Kata tensho ejecutado por Hanshi Steve Arneil y sus alumnos avanzados en el reciente Mundial de la IFK.

BIBLIOGRAFÍA:

—> Essential Karate. Mas Oyama

—> CHI-KUNG. El arte secreto chino de la respiración (José Mª Prat. Ed. Alas)



EL BUDOKA 2.0

REVISTA BIMESTRAL DE ARTES MARCIALES

Nueva edición digital gratuita
Nuevos contenidos
Nueva imagen

www.elbudoka.es
info@elbudoka.es

https://twitter.com/editorialalas

http://www.facebook.com/pages/El-budoka-20/171547462873439

Editorial Alas
www.editorial-alas.com