NUEVA EDICIÓN DIGITAL GRATUITA - NUEVOS CONTENIDOS - NUEVA IMAGEN

EL BUDOKA 2.0

REVISTA BIMESTRAL DE ARTES MARCIALES Nº47 año VIII

Tony Montana

Kerambit - Sarong - Kyusho

Chi Sau en Ving Tsun

Haruo Matsuoka Sensei

Tradicionalismo en Kungfu

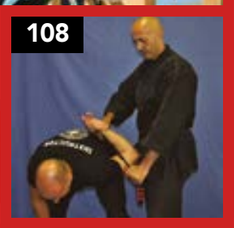
Departamento Kenpo Policial

André Le Capitaine (entrevista)

Mundiales Absolutos de Karate

KATCHÛ: La armadura japonesa

EL BUDOKA 2.0



Sumario

4 Noticias

6 Kerambit, Sarong y Kyusho (La terna perfecta)
Entrevista a Tony Montana
[Por Tony Montana y EL BUDOKA 2.0]

20 Chi Sau
[Por Juan Manuel Sanz]

32 Katchû: La armadura japonesa
[Por Luis Nogueira Serrano]

44 Por cuarta vez España acogerá los Mundiales Absolutos de Karate
[Por Javier Brieva]

54 Tradicionalismo en Kungfu
[Por Sebastián González]

64 Siete tónicos de la Medicina Tradicional China
[Por José Patricio Andreu]

72 Apuntes sobre el valor del lenguaje implícito y el yo colectivo en la cultura japonesa
[Por Javier Parrilla Romero]

86 Asoc. Wong Shun Leung España AWW. Crónica del 20 aniversario
[Por Daniel Palau]

96 André Le Capitaine…. una vida de Budo
[Por Miguel A. Ibáñez Espinosa]

104 Sheung Kung. La forma avanzada del sistema Tang Yik Weng Chun
[Por Alfonso Franch]

108 Las páginas del Departamento Nacional de Kenpo
Departamento Kenpo Policial
[Por Pilar Martínez & Alfonso Lobato Mayorga]

116 Matsuoka Sensei: La búsqueda del Aiki
[Por Juan Antonio García Ruiz y José Manuel Domínguez García]

120 Stage internacional de Nanbudo en Platja d´Aro (Girona)
[Por Alma Lara]

122 Espacio Feng Shui: La fachada de una casa
[Por Meritxell Interiors & Feng Shui]

Dirección, redacción, administración y publicidad:

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

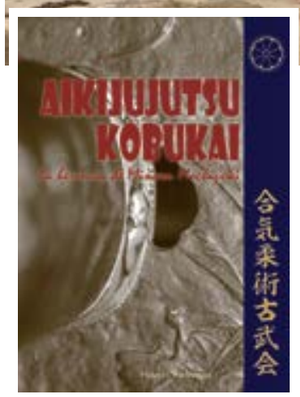
Depósito Legal: B-42328-2010
ISSN: 2014-0053
Nº 47 / Septiembre - Octubre 2018

Aikijujutsu Kobukai

Cursos internacionales de verano

Durante el mes de julio se han celebrado los dos cursos de verano que organiza **BUDO INTERNATIONAL**, el primero celebrado en Weelde (Bélgica) y el segundo en Cervo (España). En el primero de ellos pudimos contar con los Maestros Jan Janssens, Hugo Chauveau, Alexei Kuminz y Vitaly Lazarev; durante el mismo se trabajó Ken Jutsu, Jo Jutsu y programa técnico de Yondan y Nidan, además de realizar exámenes de grado Nidan, destacando el aprobado de nuestro Miguel A. Marín Sancho.

En el segundo curso organizado por el Maestro Miguel A. Rojo e impartido por el Maestro Jan Janssens y Marc Peeters auxiliado por Miguel A. Ibáñez. Durante el mismo se trabajaron Ken Ryu no Kata y Tai Sabaki Ken no Kata además de dar una revisión del programa de Shodan con los profesores de dojo asistentes y Sandan con el personal que prepara exámenes para el próximo curso.



Bibliografía recomendada: "AIKIJUJUTSU KOBUKAI" Por Hugo Chauveau (Ed. Alas).

Si bien cada uno de los cursos de verano tiene una característica especial destacar este año la convivencia y el gran ambiente que hemos tenido en el curso de Cervo, Galicia.

Para el año que viene ya tenemos fechas para nuestro dos cursos internacionales, **22-23-24 Marzo en Burela**, (Galicia), **11-12-13 Julio en Weelde** (Bélgica) y **19-20-21 Julio en Cervo**, (Galicia), nos queda además pendiente de confirmar fecha para el curso que impartirá el Maestro Hugo Chauveau en **Zaragoza**.

Miguel A. Ibañez Espinosa
5° Dan Aikijujutsu Kobukai
SHIDOIN España

KERAMBIT, SARONG Y KYUSHO

LA TERNA PERFECTAPA

Por Tony Montana

148 páginas / ISBN 9788420306216

A lo largo de las páginas del libro, kerambit, sarong y kyusho entran en una simbiosis perfecta formando una unidad armónica y equilibrada. El lector encontrará parte del autor, parte de su experiencia de vida, parte de su conocimiento adquirido tras 45 años de práctica y aprendizaje de la mano de grandes y reconocidos maestros de diversas disciplinas marciales como como Guro Dan Inosanto, Guro Richard Bustillo, Sifu Nino Bernardo, G.M. Evan Pantazi, G.M. Mark Kline, M. Ángel García-Soldado... y un largo plantel de grandes maestros que le servirán de inspiración.

Más información:

EDITORIAL ALAS

info@editorial-alas.com

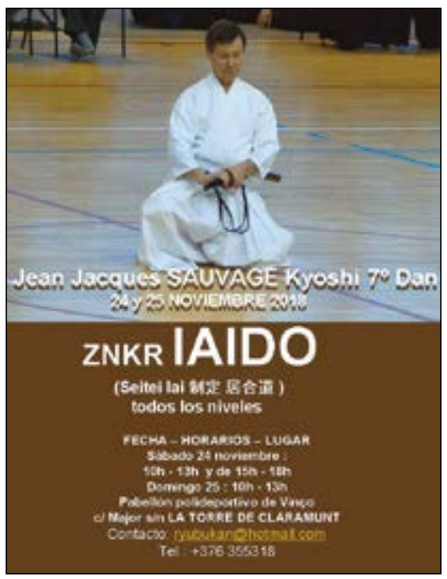
www.editorial-alas.com

CURSO DE KYUSHO-JITSU

A cargo del maestro **Jean-Paul Bindel** en Seimar Dojo. Día 27 de octubre de 2018. Más información: www.seimardojo.com

ZNKR IAIDO

ZNKR Iaido con Jean Jacques Sauvage, Kyoshi 7° Dan, los días 24 y 25 noviembre de 2018. Pabellón polideportivo de Vinço (La Torre de Claramunt). Más información: ryubukan@hotmail.com.



Kerambit, Sarong y Kyusho

La terna perfecta

Por Tony Montana
y EL BUDOKA 2.0

Tony Montana
KERAMBIT

Tony Montana ha plasmado, en la obra que aquí presentamos, sus bastos conocimientos sobre los tres aspectos que cementan su trabajo: "***Kerambit, Sarong y Kyusho. La terna perfecta***". Y lo hace desde la simplicidad del que domina la materia desde todos los aspectos... pero es una simplicidad engañosa ya que cada una de las tres patas de este libro, Kerambit, Sarong y Kyusho, precisarían de muchas más páginas de forma monográfica para poder abarcar todo cuanto podría ofrecernos el autor.

Y es que años y años, kilómetros y kilómetros, cursos, seminarios, entrenos, investigación, etc., dan para mucho y más bajo la tenacidad de este infatigable artista marcial... y si además lo hace bajo el cobijo de personajes tan ilustres como los que han sido sus instructores, maestros y guías, el resultado es imprescindible, impresionante y apasionante. Estas son sus palabras:

¿Desde cuándo practica artes marciales?

Empecé a la edad de ocho años en una escuela de Judo, hasta que mi curiosidad me llevó a practicar Karate, Muay Thai, Kajukenbo y artes marciales filipinas, con el que será hasta el día de hoy mi maestro, Shihan **Jesús Juni Cadenet**, gracias a su aval conocí a mi maestro de artes marciales filipinas y Jeet Kune Do, sifu **Jaume Rossell**, gracias a ellos conocí a grandes maestros en estos sistemas. Mi pasión desmesurada y mi disposición a estudiar me acercaron al Kyusho Jitsu de la mano del maestro **Sebastián Deibe**. Mi afición por las armas y la relación con las artes marciales filipinas me ayudaron a investigar sobre una de las armas más fascinantes del mundo, el kerambit y una prenda de vestir sencilla de influencia indonesia, el sarong. Ahora, con 53 años, y después de 45 años de estudio y práctica, intento transmitir a mis alumnos estos conocimientos que tan generosamente me enseñaron mis maestros.

¿Y desde cuándo se especializó en las técnicas filipinas e indonesias?

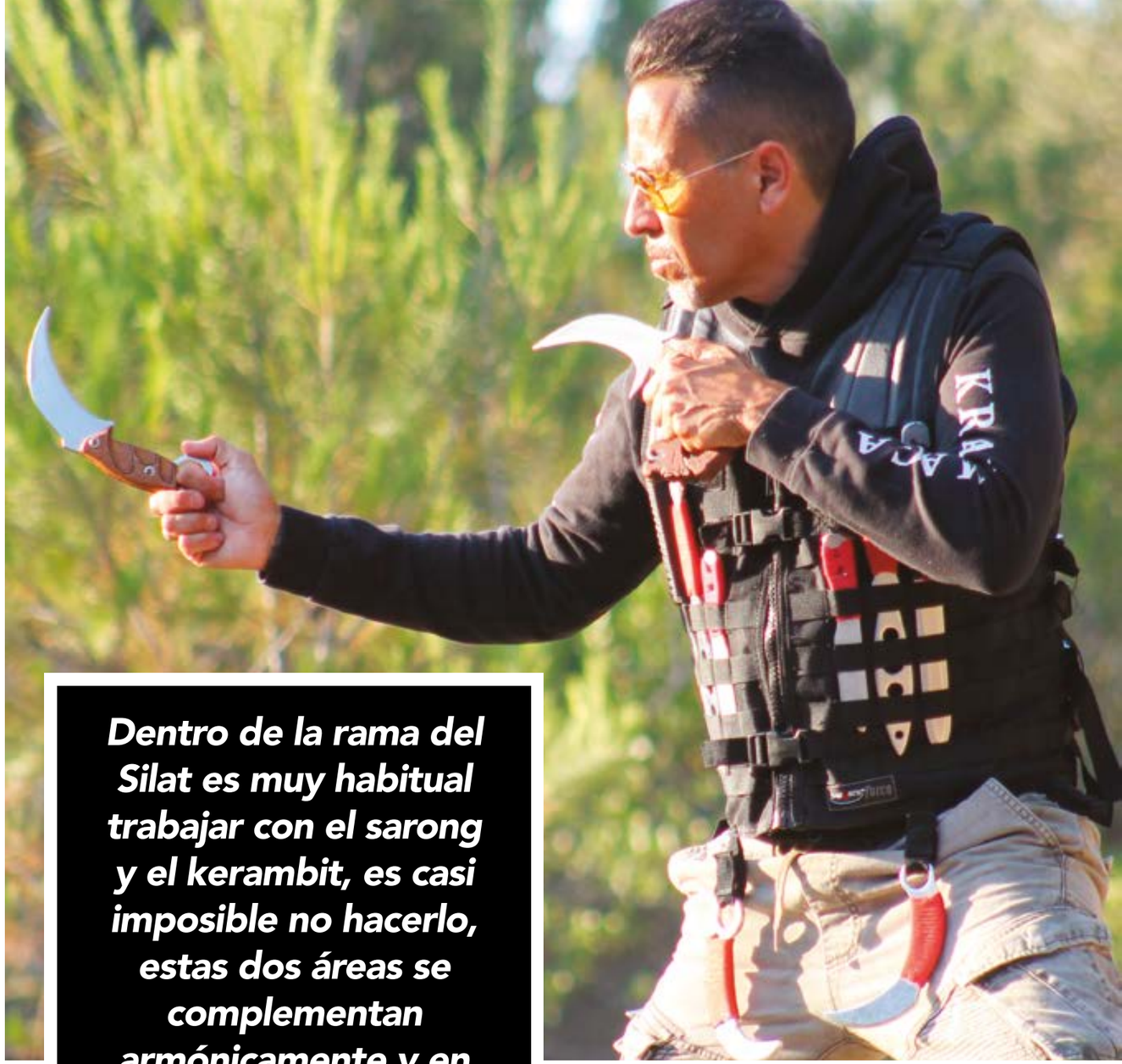
Bien, mi primer contacto con las artes marciales filipinas fue con 16 años de la mano de mi sensei, pero mi desarrollo no fue hasta que conocí a mi sifu Jaume Rossell algunos años después. Sifu supo trasmitirme su pasión y sus extensos conocimientos sobre la eskrima, a través de sus artículos y de sus clases conocí de primera mano un sistema fluido, versátil y eficaz, gracias a su historia y a su cultura.

Las AMF son la base de mi sistema. Montana Training System.

¿Usted combina Kerambit, Sarong y Kyusho, por qué? ¿Cómo surgió esta combinación?

Lógicamente aprendí individualmente cada uno de ellos, y dentro de la rama del Silat es muy habitual trabajar con el sarong y el kerambit, es casi imposible no hacerlo, estas dos áreas se complementan armónicamente y en perfecto equilibrio, retroalimentándose una de otra. La aplicación del Kyusho no altera el funcionamiento de las dos áreas anteriores, más bien todo lo contrario, cuando golpeamos con el anillo de retención del kerambit, lo hacemos sobre los nervios o sobre los meridianos energéticos, provocando reacciones neurológicas leves, evitando así causar lesiones graves. El Kyusho nos ayuda a conocer anatómicamente el funcionamiento del cuerpo humano. Combinar estas tres áreas es el resultado evolutivo del estudio de todas ellas individualmente.

"Kerambit, Sarong y Kyusho. La terna perfecta". (Tony Montana, Ed. Alas).



Dentro de la rama del Silat es muy habitual trabajar con el sarong y el kerambit, es casi imposible no hacerlo, estas dos áreas se complementan armónicamente y en perfecto equilibrio, retroalimentándose una de otra...

Sus amplios conocimientos provienen de diversas artes marciales, y de diversos maestros e instructores, podría hacernos una exposición?

Mis maestros supieron transmitirme su pasión por la lectura y el estudio, no tan solo me enseñaron la parte física o técnica, su pasión por la filosofía ha sido el puntal que despertó todas mis inquietudes indagando, preguntando y buscando respuestas. Las artes marciales tienen un padre y una madre y siempre busqué todo lo que las unía, no lo que las separaba. Todas tienen algo en común y ese fue mi principio. Como he dicho anteriormente he tenido dos maestros directos y a través de ellos he podido hacer seminarios y cursos de instructor con los maestros más relevantes y conocidos, de todos los sistemas que he practicado.

He podido compartir conversaciones y entrenos en grandes eventos como el Hall Of Fame y conocer de primera mano a grandes maestros que han sido una gran influencia para mi.

Hace algunos años fundé mi propio sistema, para no sentirme limitado a un solo estilo o a las jerarquías caprichosas implícitas de muchos sistemas. Las artes marciales filipinas y el Jeet Kune Do, son dos de los puntales de mi sistema, por otra parte, el estudio de la acupuntura, el Kyusho y el Silat, son las dos otras influencias que sustentan mi sistema. Pero con diferencia el impulsor hacia mi crecimiento personal fue la filosofía de **Bruce Lee**, y su aplicación práctica en las artes marciales.

¿Las artes marciales y las armas procedentes de filipinas tienen un atractivo especial, qué destacaría usted? ¿Qué tienen que no posean las artes marciales orientales clásicas?

La historia del pueblo filipino ha sido determinante en el desarrollo de sus artes de guerra, durante muchos años se vieron obligados a defender su territorio y su cultura, forjaron su carácter a base de lucha, apostando por la vida y como sus aliados contaron con las armas de filo, cuchillos, espadas, dagas, kerambits… supieron adaptarse a sus enemigos incorporando a su manera de luchar todo aquello que mejorara su sistema, viniera de donde viniera, así pues, las armas forman parte intrínseca de su cultura.

Toda la cultura oriental para mi tiene mucho interés, pero por cuestiones de tiempo y para poder aprender en su totalidad un sistema escogí finalmente las artes marciales filipinas. Siempre he sido un gran admirador de uno de los hombres más influyentes y sabios de la cultura filipina, me refiero al gran maestro **Dan Inosanto**, su trayectoria y su vida son un ejemplo de honestidad, esfuerzo, disciplina y un interés inagotable por seguir aprendiendo y mejorando día tras día, así lo demuestra en sus seminarios por todo el mundo.

Mi relación con las artes marciales japonesas son otro de mis puntales, no podría decir cuál es la mejor, sigo nutriéndome de ambos mundos que como he dicho antes, tiene un mismo denominador común.

Las armas procedentes de filipinas tienen algo especial, tal vez sea el espíritu de todos aquellos guerreros y sus ancestros, que gracias a los grandes maestros filipinos y su experiencia en combate, nos han transmitido hasta hoy.

Usted maneja el sarong de una forma endiablada y demuestra sus amplias posibilidades y lo hace con un kerambit, esta combinación resulta brutal...

Efectivamente, el sarong es muy versátil y muy ligero, puede golpear, envolver muchas partes del cuerpo, estrangular, bloquear, desarmar… sus movimientos son muy fluidos adoptando el espíritu de la serpiente o del látigo, sus técnicas son infinitas del mismo modo que sus variaciones, aunque externamente pueda parecer inofensivo, las consecuencias suelen ser letales, partiendo articulaciones, provocando asfixia o controlando totalmente al adversario y a las armas que pueda esgrimir.

Combinar el sarong con el kerambit, es combinar al tigre y a la serpiente cada uno con sus atributos. No hay nada más peligroso que enroscar el sarong en la muñeca o el cuello mientras en a otra mano sostienes un afilado kerambit, absolutamente indesarmable. La armonía de estos dos elementos y la complicidad entre ellos, les convierte en un arma letal.

También emplea el kerambit en solitario o el sarong en solitario, y parece que las posibilidades no se agotan…

Exacto, es fascinante ver las posibilidades infinitas del kerambit y el sarong, lejos de estancarse, el alumno puede innovar y ampliar constantemente su conocimiento y la aplicación de estas armas. Es muy importante el toque personal de cada uno, y la manera en que interpreta estas técnicas. Siempre pongo un ejemplo práctico, un músico aprende las notas que siempre son las mismas, pero incluso la misma partitura se interpreta de modo diferente y con diversos instrumentos, en el kerambit y el sarong sucede lo mismo.

El kerambit tiene una destacable cantidad de posibilidades de agarre, de uso y de ataque. Y ello la convierte en difícilmente defendible ¿no es así?

Si así es, el anillo de retención lo hace indesarmable y su doble filo curvado basado en la garra del tigre lo

Siempre he sido un gran admirador de uno de los hombres más influyentes y sabios de la cultura filipina, me refiero al gran maestro Dan Inosanto, su trayectoria y su vida son un ejemplo de honestidad, esfuerzo, disciplina y un interés inagotable por seguir aprendiendo...

agarre del arma, se utiliza para golpear sobre huesos, tendones, nervios y puntos de presión. La forma curvada del filo hace que se adapte a las articulaciones, al cuello y a muchas de las formas anatómicas de nuestro cuerpo, su corte secciona y desgarra fácilmente los músculos, arterias y tendones.

El kerambit tiene múltiples agarres, y en función de ellos desarrollamos diferentes ataques y defensas. Colocando nuestro dedo meñique en el interior del anillo de retención, el doble filo queda hacia arriba, este agarre representa el espíritu del tigre pudiendo realizar más de 20 ángulos de ataque. Por todo ello, el kerambit es un arma letal completamente ofensiva y destructiva.

Por si ello no fuera suficiente añade usted el conocimiento del Kyusho, recuerda cómo surgió esta idea de cómo combinar esta terna?

Una vez desarrollados los sistemas individualmente, me di cuenta de la simbiosis perfecta de estos tres elementos, el Kyusho aportó el toque mágico e inesperado que tanto oímos hablar en el bubishi, o el famoso dim Mak, con el que Frank Dux, se convirtió en leyenda a través de esa inolvidable película protagonizada por Jean Claude Van Damme, "Contacto Sangriento".

Para mantener el equilibrio entre el sarong y el kerambit y sobre todo para aprovechar el anillo de retención, decidí introducir los conceptos milenarios del dim mak Kyusho, con ligeros toques buscando la efectividad máxima con el mínimo uso de la fuerza, en armonía con los movimientos del kerambit y el sarong.

En el libro que usted ha escrito se muestran las posibilidades de trabajar el kerambit sin filo, con lo cual es muy eficiente sin llegar a ser lesivo, ¿le abre ello las puertas a múltiples sectores como la defensa personal, vigilantes de seguridad, controladores de acceso…?

En este último libro dedico un capítulo a la aplicación del kerambit sin afilar, de aluminio, muy resistente y apenas pesado. Efectivamente este kerambit tiene múltiples aplicaciones incluso dentro de la ley, cosa que no sucede si tuviera filo. El doble filo sin afilar, y la punta del kerambit, se utiliza para presionar sobre los puntos Kyusho, similar al uso de un kubotan pero con matices muy interesantes. El anillo de retención golpea sobre huesos y nervios además de los meridianos energéticos, en el libro explico detalladamente sus aplicaciones.

Referente al uso del kerambit para vigilantes, policía etc., imagino que la burocracia no agiliza la introducción de este elemento para su dotación, debo decir que en los cursos policiales que imparto, son muchos los agentes interesados en la aplicación del kerambit sin filo, se pueden efectuar múltiples palancas articulares y controles y siempre dentro del protocolo de seguridad, por mi experiencia recomiendo con toda seguridad el uso del kerambit, del mismo modo que a nivel militar recomiendo el kerambit con doble filo.

Usted busca otras vías de conocimiento no tan habituales en el entorno de las artes marciales, como son la filosofía clásica… ¿Cómo es eso? ¿Qué encuentra en ella?

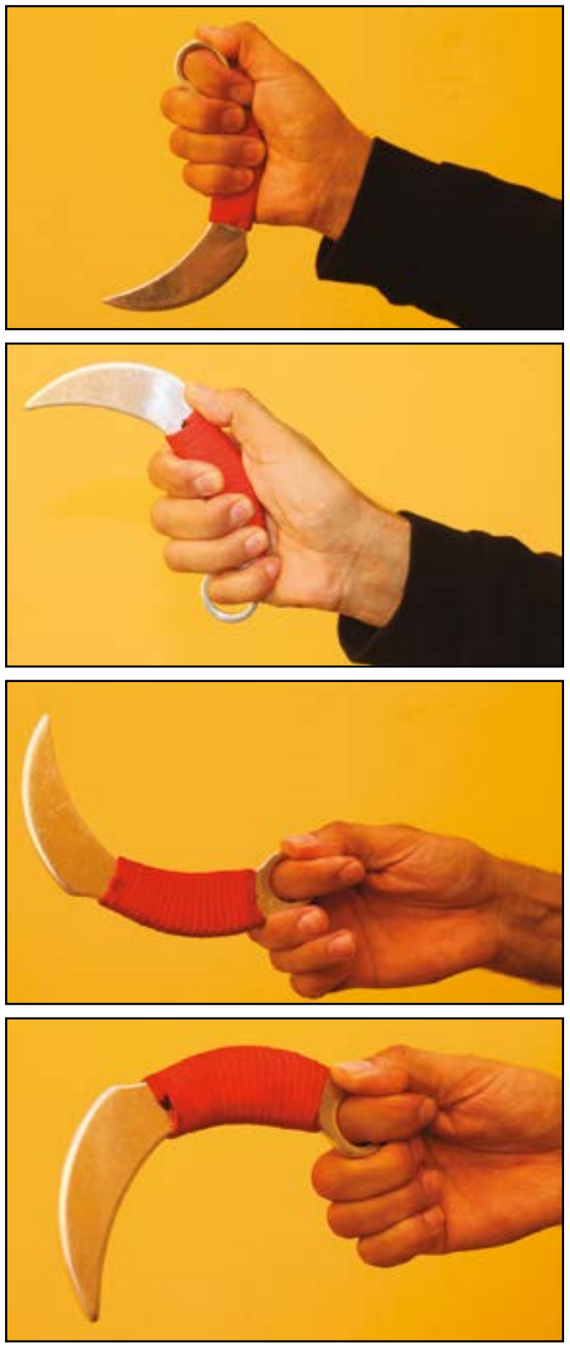
Bruce Lee despertó en mí el interés y el amor por la sabiduría, tuve la suerte que mis maestros me adentraron en ese complejo y fascinante mundo. La filosofía es el pilar esencial en la vida y en las artes marciales. Gracias a ella podemos comprendernos y conocernos a nosotros mismos, cómo relacionarnos con los demás y a través de cuestionar, preguntar e indagar, damos sentido a todo lo que hacemos y nos ayuda a comprender la finalidad de las artes disciplinarias. Bruce supo acercarnos la filosofía oriental y occidental a través de grandes autores que fueron su fuente. Heráclito de Éfeso escribió: "*Es necesario que los hombres filósofos sean indagadores de muchas cosas*", "*Todo fluye, todo cambia, nada permanece*".

Aristóteles daba prioridad a la sabiduría práctica, y Sócrates se valía de preguntas para guiar a sus interlocutores hacia el descubrimiento de la verdad.

En la filosofía clásica encontré a grandes pensadores que me ayudaron a descubrir el propósito de la filosofía, que no es otro que descubrir y entender la verdad en lugar de creer ciegamente en algo sin tener la oportunidad de plantear dudas. Debemos evitar que las ideas, los conceptos nos encierren entre muros limitadores.

¿Cuál es la finalidad de practicar artes marciales para usted?

Las AA.MM. nos preparan para luchar contra el peor adversario, nosotros mismos. A enfrentarnos a los avatares de la vida, a relacionarnos con los demás, a comprender y sobre todo a tomar conciencia de nuestras limitaciones y de cómo dejarlas atrás, es fundamental para el creci-



Muestra de su versatilidad, el kerambit puede emplearse en diversos agarres.

hace sumamente peligroso, los movimientos y conceptos técnicos son muy amplios, se ejecutan con una velocidad endiablada, con movimientos circulares que ayudan en lo que se refiere a la continuidad del movimiento, utilizando una energía circular, no lineal. Se caracteriza por su infinidad de ángulos y diferentes distancias de trabajo. El kerambit tiene un movimiento de extensión prácticamente indetectable, cerrando la distancia sin mover los pies ni los brazos, la velocidad de rotación del filo externo apenas tiene defensa.

El anillo de retención además de utilizarse para el

miento personal, nos transmite valores, nos acerca a la filosofía, a la psicología, nos enseña a ser leales, a confiar en nuestro compañero, en definitiva nos hace fuertes al ser conocedores de nuestra fragilidad, de nuestra vulnerabilidad. Aprendemos el valor que la humildad, y son nuestra aliada, nuestro bastón y nuestro paracaídas.

Ser artista marcial es acercarnos a la impecabilidad, ser honestos, disciplinados, nos mantiene en el camino de la rectitud, nos hace sabios y mejores personas.

En la punta del iceberg, nos prepara para poder defendernos a nosotros mismos, a nuestra familia… nos enseña a ser justos. "*Siembra escuelas y recogerás hombres*". En palabras de **Dan Inosanto**: "*Lo importante AA. MM. es que te capaciten para crecer física, mental y emocionalmente, esta es mi opinión no importa el sistema, estilo o medio que uses, si realmente creces como ser humano. Bruce Lee mi instructor me enseño a apreciar todos los estilos, sin estar atado a ellos. Es algo así como lo que puede ocurrir con la comida, te puede gustar la china, japonesa o filipina, y no porque una sea más buena vas a despreciar a las demás, si también lo son.*" Lao Tzu dijo: "*La auto conquista es la mayor de las victorias. Poderoso es aquel que se conquista a sí mismo*".

¿Qué influencia ha tenido Bruce Lee y Dan Inosanto en su vida?

Mucha gente es de la opinión que si no conoces a una persona y compartes su vida, no puede ser una influencia. No fui tan afortunado de conocer a Bruce, pero a través de sus amigos y alumnos, a través de sus libros y biógrafos, su legado es eterno y suficiente para motivar e influenciar a cualquier ser humano. Toda su vida se rige por la filosofía oriental y occidental dando ejemplo de cómo superar las limitaciones, creer en uno mismo, luchar contra la adversidad y adaptarse a las circunstancias convirtiendo las adversidades en oportunidades.

Nos dejó muy pronto pero gracias a su alumno y amigo **Dan Inosanto**, tal vez la persona más cercana a él, su legado sigue vivo.

Tuve el honor y el privilegio de compartir tatami y mesa con Guro **Dan Inosanto** en sus seminarios en Europa, hablar de Inosanto es hablar de maestría y sabiduría. Toda su vida se dedicó en cuerpo y alma a las artes marciales con una mente abierta a cualquier sistema que pudiera contribuir a mejorar y evolucionar en su crecimiento personal. Ambos son mi mayor influencia, tanto en lo personal como en lo marcial.

¿Tiene usted una metodología para asegurar la instrucción y el progreso de sus alumnos?

Ciertamente sí, divido las clases en tres niveles. El primero es el conocimiento del arma, tipos de agarre, trayectorias de ataque, partes del arma, técnicas defensivas, ofensivas y simultáneas, conceptos técnicos y desplazamientos. En este primer nivel los introduzco en la historia y cultura de dichas armas, y sus máximos referentes. Las técnicas se aprenden individualmente.

En un segundo nivel, lo más importantes fluir e interiorizar lo aprendido, intentar no memorizar las secuencias, dando personalidad propia a las técnicas, se incorporan movimientos más sofisticados y se aprende a coordinar el tronco inferior, es decir, los desplazamientos con el tronco superior, es decir los bloqueos, golpes, esquivas.

En el tercer nivel, es cuando desarrollamos los tres elementos juntos, el kerambit, el sarong y el Kyusho.

Les enseño a trasladar estos conceptos a mano vacía en el área de la Eskrima denominada Pangamot, nuestras manos interpretan las mismas técnicas que con las armas, y se establece una relación directa entre ambos conceptos. En este último nivel, se busca el equilibrio entre arte y aplicación real en combate, diferenciando claramente estas dos fases. Paralelamente aprenden la historia, cultura y filosofía de cada área.

Por su profesión como escolta, instructor policial y su experiencia como jefe de seguridad en discotecas, tiene muy claro cuáles son los límites entre el arte y su aplicación real, ¿no es así?

Que pregunta tan difícil de responder… ante todo dejar claro que hablar de aplicación real es hablar de parámetros legales, la aplicación del arte que practiquemos, debe tener en cuenta el coste de nuestras acciones. La realidad del combate no tiene nada que ver con un ring, con un tatami o cualquier competición. Nada de lo que practiquemos se asemejará jamás y eso lo sabemos aquellos que nos hemos peleado en muchas ocasiones, a lo que practicamos en la escuela, pero eso sí, el arte es la antesala del combate.

Y sí, sirve, claro que sirve, prepara nuestro carácter, nos da herramientas para protegernos tanto física como mentalmente. Todos mis conocimientos me han ayudado a realizar mi trabajo y a gestionar mis miedos e inseguridades, a conocerme a mí mismo y a superar mis limitaciones, a mirar a mi adversario sin bajar la mirada, y me enseñaron a evitar las peleas conscientes de sus tres finales, el hospital, la cárcel o el cementerio. Mejoraron mi autoestima para no ofenderme con facilidad y a darme cuenta que al fin y al cabo cuando peleas lo haces contra un ser humano exactamente como tú, Bruce dijo: "*Mientras un hombre no tenga tres brazos ni cuatro piernas, no debo preocuparme*".

Lo que define una pelea es la actitud, la agresividad y la explosividad, si tu mente ha tomado la decisión de pelear, tu cuerpo también. El secreto reside en simplificar lo aprendido dejando la mente libre adaptándose a la situación presente, la gran diferencia entre el tatami y la calle es que tenemos que improvisar y alejarnos del entorno no hostil del que disfrutamos con los compañeros, y lo más importante, controlar el stress y nuestras emociones.

En algunos foros se ha comentado la imposibilidad de aplicar el Kyusho en una pelea callejera, ¿Qué opina usted al respecto?

Tengo que discrepar, el Kyusho mal entendido o mal aplicado, tal vez sí, pero por mi experiencia puesta a prueba en mi área laboral, estoy en disposición de garantizarle que su aplicación es absolutamente fiable sin ningún género de dudas. Otra cosa es su aplicación en torneos o competiciones, pero en la pelea callejera y aplicando la estrategia correcta el Kyusho funciona.

En honor a la verdad tengo que decir que algunos videos o exhibiciones sobre Kyusho han confundido a la comunidad marcial y no les falta razón.

Al filo de su respuesta, ¿Cuál es la estrategia adecuada según su estrategia?

Actitud e intención, en un ataque ofensivo accediendo al sistema nervioso en el área del cuello o la cabeza. Otro ataque se dirige al sistema arterial del cuello o del brazo, hay zonas en la cara muy frágiles como son el nervio trigémino o V par craneal, este golpe es muy efectivo.

La pelea tiene un origen estático a una distancia muy corta, ese es el momento de golpear, a diferencia de un ring que están en constante movimiento.

Otra situación muy común es frente a un agarre de solapa, muñecas o cuello, desde esa posición estática es muy fácil acceder a los meridianos energéticos o al sistema nervioso sobre puntos vulnerables o poco protegidos.

KERAMBIT – SARONG – KYUSHO

Bienvenidos al fascinante mundo de las artes marciales filipinas e indonesias y al noble arte del Kerambit, Sarong y Kyusho. En este libro que ahora publica la editorial Alas, he querido compartir con ustedes en este artículo una breve exposición de lo que ha sido el libro, en él descubriremos la aplicación de la filosofía práctica y el conocimiento de los puntos de acupuntura y puntos energéticos a una de las armas de filo más peligrosas del mundo, el kerambit y para cerrar esta trilogía se une el sarong (pareo indonesio), o su versión más occidental el scarf (bufanda).

En primer lugar he querido resaltar la filosofía de Lao Tse y el taoísmo como referencia oriental con sus conceptos sobre el Tao y el universo que nos rodea aplicados a las artes marciales a través de las palabras de uno de los maestros más conocidos por todos, Bruce Lee. Su influencia filosófica es uno de mis pilares.

La historia, la cultura, la tradición y la filosofía de cada pueblo y de sus guerreros es de vital importancia para el desarrollo de un arte marcial y su posterior aplicación, por este motivo descubrirán en el libro algunos conceptos sobre historia, filosofía oriental y occidental. Filósofos como Platón y Sócrates además de otros referentes en otros ámbitos como Leonardo Da Vinci, Henry Plée, Alvin Toffler, BodhyDharma.

Contemplar un arma como el kerambit o el sarong como una simple herramienta sin vida propia o sin espíritu propio, es una idea muy limitante, todo tiene su energía, no sólo los seres vivos, en el caso del kerambit el espíritu y la energía es del tigre, el filo está inspirado en sus garras y sus ataques son rapidos y brutales así como son los ataques del tigre.

En el caso del sarong, desubrimos el espíritu de la sepiente y del látigo, capaz de golpear o inmovilizar con sus atrapes.

El kerambit se fundamenta en los diferentes tipos de agarre, puede ser un agarre de retención o de extensión y a su vez con agarre cielo (punta hacia arriba) o tierra (punta hacia abajo). Su versatilidad reside en el anillo de retención, el doble filo curvado y todas las variaciones de agarres. El anillo de retención se utiliza para sujetar el arma y evitar el desarme y a la vez utilizarlo para golpear sobre los puntos de presión, articulaciones y músculos.

También se puede utilizar para colocar el dedo del adversario en su interior y aplicar técnicas de tuité o finger lock.

Los filos curvados se adaptan a la forma de las articulaciones, pudiendo cortar o controlar la función de la articulación, como por ejemplo la muñeca, el codo, la rodilla o el tobillo. En el libro descubrirán un capítulo dedicado al kerambit sin filo de aluminio o acero, muy práctico para entrenar, pero sobre todo por su aplicación real, optimizando todas sus áreas excepto la de corte. La punta del arma al no cortar se utiliza a modo de cubotán sobre los puntos de presión, del mismo modo que su empuñadura se utiliza para hacer palancas y presiones. La extensión del kerambit sirve para golpear al no tener filo.

Con la introducción de los conocimientos e kyusho descubrirán las zonas nerviosas y energéticas más vulnerables, aprenderán su localización y cómo golpear o presionar para debilitar las estructuras más fuertes. La polaridad yin y yang les ampliará sus parámetros de actuación y respuesta, activación e impulsos neurológicos. Esto repercute en el uso de la fuerza, la proporcionalidad y la reducción de lesiones graves.

Un golpe, un corte o una estrangulación, no debe llegar a su máxima expresión, un hueso roto, un músculo desgarrado, una arteria principal seccionada o una estrangulación mortal. Las últimas consecuencias de una confrontación con armas o mano vacía son la muerte, es indudable, pero con un uso racional de estas técnicas podemos conseguir controles articulares, golpes en puntos nerviosos e incluso algún desvanecimiento pero sin secuelas, tanto personales como legales. Tenemos que conocer los diferentes niveles cuando aplicamos un arte marcial.

Para cerrar esta simbiosis o como reza en la portada del libro, La terna perfecta, cerramos el círculo con el sarong, prenda de ropa tradicional indonesia, aunque en su aplicación se utiliza una bufanda, una cuerda, un cinturón o una bolsa de plástico, pero para mantenerme fiel a la historia, he querido compartir estos conocimientos a través del sarong, con múltiples funciones y agarres y con un abanico técnico, amplio y fluido que derivan en una aplicación, basada en estrangulaciones, golpes, controles articulares, capturas, atrapes y proyecciones.

El sarong adopta varias formas manteniendo el espíritu del látigo y la serpiente, la araña y el arco.

El uso individual del kerambit, el sarong o el kyusho es un área extensa y compleja, imagínense al unir estos tres conceptos en armonía y equilibrio, retroalimentándose uno de otro, creando una sinfonía perfecta.

Existe un factor a tener en cuenta en el uso de las armas, y más en este caso, donde coexisten tres líneas de desarrollo. A demás de esta trilogía, disponemos de nuestras armas naturales y técnicas de mano vacía que no podemos olvidar, para no convertirnos en esclavos del arma, tener un sarong en la mano no implica utilizarlo continuadamente y lo mismo sucede con el kerambit y el kyusho. Lo más importante es utilizar todas las herramientas de las que disponemos con el timing adecuado buscando el equilibrio y la armonía en cada movimiento que realicemos.

Espero que este libro les motive y les amplíe sus conocimientos marciales y genere el interés suficiente para continuar en la búsqueda de la sabiduría, la mejor aliada y compañera para un guerrero del s. XXI.

El Kyusho no es más que golpear como lo haríamos en cualquier otro sistema, relegando la fuerza en pro del ángulo de golpeo, las diferentes posiciones de la mano para golpear y conocer las zonas más vulnerables.

En el ámbito policial, teniendo en cuenta las limitaciones legales de los agentes, el Kyusho tiene una eficacia muy alta sin causar lesiones por culpa del uso excesivo de la fuerza.

Por mi experiencia en cursos de defensa personal femenina, las alumnas han puesto en práctica estos conceptos sobre compañeros de mayor envergadura con excepcionales resultados.

Para terminar me gustaría comentar que el Kyusho es un área más en un arsenal de herramientas que disponemos en una formación global, y en cada situación usaremos la herramienta adecuada, en el justo equilibrio y proporción.

En los últimos años, se nota la influencia del kerambit, el sarong y el Kyusho en las películas de acción de Hollywood, es así?

Si, las artes marciales han evolucionado en ese sentido y son muchas las películas de acción donde podemos ver el uso del kerambit y del Kyusho. El uso del sarong deriva en las técnicas por ejemplo con las mangas de una camisa, el uso de cuerdas, cinturones etc., en las coreografías hay un resurgimiento de las artes marciales filipinas.

¿Desea añadir algo más?

Gracias, me gustaría que todos los apasionados de las artes marciales conocieran estas armas al margen del sistema que practiquen, se trata de ampliar no de sustituir. La riqueza histórica y cultural debe estar al alcance de todos, algo impensable años atrás. Me siento afortunado por haber recibido este legado, y poder transmitirlo a todos ustedes.

Agradecer a mis maestros su apoyo y confianza en mí, gracias por ser mi fuente y mi inspiración, espero seguir aprendiendo de ellos.

Dicen que enseñar es aprender dos veces, gracias a mis alumnos por su lealtad y sus ganas de aprender, sólo ellos te convierten en maestro.

Muchas gracias por sus palabras.

Editorial
ALAS

Editorial 99 Alas

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

BIBLIOGRAFÍA

KERAMBIT, SARONG Y KYUSHO

La terna perfecta

Tony Montana

P.V.P. 16 euros
Número de páginas: 148
ISBN: 9788420306216

Este libro representa un mensaje lanzado al mar en una botella, con la esperanza que llegue a buen puerto. A un puerto donde el lector descubrirá un mensaje que tal vez cambie o mejore su vida, como me sucedió a mí.

En esta obra encontrará parte de mí, parte de mi experiencia de vida, parte de mi conocimiento. La filosofía marcó claramente mi vida y mi carrera marcial, y aquí descubrirá una filosofía práctica y a poner esa filosofía en acción.

Como vehículo, en esta ocasión utilizo un arma destructiva, elegante y versátil, el KERAMBIT, y junto a él su aliado perfecto, el SARONG o scarf (bufanda) que a modo de serpiente envuelve y captura, y como un látigo puede golpear y proyectar. El KYUSHO nos abrirá las puertas hacia el interior del cuerpo, mostrando su fragilidad y a la vez su fortaleza. Descubriremos los canales energéticos y su aplicación marcial.

A los largo de las páginas del libro, estos cuatro elementos juntos entran en una simbiosis perfecta formando una unidad armónica y equilibrada. Y, por encima de todo en esta obra no hay ningún ingrediente secreto, sólo se trata de ser uno mismo, buscando al guerrero interior y ese, está dentro ti.

www.editorial-alas.com

Chi Sau

Por **Juan Manuel Sanz**
Alumno de Sifu Jerry Yeung
Representante para España de PVT HK
Director técnico de PVT/POR Almería

La Esencia del Ving Tsun es acabar con un problema lo antes posible. El GM Wong Shun Leung veía el Ving Tsun como un taller con una pared llena de herramientas, y el practicante usará la herramienta adecuada para cada problema...

Quisiera empezar este artículo manifestando que no es mi intención dar lecciones a nadie ni decir que nuestra interpretación es la única y la genuina. Solamente pretendo exponer cómo entendemos esta práctica en nuestro sistema PVT / Wong Shun Leung Ving Tsun.

Lo primero que debemos entender, según lo anteriormente dicho, es el propósito de la práctica del Chi Sau. Según nuestro entendimiento/enfoque, si el propósito del Chi Sau es desarrollar la técnica, entonces no hemos entendido nada acerca de lo que el Chi Sau es o debería ser.

Tampoco nos volvemos locos con la sensibilidad, claro está que la sensibilidad está ahí, de hecho el trabajo/desarrollo neuromuscular existe durante la práctica, pero no buscamos crear un "sexto sentido" ni nada parecido. Si uno se pone ante un boxeador, y le pide que le lance un directo a la cara… intentemos aplicar la sensibilidad contra eso. Aquí podríamos hablar de la práctica de Chi Sau con los ojos tapados/vendados, todo el mundo sabe que es un ejercicio para demostraciones y exhibiciones, no un fin en sí mismo pues nadie en su buen juicio iniciaría una pelea o intentaría repeler una agresión con los ojos cerrados.

Entonces, ¿cual es el propósito del Chi Sau? Nosotros tenemos dos objetivos bien claros:

1.- Chi Sau es la herramienta, la forma, que tenemos en PVT/ WSL VT para crear los hábitos de:
– Aprender a posicionar los codos dentro de la línea central
– Cómo usar nuestra estructura para generar energía
– Aprender a usar los movimientos más sencillos/básicos
– Cómo llegar al objetivo usando el camino más corto posible, el movimiento más simple y en el menor tiempo posible.

2.- El objetivo del Chi Sau, como en todo el sistema, debe ser ocupar, proteger y mantener nuestra línea central.
Este punto es de vital importancia, pues aquí entra en juego el concepto Lau Chung (mantener el centro) y es realmente como el GM Wong Shun Leung entendía el Chi Sau. Según este punto, el desarrollo adquirido en la práctica de Chi Sau deberíamos aplicarlo en situaciones de pelea/aplicación libre, es decir, si iniciamos un ataque (puño recto, etc.) y el ataque es bloqueado, esquivado, etc., es ahí y a partir de ahí donde deberíamos aplicar los conceptos, habilidades desarrolladas y adquiridas en la práctica del Chi Sau.

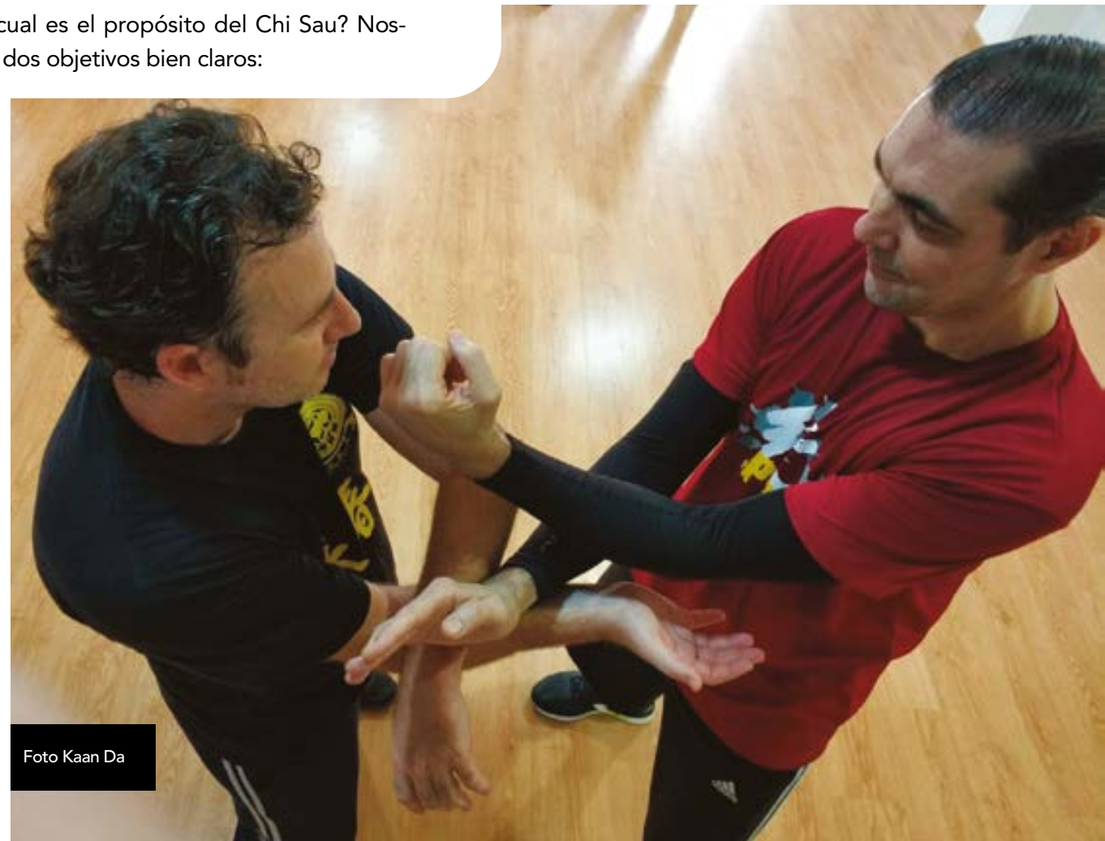


Foto Kaan Da

Bong Sau correcto.

Bong Sau incorrecto.

Un error muy común en la práctica del Chi Sau/Gor Sau (práctica libre del Chi Sau) es "pensar" qué hago con esta mano y qué hago con la otra, cuando en realidad deberíamos aplicar los conceptos del sistema. Si "pensamos" en esa distancia probablemente nuestro compañero de práctica podrá controlarnos fácilmente.

Pasamos a continuación a enumerar los ejercicios y conceptos principales del Chi Sau.

Ejercicios principales:
1- Daan Chi Sau
2- Poon Sau
3- Seung Mah/Toi Mah
4- Poon Sau con presión y estructura
5- Laap Sau/Laap Da
6- Gor Sau

Conceptos principales:
1- Lau Chung
2-Chiu Ying/Bai Ying
3- Lat Sau Yik Chung
4- Loi Lau Hoi Sung

Evidentemente hay más ejercicios y conceptos en el sistema, pero voy a centrarme en estos anteriormente citados en este artículo ya que aparte de ser los fundamentos del Chi Sau, es donde suele haber más diferencia de ejecución/interpretación.

Ejercicios/Drills:

Daan Chi Sau

Chi Sau de un brazo. Suele ser el primer elemento a trabajar en Chi Sau en casi todas las escuelas/familias de Ving Tsun/Wing Chun.

Aquí aprendemos el principio de acción/reacción, cómo colocar nuestros codos en la línea central y a establecer un puente (punto de contacto) con el compañero de práctica.

El ejercicio consta de dos partes/posiciones:
1- Taan Sau, Jeung, Bong Sau
2- Fook Sau, Jaam, puño recto

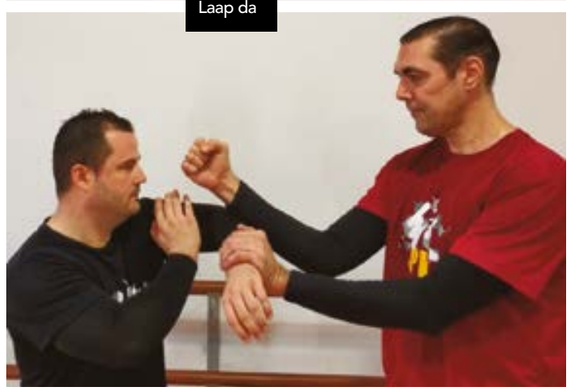
1.- Empezamos en Taan Sau, con el codo bajo, apuntando al centro y manteniendo presión hacia delante. Los errores más comunes al principio suelen ser: sacar el codo del centro, presionar hacia afuera y retraer el codo.
Lanzamos la palma directamente en dirección al estómago, el error más común al principio es hacer un movimiento previo/transitorio desde Taan Sau. No importa si lo hacemos más rápido o más lento, lo importante es hacer la palma directamente desde Taan Sau.
Reacción de Bong Sau ante puño recto. Una vez que hemos lanzado la palma, la reacción del Bong Sau es subir el codo ante la presión/enfoque del puño recto. Sólo el codo, la muñeca y la mano deben de estar relajadas y sin tensión. El Bong Sau debe de alinear el codo con el hombro, pero el antebrazo, muñeca y mano deben estar en un ángulo descendente. Nunca formando una línea recta, punto que suele ser el error más común al principio.

2.- Empezamos en Fook Sau, el codo y la muñeca apuntando al centro y con una línea ligeramente ascendente (apuntando al pecho) no en línea recta o descendente. Este punto, cruzar en exceso la línea central o presionar hacia abajo y retraer el codo suelen ser los errores más comunes al principio.
Reacción de Jaam Sau ante palma al estómago. Al igual que la palma, la reacción de Jaam Sau debe ser hundir el codo de una manera rápida y directa, es decir sin ningún movimiento preliminar. Da igual a la velocidad que lo practiquemos, el Jaam Sau debe de aplicarse como un movimiento muy corto, que nos permita dos resultados: uno sacar la palma de nuestra línea central y dos enfocar la línea central hacia nuestro compañero de práctica. Ahí entran los errores más comunes al principio: no sacar la palma de la línea o no enfocar el centro.

Reacción de puño recto: una vez que hemos controlado la palma (por controlar entendemos sacar su línea y enfocar la nuestra) dirigimos el codo en dirección hacia el compañero usando el codo y nuestra estructura, no enfocando todo en el puño. Ese debe ser el propósito, no extender el puño de cualquier manera que suele ser el error más común al principio.

Una vez que hemos aprendido esto, debemos hacer el ejercicio "rompiendo el ritmo", es decir, no hacerlo de forma mecánica, a veces el Jaam Sau para a propósito, antes de

Laap da



hacer el puño, etc. para no derivar su práctica en un ciclo mecánico y sin estructura y reacción.

Poon Sau o rodar los brazos

Ejercicio matriz o base del Chi Sau con dos brazos, es de crucial importancia y va más allá de sólo rodar los brazos, aquí hablamos de intercambio de fuerza/energía. El Poon Sau no solo debe de hacerse con los brazos, debe de hacerse con nuestra estructura, si no, no tiene ningún sentido.

Partimos de dos posiciones básicas:

1- Taan Sau / Fuk Sau alto

2- Fuk Sau / Bong Sau

Errores comunes al principio:

Posición 1: que el Tan Sau no apunte al centro, juntar los codos en demasía, es decir no dejar un espacio; aquí es fácil que un practicante más experimentado nos pueda controlar fácilmente. Otro error común es retraer los codos, situación en la cual, alguien con un buen hábito del concepto Lat Sau Yit Chung nos golpeará, controlará o empujará con facilidad.

Posición 2: cruzar la línea con el Fuk Sau, pero el más común es con el Bong Sau. La estructura del movimiento es, el codo en línea con el hombro y el antebrazo va descendente, y lo más importante, la muñeca y la mano deben de estar relajadas. Lo que NUNCA DEBERIAMOS HACER es poner el antebrazo en línea recta (horizontal) y mucho menos tensar la mano y la muñeca. Otro error en la posición de Bong Sau es no subir el codo lo suficientemente (en línea con el hombro) y no extenderlo, si hacemos esto, nuestra posición será muy vulnerable.

Seung Mah/ Toi Mah

Literalmente se traduce como pasos hacia delante y hacia atrás, aquí comienza el trabajo de desplazamientos en Chi Sau, pero hay mucho más.

Partiendo de Poon Sau, el que está en la posición Taan/Fuk alto se desplaza hacia delante y el que está en Fuk/Bong hacia atrás. Al principio se suele practicar frontalmente y cuando se domina lo haríamos en un plano diagonal (paso de triángulo/Sam Kuo Bo).

El punto importante de este ejercicio es, aparte de el trabajo de pasos, entender qué hacemos con los brazos, el que se desplaza hacia delante debe intentar tocar con el Taan, de hecho el Taan sería un ataque; y el que se desplaza hacia atrás debe controlar con el codo de su Fuk ese ataque o línea que viene.

Hablando de los desplazamientos hacia atrás, Toi Mah, debemos entender que nos ayuda a crear un hábito de ir hacia atrás cuando nuestro centro es colapsado, pero solo un paso, a partir de ahí debemos contraatacar, si no, crearemos un hábito muy pasivo (si solo retrocedemos y retrocedemos) y estaremos a merced de nuestro compañero de práctica. Podemos retroceder e ir hacia atrás, sí, cuando la situación lo requiera pero automáticamente deberíamos ir hacia delante, pivotar, etc.

Poon Sau con presión y estructura

Este trabajo se hace unos meses después de que el practicante domine el Poon Sau. Una vez que tenemos bien el Poon Sau, sin ningún tipo de presión y con las posiciones, codos, etc., empezamos a trabajar con presión y estructura. El objetivo es hacer el Poon Sau con todo el cuerpo, no solo con los brazos, lo que nos dará la llave para poder usar de un modo explosivo la fuerza que viene del suelo, no solo en Chi Sau, también en pelea, por ejemplo cuando usamos el puño recto.

Al principio se trabaja muy despacio, dando prioridad a unir el tren inferior con el superior y sobretodo en el uso de la cintura, piernas y codo, olvidándonos totalmente de los hombros. Primero presiona uno de los practicantes, después el otro, hasta llegar al punto en que los dos presionan conjuntamente, siendo las manos de abajo (Taan Sau y Fuk Sau) las que hacen el trabajo.

Una vez que lo tenemos, lo aplicamos al Seung Mah/Toi Mah, etc.

En la fase final somos introducidos al concepto Taan Kiu, o cambiar el ángulo.

5 - Laap Sau / Laap Da

Es otro de los ejercicios "Clásicos" de cualquier escuela/familia de Ving Tsun/Wing Chun.

Pak da

Partimos de Poon Sau, uno de los practicantes hace Laap/Da y el otro reacciona con Bong Sau/Wu Sau, automáticamente el del Bong hace Laap Da y el que anteriormente hizo Laap Da reacciona con Bong Sau/Wu Sau. Este sería el ciclo básico del ejercicio, y a partir de aquí se trabajan cambios (Lap, Taan), entradas y reacciones a dichas entradas.

El objetivo de este ejercicio es por un lado hacer el Laap/Da simultáneamente, dando énfasis en no retraer el Lap y en alinear el puño (en realidad el codo) con la cadera y por otra parte la reacción del Bong Sau.

Puntos a tener en cuenta: al hacer el Bong Sau no tensar la mano y la muñeca y acompañar el movimiento con el Wu Sau, es decir, coordinar los dos movimientos. Otro punto a tener en cuenta es al realizar la transacción del Bong Sau al puño, no retraer demasiado el codo, es decir pasar del Bong Sau al puño en el movimiento más corto posible. Este punto se trabaja en la forma Chaam Kiu, en la segunda sección al hacer el tercer Pau Bong Sau y automáticamente hacemos el gancho, esta parte de la forma nos enseña a cómo recuperar el centro con nuestro codo con un movimiento corto, al igual que deberíamos hacer en el ciclo Laap Da/Laap Sau.

Conceptos principales

1.- Lau Chung. Su traducción literal es mantenerse o quedarse en el centro (línea central).

Antes de hablar de este concepto básico hay que señalar que en nuestro sistema, los conceptos los vemos/interpretamos así:

1- Los conceptos son para crear hábitos en la práctica, no son sentencias para elucubrar.

2- Los conceptos deben ser entendidos y llevados a la práctica de una manera natural, fruto de horas de práctica y no limitarnos a la traducción literal, que muchas veces no es entendida o simplemente es malinterpretada.

Una vez aclarado este punto pasamos a hablar de Lau Chung.

Cómo mencioné anteriormente es un concepto bá-

sico, todo nuestro sistema trata de ocupar, guardar y mantener nuestra línea central, y Lau es el tercero, mantener. Como todos los conceptos del Ving Tsun, la llave es que nos ayuden a crear un hábito, en este caso Lau Chung nos ayuda a mantener nuestra línea central. Lau, hace referencia a no retrasar o retraer los brazos una vez que hemos establecido un puente o punto de contacto con el oponente o compañero de práctica, si hemos ocupado la línea central, lo siguiente sería mantener esta línea, no retraer el brazo o abrir, subir, bajar, etc. el mismo. Lógicamente si nuestro centro es colapsado, podemos retirar ese brazo y ocupar la línea con el otro brazo, pero, y aquí está la influencia de Lau Chung, solo si somos obligados a ello, no por que nosotros lo hagamos, situación que dejara nuestra posición muy vulnerable. Por poner un ejemplo práctico, si nos lanzan un puño/línea y reaccionamos con Pak Sau, Fung Cheung, etc., y ocupamos la línea, si vuelven a lanzar un segundo ataque (lo lógico) deberíamos de ser capaces de reaccionar con ese mismo brazo, Taan, Laap, Fung, Kiu, etc., y no retraer ese brazo e intentar ocupar la línea con el otro brazo, el atrasado.

2.- Chiu Ying/Bai Ying. Otro concepto muy básico, aquí hablamos de posicionamiento o de ángulos.
La traducción literal de Chiu Ying sería estar encarado al oponente/compañero de práctica, o dicho de otro modo estar en un buen ángulo. Bai Ying es todo lo contrario, es la situación en la cual no estamos encantados o en un mal ángulo, más vulnerables.
Este concepto lo usamos siempre y debe de ayudarnos a eso, a estar siempre en una situación Chiu Ying, si en algún momento nuestro oponente/compañero de práctica nos lleva a la situación de Bai Ying, debemos reaccionar lo más rápido posible (y con el desplazamiento más corto posible) para volver cuanto antes a la situación de Chiu Ying, es decir, volver a un buen ángulo de posición.
Este concepto se practica desde el principio (en nuestro sistema PVT y en casi todas las escuelas de WSL VT) el principiante es introducido a ejercicios que le llevan a un mal ángulo, para recuperar automáticamente, así es asimilado y mecanizado desde el principio para que cuando llegue al Gow Sau/Gor

Poon sau.

Jut da.

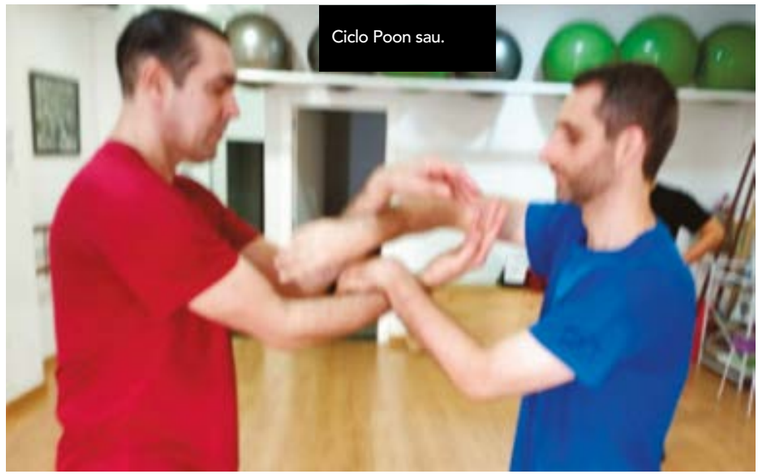
Chi Sau con los ojos tapados/vendados es un ejercicio para demostraciones y exhibiciones, no un fin en sí mismo...

Sau (práctica libre de Chi Sau) esté bien entendido y automatizado.

3.- Lat Sau Yik Chung. Es otro concepto básico cuya traducción literal sería cuando la mano esté libre, golpea al centro; aquí hablamos de la dirección de la fuerza.
Al igual que todos los conceptos, se trabaja en Chi Sau y en aplicación libre, y como todos debe de ser bien entendido.
Algunas escuelas lo trabajan (en Chi Sau) retirando, bajando uno de los brazos para que el otro reaccione y golpee su centro (traducción literal), como si en un Gow Sau/Gor Sau alguien en su juicio fuese a hacer exactamente eso!!!
Lat Sau Yik Chung nos ayuda en Chi Sau a crear un hábito de detectar cuando no hay presión por parte del compañero de práctica y reaccionar automáticamente.
La manera de entrenarlo/automatizarlo debería ser SIEMPRE, reaccionar cuando no haya presión, si no es así, no crearemos este hábito, en todo caso estaremos trabajando otra cosa.
Un ejemplo muy claro de Lat Sau Yik Chung, situación de Chi Sau en la que uno decide lanzar un ataque, el otro reacciona y controla ese ataque, por ejemplo con Pak Sau. Aquí los dos mantienen la presión, si el del Pak cede esa presión o retrae la mano, el del puño podrá usar Lat Sau Yik Chung, igual a la

inversa: si el del puño cede o retrae la mano, el del Pak debe usar esa mano y así podrá utilizar Lat Sau Yik Chung. Cualquiera de los dos, no solo el que hizo el Pak etc.

4.- Loi Lau Hoi Sung. La traducción literal sería "intercepta lo que viene, sigue lo que se va". Aquí hablamos de la dirección y de la fuerza.
Este concepto suele no ser bien entendido/interpretado, pues algunos creen que si en Chi Sau reciben un ataque, retroceden su posición, controlan la línea, y si su compañero de práctica decide retraer su posición ellos avanzan y le siguen, ya están interpretando Loi Lau Hoi Sung. Mira, él vino y yo le intercepté, ahora se fue y yo le seguí, eso es Loi Lau Hoi Sung... error, eso es trabajar desplazamientos, no tiene nada que ver con Loi Lau Hoi Sung!!!
Cómo dije antes, en nuestro sistema hablamos del uso y dirección de la fuerza (esto se aprende en Siu Lim Tao) no de interceptar y luego seguir algo o a alguien.
Un ejemplo claro para que todo el mundo lo pueda entender: estamos en Chi Sau y lanzamos un puño/línea, nuestro compañero de práctica nos agarra el brazo fuertemente, ¿Qué hacemos? ¿Fuerza contra fuerza? ¿Esperamos que se canse? ¿Esperamos a que use la otra mano para golpear? No, usamos Loi Lau Hoi Sung, ¿Cómo? Descolapsando la presión hacia un lado y usando simultáneamente la otra mano para golpear/ocupar el centro.
Cualquier interesado en ver al Gran Maestro Wong Shun Leung usando este ejemplo, lo puede ver en su video "Wing Chun - The Science of InFighting".



Ciclo Poon sau.

Gow Sau/Gor Sau

He querido dejar para el final de este artículo sobre Chi Sau el apartado de Gow Sau, práctica libre de Chi Sau.

Gow Sau/Gor Sau es la práctica libre en Chi Sau y aunque obviamente no es combate, su práctica debería ayudarnos para tal fin; de hecho, el Gow Sau y las habilidades que adquiramos con su práctica continuada es lo que sin duda deberíamos utilizar en una situación de agresión/conflicto, o así al menos es la visión que el gran maestro Wong Shun Leung tenía sobre el Gow Sau y el propósito de dicha práctica. Dicho propósito debería ser usar los conceptos del sistema, usar siempre los movimientos más simples, controlar la línea central y no ponernos en un mal ángulo (Bai Ying) y por supuesto no crear ni alimentar una actitud pasiva.

Errores más frecuentes en el Gow Sau/Gor Sau.

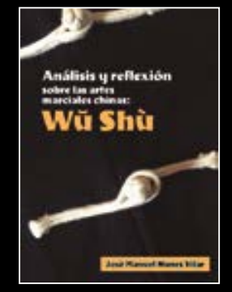
1.- No tener un buen posicionamiento y estructura en el Poon Sau. A menudo se introduce en el Gow Sau a practicantes que aún no tienen bien su Poon Sau, no suben el Bong Sau, el Fuk no controla y lo que es peor de cara a un buen entendimiento/aprovechamiento del ejercicio para el practicante: sin una estructura sólida que le permita mantener el equilibrio, poder moverse con facilidad y sin poder generar ninguna fuerza a partir de sus piernas/centro.
2.- Querer tocar por tocar o llegar al objetivo de cualquier manera. Esto es un claro error, Gow Sau no es un campeonato de ver quién toca más veces, como se explicó anteriormente, ese no es el objetivo. En algunas escuelas los más experimentados se ponen la "medallita" y no dudan en martillear el pecho a golpes a los menos experimentados, creando así una falsa percepción de su nivel real y una actitud de rechazo/vulnerabilidad en el novato. Realmente lo correcto sería controlar y poner al menos experimentado en un mal ángulo hasta que pueda practicar en igualdad de oportunidades.
Tampoco hay que volverse loco con tocar y hacerlo de cualquier manera, golpes circulares, bajos, sin distancia ni alcance, etc.; lo importante es ocupar, guardar y mantener nuestra línea central (COMO EN TODO EL SISTEMA), asegurarnos de tener los codos bajos y dentro de la línea e intentar poner en el Gow Sau todo lo aprendido/asimilado.
3.- Pensar en hacer esto o aquello. En la situación de Gow Sau/Gor Sau no podemos pensar; primero por que a esa distancia cualquiera de los dos puede llegar (también hay que señalar que cualquier cosa que se haga, el otro la puede contrar y viceversa) y lo más importante, a esa distancia no hay tiempo, si pensamos y el otro tiene más timming estamos perdidos... debemos de fluir de un movimiento a otro de una manera natural, por eso es fundamental no llegar al Gow Sau prematuramente y sin un buen entendimiento/asimilación de los fundamentos del Ving Tsun.
4.- Usar movimientos floridos. La Esencia del Ving Tsun es acabar con un problema lo antes posible. El GM Wong Shun Leung veía el Ving Tsun como un taller con una pared llena de herramientas, y el practicante usará la herramienta adecuada para cada problema, no pensará cuál coger, simplemente usará la herramienta correcta.
Debemos evitar movimientos floridos, pasos exagerados y situaciones bonitas para la foto, pero que no podremos usar jamás en una situación real, objetivo claro de lo que es el Gow Sau.

Editorial Alas

BIBLIOGRAFÍA
www.editorial-alas.com

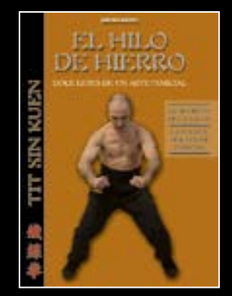
LAS CLAVES DEL VING TSUN
P.V.P. 26€

EL ARTE DEL WING CHUN
P.V.P. 14€

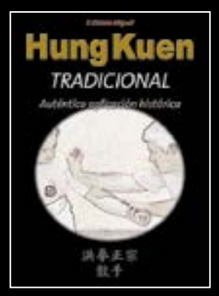


ANÁLISIS Y REFLEXIÓN SOBRE LAS AA MM CHINAS. WŬ SHÙ
P.V.P. 16€

CHIN-NA FA
P.V.P. 16€



EL HILO DE HIERRO (DOCE LEYES DE UN ARTE MARCIAL)
P.V.P. 20€



HUNG KUEN TRADICIONAL
P.V.P. 20€

www.editorial-alas.com

WAMAI

UNIVERSIDAD ONLINE

Cursos Wamai de artes marciales y fitness

http://campus.wamai.net

La universidad de formación online especializada en artes marciales

EDUCACIÓN
CURSOS COACH
CURSO COMERCIAL CENTROS DEPORTIVOS

PROGRAMAS TÉCNICOS
CURSOS DE ARBITRAJE
CURSOS PRIMEROS AUXILIOS
EXÁMENES DANES

ADMINISTRACIÓN
SEGUROS DEPORTIVOS
R. CIVIL INSTRUCTORES
1 LICENCIA PARA TODAS LAS DISCIPLINAS

COMPETICIÓN
INDIVIDUAL Y POR GRUPOS
CAMPEONATOS REGIONALES
CAMPEONATOS NACIONALES
CAMPEONATOS MUNDIALES
RANKING COMPETIDORES

www.wamai.net

CURSO 2018/2019

Pre-inscripciones abiertas MUGENDO MARTIAL ARTS

Os recordamos que tenemos abiertas las Pre-inscripciones para Septiembre! Haz tu reserva hoy mismo y benefíciate de la súper promoción que tenemos preparada. Plazas limitadas.

Más información: https://mugendo.es

Katchû

La armadura japonesa

Por **Luis Nogueira Serrano**
Presidente European Bugei Society 欧州武芸連盟
Fûryûkan Bugei Dôjô 風龍館武芸道場

Las espadas japonesas (*nihontô* 日本刀) son, con seguridad, el icono más popular de la cultura samurái, destacando por sus líneas curvas y estilizadas, y al mismo tiempo encarnando un concepto muy simple: una hoja de filo simple montando una empuñadura, guarda y vaina artesanales.

En el extremo opuesto, por su complejidad, se encuentra la armadura japonesa, el *katchû*, culmen de la artesanía militar japonesa, y máximo exponente del *bushi* 武士, el guerrero, fuera un soldado o un oficial de alto rango. Tanto era su valor, que los juramentos de lealtad de los vasallos eran realizados frente a la armadura y el estandarte del clan.

Por *katchû* 甲冑 (かっちゅう), literalmente armadura y yelmo, nos referimos a la armadura japonesa en todas sus versiones y tipologías. Por diferentes versiones veremos que sus materiales y diseño evolucionaron enormemente a lo largo de los siglos. Su aparición se remonta, en su versión más primitiva al siglo IV, siendo su apogeo en el siglo XVI, quedando en desuso a partir de la segunda mitad del siglo XVII, como consecuencia de la pacificación que se produjo durante el periodo Edo. A partir de entonces fue, mayormente, un objeto de simple ornamentación que rememoraba los tiempos de gloria familiares, aunque fuera usada en rebeliones puntuales que se dieron hasta el advenimiento del periodo Meiji. No obstante, a partir del periodo Sengoku Jidai (s. XV-XVI) se le nombraba como *gusoku* 具足, término que significa completamente equipado.

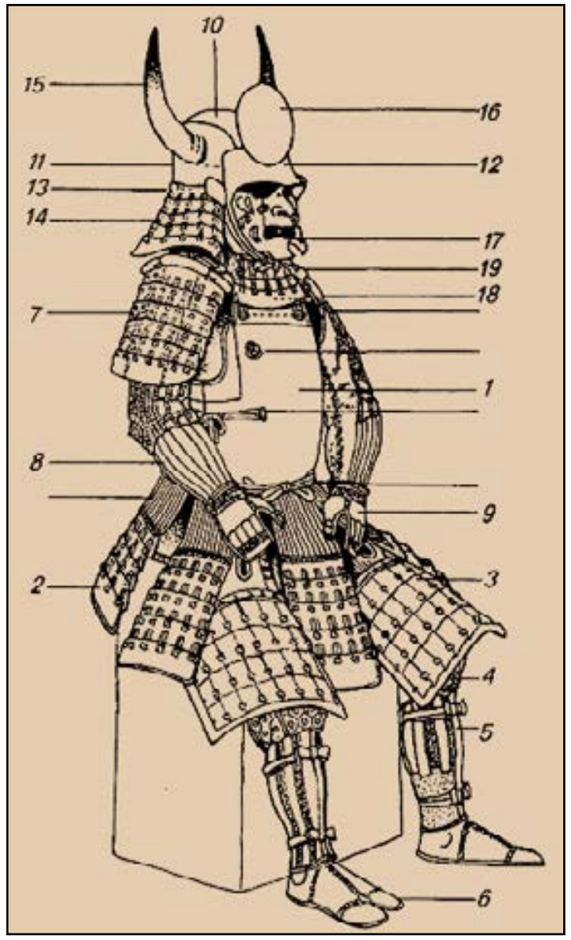
A través del texto desgranaremos, con una visión introductoria, en primer lugar, su evolución, basada en las necesidades y materiales, para continuar con sus partes y el modo de vestirla.

NOTA: De ahora en adelante los números entre paréntesis se refieren a la numeración identificativa en el diagrama obtenido de *Wendelin Boeheim. Handbuch der Waffenkunde. Das Waffenwesen in seiner historischen Entwicklung vom Beginn des Mittelalters bis zum Ende des 18 Jahrhunderts, Leipzig 1890*

Katchû no rekishi (甲冑の歴史)
Historia de la armadura japonesa

Periodo Kofun 古墳時代

Más allá de las primitivas armaduras de cuero, la armadura japonesa es una evolución de las armaduras empleadas por chinos y coreanos. Los primeros ejemplares datan del siglo IV de nuestra era y eran conocidos como



tankô 短甲 (lit. armadura corta) y ***keikô*** 挂甲 (lit. armadura colgada). Las primeras eran empleados por infantes y los segundos por caballeros.

En relación a las primeras, se trataba de una armadura de placas laminares, originalmente atadas con cordones de cuero y, en una época más tardía, remachadas entre ellas. La coraza iba lacada y contaba en su parte inferior con el *kusazuri* 草摺 (2) faldón partido.

Además del peto y del casco, contaban con *kata-yoroi* 肩鎧, hombreras realizadas con placas curvas y entrelazadas, con *akabe-yoroi* 頸甲, gorjal anudado sobre los tirantes de sujeción del peto, llamados *watagami* 肩上. Para proteger los antebrazos contaban con una especie de brazalete *kote* 小手 (8) realizado a base de placas semicilíndricas.

Las *keikô,* o también conocidas como *kake-yoroi* 挂鎧, son de una variación que apareció a finales del siglo V, tras la introducción de los métodos de equitación desde la península de Corea. Se trata de una armadura de escamas (pequeñas placas metálicas), basada en la estructura de la *tankô* de la que ya se había probado y mejorado.

Como se trataba de una armadura para caballería, se incluyeron elementos de protección a base de escamas, para proteger tanto el muslo, la tibia y el empeine.

Durante algún tiempo, ambas armaduras coexistieron, incluso se hicieron híbridos de ambas, pero a partir de los siglos VI y VII, el *keikô* desbancó a su hermana mayor.

Periodo Heian 平安時代

Durante este periodo, las armaduras evolucionaron considerablemente. Las escamas empleadas durante siglos en las *keikô* llevaron a la creación de las *kozane* 小札, pletinas cuadrangulares o trapezoidales, metálicas o de cuero, de dimensiones aproximadas de tres pulgadas de largo por dos de ancho y con 13 agujeros en dos filas o con 19 agujeros en 3 filas. A su vez existen dos tipos de placas, el citado anteriormente, llamado de *hon kozane* 本小札 y otro de placas de mayor tamaño llamado de *hon iyozane* 本弥札.

Estas pletinas se entrelazaban unas con otras mediante un fascinante método artesanal llamado de *kebiki odoshi* 毛引縅 a través de cordones. Se empleaban tres materiales para los cordones:

1. Cordones de cuero de ciervo, *kawaodoshige* 革縅毛, sustituidos por su tamaño limitado y no ser tintados.
2. Hilos de seda, llamados de *itoodoshige* 糸縅毛 , que brindaron el tan característico toque de *color iroiro odoshi* 色々縅, y que servía como distintivo de cada familia.
3. Tejidos de sarga de seda, *aya-odoshige* 唐綾縅毛, siendo especialmente reconocidos los de seda china (*kara-aya-odoshige* 唐綾縅毛).

En cuanto al modo de entrelazado, había principalmente tres métodos:

- *tatedorigarami* 縦取縅, el lazado vertical,
- *nawamegarami* 縄目搦 (lit. lazado anudado) en diagonal,
- *hishitoji* 菱綴 (lit. composición romboide), en forma de X.

Su aparición se remonta, en su versión más primitiva al siglo IV, siendo su apogeo en el siglo XVI, quedando en desuso a partir de la segunda mitad del siglo XVII...

Las armaduras construidas con estos métodos son llamadas de ***kozane dô gusoku*** 小札胴具足.

Entre éstas, llegamos a la gran protagonista del periodo, el ***Ôyoroi*** 大鎧, literalmente gran armadura, ya que fue considerada por siglos como la única armadura adecuada para altos rangos, aunque su diseño está indicado para el tiro con arco. La gran particularidad de esta tipología es que el *Dô* 胴 (1), consta de solo 3 secciones que cubren la espalda, el lado izquierdo y el frente, siendo el lado derecho cubierto por una pieza especial que se coloca inicialmente llamada *waidate* 脇

盾, escudo costal. Además de esto, destacan los *Ôsode* 大袖, literalmente grandes mangas, siendo unas hombreras de forma cuadrangular, a base de placas entrelazadas en 6 o 7 filas, que permitían el movimiento libre y funcionaban como escudos móviles.

Junto con el *Ôyoroi*, encontramos el ***Dômaru*** 胴丸, literalmente alrededor del tronco. Se trata de una versión más simple de la anterior que era empleada por vasallos y samuráis de menor clase que los anteriores y que corrían alrededor del caballo de su señor. Su principal característica es que el Dô consta de cinco secciones que atándose por el lado derecho, así como una *kusazuri* dividido en siete u ocho segmentos. En ocasiones las hombreras no eran utilizadas, eso hacía que se dispusiera de dos pequeñas placas ancladas al *watagami*, llamadas de *gyôyô* 杏葉 (lit. hojas de albaricoque), y que servían como única decoración.

Estas armaduras fueron evolucionando y convivieron con los nuevos modelos que iban surgiendo en tiempos posteriores. Apenas deseamos destacar que existe un híbrido de las dos anteriores llamado *Dômaruyoroi* 胴丸鎧, basado en un sistema constructivo muy similar al del *Dômaru*, pero conservando el protector frontal del *Ôyoroi* y sus *Ôsode*.

Periodo medieval 中世

Durante este periodo se produce el apogeo de la armadura samurai. Japón se transforma en un campo de batalla, muy especialmente durante el periodo Sengoku Jidai, y la necesidad es la madre del progreso, así que muchas versiones son desarrolladas durante este periodo.

Los primeros a citar son un desarrollo de los anteriores, tanto, que aunque convivieron con los modelos posteriores, eran simples variaciones más ligeras, debido al ascenso de la infantería ligera *ashigaru* 足軽 durante los s. XIII y XIV. Por un lado tenemos el ***haraate*** 腹当 (lit. protector abdominal), un simple peto de placas entrelazadas que se colgaba de un par de tiras de cuero en los hombros y del que colgaba un casi desaparecido *kusazuri*, a pesar de que algunas versiones posteriores incorporaban faldones más generosos.

La humedad causada por lluvia y nieve podría generar serios problemas de salud al portador en campañas invernales, por causar enfriamiento...

Mientras la infantería ligera cambiaba sus pesadas armaduras por ligeras y funcionales, los *bushi* de alto rango poco a poco fueron abandonando sus reticencias a sustituir sus anacrónicas *Ôyoroi*. El vacío lo llenaron en parte las ***haramaki*** 腹巻 (lit. enrollado al abdomen), teniendo la particularidad de que el peto se anudaba en la parte central de la espalda, dejando parte al descubierto, que era protegida con una pieza llamada *seita*背板, plancha de espalda, aunque también llamada como la placa de los cobardes.

La evolución antes citada se manifiesta a través del empleo de nuevos materiales y sistemas de montaje. La selección de nuevos materiales se debe principalmente a una miríada de factores que afectaban al correcto desempeño de la armadura. Se debía tener en cuenta factores climáticos, de confort, de funcionalidad, etc.

Entre los primeros comprendemos que el calor en verano hacía recomendable no portar armaduras especialmente ceñidas ni pesadas. De la misma forma la humedad causada por lluvia y nieve podría generar serios problemas de salud al portador en campañas invernales, por causar enfriamiento o por la aparición de organismos en los tejidos húmedos.

Otro ejemplo era la facilidad para retirar partes de la armadura a la hora de vadear nadando ríos, ya que se retiraban hombreras, grebas, etc., dejando apenas el *dô*.

Uno de los materiales más destacables es la cota de mallas (*kusari* 鎖) que apareció en el siglo XIV y se empleó como elemento de protección entre las diferentes placas, es decir, en los huecos desprotegidos. Además de esto, la cota de mallas japonesa, a diferencia de la europea, estaba basada en su ligereza para facilitar el movimiento articular, con el objeto de ser más rápidos en el desplazamiento y ágiles en el combate.

Existían diferentes formas de anillado en la cota de mallas. El anillado común se basaba en un anillo central primario que era atado a los cuatro adyacentes, mediante otros anillos de conexión secundarios perpendiculares a los anteriores y de menor tamaño. Los anillos primarios podían ser:

- *hamiawase* 喰合せ, doblado y empalmando sus extremos,
- *uchinuki* 打貫, sólido con vaciado interior,
- *nanban karakuri* 南蛮からくり, remachados en el extremo,
- *nawame* 縄目, entrelazando dos hilos metálicos

Estos anillos de conexión podían colocarse simples (*hitoegusari* 一重鎖), dobles (*futaegusari* 二重鎖) o triples (*seirôgusari* 蒸籠鎖/*radengusari* 螺鈿鎖).

Otros formatos de aparición tardía eran el anillado a seis adyacentes *hanagusari* 花鎖, o alternando diferentes números de conexiones, dando forma de caparazón de tortuga *kikkôgusari* 亀甲 o de bambú tejido *kagomegatagusari* 籠目形鎖.

Por un lado la cota de malla podía seguir un patrón denso o completo, llamado de sôgusari 総鎖, pero era habitual aligerar el peso de las cotas de mallas realizando patrones con vacíos significativos, como es el caso del *kôshigusari* 格子鎖, consistente en franjas verticales y horizontales generando un patrón de cuadrícula.

También las cadenas fueron usadas como elementos de unión entre distintas placas, especialmente en piezas que tenían una forma que requería de mayor adaptación al portador, como las grebas *suneate* y los brazales *kote*, llamando a este tipo sistema de *dandangusari* 段々鎖.

Por su parte el denso *kebiki odoshi* 毛引縅 fue sustituido por el espaciado *sugake odoshi* 素懸縅, creando el *sugake dô*, el peto de placas con lazados espaciados, que al disponer de menos densidad textil lo hacía más transpirable y menos afecto a la humedad con los problemas anteriormente citados. A su vez se retornó al uso de placas laminares haciendo bandas *ita* 板.

Esta técnica sustituyó la anterior no solo en las corazas, sino que también fue empleada en las cubrenuca llamadas de *shikoro* 錣 (14), en la gorgera *nodowa* 喉輪 (19), en las hombreras *sode*, que fueron reduciendo su aparatoso tamaño y curvándose para acoplarse a la forma del hombro, los faldones *kusazuri*, etc.

No obstante, la cantidad de innovaciones y mejoras sobre el yelmo *kabuto*, musleras *haidate*, y todas las piezas de la armadura, fue tan ingente que su enumeración escapa del propósito generalista del presente artículo. En cualquier caso, este nuevo grupo de armaduras se las llama de ***Tôsei Gusoku*** 当世具足, refiriéndonos como armaduras modernas a pesar de que se desarrollaron en pleno apogeo militar japonés.

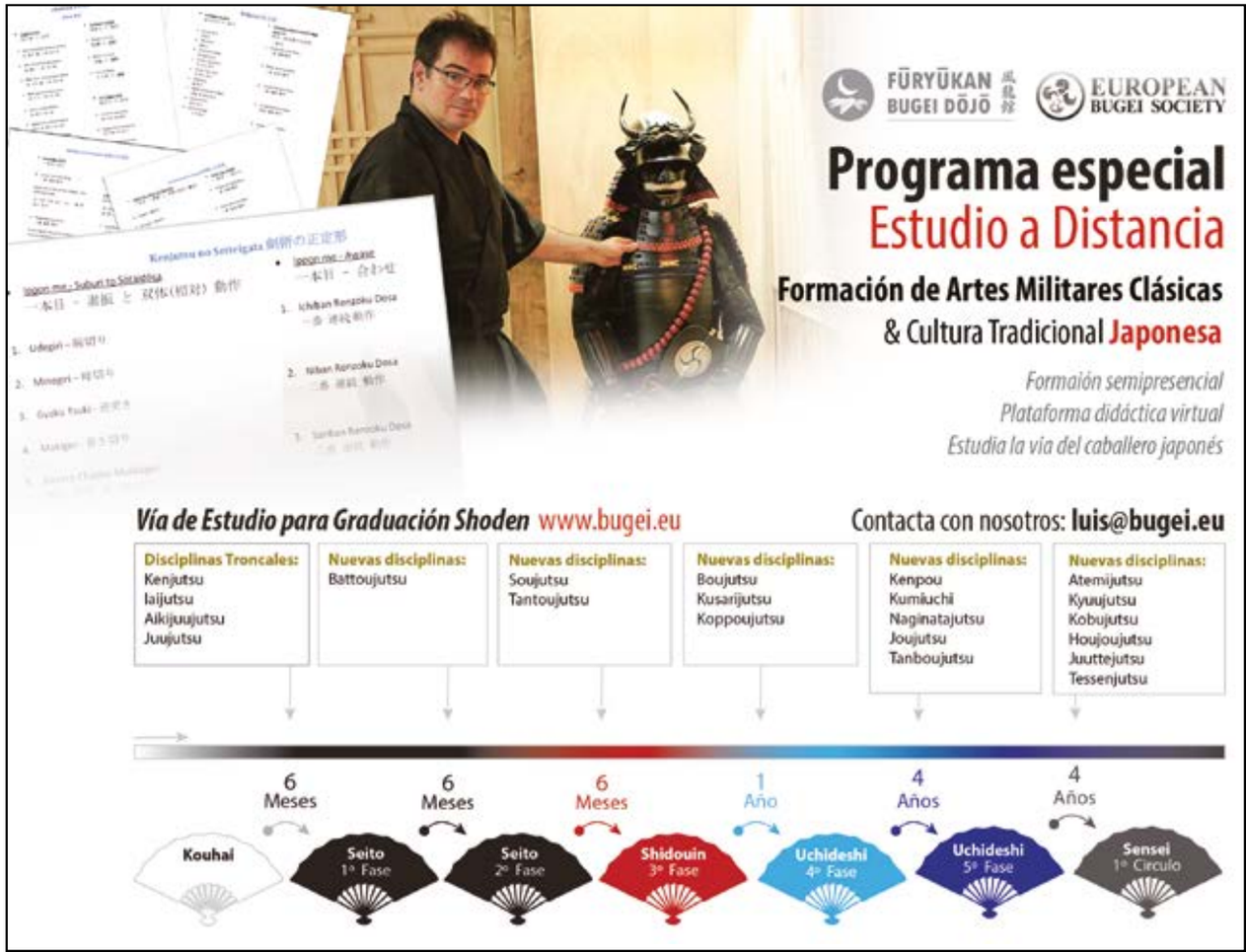
Entre ellas podemos destacar:

- *Marudô gusoku* 丸胴具足, armadura alrededor del torso. Se trata de una armadura de transición entre las antiguas y las modernas. Es una armadura de láminas que, debido a que era portada por altos rangos, trataba de imitar un *dômaru* clásico incluso con el clásico *kebiki odoshi*.
- *Môgami dô gusoku* 最上胴具足, literalmente la armadura de mayor categoría, se trata de otra armadura de transición, consistente en cinco segmentos *gomai dô* 五枚胴 que pivotan sobre 4 ejes y atados en el lado derecho. Cada uno de los segmentos se componen de placas al estilo moderno unidas mediante lazado *sugake odoshi*.
- *Okegawa dô gusoku* 桶側胴具足, armadura de peto tubular. Es una de los principales modelos de periodos modernos. Se trata de un *nimai dô* 二枚胴, es decir, una coraza de placas curvadas, con dos partes (frontal y trasera) unidas por el lado izquierdo mediante un conector y atadas en el derecho. La placas pueden ser verticales, *tatehagi* 縦矧胴 u horizontales, *yokohagi* 横矧胴.

Por otro lado si las placas son lazadas en lugar de remachadas se le precede de *nishigui* 菱縫.

- *Hotoke dô gusoku* 仏胴具足, literalmente armadura de tronco de buda, refiriéndose a los abdómenes redondos y suaves que aparecen en la iconografía budista. Esto se debe a que el peto se trata de una placa lisa.
- Dentro de las corazas completas podemos encontrar algunas con relieves como la *uchidashi dô* 打出胴, con un estampado decorativo en el frontal, la Niô dô 仁王胴, con un estampado con forma de monje hambriento, o una de las más curiosas y elaboradas, la *Katahadanugi dô* 片肌脱胴, que mostraba mitad de la coraza con el estampado del torso desnudo, y la otra mitad con el tradicional laceado.
- *Nanban dô gusoku* 南蛮胴具足, coraza del estilo europeo (bárbaros del sur). Son petos de inspiración europea, trasladados al estilo japonés. Disponen de algunas variantes como la *hato-mune dou* 鳩胸胴, coraza con pecho de paloma, que resalta con una prominencia en el centro del peto frontal.
- *Dangae dô gusoku* 段替胴具足, armadura con cambios graduales, refiriéndose a armaduras que incorporan elementos de diferentes tipos.

Además de estas existen muchas otras con características muy distintas, pero nos gustaría añadir una totalmente diferente, la *tatami gusoku* 畳具足, armadura plegable. Se trataba de una armadura que permitía ser fácilmente trasladada debido a su facilidad de plegado. Entre ellas se encuentran la *karutagane* カルタ金, consistente en placas y cota de mallas alternativamente, la *kikkôgusoku* 亀甲具足, de caparazón de tortuga, consistente en un entretejido de cota de mallas con pequeñas placas hexagonales, y la *kusarigusoku* 鎖具足, la cota de mallas japonesa. Además, en el paquete era habitual el incluir un *chôchin kabuto* 提灯兜, un casco plegable como una lámpara de papel.



Katchû no Rokugu 甲冑の六具
Las seis piezas de la armadura

Por este término se refería a las 6 piezas que componían la armadura. Según las fuentes se señalan unos u otros. También existen diferencias si nos referimos a generales *taishô* 大将 o a caballeros individuales *tanki* 単騎, o si incluimos el yelmo dentro de estos elementos. Veamos a continuación un listado:

1. *Katchû* 甲冑. Compuesto por la coraza dô 胴 (1) y el faldón *kusazuri* 草摺 (2).
2. *Kabuto* 兜 (10), yelmo. Incluyendo el gorjal *yodare kake* 襟廻 (19) (si se tratase de una pieza independiente atada al cuello sería el *nodowa* 喉輪), así como los protectores faciales *mengu* 面具 (17), ya sean completos *shômen* 正面, con cubertura de ojos hacia abajo *menpô* 面頬, con cobertura de las mejillas y barbilla *hôate* 頬當 o solo de la barbilla *hanbô* 半頬.
3. *Kote* 小手 (8), brazales de protección braquial completa, pudiendo incluir la protección axilar *wakibiki* 脇引 o el *yugote* 弓小手 especial para arqueros.
4. *Sode* 袖 (7), hombreras (en ocasiones este elemento es incluido dentro del 1. *Katchû*, siendo sustituido por el calzado *kutsugake* 靴懸 o *kôgake* 甲懸 (6), o por la espada de campaña *tachi* 太刀).
5. *Suneate* 脛当 (5), grebas.
6. *Haidate* 佩楯 (3), quijotes.

Katchû no sôchakuhôhô (甲冑の装着方法)
Forma de ponerse la armadura

Paso 1: Estando vestido con las siguientes prendas: *Hadagi* 肌着 o ropa interior (*fundoshi* 褌), *Shitagi* 下着 bajo traje, *Obi* 帯 cinturón, *Kobakama* 小袴 *hakama* de campaña o *momohiki* 股引 pantalones ligeros, habaki 脛巾 o *kyahan* 脚絆 polainas para atar la parte inferior de los pantalones, *kutsugake* 靴懸 o calzado, normalmente *tabi* 足袋 y *waraji* 草鞋 sandalias de paja para los soldados comunes, mientras que los más nobles solían portar *kegutsu* 毛沓 o *uketsuke* 貫, ambas siendo botas de campaña.

Paso 2: Nos colocamos las grebas *Suneate* 脛当 (5) anudando sus cordeles alrededor sin que estén demasiado apretadas.

Paso 3: Nos anudamos alrededor de la cadera atando los cordeles al frente el *Haidate* 佩楯 (3).

Paso 4: Se ponen los *yugote* 弓小手 en caso de usarlos, antes de colocar los *Kote* 小手 (8). Primero se coloca el izquierdo y luego el derecho. Finalmente se colocan los *wakibiki* en caso de incorporarlos.

Paso 5: Se coloca el peto dô 胴 (1) y se atan firmemente los *kurijime* 繰締, los cordeles de fijación de la armadura.

Paso 6: Se anuda el *Uwaobi* 上帯 entre el *dô* y el *kusazuri* (2). Se debe atar firmemente pero recordando que en él se colocará el *Kodachi* 小太刀 y el *Koshiate* 腰當, el cierre o fijación de soporte del *tachi* a la cadera.

Paso 7: Se anudan los *sode* 袖 (7) a través de los cierres *kohaze* 栄 que se encuentran en los *watagami*.

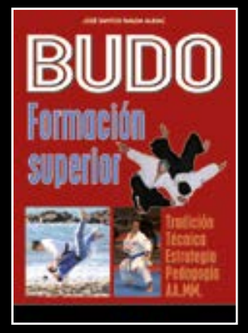
Paso 8: Nos colocamos el *Hachimaki* 鉢巻 alrededor de la cabeza y posteriormente colocamos el *nodowa* y el *menpô* (17) para luego colocar el *kabuto* (10). Existen diferentes tipos de nudos para anudar el *kabuto* y el *menpô*.

Paso 9: Nos colocaremos el *Koshiate* 腰當, para entonces ceñir el *tachi* a éste. Después se añaden diferentes complementos como pueden ser el *ôgi* 扇 (siendo el más habitual el *tessen* 鉄扇, abanico con nervios de hierro, aunque también era usado por los generales el *gunbaiuchiwa* 軍配団扇, un abanico no plegable), el *sai* 釆, bastón de mando, o el *ukezutsu* 請筒 (受筒) el cilindro donde se alojaban los estandartes *sashimono* 指物 y el anillo superior próximo al hombro llamado de *gattari* 合当理.

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

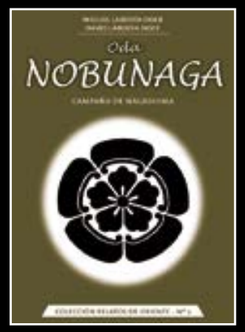
Bibliografía

SEMILLAS DEL BUDÔ
Budô no tane
292 páginas | pvp 22€



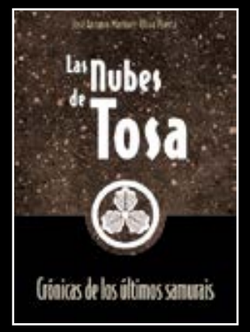
BUDO
Formación superior
178 páginas | pvp 15€

JO-JUTSU EN CÓMIC
148 páginas | pvp 15€



ODA NOBUNAGA
Campaña de Nagashima
86 páginas | pvp 10€

EL VIENTO DIVINO
Crónicas de los últimos Samurais
152 páginas | pvp 14€



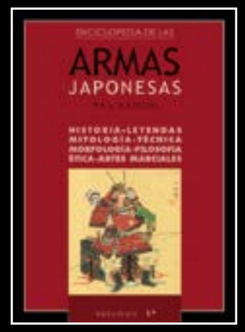
LAS NUBES DE TOSA
Crónicas de los últimos Samurais
140 páginas | pvp 18,50€

ENCICLOPEDIA DE LAS ARMAS JAPONESAS

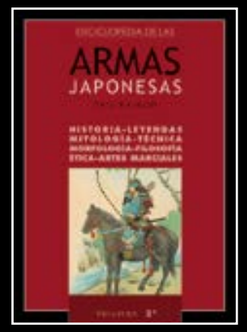
Historia, leyendas, mitología, técnica, morfología, filosofía, ética, artes marciales...

Por Pau-Ramon Planellas

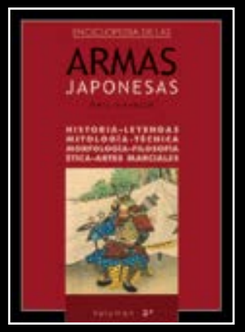
Esta enciclopedia es la obra más extensa en lengua castellana en cuanto a las armas japonesas se refiere, tratando esta temática con la máxima profundidad, como nunca se había hecho en occidente. En esta enciclopedia, editada en tres volúmenes, puede encontrarse gran cantidad de información sobre todo lo relacionado con las armas orientales: artes marciales, historia, leyendas, mitología, técnicas, morfología, filosofía, ética, esoterismo, suicidio ritual, armaduras, puntos vulnerables y un largo etcétera.Historia del Japón. Origen y evolución de la sociedad japonesa. Nihon Token: los sables japoneses. La técnica del sable. Los sables de entreno, Bokken y Shinai. Tameshigiri y otros tipos de sable (Nodachi, Hachiwari, Mamori gatana). Las lanzas: Hoko y Yari. Otras armas largas: Sasumata, Kumade, Mojiri, Tsukubo y Sode garami. El Naginata: los sables largos.



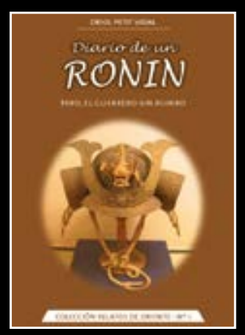
VOLUMEN 1°
200 páginas | pvp 22€



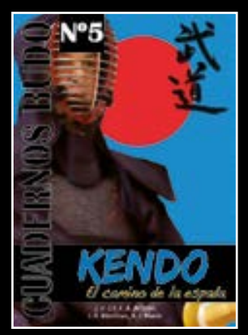
VOLUMEN 2°
256 páginas | pvp 25€



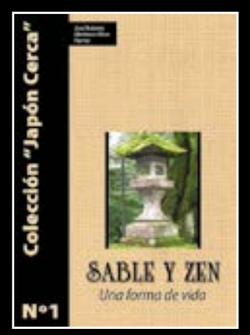
VOLUMEN 3°
256 páginas | pvp 25€



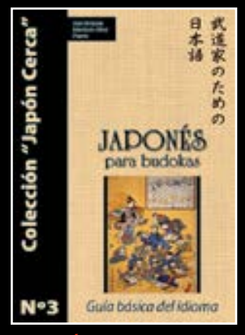
DIARIO DE UN RONIN
Taro, el guerrero sin rumbo
84 páginas | pvp 10€



KENDO
El camino de la espada
52 páginas | pvp 9,50€



SABLE Y ZEN
Una forma de vida
124 páginas | pvp 12,50€



JAPONÉS PARA BUDOKAS
Guía básica del idioma
186 páginas | pvp 14€

EL SABLE JAPONÉS
Manual del coleccionista
192 páginas | pvp 26€

JINTAI KYUSHO
Los puntos vulnerables del cuerpo humano
196 páginas | pvp 18€

www.editorial-alas.com

Por Javier Brieva

Por cuarta vez España acogerá los

Mundiales Absolutos de Karate

La cita tendrá lugar en noviembre en el madrileño Palacio de los Deportes

La Federación Mundial de Karate (W.K.F.), antes Union Mundial de Organizaciones de Karate-do (W.U.K.O.), es sin duda el organismo con acentuado carácter deportivo que cuenta con un mayor número de afiliados internacionalmente, habiendo logrado hace años el reconocimiento oficial del Comité Olímpico Internacional, el cual ha designado al Karate para ser uno de los deportes olímpicos en Tokyo 2020. La Real Federación Española de Karate (miembro del Consejo Superior de Deportes) es el órgano que representa a nuestro país dentro de la W.K.F.

Cada dos años se realiza el evento competitivo más importante de este deporte, los Mundiales Absolutos en las modalidades de kumite (combate) y kata (formas) en una determinada ciudad. El último tuvo lugar en la austriaca de Linz en 2016. La asamblea de la W.K.F. designó a Lima (Perú) como próxima cita para 2018 pero circunstancias ajenas a la Federación Peruana de Karate (imposibilidad de estar terminado el polideportivo para dicha fecha) hizo que se efectuara la renuncia a la organización de tal evento en tierras peruanas. Ante tal contratiempo la Federación Española se comprometió a ser la organizadora durante la primera semana de noviembre en el madrileño Palacio de los Deportes de estos XXIV Mundiales de Karate.

Esta será la cuarta ocasión en la que se desarrollen, apuntando como dato importante que en las tres anteriores España se proclamó campeona mundial por equipos en kumite, amén de conseguir muchas otras medallas. No cabe la menor duda que en el cómputo total de este torneo, desde Tokyo-1970, los logros de los karatekas españoles son impresionantes, pasando a formar parte, junto a Japón y Francia, de una trilogía de países en la cúspide de la faceta deportivo-competitiva a nivel mundial.

Vamos a repasar las actuaciones hispanas dentro de los celebrados en nuestro territorio con un breve recordatorio a lo acontecido con anterioridad en el primero, es decir el V que corresponde a Madrid 1980.

Nuestra primera representación fue allá por 1972 en París, durante el II Mundial de W.U.K.O., el cual ganó el conjunto francés en la final a Italia. Individualmente el brasileño de origen japonés Luis Tasake (conocido como Watanabe) del estilo Shotokan fue el vencedor frente al inglés Higgins. Tres españoles participaron individualmente: Antonio Oliva, Juan M. Hernández y García.

En la localidad californiana de Long Beach tuvieron lugar los III Mundiales 1975 con participación española: Fernando Rosuero (Zaragoza), con una gran actuación;

Equipo de Japón en kata por equipos.

Katada quedó campeón del mundo.

José Bosch (Barcelona), Pedro Gil (Madrid), todos ellos en individual y equipos junto a Antonio Oliva (Madrid) que también hizo las labores de entrenador del equipo y Juan Miguel Hernández (Madrid) que actuó de igual manera de árbitro. Eran otros tiempos y no cabe la menor duda que a los más jóvenes les choca la realización de algunos pormenores de los antiguos torneos. Juan Miguel Hernández años después se consagró al taekwondo y fue dirigente del C.S.D.

En Long Beach el equipo inglés se impuso a Japón y en individuales la victoria final fue para el nipón Murakami. Impresionante exhibición en el descanso del maestro japonés, residente en California, Fumio Demura (entonces del estilo Itosu-kai). Pero tal vez lo más recordado del evento fue el "show" protagonizado por el gran competidor francés Dominique Valera, de sobra divulgado.

IV MUNDIAL. TOKYO-1977

Nuestro país se desplazó para competir en el majestuoso Budokan, en el cual se repitieron en 2008, con un equipo completo dirigido por Antonio Oliva, siendo Celestino Fernández el delegado federativo del mismo (delegado de Karate de la F.E. Judo y D.A.). España compitió en kumite por equipos e individual y también en katas (Fernando Rosuero y Jesús Calvo), siendo la primera vez que se contemplaba esta modalidad. El kumite era sin categoría de pesos.

Después de la consabida ceremonia de inauguración con varias exhibiciones, presidida por el Emperador y por el magnate japonés Ryoichi Sasakawa (presidente de W.U.K.O.), vinieron los combates en el que Juan Pedro Carbila (Valencia) consiguió la medalla de bronce al perder en semifinales con el que a la postre sería el campeón, Otti Roethof, de Holanda.

Muchos fueron los grandes maestros considerados de 2ª generación del Karate-do que hicieron presencia en este torneo, algunos de los cuales fueron entrevistados por mi persona para distintos medios, tales como Gogen Yamaguchi (Goju-kai), Hironori Otsuka (Wado-ryu), Ryusho Sakagami (Itosu-kai), Kenei Mabuni (Shito-ryu), Masatoshi Nakayama (Shotokan-J.K.A.), Manzo Iwata (Shito-kai), Chojiru Tani (Shukokai)…

V MUNDIAL. MADRID- 1980

Méjico era la ciudad designada por W.U.K.O. en Tokyo para organizar el próximo mundial en 1979, pero a última hora la federación azteca desiste por distintos motivos de llevar a cabo tal tarea. Es por ello que se tiene que retrasar en un año (1980) la celebración de dicho evento recayendo en Madrid a finales de noviembre en el Palacio de Deportes.

El equipo español de kumite, cuyo "coach" era Antonio Oliva, consigue la proeza de proclamarse Campeón del Mundo (Juan Pedro Carbila, Felipe Hita, Damián González, José Mª Torres y Francisco Manzano) al derrotar en la final al potente equipo holandés por 3 a 2. Recuerdo la sala de prensa en los bajos del polideportivo por que cuando Damián González gana el combate a Otti Roethof por 2 ippon a 1, con lo que España ya tenía la medalla de oro, bajó corriendo a la misma para conectar telefónicamente con Ser-Málaga, dándome la entrada y pudiendo asegurar que fui la primera

persona en dar por la radio la buena nueva fuera de las paredes del madrileño Palacio de los Deportes; está claro que todavía no existían los móviles. Su capitán era el aragonés Fernando Rosuero que, en estos mundiales, se retiró de la selección, los cuales fueron los terceros para él y en los que consiguió una medalla de bronce, categoría de 60 kg. en la cual venció el madrileño Ricardo Abad. En 70 kg. el triunfo fue para el también madrileño Damián González.

En la modalidad de kata se instaura por primera vez la participación femenina igual que había ocurrido en kumite con las categorías de pesos. La catalana Victoria Moreno (Shito-ryu) obtiene la medalla de bronce. El seleccionador en esta modalidad era el maestro madrileño Juan A. Bish (Shito-ryu). En hombres el joven madrileño Jorge Romero (Shotokai) obtuvo el 3º puesto seguido del catalán Deogracias Medina (Shito-ryu).

La W.U.K.O. otorgó el premio de mejor competidor y competidora del campeonato, de los más de 50 países participantes, en kumite al español Damián González y en kata a la japonesa Nakayama.

También pudieron verse en este mundial grandes maestro de la talla de Kenei Mabuni (Shito-ryu), H. Kanazawa (Shotokan-S.K.I.), Eichi Eriguchi (Wado-ryu)… Faustino Soria, miembro del equipo organizador de la Federación, me espetó: "Javier, en Madrid se practica el mejor Karate del mundo", con sumo orgullo de lo que España había conseguido sobre esos tatamis madrileños.

Epaña obtubo el oro en kumite por equipos.

Equipo nacional de kumite.

Atsuko Wakai campeona del mundo.

XI MUNDIAL. GRANADA 1992

La World Union Karate-Do Organizations tuvo a bien celebrarlo en el recientemente inaugurado Palacio de los Deportes de la bella ciudad de La Alhambra, siendo el presidente de la F.E. Karate Antonio Espinós. La ubicación para el desarrollo de evento fue inmejorable: Granada, repleta de historia, arte y aire cultural más que acrisolado. Allí se forjó la unidad y el nacimiento de nuestro país; la antigua capital de Al-Andalus.

Nuevamente éxito deportivo y de organización para el país anfitrión que, bajo las ordenes del madrileño Juan Manuel Pérez Alcalde, España se proclamó en kumite por equipos campeona al vencer en la final al conjunto sueco.

Individualmente obtienen medallas de oro los madrileños Juan Rubio (65 kg.) y José Manuel Egea (80 kg.), logrando éste ser tricampeón consecutivo, nunca conseguido por ningún karateka hasta la fecha, y gran figura de estos campeonatos. Indudablemente Egea está considerado como uno de los más grandes competidores de la historia en este deporte a nivel mundial.

Pero también en la modalidad de kata destaca poderosamente el vallisoletano Luis Mª Sanz dejando a todo el mundo con la boca abierta al ejecutar Empi y luego Unsu, obteniendo por primera vez en la historia el primer puesto un competidor no japonés. El seleccionador nacional de esta modalidad era el madrileño Miguel Ángel López. Nuestro país consigue ser primero en el medallero con un total de 11 preseas, por encima de Japón con 9.

Vistosas exhibiciones añadieron atractivo durante los días del evento de cara al numeroso público que llenó las gradas del polideportivo, tales como la del canadiense Jean Frenette de Karate-ballet y las de katas libres con música española por alumnos del madrileño gimnasio del maestro Antonio Torres (Shito-ryu). Recuerdo la presencia, entre otros, de maestros de la talla de Hirofumi "Goshi" Yamaguchi (Goju-kai) y Tatsuo Suzuki (Wado-kai).

Gran difusión se le dio a estos mundiales, capitaneada por las retrasmisiones en directo varios días de Canal Sur TV, cuyos comentarios de apoyo contaron con la persona de Antonio Oliva y otros destacados karatekas, e incluso yo mismo.

En aquel año olímpico el Karate español brilló con luz propia en la andaluza ciudad del embrujo, cantada y cuna de inspiración de Washington Irving, García Lorca, Luis Rosales, Gerald Brenan, F. de Icaza, A. Muñoz Molina y tantos otros.

XVI MUNDIAL. MADRID 2002

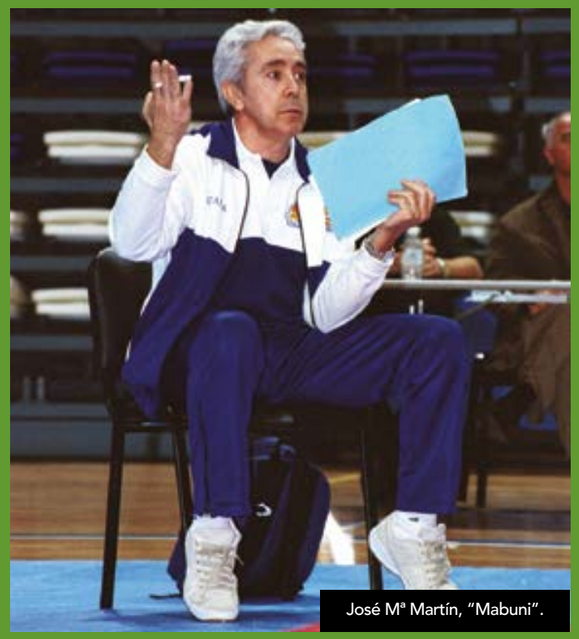
La organización de este Campeonato del Mundo fue adjudicada a la F.E. de Karate en el congreso de la World Karate Federation celebrado en 1996 en Sud-

África. El Palacio de Deportes fue el lugar elegido en un principio para el desarrollo del mismo, pero la mala suerte quiso que unos meses antes dicha instalación deportiva sufriera un importante incendio, lo que dio al lastre a la organización teniéndolo que trasladar a Barajas, concretamente a I.F.E.M.A.

El entonces presidente de la F.E. de Karate, Faustino Soria, formó un gran equipo para sacar con éxito la tarea, siempre con la inestimable ayuda del español Antonio Espinós, a la sazón presidente de la Federación Mundial de Karate.

En el aspecto deportivo, dentro de la modalidad de kumite, España volvió a proclamarse campeón por equipos tras vencer en la final a Inglaterra. De la misma manera que el madrileño Iván Leal (75 kg) revalidaba su título obtenido con anterioridad en Munich-2000, alzándose como la gran figura de este torneo. La batuta estaba en manos del gran maestro y excelente entrenador José Mª Martín (apodado cariñosamente "Mabuni"), con un largo historial de éxitos a sus espaldas. El asturiano Lino Gómez fue el encargado de llevar a la cima a nuestro equipo femenino de kumite que derrotó en la final al duro conjunto francés.

España demostró seguir estando en la élite del Karate deportivo, formando junto a Japón y Francia esa especie de triángulo en la cima de este deporte, y siguiendo cosechando triunfos en consecutivas citas internacionales.


José Mª Martín, "Mabuni".

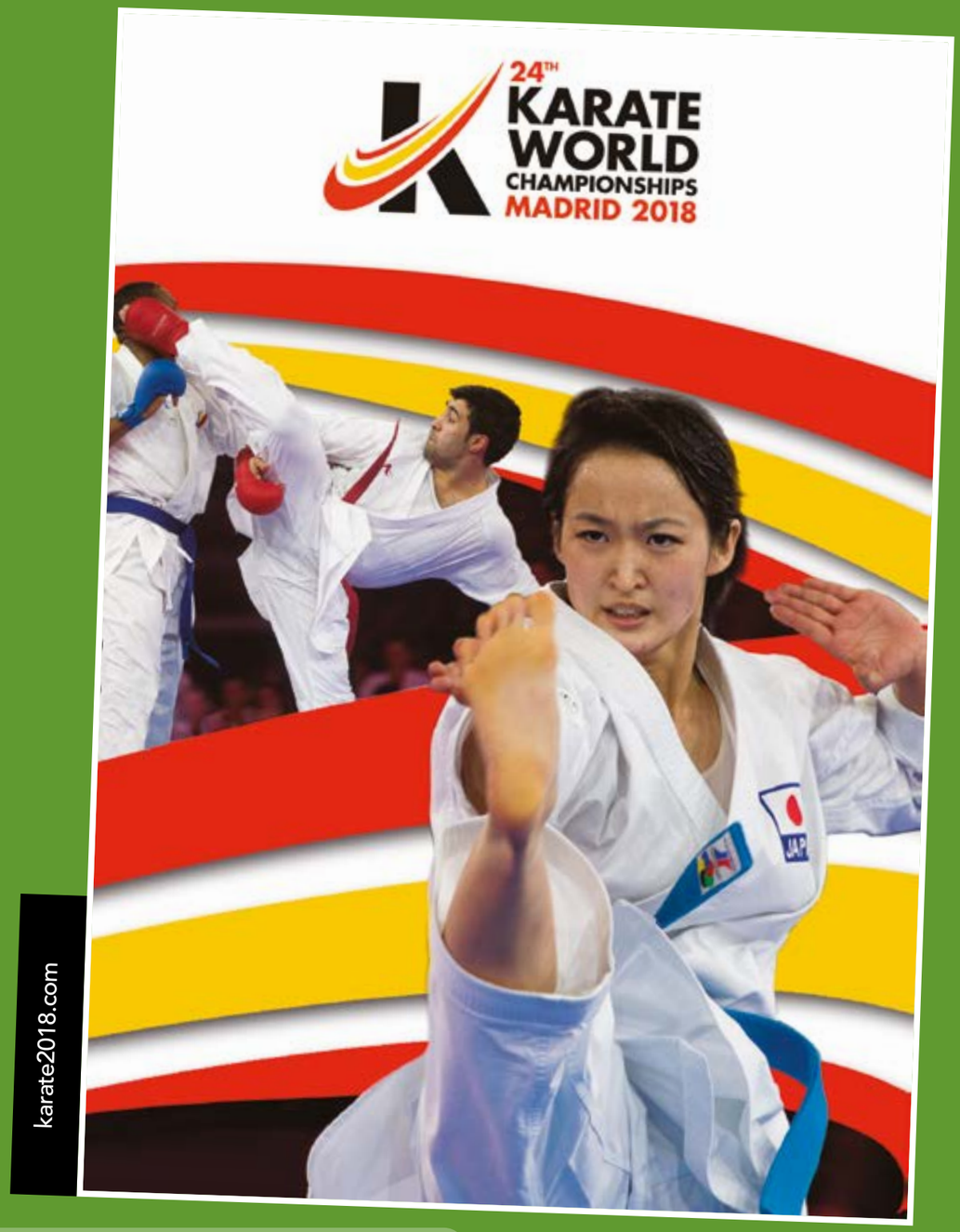
XXIV MUNDIAL. MADRID 2018

Después del mundial austriaco, tocaba realizarlo en Sudamérica, concretamente en Lima. Las autoridades peruanas llegaron a la conclusión que para noviembre 2018 no estaría terminado el nuevo Palacio de Deportes de la capital peruana, por lo que renunciaron a la celebración del mismo, otorgándoselo la W.K.F. a España, y más concretamente a Madrid. Esta cogió el guante repitiéndose lo acontecido con Méjico para la celebración en Madrid en 1980.

Por ello, del 6 al 11 de noviembre tendrá lugar en el Palacio de los Deportes los XXIV campeonatos mundiales, previos a la participación en Tokyo 2020 del Karate en el programa olímpico. El presidente de la F.E. de Karate, Antonio Moreno, prepara con su equipo los pormenores del que será el cuarto mundial celebrado en nuestro país. El tiempo apremia, pero está demostrado que todos los anteriores se desarrollaron con profesionalidad y buen hacer, y sobre el sambenito que todavía algunos foráneos nos encajan sobre el tópico de la improvisación hispana, doy respuesta con las palabras de Rudyard Kipling: "El tópico es señal de antagonismo en muchas ocasiones para definir a un pueblo".

Lo que a España le faltará para redondear la faena organizativa de estos XXIV Mundiales de Karate (W.K.F.) será la buena actuación deportiva de sus karatekas, bajo la batuta coordinada de José Mª de Dios, director técnico; con Ángel Arenas (Asturias) como entrenador de kumite y Jesús del Moral (Madrid) de la modalidad de kata. Contando para ello con grandes figuras a priori, destacando sobre todo en kata el torremolinense Damián Quintero y la talaverana Sandra Sánchez y los respectivos conjuntos masculino y femenino.

Antonio Espinós, gran artífice de la puesta en escena en nuestro país de tan magno acontecimiento y de tantos otros, flamante presidente de la W.K.F., estará en posición de prestar apoyo en el desarrollo del torneo que albergará a más de cien países. El túnel del tiempo nos muestra que Espinós era presidente de la F.E.K. durante el Mundial granadino, de la F. Mundial en Madrid 2002 y en este de 2018. En definitiva, parafraseando a Machado: "No cambian los hombres, sino las ropas".



A la Federación Madrileña, así como a la Española, solo le hará falta una cosa para que la cita mundialista se desarrolle con maestría, habida cuenta que para ello posee los mejores ingredientes. En términos taurinos nos remitiremos a la máxima que Valle-Inclán propició a Juan Belmonte: "Sólo te falta una cosa para ser buen torero, que te mate un toro". Lo único que a España le faltará para redondear la faena organizativa de estos XXIV Mundiales de Karate (W.K.F.) será la actuación deportiva de sus competidores.

Estamos a las puertas del que puede ser un gran mundial en esa ciudad que es Madrid, de la que los antiguos castizos decían con orgullo: "De Madrid al cielo" y "Soy de Madrid…y usted perdone".

Esperamos y deseamos que nuestros karatekas encuentren el camino hacia el pódium sobre los tatamis del madrileño Palacio de los Deportes y revaliden lo conseguido por sus antecesores, en 1980, 1992 y 2002, logrando ser ¡CAMPEONES DEL MUNDO!

Judo Condal

HOSTAFRANCS 1967

50 ANIVERSARIO 1967 2017

www.judo-condal.cat

MÁS DE MEDIO SIGLO FORMANDO PERSONAS

JUDO - AIKIDO - DEFENSA PERSONAL - KARATE

Consell de Cent, 44 | 08014 Barcelona

T. 933 254 934 | judo.condal@gmail.com

www.wudao.es

La APP de aprendizaje sobre taiji quan más completa de Europa, te guiará paso a paso sobre sus técnicas y métodos en vídeo, textos y audios.

La APP WUDAOTAIJI esta en inglés y/o español con terminología específica en chino. También encontrarás mucha más información y contenidos en audioteca. Con un sistema innovador de creación de clases, en apoyo a los profesores. Ya veras...

No son videos de Youtube, son específicos para este programa.

DOWNLOAD NOW:

Thanks to:

感谢:

Disponible en Google play

Escuela Superior Wudao
c/ Almansa, 47 c.p. 28039 - Madrid
Email: secretaria@wudao.es

UNA OBRA SOBRE EL KUNGFU DE WUDANG Y SU CULTURA.

Contiene una gran información para los amantes del wushu de Wudang y el KUNG-FU tradicional, con su alquimia, sus maestros importantes, leyendas, ejercicios, etc...
No te puede faltar esta obra en tu biblioteca.

El Wushu de Wudang
1 Volumen

* Historia y Cultura de Wudang y sus templos.
* Las escuelas de Wushu de Wudang.
* Las reglas monasticas de los templos taoistas.
* Los métodos de entrenamiento de los monjes y discipulos.
* Origen y evolucion del Wushu. El Waijia quan.
* Las formas tradicionales y sus nombres ancestros, y mucho más que podras consultar y aprender en esta obra única en Europa y en castellano, realizada por el Shifu Serrato, en sus viajes e investigaciones en las montañas de Wudang y tras consultar con los monjes y maestros del kungfu de Wudang.

Solicita tus pedidos aqui:

Escuela Superior Wudao
c/ Almansa, 47 c.p. 28039 - Madrid
Email: secretaria@wudao.es

915 342 029
656 627 300

Siguenos en:

武当武术

P.V.P 25€

www.wudao.es / www.wushusport.es

Por Juan C.Serrato

Tradicionalismo en Kungfu

Por Sebastián González
sebastian@kungfuweb.org

Con cada generación, los hilos que tejen la tradición en las artes marciales chinas continúan desenredándose, ayudando a que la estructura que construye las artes marciales chinas no se desvanezca y debilite. Aunque existe una gran cantidad de información que puede encontrarse a través de internet, los malentendidos e interpretaciones erróneas siguen circulando.

Esta es la opinión de un maestro de artes marciales internas, **Cheong Shing Tang**, que ha aprendido de varios maestros tradicionales como **Ho Ho Choy** (en Baguazhang), **Yang Sau Chung** (en Tai Chi Chuan), **Leon Zi Peng** (en Yiquan), **Chan Yuet Sun** (en Xingyiquan), entre otros.

Alrededor de los años 60, las artes marciales japonesas, principalmente el arte del Judo, fueron introduciéndose al público general en España a través del ejército español. Algunos años después, estas artes marciales japonesas continuaron expandiéndose y llegaron nuevas artes marciales chinas introduciéndose por todo el territorio español. Hoy en día, estas nuevas formas de arte marcial son promocionadas por instructores de artes marciales que enseñan a aquellos que están dispuestos a comprometerse en aprender los

Cheong Shing Tang junto al maestro Ho Ho Choi.

Cheong Shing Tang junto al maestro Feng Zhiqiang.

Cheong Shing Tang junto al maestro Yang Zhen Duo.

nuevos estilos: MMA, Systema, Krav maga, BBM, etc.

A medida que estas nuevas tendencias marciales van emergiendo, las artes marciales tradicionales con principios como el honor y el respeto sufren adaptaciones a los nuevos tiempos. Y todas las escuelas están influenciadas por el mercantilismo y la promoción rápida a través de internet, YouTube, Twitter, Instagram, etc., tomando como modelo de enseñanza la "actividad" de gimnasio, en lugar de la idea original por la que fueron creadas.

Pero: ¿hemos abandonado las raíces de la enseñanza tradicional impartida por nuestros primeros maestros que nos encargaron la labor de transmitir el estilo tradicional de una generación a otra?

El "Tradicionalismo" en las artes marciales es definido de muchas maneras. Algunos dicen que es practicar exactamente como enseñaron los fundadores. Otros, que los sistemas tradicionales comienzan con el entrenamiento en Neigong y/o en la respiración. Maestro Tang, ¿cuál es su definición de "tradición"?

Hoy en día la mayoría de los nuevos estudiantes que vienen a las escuelas de artes marciales chinas, vienen con la misma mentalidad como si fuesen a la universidad. De estudiar materias y conseguir créditos. No han terminado un tema o materia y ya están pensando en otro. Vienen para aprender una técnica y al poco tiempo ya quieren aprender cosas nuevas.

Esto es debido a que en la actualidad los estudiantes tienen una gran cantidad de información a través de Internet que alimenta su curiosidad, por lo que no suelen quedarse en una sola cosa o estilo, sino que tan pronto conocen una forma o técnica, ya quieren aprender cosas nuevas.

La mayoría de los nuevos estudiantes que vienen a las escuelas de artes marciales chinas, vienen con la misma mentalidad como si fuesen a la universidad

Pero antiguamente el aprendizaje no era así, en los sistemas tradicionales pasábamos mucho tiempo practicando una técnica hasta que la perfeccionábamos y la información no estaba a la disposición de cualquiera, por lo que cuando recibías una instrucción ésta se valoraba mucho.

Además, los valores morales eran consideramos más importantes por lo que el sentimiento hacia la escuela y el maestro era más profundo.

Los sistemas tradicionales basan más su aprendizaje en principios técnicos, morales y éticos que los modernos, y en un proceso de aprendizaje más lento pero más concienzudo en el que las bases tienen mucha importancia para cimentar una fuerte estructura. Esta forma de aprendizaje da mejores resultados para los que la practican, en cambio, los que saltan de una escuela a otra o de una técnica a otra, difícilmente consiguen obtener buenos resultados.

¿Cree usted que hoy en día los instructores de artes marciales, ya sea de Judo, Karate, Taekwondo o Kungfu, ponen suficiente énfasis en inculcar la idea tradicional a sus alumnos?

En occidente, la mayoría de las escuelas tradicionales de artes marciales han recibido este espíritu de los estilos japoneses como Karate, Judo, Kempo o Aikido, y siguen este modelo japonés. En sus dojos tienen colgados carteles con las reglas de la escuela, de modo que cuando un estudiante ingresa en la escuela puede transmitir su respeto al dojo, al maestro y a los viejos maestros, inclinándose primero antes de entrar y hacer el ejercicio.

Creo que la mayoría de las escuelas europeas u occidentales lo hacen de esta manera, lo cual está muy bien. Estas escuelas tienen muy estructurados sus grados de una manera científica y sistemática.

En las escuelas tradicionales chinas (llamadas *Kwon*), también se hace de esta manera, pero de una forma no tan extrema y exagerada como en las escuelas modernas. Por ejemplo, ponemos más énfasis en el sentimiento de respeto hacia el maestro o sifu, en lugar del formulismo simple de decir la palabra *Sifu*.

Una vez eres aceptado en la escuela, ésta te trata como a un miembro de una familia en el que los secretos no son guardados, y los estudiantes, tratan a su Sifu con respeto...

En los estilos tradicionales chinos, cuando un estudiante viene a la escuela a practicar, suele sentirse orgulloso de su *Sifu* (que también significa "padre" según la caligrafía china), por lo que la escuela es considerada como una gran familia, en el que el maestro es el padre que cuida de sus estudiantes como si se tratara de un hijo o una hija. Una vez eres aceptado en la escuela, ésta te trata como a un miembro de una familia en el que los secretos no son guardados, y los estudiantes, tratan a su Sifu con respeto, como a un padre o un maestro especial.

Pero hoy en día todo esto está cambiado sustancialmente. Por ejemplo, después de terminar la clase, cuando los estudiantes se marchan ya no sienten una obligación o relación con el *Sifu* fuera de la escuela. Pero en la tradición china esto no era así, la escuela era como otra familia para el estudiante en el que el *Sifu* cuidaba de ti, si tenías algún problema en la vida cotidiana, él podía ayudarte. Y a la inversa, si el *Sifu* se ponía enfermo, los estudiantes venían a la escuela y lo ayudaban. Y cuando terminaban las clases, era habitual que los estudiantes y el *Sifu* compartieran la comida o una cena, como una familia, en la que el *Sifu* solía explicar anécdotas de sus maestros o de los antepasados.

Antiguamente, las personas tenían más tiempo para practicar y no tenían tantos entretenimientos como la televisión ni los videojuegos, por lo que podían practicar después de la cena o antes de trabajar

Muchas escuelas de artes marciales, en España, piensan que la tradición consiste en el simple acto de inclinarse delante del maestro o en el saludo antes de entrar en el dojo y que llamar a su instructor Sensei o Sifu, ya es suficiente. ¿Cree usted que esto es suficiente para las artes marciales tradicionales?

Como he comentado antes, en la manera tradicional se pone más énfasis en el sentimiento que en las formas, en respetar a nuestros profesores o *Sifu*, en vez de decir simplemente *Sifu* o de inclinar la cabeza.

En los sistemas tradicionales, el estudiante vive experiencias en las que su *Sifu*, le pide igualdad de humor, silencio, coraje, perseverancia, amabilidad, o paciencia.

Él te enseñará a "domar" tu mente y moldear tu cuerpo, enseñándote Kungfu, las posiciones, los desplazamientos, a tomar conciencia del Dan Tien o centro de gravedad, a respirar, hasta que consigas obtener una salud fuerte.

Y también te enseñará a descubrir tus emociones y cómo ser firme ante el miedo, la agresividad, la crítica, la timidez y, en definitiva, hacia todos los sentimientos perturbadores que te pueden asaltar durante un combate o en la vida cotidiana.

¿Qué piensa usted de algunas escuelas tradicionales que están cambiando sus métodos tradicionales a favor de conceptos y teorías más modernas?

Para los estudiantes más jóvenes, seguir el modelo tradicional es un proceso de aprendizaje demasiado largo.

Antiguamente, las personas tenían más tiempo para practicar y no tenían tantos entretenimientos como la televisión ni los videojuegos, por lo que podían practicar después de la cena o antes de trabajar. Esto permitía que el alumno asimilara más técnicas y formas de muchos movimientos o técnicas de armas de grandes dimensiones.

Pero hoy en día es diferente, principalmente los alumnos no tienen tanto tiempo para practicar, así que prefieren aprender algo menos complicado y largo. Esta manera de aprendizaje no está relacionada con el sistema tradicional, pero los tiempos cambian.

En la actualidad, muchos maestros tradicionales intentan simplificar sus formas, como en el Taijiquan, pero antes no era así, solo había una manera de hacer. Algunos maestros tradicionales llegaron a la conclusión de que si no se modificaban los métodos de entrenamiento, muchos sistemas tradicionales desaparecerían. Por lo que pensaron que era mejor hacer las formas de una manera buena y simplificada que invitara a la gente a practicar. Además, antes se aprendía el arte marcial con el objetivo de defenderse o para sobrevivir, pero hoy en día no es necesario, las ciudades son más seguras por lo que los objetivos han cambiado siendo principalmente practicadas para mejorar la salud, hacer demostraciones, participar en competiciones, meditar o reducir el estrés. Esta es una de las razones por las cuales el Taijiquan ha simplificado sus formas, haciéndolo más efectivo.

Creo que adaptarse, modernizando los métodos de entrenamiento, es importante.

Algunas escuelas dicen que los métodos tradicionales deben reservarse para los estudiantes avanzados y que solo se deben enseñar después de muchos años de práctica. ¿Cómo recomienda usted enseñar la tradición a sus estudiantes?

Como he comentado anteriormente, la mayoría de los estudiantes viene para mejorar su salud y aprender autodefensa, pero no tienen mucho tiempo para practicar, así que les enseño algo útil y eficaz, y que no sea demasiado largo o complicado.

Es mejor practicar algo corto y eficaz, que algo largo y que exija mucho esfuerzo para memorizar. Es preferible que practiquen algo sencillo con intención y espíritu, que hacerlo con movimientos automáticos, de esa manera se puede concentrar en hacerlo con intención y seguir un modelo tradicional.

Más adelante, cuando ya tengan tiempo y nivel, entonces les recomiendo hacer las formas tradicionales y más antiguas.

Por ejemplo, en Baguazhang tenemos las ocho palmas madre, las ocho palmas mayores, las sesenta y cuatro palmas lineales, etc. A los principiantes solo les enseñamos las ocho palmas madre, algo simple y efectivo para mejorar su salud. Y si quieren aprender autodefensa, entonces se les enseña algunas palmas de las sesenta y cuatro palmas lineales que se adapten a su constitución y estructura para conseguir confianza y seguridad, y después, si quieren profundizar deben aprender las sesenta y cuatro palmas lineales. Esta es una manera de adaptarse a los tiempos modernos y hacer la enseñanza más efectiva manteniendo la tradición.

La instauración de las escuelas MMA y Boxeo, en España, ha crecido más rápidamente que las formas tradicionales, en parte porque la gente tiene menos tiempo y busca resultados inmediatos. Pero también las escuelas de Kungfu son difíciles de encontrar. ¿Cree que es porque el Kungfu adopta una parte del tradicionalismo en sus enseñanzas que muchas personas son reacias a estudiar?

Los sistemas como el MMA y el Boxeo han crecido rápidamente porque estos sistemas estas muy bien estructurados y se promocionan mucho a través de los medios de comunicación como la televisión e internet, a diferencia de los estilos tradicionales. Y además, estos sistemas tienen un objetivo bien definido por lo que consiguen resultado a corto plazo.

En cambio, en los estilos tradicionales, su estructura no está tan bien definida y estructurada y no tienen como objetivo la competición, lo que no atrae a los jóvenes.

Son enfoques muy diferentes, el primero es más interesante para la juventud mientras que el segundo, es más lento y menos atractivo para ese público.

No es muy común ver a un artista marcial de un estilo tradicional participar en una competición utilizando su estilo de Kungfu. ¿Qué le parece a usted?

Creo que es una buena experiencia participar en una competición, pero el concepto de combate que entrenan es bastante diferente al de la enseñanza tradicional. El primero tiene unas reglas, un tiempo, un espacio o ring y el segundo no.

En los deportes de contacto como las MMA, el objetivo es el combate en el ring, y todos los días hacen combates, mientras que en las artes marciales tradicionales, el objetivo está más centrado en un desarrollo de personal y más global, su idea del combate es sin reglas, por lo que se entrenan cosas diferentes.

Para competir en un ring, el alumno tiene que entrenarse en las reglas de la competición, hacer mucho ejercicio físico, correr cada día, realizar series de golpes repetitivas, etc., de lo contrario es muy probable que pierda en el combate, incluso si se es un maestro en un estilo tradicional porque el tipo de pelea es diferente.

Hay un dicho que afirma: "***la pelea en la calle, cuanto menos dure, mejor***". Antiguamente cuando un maestro tenía un desafío en la calle, no sabía con quién se peleaba, por lo que intentaba terminar el combate con uno o dos golpes. Mientras que en un ring es diferente, se usan protecciones, hay un tiempo, un tipo de puntuación, etc. Pero todo esto no quiere decir que un sistema tradicional no pueda competir, sino que tiene que entrenarse en el reglamento y de manera diferente.

Para terminar, ¿Cree que hay un hueco en este mundo moderno para que las artes marciales tradicionales continúen o cree que la vida moderna finalmente los superará?

Son dos conceptos diferentes, como ya dije, uno está enfocado a la competición mientras que el otro en un

Cheong Shing Tang junto al autor del artículo, Sebastián González.

desarrollo personal, fortaleciendo la salud o la autodefensa.

Si tu escuela está enfocada a la competición, debes centrar el tipo de entrenamiento para este propósito y dirigirte al público joven que lo busca. Pero si el público que tienes solo quiere mejorar su salud y conocer otros aspectos culturales y no tiene la intención de competir, el entrenamiento tradicional es el adecuado para ellos. Por lo que no creo que los sistemas tradicionales desaparezcan.

Por ejemplo, ¿crees que Baguazhang podría pelear en el ring? Sí que puede, pero hay que entrenarlo de esa manera especial que tenga en cuenta el reglamento. Hay que hacer una buena planificación específica que tenga en cuenta los días de entrenamiento, de cuántos asaltos es el combate, etc., para preparar la condición física y seleccionar las técnicas. Pero la mayoría de las personas que aprenden Bagua lo hacen con otros propósitos.

Muchas gracias maestro C.S Tang por compartir con nosotros su experiencia y conocimientos acerca de las artes marciales tradicionales.

ESCUELA DE
ARTES MARCIALES CHINAS

centre Jing

– CHOY LI FUT KUNGFU
– TAI CHI CHUAN estilo Yang tradicional
– QIGONG terapéutico.
– CHIN-NA FA "Chinese self defense"
– BAGUAZHANG estilo Gao

ASSOCIACIÓ CATALANA · CHOY LI FUT · TAI CHI CHUAN · CHI KUNG

功夫

DIRECTOR:
Sifu Sebastián González

Inscrito en el Registro Oficial de Profesionales del Deporte de Cataluña (REP) Nº 000708. Alumno de grandes maestros de artes marciales chinas y autor de numerosos libros.

CURSOS 2018 - 2019

- FORMACIÓN PROFESORES EN TAI CHI CHUAN ESTILO YANG
- FORMACIÓN PROFESORES EN QIGONG TERAPÉUTICO
- FORMACIÓN DE QIN NA (CHIN NA), CHINESE SELF DEFENSE: Un curso completo siguiendo el contenido del libro "CHIN NA FA", de los autores C.S. Tang y Sebastián González y las recomendaciones de la policía de Hong Kong.

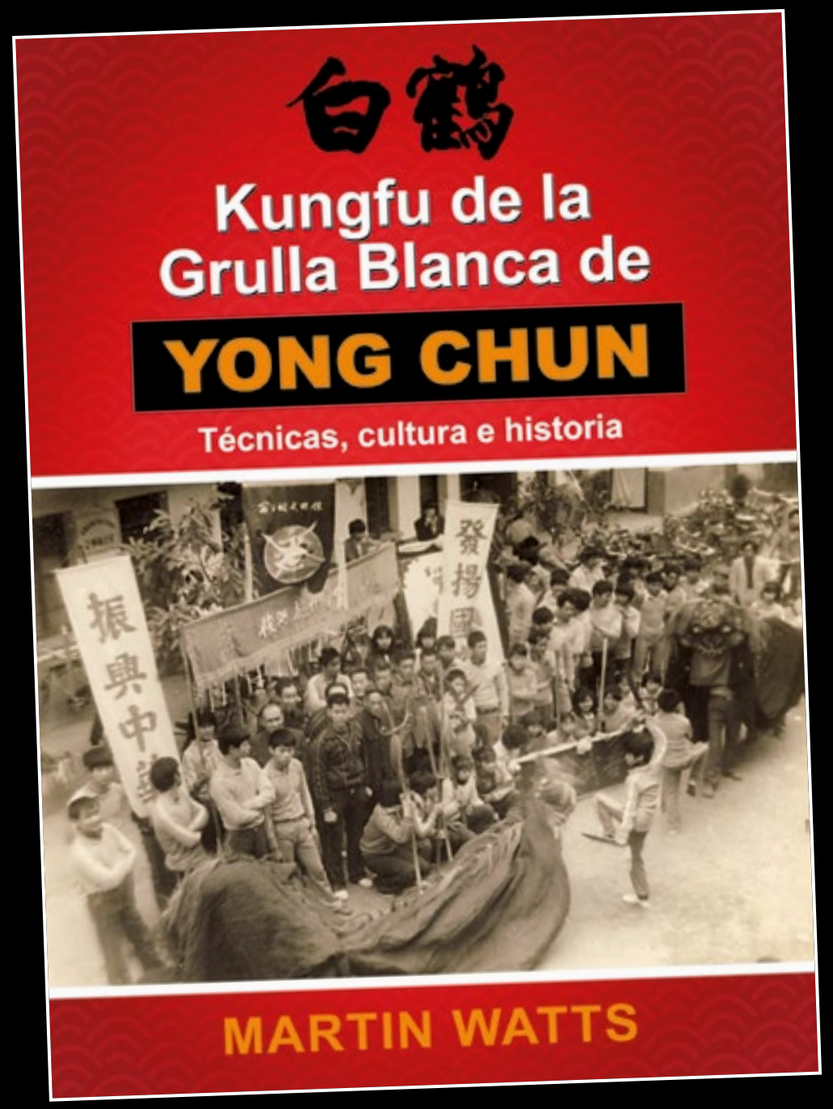
SOLICITA INFORMACIÓN:
secretaria@jing.es
www.kungfuweb.org

Dirección:
Passatge Simó, 15, local 1
08025 Barcelona
Tel (93)4500671

Editorial ALAS

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

BIBLIOGRAFÍA



永春白鶴拳

Kungfu de la grulla Blanca de YongChun

Martin Watts

P.V.P. 22 euros
Número de páginas: 166
ISBN: 9788420306193

El Kungfu de la Grulla Blanca fue ideado por Fang Qi Niang, que comenzó a enseñarlo en el siglo XVII en YongChun, Fujian, China. Sin apenas modificación, se practica desde entonces ampliamente en esa zona.

Martin Watts ofrece en este libro una panorámica del sistema de Kungfu de la Grulla Blanca detallando las prácticas, las teorías y los ejercicios del sistema incluyendo un minucioso estudio de "San Zhan" (el origen de Sanchin).

El autor estudia su influencia en otros estilos en el contexto de la geografía, la historia y la inercia demográfica trabajando con traducciones originales de escritos que no han sido publicados en occidente hasta ahora.

Martin Watts entrena en exclusiva Grulla Blanca de YongChun desde 1993, cuando visitó China por primera vez. En 2013, la Asociación de Boxeo de YongChun y la Sociedad de Estudio del Boxeo de la Grulla Blanca de YongChun le otorgaron el 7º Duan. Está considerado como uno de los más experimentados practicantes occidentales de Grulla Blanca de YongChun.

www.editorial-alas.com

Por José Patricio Andreu
T.S. en Nutrición y Dietética
Medicina tradicional china
5º Dan Uechi-ryu Karate
www.hyozan.es

Siete tónicos de la
Medicina Tradicional China

Una parte de la farmacia en la clínica de medicina tibetana del doctor Tsetra, médico más famoso de la region de Mahlo en Tibet. La farmacopea tibetana y china comparten multitud de materias.

Finales de década entre 1940 y 1950, en plena Guerra Fría, un grupo de científicos soviéticos investiga sobre lo que el médico y científico ***Nicolai Lazareu*** *llamaría adaptógenos, una serie de sustancias presentes en ciertas plantas que tendrían la capacidad de incrementar el rendimiento ante el estrés físico y mental.*

Militares y astronautas serían pioneros probando los efectos beneficiosos de estas plantas, que por otro lado carecerían de los efectos perniciosos obtenidos en otras líneas de investigación con las anfetaminas, cocaína y esteroides.

Algunas de las materias de estudio en los años de la extinta Unión Soviética formarían parte de la extensa y documentada medicina tradicional china[1], como podría ser el caso de la *rodhiola* (Hon Jin Tian) que además había sido consumida ampliamente por los pueblos nómadas de Siberia, así como por los inuit y los vikingos.

Como la *rodhiola*, muchas otras materias han sido descritas y utilizadas durante milenios por la **Medicina Tradicional China** como coadyuvantes en la mejora del rendimiento y, aunque no estén totalmente exentas de contraindicaciones y efectos secundarios, algunas de las más extendidas podrían ser las siguientes:

Angélica china (Dang Gui)

La raíz de la angélica china (*Radix Angelicae sinensis*) está clasificada en la farmacopea tradicional china como la más importante dentro del grupo de las tonificantes de la sangre, siendo de gran utilidad en el tratamiento y prevención de los estados de anemia.

De naturaleza tibia y sabor dulce, picante y amargo, actúa sobre los conjuntos funcionales de Hígado, Corazón y Bazo. Por ello, usada tradicionalmente para tonificar la sangre, se ha indicado especialmente en mujeres por su capacidad para regular la menstruación y calmar el dolor, así como para favorecer la fertilidad y la recuperación tras el parto.

A sus efectos tonificantes se le suman otros como sedante del sistema nervioso, lo que podría facilitar la recuperación después de grandes esfuerzos, además de ser útil como analgésico, antiinflamatorio y antiespasmódico. No se le conoce toxicidad, aunque sí puede ser ligeramente laxante.

Astrágalo chino (Huang Qi)

La raíz del astrágalo chino (*Radix Astragali*) es una de las materias más importantes del grupo de tonificantes del Qi, la energía vital. De naturaleza tibia y sabor dulce, su acción se concentra en los conjuntos funcionales de Pulmón y Bazo.

Sus características la convierten en un perfecto tónico energético que aumenta la resistencia física y promueve la rápida recuperación. Con capacidad para fortalecer el sistema inmunitario y efectos antivirales, se ha recomendado como apoyo en el tratamiento con quimioterapia, precisamente por sus efectos beneficiosos contra la fatiga, aumento de las defensas en el organismo, mejora del apetito y tratamiento de la diarrea. Tradicionalmente, se ha combinado con la angélica china consiguiendo así efectos sinérgicos sobre la energía vital y la sangre.

Además, a este adaptógeno que se distribuye principalmente en el norte de China y Mongolia, no se le relaciona toxicidad, habiendo sido usado también para controlar la hipertensión por sus efectos diuréticos.

Dátil Chino o azufaifa (Da Zao)

El fruto del azufaifo (*Fructus Zizyphi jujubae*) es rico en vitaminas y minerales, por lo que se incluye también dentro de los tonificantes del Qi. Su naturaleza es tibia y su sabor dulce, con acción sobre los conjuntos funcionales de Bazo y Estómago.

Sus propiedades nutritivas, aperitivas y digestivas, lo han hecho protagonista de numerosas recetas en China, como tratamiento para la astenia y debilidad principalmente, pero también como tranquilizante, sedante e hipotensor. Esta última acción se ve potenciada por el uso de sus semillas (*Suan Zao Ren*) en decocción, utilizadas tradicionalmente para favorecer el sueño y combatir el insomnio.

Por último, se le atribuyen efectos vasodilatadores que favorecerían la circulación de la sangre además de nutrirla, convirtiéndolo en un tónico ideal que se puede consumir incluso como aperitivo.

Codonopsis (Dang Shen)

La raíz de esta enredadera de bellas flores (*Radix Codonopsis*), muy abundante en el noreste de China, es otro potente tónico y adaptógeno, clasificado como tonificante del Qi, al que se le atribuye una naturaleza neutra y un sabor dulce, con acción sobre los conjuntos funcionales de Pulmón y Bazo. De él se dice que estimula la producción de líquidos orgánicos y la generación de sangre y, tal vez, sea por esta razón por lo que las madres lactantes en China consumían tradicionalmente la raíz de codonopsis.

Conocido por sus efectos expectorantes puede servir de ayuda cuando se presenta respiración entrecortada y dificultades para respirar. También en aquellos casos en los que el organismo se muestra muy debilitado después de una enfermedad larga, especialmente si ha cursado con diarrea y vómitos.

Usado en periodos de estrés prolongado con tensión cervical, cefaleas e incluso palpitaciones, combina muy bien con la raíz de astrágalo por la similitud de sus características. Además, debido a su precio más económico, es muy popular y se ha usado en China como sustituto del ginseng, con el que también comparte efectos tónicos y adaptógenos.

Como curiosidad, en la tradición médica tibetana se

El nutritivo dátil chino, Da Zao.

La raíz de angélica china, Dang Gui, muy indicada en los casos de anemia.

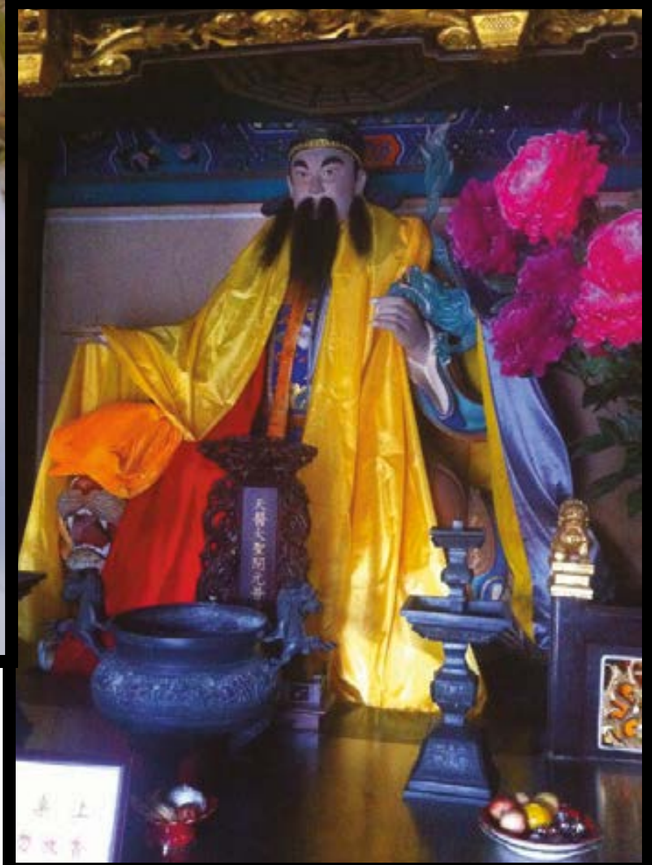


Imagen del médico Sun Simiao, conocido como el Rey de la Medicina, en el templo taoista de la Nube Blanca en Beijing.

La popular y reconstituyente raíz de codonopsis, Dang Sheng.

Frutos de schisandra en manos del autor.

Uno de los expositores en el piso dedicado a la farmacopea del Museo de Medicina Tradicional China de Beijing.

La raíz del eleuterococo (Radix Eleutorococci Senticosi), que se recolecta en otoño en las frías tierras de Siberia y norte de China, es conocida también como el ginseng siberiano, aunque los efectos tónicos del primero se consideran superiores.

conoce al codonopsis como *Lü Lu Dorje* y se ha usado contra aquellas enfermedades que se creían causadas por los espíritus *Naga*.

Eleuterococo (Ci Wu Jia)

La raíz del eleuterococo (*Radix Eleutorococci Senticosi*), que se recolecta en otoño en las frías tierras de Siberia y norte de China, es conocida también como el ginseng siberiano, aunque los efectos tónicos del primero se consideran superiores.

Considerado un efectivo adaptógeno y estimulante del sistema nervioso central, tiene efectos antidepresivos, antiinflamatorios, inmunoestimulantes y vasodilatadores, lo que lo llevó a ser administrado a los astronautas en la antigua Unión Soviética y consumido por deportistas de élite.

Muy popular en las zonas frías del norte de China por su capacidad para combatir el cansancio físico e intelectual, así como para favorecer la recuperación después de grandes esfuerzos o enfermedades convalecientes, es una de las materias que se dice tomaba el longevo **Li Ching Yuen**[2].

Presenta una leve toxicidad y no se recomienda si se padecen enfermedades cardiovasculares, ansiedad, o si se tiene propensión al insomnio.

Hongo ganordema (Ling Zhi)

Tal vez más conocido por su nombre japonés, *Reishi*, el hongo ganordema (*Ganordema Lucidum*) es un fa-

moso adaptógeno e inmunoestimulante que crece, aunque escasamente, en bosques húmedos a los pies de árboles caídos y muertos.

La medicina tradicional china le atribuye una naturaleza neutra y un sabor dulce, con influencia en los conjuntos funcionales de Corazón, Pulmón Hígado y Riñón. Por ello, se ha utilizado durante milenios para tonificar la energía vital y nutrir la sangre en situaciones de sobreesfuerzo, fatiga y estrés, aportando tranquilidad y aclarando la mente, considerándose además un tónico para obtener una larga vida.

De ayuda en la terapia contra el cáncer, así como reduciendo los efectos secundarios de la quimioterapia y la radioterapia, se relaciona con efectos antitumorales, antivirales y antisépticos. Además, algunos de sus ácidos poseen efectos hipocolesteromiantes e hipoglucemiantes, conteniendo también un esteroide hepatoprotector, la ganodosterona.

Su acción en el conjunto funcional de Pulmón la desarrollará como antihistamínico, antialérgico, antitusígeno y expectorante principalmente, con una toxicidad leve, pero que recomienda no usarlo en largos períodos de tratamiento, estando contraindicado además con anticoagulantes, en el embarazo y la lactancia.

Schizandra (Wu Wei Zi)

Los ácidos y ligeramente dulces frutos de la schisandra (*Fructus Schisandrae*) poseen una naturaleza tibia y su acción se dirige hacia los conjuntos funcionales de Corazón, Pulmón y Riñón.

Incluidos dentro de las materias astringentes se han utilizado por su capacidad para astringir el *Yin* y el *Qi* de Corazón, calmando la mente y favoreciendo el descanso, consolidando la energía de Pulmón, reduciendo la sudoración espontánea y astringiendo el *Jing* (la Sustancia Basal) de Riñón, evitando así las emisiones nocturnas, la espermatorrea, la leucorrea y las micciones frecuentes, siendo muy recomendada como planta afrodisíaca.

Los frutos de esta enredadera leñosa, que se pueden encontrar también en bosques húmedos de China y Siberia, han sido consumidos desde antaño como

En la mejora del rendimiento como en otros ámbitos no deberíamos olvidar la máxima latina, *primum non nocere*, primero no hacer daño.

adaptógenos con el fin de mejorar el rendimiento. Además, se les atribuyen propiedades regeneradoras del hígado, como hepatoprotectores, debido a los lignanos que contienen sus semillas. Así, son considerados unos de los grandes tónicos de la medicina tradicional china, de forma similar al famoso ginseng, pero sin que se les conozca toxicidad.

En conclusión

Cualquiera de estas materias, usadas correctamente, podría ayudar a mejorar el rendimiento y la adaptación del organismo frente al estrés, pero no se deberían olvidar las indicaciones de **Sun Simiao**, famoso médico de la dinastía Tang, cuando aconsejaba primero regular la dieta y el estilo de vida y, solo si eso no fuera suficiente, hacer uso de las plantas medicinales.

En la mejora del rendimiento como en otros ámbitos no deberíamos olvidar la máxima latina, ***primum non nocere***, primero no hacer daño.

1.- El Budoka 2.0, revista nº 46: "Fitoterapia Tradicional China. De Shennong a la artemisina".
2.- El Budoka 2.0, revista nº 7: "Li Ching Yuen: el maestro de la longevidad".

http://catalunyahapkido.blogspot.com.es/

Haidong Gumdo

Camino de la espada del mar del este

Badalona
C/ Sant Ramon, 7-9
93 399 22 04

Barcelona
Passatge Toledo, 12-14
687 537 955

Hospitalet
Rbla. Marina, 264
670 537 106

St. Pere de Ribes
Jaume Balmes, 25
672 682 102

Ullastrell
Prat de la Riba, 14 bis
687 527 714

Más información

www.haidonggumdocat.org

hdgumdocat@gmail.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

Por **Javier Parrilla Romero**
4º Dan ANKF
Practicante de Kyudo
Articulista sobre Budô
Las fotos que ilustran el artículo son propiedad del autor

Apuntes sobre el valor del lenguaje implícito y el yo colectivo en la cultura japonesa

La claridad, esa condición del lenguaje declarativo que en Occidente nos exige ser directos, incluso a veces brutales, en la exposición de lo que pensamos (el castizo diría "al pan, pan y al vino, vino"), no es precisamente algo característico de la cultura japonesa, y esto se traslada a sus manifestaciones artísticas, entre ellas también a las artes marciales, como luego veremos...

Para el japonés, el sentido más profundo de las cosas se esconde en una región que evita la exposición rotunda de los colores extremos y perentorios del blanco y el negro. La belleza de la palabra, como en general el placer estético, se encuentra entre los márgenes por donde discurre el claroscuro. Tanto es así que Junichiro Tanizaki, en un librito que desvela el gusto de los japoneses por presentar los objetos rodeados de sombra, llega a afirmar de ellos que "***la vista de un objeto brillante nos produce malestar***".[1] La búsqueda del en-sí kantiano, ese algo con existencia independiente

1. Tanizaki, Junichiro. *El elogio de la sombra*. Ediciones Siruela, 2003.

de nosotros, no forma parte de la filosofía práctica que emana de una visión del mundo carente de sentido si no está animada de la mirada y del corazón del que lo contempla. Según esta visión, los objetos no tienen vida independientemente de nosotros. Exponerlos al brillo de la luz es despojarlos de los matices, reflejos y texturas que, sin embargo, son los elementos que conectan con las habituales incertezas del pensamiento humano. Y es también arrancarlos del campo habitual de nuestra experiencia, que sólo conoce los extremos en momentos de máxima exaltación, cuando somos sabedores de estar experimentando un momento único, quizá irrepetible, sin posibilidad de compartir. Pero esa condición la poseen sólo aquellos que celebran una iluminación súbita, un despertar sublime, un éxtasis. Lo humano, en tanto que es experiencia de lo compartido, se aleja del brillo y contra-brillo que en sus lindes representan los colores opuestos del blanco y el negro, y se abre al entrelazamiento de ambos, de donde resulta la amplia gama de los grises. El mismo Tanizaki insiste en encontrar la profundidad y el sabor allí donde las cosas se presentan revueltas armoniosamente, escondidas tal vez bajo una superficie cenagosa.

Encontramos consideraciones parecidas si nos trasladamos al campo del lenguaje valorativo. Para tratar la cuestión, sirva aquí recordar las impresiones que José María Gironella recoge al principio de un libro[2] que escribió tras un viaje a Japón como acompañante del guitarrista Narciso Yepes. Era abril de 1968, o sea, un tiempo en el que las cicatrices causadas por la guerra mundial aún eran perceptibles en la geografía emocional y física del país. Y lo eran especialmente en el paisaje urbano y arquitectónico de grandes ciudades como Tokio, en donde, empujadas por el viento del desarrollismo, el escritor veía fealdad, desorden y suciedad. Pero, ante estas observaciones, el comentario que le hizo su guía turística japonesa fue que "***la belleza es necesario merecerla***", y que "***la belleza no está hecha para la calle, sino para la intimidad***". Fue una respuesta que cogió por sorpresa al autor de "***Los cipreses creen en dios***" y luego no dejaría de tomar como cavilación en todo el tiempo que le duró el viaje. De nuevo, nos hallamos ante la apelación a huir de lo superficial, de lo demasiado obvio y externo, y, de paso, podemos utilizar la respuesta para una posible solución a muchos de los enigmas que la cultura japonesa plantea a primera vista, porque, si bien era cierto que la ciudad estaba afeada por obras y edificios en construcción, en ella se invitaba a situarse en otro nivel de comprensión. Aprenderíamos así que la legendaria capacidad de acomodación a tiempos cambiantes tan propio del carácter de los japoneses quizá tenga que ver con la relación cuasi religiosa que mantienen con la naturaleza. Al contemplarla, aprenden que sobrevivir, incluso triunfar, es adaptarse. Sólo tienen que mirar al tallo de bambú doblándose cuando el viento sopla fuerte: en la rigidez y la resistencia obstinada no hay supervivencia, sí la hay mostrando flexibilidad y adaptación. El acomodarse, por tanto, a unos tiempos nuevos, abiertos a la influencia occidental, a la desregulación económica de tipo capitalista, era una necesidad cuya primera consecuencia la vivían en el desorden aparente que se había adueñado de las ciudades. Aparente, porque más allá de la fealdad dominante en ciertos lugares estaba el rostro perenne que la belleza de una naturaleza radiante y siglos de historia en torno a valores de armonía, equilibrio y sosiego han dejado como sello indeleble en el alma japonesa ("*Aunque la ciudad se ha perdido, los montes y los ríos permanecen*", dice Du Fu, poeta chino del siglo VIII). Eso valores, que parecían haberse retraído momentáneamente de algunos sitios, no significaba que hubieran desaparecido. Hacía falta esperar, seguir indagando y ensanchar la mirada hasta poder ver bajo la superficie. Porque, como señalaba la guía turística, el encuentro con el Japón eterno requiere un viaje que sobrepasa lo circunstancial o fenoménico y lleva, según sus palabras, a la intimidad. He aquí, precisamente, una

Aprenderíamos así que la legendaria capacidad de acomodación a tiempos cambiantes tan propio del carácter de los japoneses quizá tenga que ver con la relación cuasi religiosa que mantienen con la naturaleza...

2. Gironella, José María. El Japón y su duende. Planeta, 1968.

de las claves de la estética japonesa, incluso, diría yo, del comportamiento de las personas influenciadas por la tradición, ese carácter insinuado o no explícito que es su esencia. Aplicado a las relaciones humanas, efectivamente, esto da ejemplos de conocidos que difícilmente soltarán prenda sobre interesantes aspectos de su propia biografía a menos que se le reconozca a la persona interesada los méritos para dárselos a conocer. Y no será extraño que haya que esperar al fallecimiento de esa persona para saber, entre la sorpresa y la admiración, datos que, aun cuando socialmente elogiosos, no se había hecho gala de ellos públicamente. Estaban ahí, formaban parte de los trabajos y labores de la persona, pero eran accesibles sólo a aquellos que habían mostrado interés y se habían ganado el merecimiento de conocerlos.

En este ámbito de insinuaciones y veladuras, no deja de ser curioso que el *Gengi Monogatari*, la novela que Murasaki Shikibu escribió a mediados del siglo X, enmarque los amores de Gengi, el príncipe resplandeciente, cuando reina la oscuridad o cuando todos duermen, por recoger sólo dos de los abundantes detalles nocturnales que envuelven sus innumerables aventuras galantes. Y al enmarcar éstas en medio de las sombras, y evitar la claridad del día, parece que la belleza de aquellas mujeres seducidas por el príncipe se complete con las rasgos que les proporciona el estar envueltas de la oscura intimidad, cuya virtud, por otra parte, es colmar de deseo el corazón de su principesco amante. La penumbra que facilitan *shoji* y *fusuma*, los paneles y puertas deslizantes, impiden la luz directa en las habitaciones, y hace que los objetos, las ropas y los gestos des sus moradores no acaben de tener una definición rotunda, de manera que adolecen de una completitud precisa que necesariamente debe proporcionársela la cambiante percepción del observador. Esas moradas tan a gusto con las luces tenues y difusas son el escenario perfecto para una suerte de baile de máscaras, en donde los protagonistas ponen de manifiesto que la verdadera identidad del ser no es otra que su propia inconsistencia, una condición que permite recordar un valor estético muy característico de la época Heian (siglos X y XI), el conocido como *mono no aware*, es decir, la aguda conciencia de que seres y cosas tienen una existencia limitada, tras la cual volverán al vacío de donde provienen. Y será una sensación especialmente dolorosa cuando al contemplar la belleza allí donde se nos presenta nos envuelva el sentimiento de saber que su existencia es efímera y condenada a desaparecer. De manera que este pensamiento llegará a dar incluso a la sonrisa un rictus de tristeza y concederá a nuestro mundo, al que llamamos real, no más verdad que al mundo de los sueños, siempre poblado de creaciones ilusorias. Atrapar el instante, vivir el aquí y ahora del momento presente, es la única posibilidad de vivir un mundo sin anclajes sólidos. Como se ve, esta lógica de la impermanencia universal entronca directamente con las enseñanzas del Budismo, que resuenan como un eco de imponente fuerza al comenzar el Libro primero del Heike Monogatari, una obra de tradición oral aparecida en el siglo XIII: "[…] *El sonido de la campana del templo de Gion se pierde en la lejanía y su eco nos recuerda la impermanencia de todas las cosas de este mundo (shogyô mujô)*".

Atrapar el instante, vivir el aquí y ahora del momento presente, es la única posibilidad de vivir un mundo sin anclajes sólidos...

La anterior digresión sobre la falta de consistencia de la figuras y de la existencia misma de los seres y las cosas, que encontramos tan relevante en dos obras fundacionales de la literatura japonesa, permite ahora acercarnos a otra cuestión también de hondo calado en la cultura del país nipón, aquella que se refiere a la apariencia de lo que se dice en el lenguaje expresivo de la comunicación. En los términos *tatemae* y *honne* nos hallamos otra vez ante la necesidad de una mirada que más allá de la superficie busque el significado auténtico

de lo que se dice. Porque *tatemae* viene a ser el código que recoge el lenguaje de lo socialmente correcto, aquello que contiene las inhibiciones que el individuo acepta de buen o mal grado para no causar problemas en la armonía que debe reinar en la vida colectiva. No es una expresión que aluda al lenguaje utilizado de manera falsa, como un arte para el engaño, sino que es más bien el resultado de una formación en la que la coexistencia y el bienestar de la colectividad está por encima de cualquier consideración exclusivamente personal. El individuo que pretenda destacar sobre el conjunto estará condenado a sufrir la reprobación (o el aislamiento si insiste) por parte de cuantos lo componen. Una expresión como "*lo hago porque me da la gana*" sería impensable de la psicología japonesa. Incluso una opinión contrastada y fiable debe ser expresada con humildad, sin pretender imponerla sobre los demás. La explicación al papel preponderante del grupo, a la importancia de trabajar aunados y en equipo, hay que buscarla, según explican antropólogos e historiadores, en la cooperación exigida de todos –que derivará en el desarrollo de una fuerte pertenencia de grupo– para el cultivo del arroz, un elemento de subsistencia primordial en las antiguas comunidades agrícolas del país. Y el primer fruto de este trabajo comunitario es, antes que un pastelillo de arroz, la construcción de una verdad social. Esa verdad social que es imposible alcanzar si es dejada al relativismo individual, como mostró formidablemente el cineasta **Akira Kurosawa** en su famosa película *Rashomon*. Hablando de arroz, recuerdo ahora el apuro que pasé una vez en un kyudojo de Tokio el día que olvidé comprar los *o-nigiri* y alguna cosa más que solía adquirir en mi camino a la práctica matinal de tiro al arco. '*Puedo prescindir del pequeño almuerzo y comer después de terminar la práctica*', pensé. No reparaba que el pacto grupal, por así decir, obliga a que todos lleven consigo su pequeño o gran almuerzo a la hora de la pausa. No vale decir '*hoy he decidido saltarme el almuerzo y, como no he traído nada, me aparto*'. Aprendí ese día, escuchando la reprobación del principal del *dojo*, la importancia de aprender y de cumplir con las normas no escritas para el grupo, pues, efectivamente, de mi acción, aun cuando no intencionada, se derivaba una disrupción o desarmonía. Pero también aprendí, igualmente desde una experiencia propia, que estos códigos no escritos de comportamiento colectivo aprueban determinados excesos siempre y cuando puedan ser compartidos. Estará socialmente aceptado reunirse en torno a una mesa y, en un ambiente de camaradería, beber hasta perder el oremus. Siempre que se comparta, el signo derivado será de buen comportamiento, y, de resultas, de aceptación e integración en el grupo. Así pues, el individuo tendrá cuidado en manifestar actitudes u opiniones que puedan contrariar el espíritu de tranquilidad y armonía al que aspira la vida grupal de manera permanente. Y de ahí la importancia del código *tatemae*, cuyo ámbito de aplicación también cae de lleno, cómo no, en el mundo de la empresa. El formalismo al que está sometida la vida de los japoneses esconde, por tanto, las ideas y sentimientos que conforman su identidad individual de manera más veraz. Este es el ámbito donde se expresa el término *honne*.

Estos códigos no escritos de comportamiento colectivo aprueban determinados excesos siempre y cuando puedan ser compartidos...

El código de la verdad se circunscribe a la esfera más íntima del individuo, allí donde es posible desatar sus contenciones o, para utilizar un término de la psicología freudiana, sus represiones. Será alguien de la familia o un amigo quien escuchará lo que verdaderamente él o

ella quisieron decir y no dijeron en su círculo de trabajo o actividades sociales. Durante esta confesión, seguramente se dejarán caer lágrimas contenidas largo tiempo o se dará rienda suelta a emociones refrenadas habitualmente. *Honne* será la válvula de escape a las tensiones acumuladas en una sociedad que se rige por conductas de manual. Y si no se encuentran estas salidas, un último recurso será encerrarse en el silencio: '*si no es posible decir lo que pienso, al menos, refugiado en el silencio, no me obligo a decir lo que no pienso*', podría ser la fórmula. Quizá sea de esta contención en el pensamiento y en los sentimientos de donde provenga la inspiración para el hieratismo y la inexpresividad de las máscaras con que se cubren la cara los actores del teatro Noh. Y será por eso que la danza y la música vengan en ayuda de las emociones contenidas, traduciendo los verdaderos estados anímicos a través del ritmo y los movimientos. Es difícil para un occidental, que ha hecho de la libertad su bandera personal, penetrar el mundo alambicado de la sociedad japonesa. Pero, en sentido contrario, el desenfado en el comportamiento del que hacen gala los occidentales cuando están allá de visita los retrata como algo bárbaros, inexplicablemente faltos de finura y elegancia. La etiqueta, que tanto aprecia la ritualidad, y su falta de ella, me hace recordar ahora una fotografía, divulgada a regañadientes por las autoridades japonesas, del encuentro que tuvo lugar entre McArthur y el Emperador de Japón, semanas después de que éste firmara la rendición de 1945. El aspecto informal y no protocolario con el que posa el general contrasta vivamente con la rígida compostura del emperador y el traje oficial que porta. Estudiando aquella fotografía con detenimiento, se pueden extraer las mejores lecciones de lo representan dos tradiciones radicalmente diferentes. Para el profesor Roland Barthes, que escribió en 1970 un libro de gran difusión[3] buscando los signos que develan la interioridad japonesa, el informalismo occidental proviene de la creencia en una topología que señala la apariencia externa como resultado de las convenciones siempre cambiantes que imperan en cada época, reservando el espacio de lo auténtico al yo individual constituido por

un interior repleto de contenidos de carácter metafísico y religioso. Eso explicaría la imagen de desenfado del general, a diferencia de esa otra que vemos del emperador, en la que claramente atiende a su papel de representante del espíritu de la nación, y que bajo una mirada más profunda señala al mismo tiempo la importancia acordada en Japón al yo colectivo que los individuos siempre representan, sean como miembros de un grupo, de una empresa o de una familia. De aquí que el código honne, como manifestación del lenguaje franco y directo, o de las emociones no tamizadas, tenga un marco de fronteras estrechas, en reconocimiento a que el yo individual vive allí bajo la poderosa sombra del yo colectivo.

Como practicante de kyudo he podido constatar que normalmente los errores más comunes se producen precisamente debido al conflicto entre los diferentes valores culturales en que se sustenta la práctica misma y los propios del principiante occidental que acude a ella.

Y, para terminar estas reflexiones, quisiera ahora, como anunciaba al principio, intercalar algunos comentarios sobre la importancia del lenguaje implícito en el ámbito del *dojo*, el lugar donde tiene lugar el aprendizaje de las arte marciales japonesas. Como practicante de *kyudo* –el tiro con arco japonés– he podido constatar que normalmente los errores más comunes se producen precisamente debido al conflicto entre los diferentes valores culturales en que se sustenta la práctica misma y los propios del principiante occidental que acude a ella. El punto de partida es, como queda dicho, la tendencia del occidental a hacer valer su yo individual, una circunstancia que a veces acentúa el hecho de considerarse practicante de algo muy minoritario y hasta cierto punto exótico. Hacerse notar con gestos, preguntas y actitudes muy personales es el primer síntoma. Se trata de una dirección equivocada para la que hay un al dicho japonés: el clavo que despunta recibirá un martillazo. Las acciones espontáneas, y menos las alocadas, que quieren reflejar una peculiar manera de ser, nunca son bienvenidas en el *dojo*. La creencia de que en ciertos

3. Barthes, Roland. *El imperio de los signos*. Seix Barral, 2007.

momentos sabemos tanto o más que la persona que dirige la práctica, cuando se traduce en actos, es muy perturbadora para la armonía del grupo. El cuestionamiento de la autoridad o grado establecido, como marco de relación *senpai* y *kohai*, es igualmente absolutamente censurable. Tomar iniciativas por cuenta propia tampoco es correcto. En definitiva, la tipología de errores y faltas con respecto a las reglas de comportamiento es tan variada y repetitiva que de vez en cuando hay que recordar públicamente las normas de etiqueta y la obligación de cumplirlas. En estos momentos el lenguaje implícito, que tan bien se entiende en Japón, se hace explícito para hacerse comprender entre los practicantes occidentales. Todos estos elementos diferenciales se alzan como prueba de fuego para quien quiere perseverar en actividades que pertenecen a un universo mental del todo diferente. Para algunos, la adaptación a ellos supone una renuncia que descubren finalmente que no están dispuestos a hacer.

Otro asunto muy presente en el *dojo* es el de la competición, el de buscar y creerse mejor que los otros, fruto, otra vez, del insistente predominio asignado al yo individual en Occidente. La influencia del Budismo y el sentido de intranscendencia que asigna a las cosas y los seres también ha ayudado a que los japoneses puedan celebrar los triunfos personales como si no fueran otra cosa que la celebración de una victoria de equipo o el resultado del trabajo colectivo. Sabedores de que nuestros parámetros culturales van por otros derroteros, muchos en Occidente acogen con reticencia las competiciones de *kyudo*, los *taikai*, que tienen lugar entre nosotros, porque la idea de ganar o de dar en la diana, por encima del espíritu de desprendimiento o de tirar sin la idea de provecho personal, es fácil que se cuele en el ambiente y perturbe el noble espíritu que debe fundamentar y perseguir la práctica de kyudo. Siguiendo esa idea, el ejercicio competitivo, aunque sólo pretenda festejar un acontecimiento, propicia que prospere el yo individual y pueda terminar alterando la convivencia basada en el predominio del yo colectivo y del lenguaje implícito. La competición abre las puertas al personalismo, que es característica rechazable en la práctica del *dojo*. Aunque visto desde otro punto de vista, la competición podría ser también un taller repleto de enseñanzas, las mismas que yo recibí de mi sensei el día que, habiendo logrado clasificarme para la final individual del *taikai* de Frankfurt del año pasado, él sólo me indicaba las deficiencias técnicas de mi tiro. De esta manera, en el intento de focalizar la atención en los defectos de los que me hablaba, casi me olvidé de la aceptable puntuación que había conseguido.

El lenguaje implícito descansa en el yo colectivo. Es por eso que el lenguaje implícito no tiene rostro individualizado, y que cualquier tentativa a aflorar uno es combatido con premura por el resto. La armonía que ello resulta para el grupo es su gran recompensa. Armonía que se presenta bajo el respeto de protocolos y normas de cortesía sociales. De ahí que un nimio incidente, como fue el que yo presencié en el metro de Tokio, cuando surgió una disputa entre dos personas porque una de ellas no cedió el paso a la otra para acceder primero a la escalera mecánica, originó un revuelo al que enseguida acudieron distintos policías y guardias de seguridad. Y, para lo puede parecernos poca cosa, tardaron más de media hora en solventarlo, terminando cuando –los policías como testigos– uno de los dos hombres se disculpó ante el otro con una profunda inclinación de cabeza. Paro el caso más paradigmático de ruptura del protocolo lo constituye sin duda el incidente que ha pasado a la historia del país como "los cuarenta y siete ronin". Ese fue el número de fieles samuráis que vengaron la muerte de su daimio, el señor Asano Naganori, quien justo porque Kira Yoshinaka, maestro de ceremonias de la corte shogunal, le faltó a la cortesía reiteradamente, terminó atacándolo con el sable, un hecho que, dado que el atacado era de rango superior, terminó en la condena a muerte de Asano. Los juramentados que le vengaron siempre tuvieron presente que todo este terrible incidente, pues ellos también fueron juzgados y murieron abriéndose el vientre en marzo de 1703, tenía su origen en un quebrantamiento abusivo de las normas que rigen la paz de la norma protocolaria, de cumplimento tanto para los de arriba como para los de abajo.

El yo colectivo lo constituyen personas que orbitan entre sí de manera atenta. El japonés es un gran observador, aunque, siendo su costumbre evitar la mirada directa, pudiera parecer lo contrario. Observa, y lee en el lenguaje implícito. Ante la ausencia de palabras, es necesario aprender de los gestos. Si, por ejemplo, el sensei del *dojo* no contesta una petición hecha por escrito, hay que tomarlo como señal de que la vía empleada es incorrecta o simplemente como una respuesta negativa. No cabe insistir. Pero una sugerencia o invitación de su parte, será normalmente una exigencia velada a llevar a cabo lo que se está tratando. Que el lenguaje no sea evidente o taxativo no le resta fuerza; al contrario, el lenguaje implícito lleva consigo todo el peso acordado por las normas y convenciones no escritas con que el grupo le ha revestido como garantía de paz y armonía en su seno. El blanco que se aprecia en Japón es el que aquí llamamos blanco roto, precisamente porque no quiere ser deslumbrante ni brillar.

Editorial ALAS

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

NOVEDAD EDITORIAL

KYUDO

Espiritualidad zen en el tiro con arco

Javier Parrilla Romero

P.V.P. 22 euros
Número de páginas: 166
ISBN: 9788420306209

"Debes liberarte del deseo
de confiar en tu fuerza,
del deseo de disparar la flecha,
del deseo de dar en la diana"

Awa Kenzo
(1880-1939)
maestro de tiro al arco

La historia del arco japonés como instrumento de guerra durante la época samurái está asociada al pensamiento del budismo zen, ya que esta casta guerrera encontró su fortaleza en valorizar el momento presente del aquí y ahora, y en contemplar la realidad de las cosas desde su fugacidad existencial, dotándose así de unas herramientas poderosas para afrontar con determinación el miedo al dolor y la muerte que anunciaban los campos de batalla.

Con el advenimiento de los tiempos de paz, el arco japonés dejó de tener enemigos que abatir, pero siguió utilizándose como una disciplina encaminada al perfeccionamiento interior, pues el dominio de la técnica del tiro al arco no puede hacerse sin dedicación constante y revisión de los fallos de carácter y pensamiento que dificultan el progreso. De esta manera, el tiro con arco japonés se convierte ahora en una vía o camino –éste el significado del término Kyudo– que el practicante, combatiendo dificultades, sigue hacia el encuentro de la Verdad, la Belleza y el Bien, valores éstos que desde antiguo han ennoblecido los ideales de la humanidad.

JAVIER PARRILLA ROMERO, además de ejercer una vida de trabajo como gestor y controlador de tráfico aéreo, es Licenciado en Filosofía y Letras por la Universidad de Barcelona. Su interés por el Budismo zen le condujo al tiro con arco japonés, un arte que practica desde hace más de quince años, y a interesarse por la cultura de Japón, adonde ha viajado frecuentemente.

www.editorial-alas.com

Asociación Wong Shun Leung España AWW

Crónica del 20 aniversario

Por Daniel Palau
www.wingchungranollers.com

Hace ya 30 años que Sifu Santiago Pascual comenzó la actividad de difusión del estilo de Wing Chun de la familia Wong Shun Leung, 10 años después, a petición de los alumnos, formalizó la Asociación de Wing Chun Wong Shun Leung España (AWW).

Repeticiones de movimientos antes de pasar a trabajarlos en pareja.

Sifu Wong Hong Chung, Sifu Santi Pascual y Sifu Johnny Tam Yuk Lam a la finalización del seminario.

Foto de grupo del seminario.

Este año, con motivo del 20 aniversario de este acontecimiento, están teniendo lugar una serie de actos conmemorativos, entre ellos, el más destacado y que más esfuerzo ha requerido, ha sido el seminario especial que ha congregado un centenar de estudiantes provenientes de las **12 delegaciones** con las que actualmente cuenta la AWW.

Para esta cita tan especial tuvimos el inmenso placer de contar con la presencia de dos importantes maestros que era la primera vez que venían a Europa a impartir un seminario: el **Sifu John Wong Hong Chung**, hijo del mismísimo **Gran Maestro Wong Shun Leung**, y el **Sifu Johnny Tam Yuk Lam**, uno de los últimos y más destacados alumnos del Gran Maestro. Ambos se desplazaron desde Hong Kong en exclusiva para participar en los eventos organizados y dictar el seminario de dos días de duración.

La sesión inaugural del seminario comenzó el sábado por la mañana con la presentación de los maestros en la sede central de AWW en Mollet del Vallés, para acto seguido desplazarse a las instalaciones del pabellón deportivo donde tendría lugar el seminario. Los maestros se fueron turnando en horarios hasta conseguir conformar un seminario inolvidable, repleto de detalles técnicos y meticulosas explicaciones, trabajos de línea central o Joan Sien, presión, líneas de fuerza, estructura, etc., todo con el inconfundible sello del linaje Wong Shun Leung, haciendo las delicias de los asistentes, ya que los maestros no dudaron en corregir directamente a cualquiera sin importar el nivel, entrenar con ellos directamente y responder todas las preguntas durante los descansos del seminario.

Sifu Wong y Sifu Tam hicieron gala de un carácter cercano, con muy buen sentido del humor, y nos atrevemos a afirmar que disfrutaron tanto o más que nosotros, lo que se hizo patente en la celebración de la cena de aniversario en un céntrico restaurante de Barcelona, que fue reservado en su totalidad para poder dar cabida a todos los asistentes. Una cena inolvidable, con momentos imborrables de risa y amistad, y que gracias a la accesibilidad de SiFu Wong y SiFu Tam se vivió en un ambiente familiar y de celebración.

Dentro del marco de actos organizados y aprovechando la presencia de los maestros venidos desde Hong Kong, tuvo lugar la inauguración de la nueva escuela de la delegación AWW de Granollers (de quien suscribe este escrito), todo un privilegio y orgullo indescriptible, por lo que doy las gracias desde aquí a todos los que estuvieron presentes y a los que no pudieron venir. Durante la inauguración, siguiendo las tradiciones características del Kungfu, se honró y respetó a los antepasados, donde **Sifu Wong**, **Sifu Tam**, **Sifu Pascual** y mi persona quemaron incienso ante la foto ubicada en el altar en memoria al **Gran Maestro Wong Shun Leung**.

Durante la estancia de los maestros, se dieron actos

Cartel del seminario del XX aniversario AWW.

muy significativos en los días previos y posteriores al seminario, como por ejemplo la proyección de vídeos privados inéditos del **GM Wong Shun Leung**, ante la presencia de su hijo, el **Maestro John Wong** y el **Maestro Tam**, dando lugar a interesantes conversaciones, aflorando anécdotas, recuerdos y experiencias.

En definitiva, una emocionante experiencia que quedará grabada en la retina de los que lo vivieron en persona, y para algunos de los alumnos la única oportunidad de conocer y entrenar con maestros de esta talla, solo accesibles si se desplazan sus países de procedencia. Ahora solo queda la nostalgia, pero con un futuro ilusionante, creando eslabones que unan a maestros y discípulos y que humildemente mantengan fuerte la cadena de la tradición del Kungfu. Para el recuerdo queda la imagen de **Sifu Santi Pascual** cruzando los brazos y tomando de las manos de **Sifu Wong** y **Sifu Tam**, uniéndolos y así uniéndonos a todos nosotros con ellos y con el mundo del Kungfu.

Los ejercicios combinaron elementos como sensibilidad, foco, alineación.

Sifu Tam realizando correcciones técnicas.

Sifu Wong corrigiendo a dos asistentes.

Sifu Wong durante el seminario.

Sifu Tam, Sifu Santi y Sifu Wong con los instructores de las delegaciones de la AWW.

Entrevista a Sifu Santi Pascual

20 años de la Asociación Wong Shun Leung (AWW) muchos recuerdos, ¿no?

La verdad es que sí, he conocido a mucha gente, tanto alumnos como instructores, algunos de estos alumnos aun siguen dentro de la asociación de una manera activa, hemos creado un vínculo de amistad y tradición del Kungfu del cual me siento orgulloso.

El curso ha acabado ¿que pasa por su cabeza ahora mismo?

Bueno la verdad es que la organización de un evento con casi un centenar de personas ha sido una tarea difícil de coordinar pero con un resultado emocionante y satisfactorio. Tenemos nuevos proyectos para el año que viene para que las nuevas generaciones puedan disfrutar y conocer mejor el Wing Chun en todo sus aspectos, ahora vamos a descansar un poco para afrontar esos nuevos proyectos.

Celebración en el restaurante.

Sifu Tam explicando detalles sobre el ejercicio de Lap Sao en ciclo.

Traer estos maestros de Hong Kong, que era la primera vez que daban un curso en Europa, no es cualquier cosa. ¿Cómo se siente?

Como te he comentado anteriormente no ha sido una tarea sencilla, puesto que logísticamente ha habido que organizar muchas cosas, pero el objetivo finalmente se ha cumplido con un éxito que las fotos y vídeos pueden testificar.

El motivo era hacer una celebración especial por el 20 aniversario de la asociación y hacer que muchos de los alumnos que no han tenido ocasión de ir a Hong Kong pudieran disponer del conocimiento de dos alumnos directos del gran maestro Wong Shun Leung y además uno de ellos siendo su hijo.

¿Qué momentos destacaría en su trayectoria desde que comenzó a difundir el sistema del linaje de Wong Shun Leung?

El hecho de conocer a mi SiFu Nino Bernardo a mediados de los ochenta en el Basement, su antigua escuela en Londres, me hizo sentir que era la línea que estaba buscando. En esa época en su escuela había practicantes muy serios y talentosos, quizás fue la época del mayor desarrollo. Otro momento destacable fue conocer a mi SiKung, el Gran Maestro Wong Shun Leung y comprender su visión funcional y pragmática del sistema.

Después de un largo recorrido ¿Ha cambiado su visión del Wing Chun o las Artes Marciales?

Si la pregunta es en relación con la enseñanza, puedo decirte que el núcleo sigue siendo el mismo, pero los métodos han evolucionado a lo largo de los años, ejercicios y entrenamiento han tenido un constante movimiento, pero como he mencionado el núcleo sigue siendo el mismo.

¿Qué le hubiese gustado hacer y no ha sido posible o todavía no ha conseguido?

Ha! Me hubiese encantado que mi SiKung hubiese estado en este 20 aniversario, desgraciadamente eso era algo imposible, espero que desde donde esté se sienta orgulloso de este homenaje en su nombre.

¿Cómo está la salud de la AWW hoy día?

Bueno en estos momento tenemos 12 delegaciones de instructores cualificados con buena actitud y muchas ganas de transmitir el arte. Estamos entre todos siempre intentando mantener ese espíritu familiar y leal con nosotros mismos y con la asociación. El objetivo es el mismo que en su fundación, enseñar el Wing Chun en sus diferentes aspectos de una manera eficiente y familiar.

¿Que proyectos hay en mente?

Bien, hasta ahora hemos publicado dos libros, también varios DVD sobre el Wing Chun y organizado varios viajes a China y Hong Kong, probablemente esto último lo volvamos a repetir en un futuro, pues tenemos buenas amistades en Hong Kong que deseamos visitar nuevamente.

Más información AWW:
www.wongshunleungspain.org

Sifu Wong explicando conceptos sobre líneas de fuerza.

Sifu Tam con Joel Anfruns,delegado de la AWW para Eslovaquia.

Durante la agotadora sesión del segundo día de seminario.

KACEM ZOUGHARI
CATALUNYA, 14*, 15 i 16 DE SETEMBRE 2018
Sôjutsu - Tôjutsu - Taijutsu

Horaris
Divendres de 20h-22h
Dissabte de 10h-13h / 15h-17h
Diumenge de 10h-13h

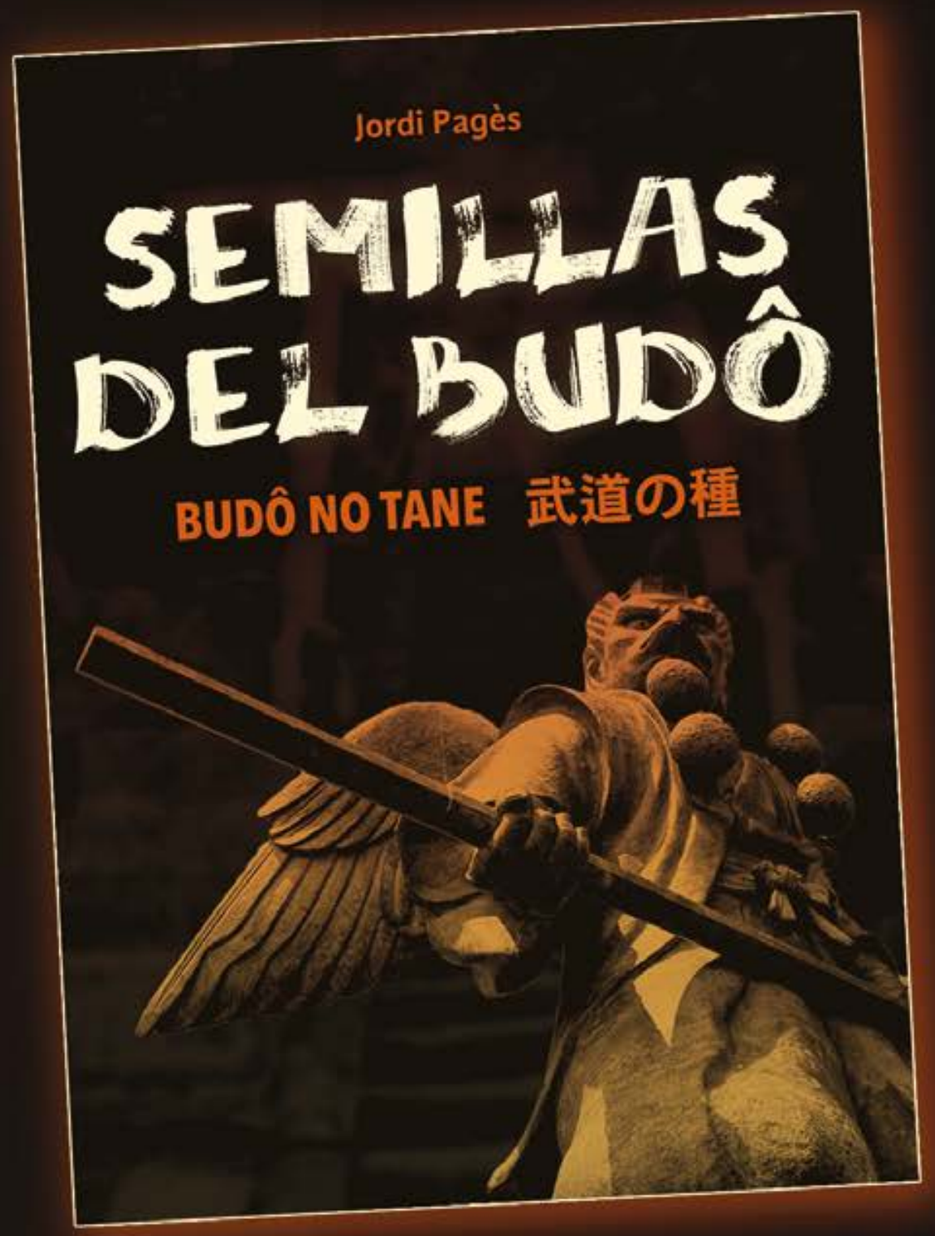
Lloc
COSTA BRAVA COMPLEX
C/ C-25 km 242,6 - 17459
Campllong (Girona)

Inscripcions: 607 473 607
info@bujinkangironadojo.com

El preu del seminari és de 120€ pagant abans del 31 d'Agost. A partir d'aquesta data el preu és de 150€.

*El divendres 14 la classe és extra (gratuïta pels assistents al curs complet) i tindrà lloc a Girona, al C/Andreu Tuyet i Santamaria, 31, 17003

**No està permès filmar ni fer fotos durant el seminari.



"El contenido de este libro es el fruto de un trabajo de estudio e investigación de la cultura, tradición y vida marcial del Japón"

SEMILLAS DEL BUDÔ

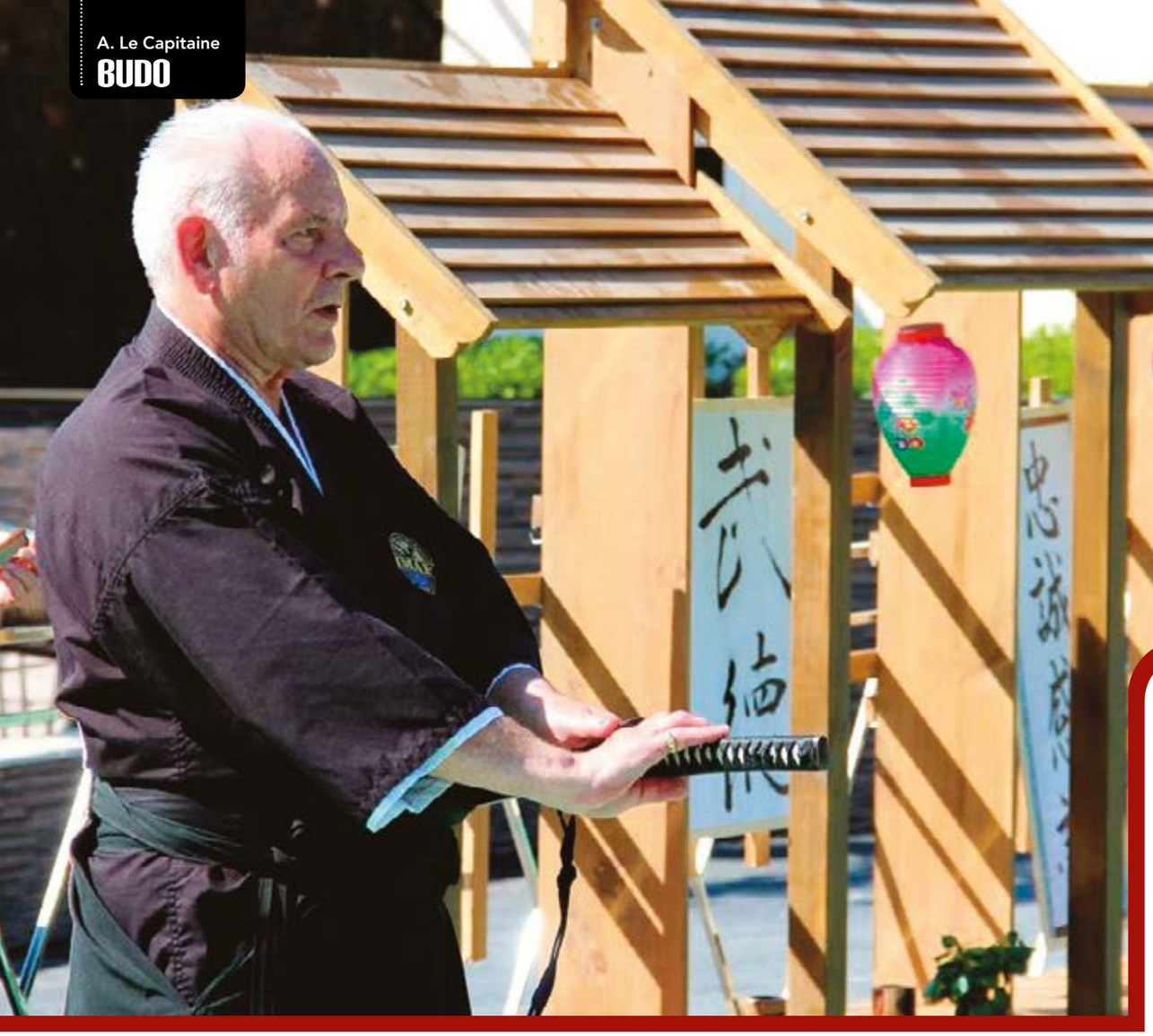
Budô No Tane – 武道の種

Por JORDI PAGÈS
292 páginas | pvp 22€
ISBN: 978-84-203-0608-7

EDITORIAL ALAS
info@editorial-alas.com
www.editorial-alas.com

Estamos ante una obra muy bien documentada en la cual se aprecia la preparación de varios años de trabajo con una información de primera mano y más aun con la experiencia y la buena labor de su autor, cosa que la enriquece y le da más valor. Quien lea este libro entenderá que las virtudes del guerrero son parte de la tradición marcial japonesa.

Miguel Ángel Polo Santillán Ph. D.
Profesor de la Cátedra de Filosofía Oriental
Universidad Nacional Mayor de San Marcos



André Le Capitaine

Una vida de Budo...

Co-Fundador de IMAF EUROPA & BELGIUM
6° Dan Kyoshi Judo Kodokan WJF
6°Dan Nihon Jujutsu CJJF
6° Dan Kobudo GNKF
5° Dan Iaido / Iaijutsu EIA
1° Dan Karate-Do BKA

Por **Miguel A. Ibáñez Espinosa**
Godan Aiki Jujutsu Kobukai
Godan Nihon Tai Jitsu

"Sería interesante poder reunificar todas esas organizaciones bajo un único techo con la garantía de que cada uno mantendría su autonomía..."

Durante el curso internacional de Aikijujutsu Kobukai organizado por el maestro Jan Janssens y celebrado en el mes de julio en Weelde (Bélgica), tuvimos la suerte de volver a reencontrarnos con el maestro **André Le Capitaine**, uno de los testigos del Budo europeo de los últimos sesenta años.

Hace más de una década que conocí al maestro en los Taikai de IMAF EUROPE en Cala Montjoi (Rosas, España) organizados por el maestro José Miranda, si bien ha sido en estos últimos meses cuando hemos podido conversar más detenidamente sobre distintos aspectos del Budo y las Artes Marciales europeas. Su currículo no impresionará a muchos, hoy en día tan acostumbrados a multitud de grados altos en muchas disciplinas dispares, pero después de cinco minutos hablando con él uno empieza a comprender realmente que las artes marciales son algo más que solo practicar… son Budo, algo muy distante de lo que hoy se entiende como tal en muchos lugares donde se practican las artes marciales.

Antes de nada agradecer al maestro su amabilidad para con EL BUDOKA 2.0 al concedernos esta improvisada entrevista.

Maestro, ¿Cómo conoció usted las artes marciales?
Durante mi servicio militar, entre 1953 y 1954. Había un dojo en el cuartel de Alemania donde hice el servicio militar. Por curiosidad fui a ver qué era eso del Judo y el Jujutsu aunque entonces mi deporte era el Baloncesto donde yo había competido, e incluso había ejercido tanto de árbitro como de coach. En ello estuve entre 1947 y 1963.

¿Con qué disciplina se inició usted?
Fue en 1958 cuando comencé a practicar el Judo y el Jujutsu. Había un dojo en una asociación deportiva ligada a la Sociedad en la que trabajaba por aquel entonces. También teníamos un pequeño equipo de Judo de competición.

Con el paso de los años ha practicado otras tan dispares como Kobudo, Iaido, Karate… ¿Por qué esa diversidad?
En efecto he practicado diversas disciplinas. El sentido "Místico" de las Artes Marciales siempre me ha fascinado y al mismo tiempo que ejercía de periodista "free lance" tuve la suerte de conocer a maestros de esas disciplinas, por ello me decidí a practicar Kobudo, Iaido y Karate. El Aikido también fue objeto de mi interés pero no profundice en él. La razón principal ha residido sobre todo en el deseo de conocer mejor el "porqué" de estas Artes Marciales tradicionales.

¿Qué le llevo a asumir cargos de gestión en las organizaciones que ha estado?
Mi profesión por aquel entonces estaba ligada a temas administrativos y periodísticos, por ello mi gran amigo holandés Dick Shilder me llamó para asumir la función de Secretario General y establecer los estatutos de IMAF EUROPE, todo esto comenzó en el año 1977 y ahí seguimos…

Usted ha sido partícipe de la evolución marcial de Europa, ¿cómo eran las artes marciales en sus inicios en el "Viejo Continente"?
Yo puedo hablar sobre todo de mi país, en sus inicios las Artes Marciales estaban bien estructuradas y tenía-

mos buenas organizaciones como la Ligue Belge de Judo (balones y flamencos bajo una única organización), la Budo Bond Nederland, la FJJDA para Francia, etc.

Desgraciadamente debido al egoísmo de algunos y la falta de respeto hacia sus propios maestros de otros, se fueron estableciendo muchas pequeñas organizaciones. Todas ellas reivindicando ser las mejores y las más próximas a los Koryu. Como siempre ha habido de todo, bueno y menos bueno…

¿Qué cree que es lo que más ha cambiado en estos años?

A lo mejor deberíamos hablar de lo que menos ha cambiado… Como acabo de decirle han sido sobre todo los desacuerdos, o los malentendidos, los que han originado todas estas diferentes organizaciones. Igualmente el hecho de que algunos practicantes cuando han obtenido un grado Dan súbitamente ya no tienen nada que aprender de su maestro.

Y actualmente, ¿Cómo ve esa situación en su país?

Sería interesante poder reunificar todas esas organizaciones bajo un único techo con la garantía de que cada uno mantendría su autonomía. Pero desgraciadamente creo que este anhelo es una utopía.

En esos inicios usted vio la llegada de auténticos gigantes marciales como Sensei Minoru Mochizuki, Kuniyuki Kai, Shizuya Sato, Yoshio Sugino, Hiroo Mochizuki… ¿Qué cree que aportaron ellos al panorama marcial europeo en esos años?

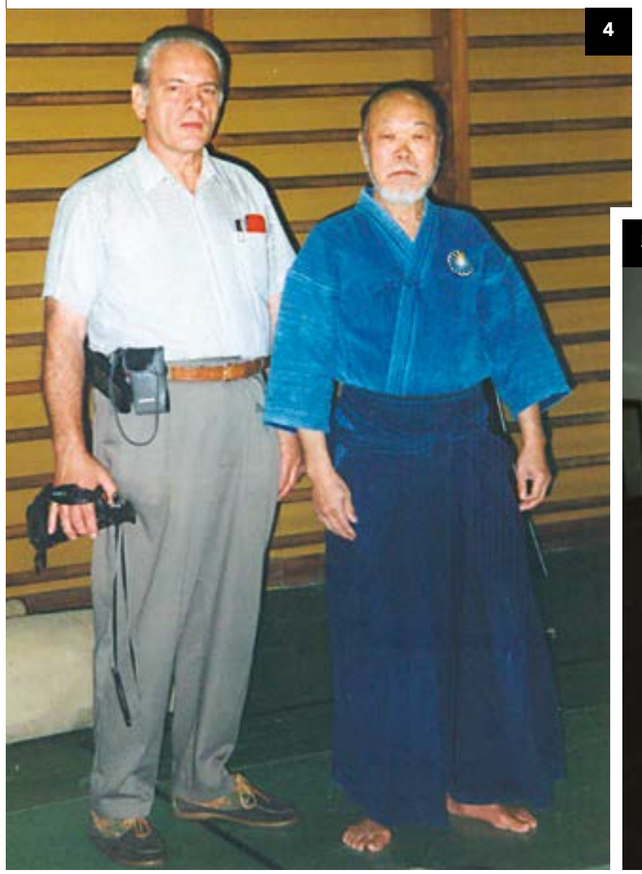
Gracias al desarrollo de mi función de Secretario tuve la suerte de encontrarme con la multitud de gigantes de las artes marciales citados anteriormente. Sobre todo y más habitualmente con los maestros Minoru Mochizuki y Yoshio Sugino a los que guardo en mi recuerdo en la más alta estima y el máximo respeto posible. Igualmente a los maestros Alain Floquet y Hiroo Mochizuki, a los que conozco desde el año 1972 cuando nosotros participamos en París en el 2ª Campeonato del Mundo de Karate.

La lista que poseo en mi recuerdo de Grandes Maestros de las Artes Marciales que he conocido y que conozco actualmente es bastante extensa y nos daría para muchas páginas. Hoy en día además tengo una gran y

1

2

3

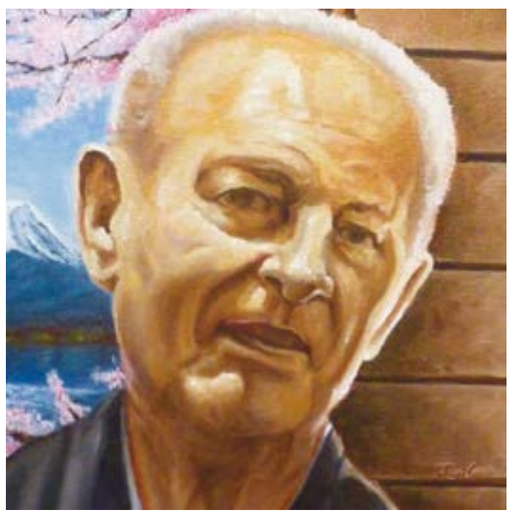

4

5

1. Minoru Mochizuki entre Jan Janssens y André Le Capitaine.
2. Primer encuentro con el difunto Shizuya Sato en 1977.
3. Con el maestro Yoshida de la IFNB Japón.
4. Con el Soke Nakamura Hisashi fallecido recientemente.
5. Visita al maestro Hiroo Mochizuki.

El autor de la entrevista junto a los maestros André Le Capitaine y Jan Janssens.

Maestro André Le Capitaine junto al maestro José Miranda.



"Hay dos tendencias, una tradicional (Koryu) y una Moderna (Deportiva). Para cada una hay una razón de su existencia. Personalmente yo creo más en la Tradicional..."

estrecha amistad con el maestro José Miranda, quien encarna igualmente a un verdadero Budoka.

¿Qué nos podría destacar de ellos?

Es difícil hablar en detalle de cada uno de ellos, ya que cada uno de ellos tenía su propia Vía de acuerdo a sus conocimientos de Artes Marciales y por ello caracteres muy diferentes.

¿Algún recuerdo especial?

Una de las últimas veces que estuve con el maestro Minoru Mochizuki, en Aix-en-Provence. En ese viaje me acompañaron mi amigos Hubert Laenen y Jan Janssens, y pudimos conversar después con el maestro Hiroo Mochizuki al respecto del uso del nombre Yoseikan en las disciplinas derivadas de los alumnos de su padre…

En su opinión ¿cómo cree que la aportación japonesa contribuyó al desarrollo marcial europeo?

Hay que decir que todos los maestros Japoneses que vinieron en los años setenta a enseñar las Artes Marciales Tradicionales a Europa e igualmente por todo el mundo, son el origen de los numerosos practicantes de Judo, Jujutsu, Kobudo, Karate, Aikido y muchas otras disciplinas que conocemos en nuestros días. A partir de aquí es necesario añadir a los practicantes de las disciplinas venidas de las Islas de Okinawa, Corea, China e Indochina. Esa ha sido su aportación principal, la difusión por el mundo de las artes marciales.

Pero no debemos olvidarnos de que en Europa nosotros ya teníamos nuestras propias artes marciales, pudiendo citar como ejemplo la Canne y el Savate. A partir de ahí ellos nos ayudaron a "recuperar" ese sentido marcial.

En las artes marciales aún existe ese "Halo Místico" que las envuelve, ¿qué opina sobre ello?

A ese respecto hay dos tendencias, una tradicional (Koryu) y una Moderna (Deportiva). Para cada una hay una razón de su existencia. Personalmente yo creo más en la Tradicional. Ser o querer ser un campeón no es una vía, es más un deseo, y con eso creo que esta todo dicho.

Respecto a los maestros sobre los que hemos hablando anteriormente, todos ellos han sido grandes artistas marciales que después de una vida de práctica de diversas disciplinas han creado un método propio o "Escuela". Algunos de sus alumnos como Roland Hernaez (Nihon Tai Jitsu) o Alain Floquet (Aiki Budo) han seguido las huellas de dichos maestros en la creación de "Disciplinas" japonesas con metodología europea...

Al igual que los maestros citados anteriormente, sus alumnos han creado su propio método más moderno guardando siempre la base de lo que ellos han aprendido de sus maestros respectivos y sobretodo el respeto hacia sus maestros, eso en otros sistemas modernos se ha perdido.

Hoy en día encontramos muchos "métodos modernos", "sistemas superiores" y otras nomenclaturas para definir las nuevas síntesis de combate, defensa personal, etc. ¿Que opina de estos sistemas? ¿Realmente los podemos considerar aa. m.?

Yo pienso que es mejor tener los dos pies sobre la tierra, más que querer planear por el cielo…

En el Karate encontramos muchos Karates distintos; en el Judo ocurre lo contrario, encontramos muchos "judos" técnicamente distintos pero bajo un mismo nombre ¿A qué cree que se ha debido?

En efecto, en el Karate conocemos muchos estilos unidos directamente al maestro que era el más original del estilo, podemos citar Shotokan, Wado, Kyokushinkai, Shito, etc. Por el contrario en el Judo yo he dicho siempre que hay tantos estilos de Judo como practicantes. Cada estilo depende de la morfología del practicante.

¿Qué le parece la evolución que ha tenido el Judo Europeo como arte marcial en su desarrollo en nuestro continente?

Es difícil llamar al Judo Arte Marcial hoy en día. Por otra

parte sí lo podemos llamar así cuando lo practicamos de esa forma, por deseo propio, pero el Judo actual de la IJF esta únicamente interesado en la competición. Igualmente las reglas actuales están más por el Judo espectacular que por el tradicional del Kodokan.

Usted ha sido partícipe también de los primeros campeonatos europeos de Karate, ¿cómo ve la evolución que ha tenido el Karate en estos años?
El Karate en mi opinión ha evolucionado después de todo en una buena dirección gracias a las estrictas reglas de la competición. El Kumite, los Kata, etc., permiten a cada uno demostrar sus valores.

Usted que ha vivido la formación de grandes organizaciones en nuestro continente como fueron IMAF JAPAN y posteriormente IMAF EUROPE, también ha visto cómo muchas de ellas han desaparecido. ¿Cuáles cree que son los males que aquejan a las artes marciales hoy en día?
Cada organización vive y se desarrolla gracias al trabajo de sus dirigentes pero por desgracia cuando por una razón u otra, normalmente el dinero o el ego, se dan determinadas circunstancias, la debacle acaba llegando.

¿Está a favor o en contra de la profesionalización de las artes marciales? Díganos los motivos de su opinión.
Por propia experiencia sé que es muy difícil vivir profesionalmente de las Artes Marciales. Solo la inversión que hay que hacer para crear un dojo propio es muy costosa, ya que hay que adecuar duchas, sala de fitness, dojo, etc. Además suele haber otro tipo de exigencias que hacen que las necesidades sean enormes. Además debemos tener en cuenta quién es el maestro… ¿cuál es su grado? Por ello no es una pregunta nada fácil.

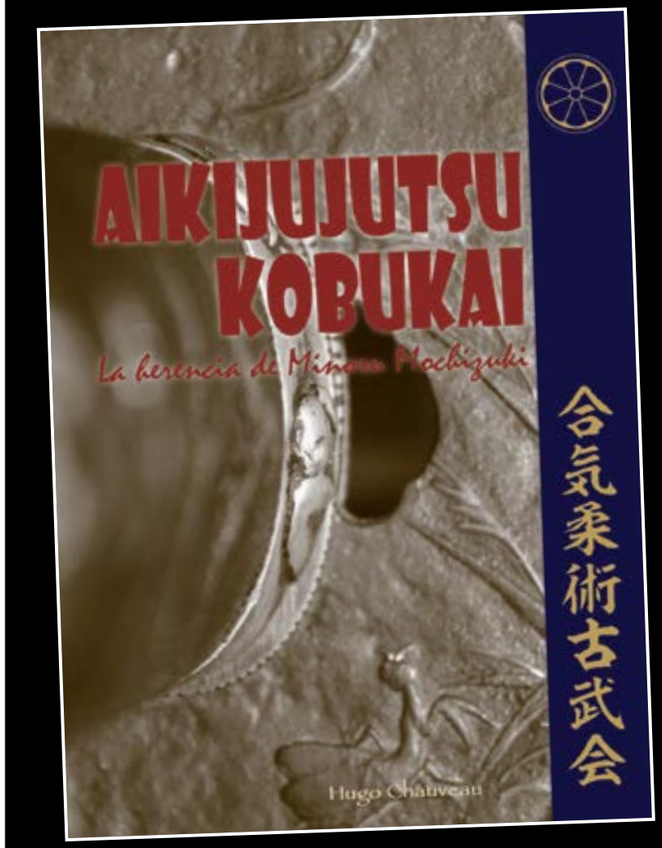
Cómo definiría una vida como la suya dedicada a las Artes Marciales.
Muy feliz, yo no lamento nada de lo realizado, ni un solo minuto de los dedicados durante mi vida a la práctica de artes marciales porque solo he obtenido beneficios. Desde la suerte de haber conocido a Grandes Maestros hasta lo más importante para mi… tener un gran número de verdaderos y buenos amigos.

Para finalizar, un deseo para el futuro de las artes marciales en Europa.
Mi deseo sería el de ver un día, bajo un mismo techo, reagrupadas, a todo ese gran numero de organizaciones que practican las Artes Marciales Tradicionales.

El maestro André Le Capitaine en Cala Montjoi (Girona).

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

Bibliografía



AIKIJUJUTSU KOBUKAI

La herencia de Minoru Mochizuki

Hugo Chauveau

P.V.P. 20 euros
Número de páginas: 146
ISBN: 978-84-203-0609-4

En esta edición, ilustrada con más de 400 fotografías, tratamos el programa de Shodan y explicamos los antecedentes del marco pedagógico y la filosofía de la Escuela. Creemos que los principios fundamentales de cualquier tradición de combate son similares y por lo tanto se puede recomendar este libro a cualquier estudiante de artes marciales que quiera enriquecer su formación.

HUGO CHAUVEAU (1964), alumno de Jan Janssens desde 1990, es promovido a 6°dan Aikijujutsu y 6°dan Aikidō en 2017. Vive actualmente con su mujer y dos hijos en Amberes, enseña carpintería en un colegio de secundaria y tiene un Dōjō propio, el Taki Dōjō en Amberes.
Jan Janssens sensei, alumno de Minoru Mochizuki desde 1981, prosiguió sus estudios también con Alain Floquet. En los años 90 empezó a formar su propio marco pedagógico con todos los elementos Aiki que había aprendido a lo largo de los años. El resultado es la Escuela que hoy en día podemos estudiar, en la cual encontramos la herencia del Maestro Mochizuki. Nuestro objetivo actual, es transmitir la calidad de las enseñanzas de Kanchō a las generaciones siguientes. Hiroo Mochizuki Soke dio permiso a Janssens sensei para poder utilizar el nombre de 'Aikijujutsu Yōseikan'. En 2015 el nombre de la Escuela evolucionó a Aikijujutsu Kobukai como consecuencia de comunicaciones con Hiroo Soke.

www.editorial-alas.com

Sheung Kung

La forma avanzada del sistema TangYik Weng Chun

En el currículum del estilo Weng Chun de la Familia Tang, la forma Sheung Kung es la forma de mano avanzada.

Por Alfonso Franch
Estudiante Senior de sifu Michael Tang

Sifu Michael Tang realizando movimientos de la forma.

Sheung Kung significa "doble estructura" o "doble fuerza", pero también es posible verlo traducido como doble ataque, dependiendo del carácter que se use (ambos se leen igual). Sifu Michael Tang se refiere a esta forma siempre como doble fuerza o energía, haciendo referencia al trabajo combinado de manos y pies.

La forma Weng Chun Kuen[1] introduce las técnicas de mano al practicante, y las formas a dos personas le dan al practicante la oportunidad de desarrollar estas técnicas mediante la interacción con un oponente. El muñeco de madera desarrolla la fuerza y potencia del "kiu" y permite trabajar la técnica con plena fuerza y potencia. El ejercicio de Da Saam Sing introduce al practicante en el footwork y, finalmente, la forma Sheung Kung combina las técnicas de mano con el desplazamiento y el footwork.

Asimismo, Sheung Kung solventa alguna de las limitaciones de la forma Weng Chun Kuen, que se centra en la técnica de mano y no provee de entrenamiento en el desplazamiento ni en el uso del cuerpo de manera holística. Tales puntos son esenciales para generar la coordinación corporal durante el combate y desarrollar plenamente las capacidades tales como estabilidad, potencia y movilidad.

En la secuencia de la forma podemos apreciar los conceptos avanzados del sistema, como son el uso del antebrazo para el control del adversario combinado con el movimiento, el desplazamiento ofensivo para mantener la distancia con el oponente desde un ángulo correcto, el ataque continuo, etc.

Durante sus primeros años en Hong Kong, el maestro Tang Yik residió en un comercio al por mayor de aves llamado Dai Duk Lan, situado en Yau Ma Tei y propiedad de un hombre de negocios aficionado a las artes marciales llamado Wai Yan. Wai Yan reunió ahí a varios maestros de Weng Chun y Kungfu.

Durante estas reuniones, Tang Yik acordó con otro famoso maestro de Weng Chun, llamado Chu Chong Man, establecer unas formas como estándares del estilo y acordaron utilizar la forma Chong Kuen de Fung Siu Ching en el currículo, la cual proviene de Sheung

1.- Weng Chun Kuen es tanto el nombre del sistema como el de la primera forma.

Sifu Michael Tang realizando movimientos de la forma.

Kung y comparte muchas similitudes. Por esta razón, la forma Sheung Kung fue rara vez enseñada por Tang Yik. Afortunadamente, tanto ésta como otras formas fueron grabadas por alumnos de Tang Yik y guardadas en dos conjuntos de videos, propiedad actualmente de sifu Michael Tang. Este hecho impidió que ésta y otras formas desaparecieran.

En cuanto al origen de esta forma, el padre de Tang Yik, de nombre Tang Suen, aprendió esta forma de

Este trabajo de desplazamiento recibe el nombre de Ji Wun Bou o "doble rotación de pasos"

otro practicante llamado Yeung Tim, quien trabajaba como cuidador de un templo en GuangZhou, y quien a su vez parece que la aprendió de otros seguidores del monje Chi Sim de Shaolin. El trabajo de desplazamiento de Yeung Tim era particularmente bueno y Tang Suen tuvo la oportunidad de aprender de él. Este trabajo de desplazamiento recibe el nombre de Ji Wun Bou o "doble rotación de pasos". La forma que aprendió de él es la que hoy conocemos como Sheung Kung y complementa de manera sustancial el trabajo estático de Weng Chun Kuen. Posteriormente, Fung Siu Ching se basaría en esta forma y en el muñeco de madera para crear la forma Chong Kuen.

Algo que cabe mencionar, porque puede inducir a error, es el hecho de que en internet pueden encontrarse referencias acerca de que esta forma era apodada "Taiji del Sur". De acuerdo con sifu Michael Tang, es cierto que el sistema en algún momento recibió este apodo, pero no debido en exclusiva a esta forma, sino debido a la totalidad de los conceptos englobados por el sistema Weng Chun Kuen.

Las fuentes consultadas para redactar el artículo son:
– La explicación oral por parte de Sifu Michael Tang.
– Las propias palabras del Gran Maestro Tang Yik, grabadas en cinta y preservadas por sifu Michael Tang.
– Las explicaciones de varios alumnos directos del Gran Maestro Tang Yik.

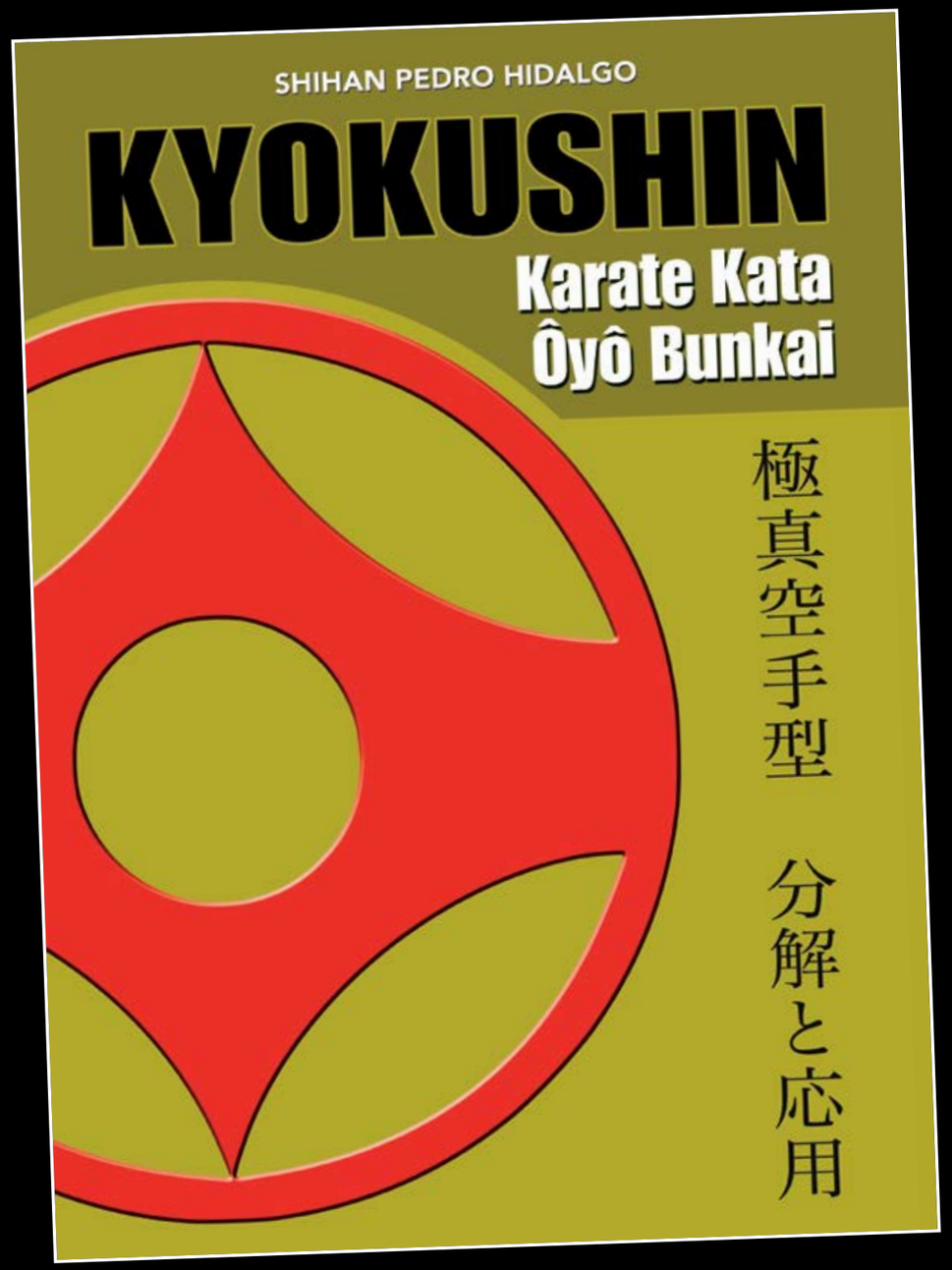
Más información:
Página de España en Facebook:
https://www.facebook.com/Weng-Chun-Tang-Yik-España-永春-鄧奕-西班牙-145530005985916/

Weng Chun Tang Yik (永春 鄧奕) (grupo Internacional)
https://www.facebook.com/groups/1936493169928490/

Editorial ALAS

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

BIBLIOGRAFÍA



KYOKUSHIN KARATE KATA ÔYÔ BUNKAI

Shihan Pedro Hidalgo

P.V.P. 20 euros
Número de páginas: 162
ISBN: 978-84-203-0598-1

SOSAI MAS OYAMA se refería a los katas como la madre del Budô Karate. Recomendaba su práctica con la máxima rigurosidad ya que tradicionalmente éstos constituían prácticamente la única forma de transmitir el arte. A través de ellos se aprendían las técnicas, los movimientos, las esquivas, los giros…

La obra que tienen entre las manos les guiará en un rápido recorrido histórico desde los sistemas de lucha de la antigüedad hasta llegar a la aplicación práctica de una técnica contenida en un kata de Karate.

Para llegar a la maestría en un kata no es suficiente con saber ejecutarlo sino que es imprescindible entenderlo y comprender el significado de los movimientos que lo integran. En este libro diseccionamos y analizamos (Bunkai 分解) los katas Pinan 平安 para llegar a una aplicación práctica (Ôyô 応用) en autodefensa.

La correcta práctica de los katas proporcionará unos hábitos motrices y una memoria muscular que le pueden ayudar a reaccionar correctamente ante una agresión. Además, el uso de utensilios cotidianos puede aumentar exponencialmente la eficacia de los atemis, pellizcos y aplastamientos. En esta obra mostramos diferentes técnicas de autodefensa utilizando un teléfono móvil, paraguas o unas llaves.

SHIHAN PEDRO HIDALGO practica artes marciales desde el año 1977. Casi 40 años en los que ha recibido las titulaciones siguientes: 5° Dan Karate Kyokushin, 1° Dan Tai-Jitsu, 1° Dan Yoshin-Ryu Ju-jutsu, 1° Dan Okinawa Kobudô, 1° Dan Tanbojutsu, Árbitro Nacional de Katas y Kumite, Monitor de Karate FCK, Técnico Deportivo Nivel I, Juez Tribunal de Grados FCK y Experto superior y monitor de Yubibojutsu.

En palabras del Shuseki-Shihan Pere-Lluis Beltran: "El Shihan Pedro Hidalgo, para aquellos que no lo conozcan, aparte de ser un practicante de Artes Marciales: Kyokushin Karate, Kobudô, Tai-Jitsu, etc., es un apasionado estudioso de la historia y filosofía que las envuelve y por ello profundiza en muchos aspectos de éstas que otros ni tan siquiera llegan a imaginar."

Todo lo cual le proporciona el bagaje, la experiencia y la cultura marcial idóneos para presentar este trabajo sobre Kyokushin.

www.editorial-alas.com

Las páginas del

Departamento Nacional de KENPO

Departamento Kenpo Policial

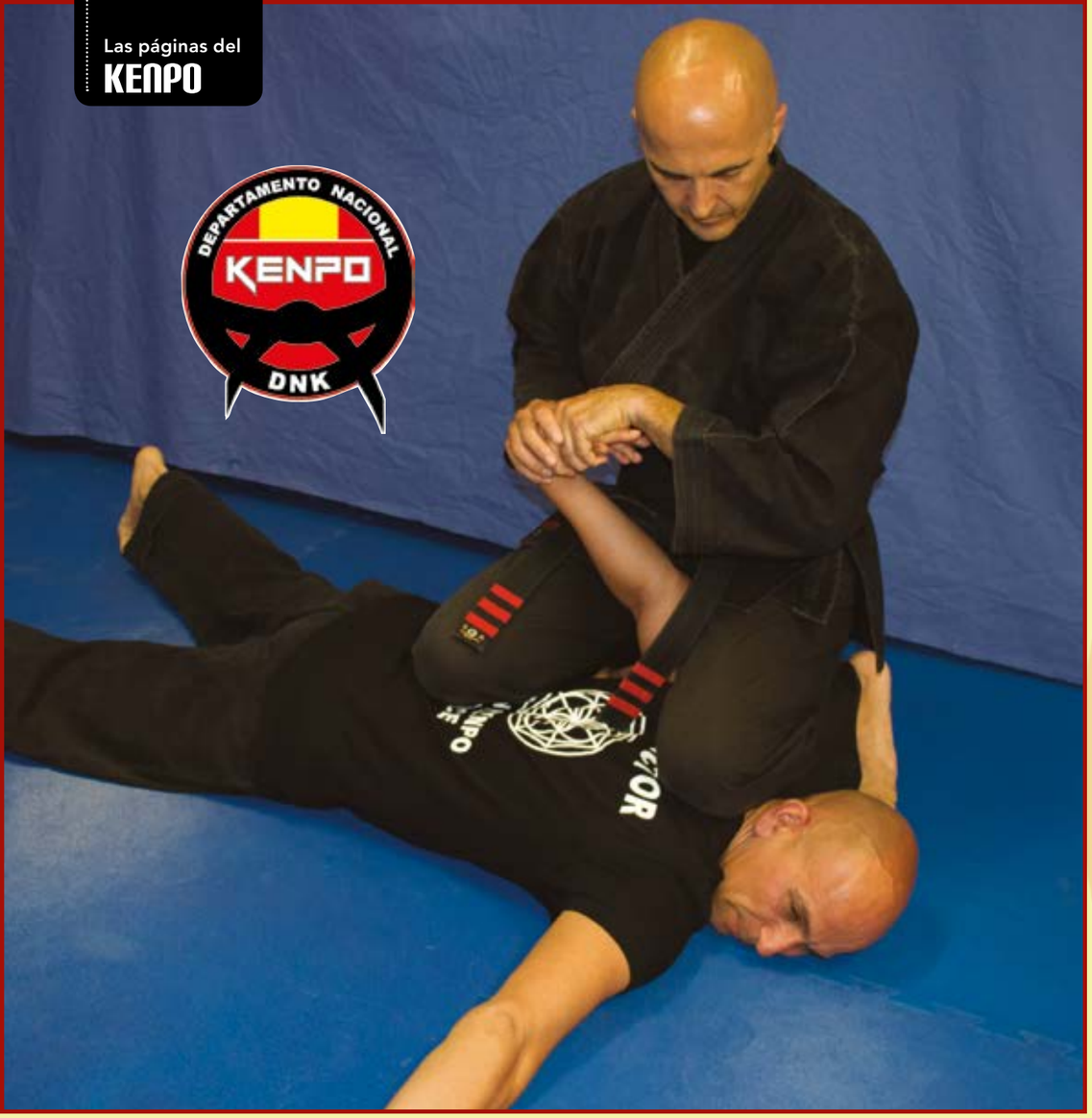
Este mes queremos dar a conocer, de la mano de su Director, el kenpoísta ALFONSO LOBATO, el Departamento de Kenpo Policial del DNK. Alfonso no sólo es un gran deportista sino un extraordinario profesional, que con su experiencia y buen hacer ha puesto en marcha un proyecto nuevo que nos ilusiona a todos.

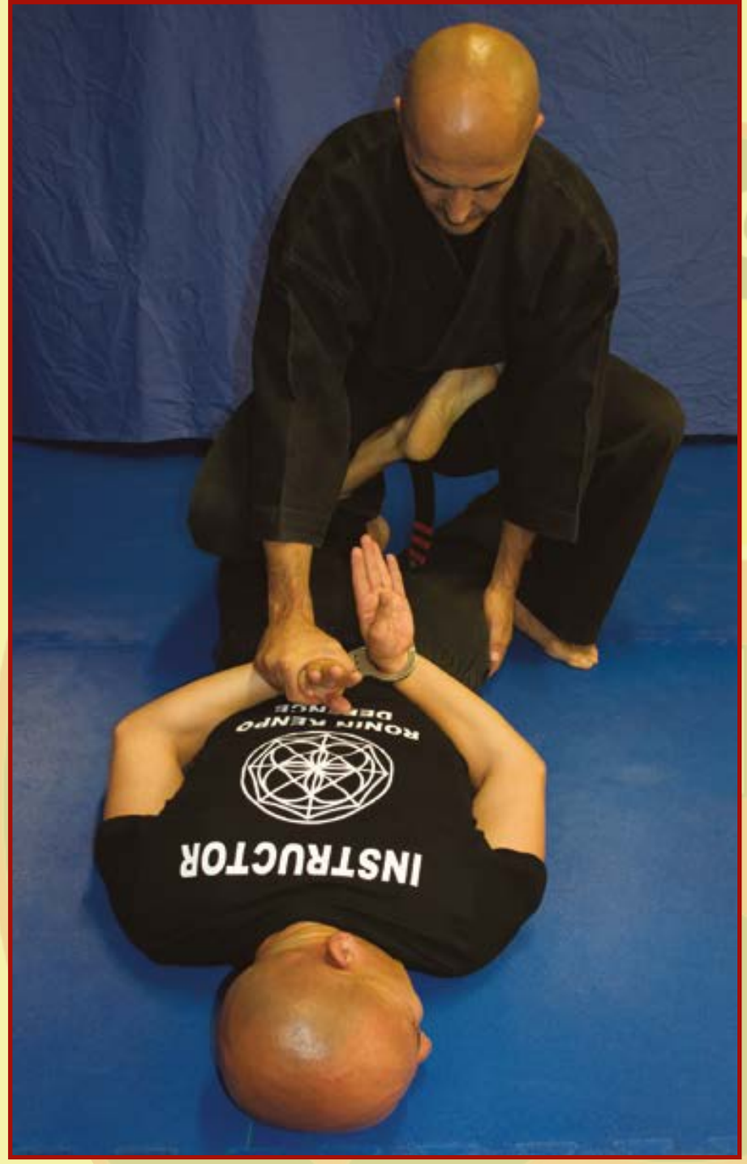
Por Pilar Martínez
Dtra Dpto. Comunicación DNK

Por Alfonso Lobato Mayorga
Director del Departamento Kenpo Policial

Hola a tod@s. En primer lugar, me gustaría presentarme: soy Alfonso Lobato, dirijo actualmente el Departamento de Kenpo Policial, 3º Dan Kenpo y Árbitro Nacional. Durante una etapa de mi vida en la práctica de Kenpo me dediqué a la competición, obteniendo siempre buenos resultados en Campeonatos Regionales, Nacionales e Internacionales, todo ese trabajo y gracias a la oficialidad que aporta el DNK, dio sus frutos con el tiempo, tanto a nivel profesional como personal. Actualmente me dedico a la formación y divulgación del Kenpo, junto a mis amigos, en un centro escolar, a la prevención de agresiones a mujeres y formación en Intervención Operativa, a nivel profesional, a parte de seguir con mi práctica de Kenpo.

Este departamento es una idea innovadora por parte del DNK, y a través de mi experiencia profe-





sional espero poder aportar luz a todos aquellos Profesores y Clubs deportivos que entre su alumnado tienen a componentes de distintos Cuerpos Policiales y/o Vigilantes de Seguridad.

La idea con la que partimos en este Departamento es que dentro de los distintos sistemas de Kenpo existentes en el DNK y su estructura de trabajo, aportar unos conocimientos extras en materia de Intervenciones Policiales para así, de este modo, responder a cuestiones que este alumnado nos pueda requerir. Dado que este colectivo se rige por unas normativas especificas de actuación, tanto en materia legal como en los medios materiales que utilizan en el transcurso de su trabajo (algo que sin duda aportará un nuevo enriquecimiento también en nuestra propia formación), se hace necesario o aconsejable conocer el uso de estos medios de dotación.

Haré una pequeña introducción:

USO DE LA FUERZA

Cuando nos dedicamos a la enseñanza de la defensa personal o a la práctica de ésta, y tanto si eres un funcionario Policial como si no, estamos obligados a tener unos mínimos conocimientos de **lo que se debe o no hacer en situaciones de conflicto**, ya que nuestros actos ante una agresión serán escrupulosamente observados y tenidos en cuenta ante la Autoridad Judicial. Con esto no decimos que no te puedas defender, si no que, de hacerlo, debes tener conocimientos tanto en prácticas de defensa personal (de la que ya disponemos y practicamos) como en el uso de la fuerza que vas a utilizar. Para ello se establecen las **acciones progresivas y profesionales**, método que nos enseña a utilizar de forma progresiva nuestra actuación, desde nuestra presencia en el lugar, pasando por el dialogo, el uso de técnicas de defensa personal y el uso de los medios no letales (defensa semirrígida, defensa extensible, grilletes, etc.).

Según la Ley de Enjuiciamiento Criminal (LECRIM), Artículo 490: "*Cualquier persona puede detener en determinadas circunstancias.*" Artículo 492: "*Para los miembros Policiales es una obligación.*"

Nuestros actos ante una agresión serán escrupulosamente observados y tenidos en cuenta ante la Autoridad Judicial...

Uno de los **principios básicos de actuación**, fundamental, que regula y ampara el uso de la fuerza y para no entrar en muchos tecnicismos son los de: **OPORTUNIDAD-CONGRUENCIA-PROPORCIONALIDAD**.

– **OPORTUNIDAD**: *Adecuar al momento concreto la actuación*. No cabe emplear la fuerza de forma preventiva antes de que se hayan iniciado los actos. Tampoco cabe su empleo una vez que la agresión ha finalizado" (enemigo que huye). Necesidad o no de recurrir a la coacción física.

– **CONGRUENCIA**: *Elegir de entre los medios legales disponibles, el que sea más idóneo y que mejor se adapte a la situación*, valorando para ello las prestaciones del medio agresivo, sus características, grados y demás efectos que respondan a la situación y finalidad legal pretendida. Actuando conforme a destreza y técnicas adquiridas y manteniendo el autocontrol y la serenidad emocional.

– **PROPORCIONALIDAD**: Una vez *decidido el empleo de la fuerza y el medio idóneo, se deberá adecuar la intensidad de su empleo*, de forma que no sobrepase la estrictamente necesaria para conseguir su propósito. Causar la menor lesividad posible dirigiendo la acción a partes no vitales, no se trata de devolver el golpe, si no de controlar al agresor.

GESTION DEL ESTRÉS PROFESIONAL

Cualquier persona sometida a una Intervención/conflicto, le genera estrés.

– Definición: Se conoce como estrés profesional al proceso interno, mental y fisiológico que se origina en respuesta a un factor que éste genera ante una actuación profesional (amenaza).

Algo que afecta y mucho en una agresión es el Estrés del combate o Estrés de supervivencia. Debemos tener en cuenta que en una situación estresante lo primeo que se pierde es la capacidad **visual y auditiva**.

En términos generales, según el Doctor Seypmour Epstein, existen dos formas de pensar:

– El **Pensamiento Racional**, que se presenta cuando no hay una amenaza inmediata, en este estado tienes tiempo de pensar una solución adecuada.

– **Pensamiento Experencial**, este se presenta cuando se percibe una amenaza y reduce o elimina la capacidad de pensar de forma racional. Nuestro cerebro analiza la situación y da una respuesta inmediata, la que considera más adecuada en ese momento.

Si nos damos cuenta, en la práctica del Kenpo experimentamos ambos pensamientos, pero aprendemos a canalizar este último con la práctica continua, asemejando lo más real posible su práctica. Una de las experiencias negativas que podemos vivir en este estado es el llamado **Efecto Túnel**, en el que todo nuestro entorno deja de tener importancia y solo nos fijamos en el objetivo, en Kenpo también lo conocemos por enfoque de punto blanco sobre fondo negro, una barrera que solo se puede romper mediante la práctica continua.

CICLO-O.O.D.A: OBSERVAR / ORIENTAR / DECIDIR / ACTUAR

Este ciclo mental lo reproduce nuestro cerebro en todas las acciones cotidianas de nuestra vida, máxime en situaciones de peligro, la diferencia está en la capa del cerebro que nuestro organismo utiliza para cada situación.

En la práctica del Kenpo experimentamos ambos pensamientos, pero aprendemos a canalizar este último con la práctica continua, asemejando lo más real posible su práctica...

La **Neocorteza o cerebro humano**, donde reside el pensamiento Racional, reproduce en 1 segundo el ciclo O.O.D.A,

Sistema Límbico o cerebro de mamífero, constituye una función básica para la supervivencia, con sede en la Amígdala, reproduce en 0,20 segundos el ciclo O.O.D.A.

Sistema Reptil, esta parte del cerebro no es capaz de pensar ni de sentir, su función es actuar cuando el organismo lo demanda, aquí se asientan los instintos, luchar o huir.

NIVELES DE CONSCIENCIA (CORONEL JEFF COOPER)

En este apartado podemos comprobar el nivel de alerta en el que desarrollamos nuestras funciones y/o nuestra vida diaria, y sus posibles consecuencias.

– **BLANCO**: *DISTRAIDO, DESCONECTADO DE SU FUNCION*, inconsciente de los alrededores, sin estado de alerta por sentirse seguro. Un ataque contra este tipo de sujeto probablemente tenga éxito

– **AMARILLO**: *ATENTO, COMPENETRADO CON SU FUNCION*, consciencia general de los alrededores, usted percibe los eventos y condiciones cambiantes que le rodean. Una persona puede permanecer en esta condición las 24h del día.

– **NARANJA**: *PREVIO AL PROCEDIMIENTO*, estado realzado de alerta, se identifica una posible amenaza y se adoptan planes de eventualidades para hacer frente a la situación. La amenaza se vigila de cerca para determinar si se necesita emprender una acción (defensa o fuga). Una persona solo puede permanecer en esta condición unas horas.

– **ROJO**: *PROCEDIENDO AL ENFRENTAMIENTO, ALERTA MÁXIMA*, estado de acción "luchar o huir". Una persona en este estado ha emprendido ya la acción o está dispuesta y preparada para em-

prenderla de forma inmediata. Una persona solo puede permanecer en esta condición por unos cuantos minutos.

– **NEGRO**: *MUERTE*. Shock, una persona en este estado se ve tan abrumada por la situación que entra en estado de shock, incapaz de reaccionar. Es como si la persona hubiera cerrado los ojos ante el evento o amenaza, bloqueándolo así totalmente de su mente. Un ataque contra una persona que se halla en ese estado seguramente tendrá éxito.

Como podemos comprobar, los colores Blanco/Negro están directamente relacionados, al igual que el Amarillo/Naranja/Rojo.

¿En qué estado te encuentras habitualmente? Yo en el amarillo.

CONCLUSION

La demanda actual por parte del colectivo policial en defensa personal es creciente dada la situación actual en que vivimos, por ello en adelante trabajaremos para acercar a los Federados del DNK esta formación específica.

Actualmente este Departamento ya tiene estructurado los contenidos de la materia que se debe impartir, tanto audiovisual como prácticas de defensa personal, defensa semirrígida, defensa extensible, grilletes, etc.

Editorial
ALAS

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

BIBLIOGRAFÍA

JO-JUTSU

EN CÓMIC

Jose Santos Nalda Albiac

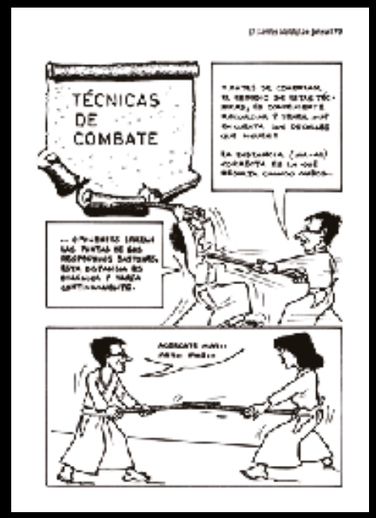
P.V.P. 15 euros
Número de páginas: 148
ISBN: 9788420306186

La primera edición de este libro apareció en el año 1986, y en la actualidad todas sus páginas siguen teniendo la misma validez técnica que en aquella época, es más, su metodologia no ha sido superada por ninguno de los medios de difusión actuales, por lo que el budoka que se sienta atraído por esta disciplina encontrará en este ameno compendio un método de progresión fácil de entender y de seguir.

Constituye una guía visual muy clara de cada acción a realizar facilitando el aprendizaje individual y con un compañero, cuando se aborda el estudio del combate y la puesta en práctica de las técnicas básicas de ataque o defensa.

El Jo-Jutsu constituye por sí mismo una disciplina marcial muy completa, que merece la pena descubrir por cuanto desarrolla en el budoka el sentido de la distancia, del momento, de la esquiva, y mejora la coordinación imprescindible para utilizar el bastón de múltiples maneras tanto en la defensa como en el ataque.

Estoy seguro de que este libro no defraudará a ningún budoka que tenga la curiosidad de leerlo y ponerlo en práctica, como así lo testimonian todos aquellos que ya lo poseen y les sirve como una guía de memoria técnica.



www.editorial-alas.com

Matsuoka Sensei
La búsqueda del Aiki

Por **Juan Antonio García Ruiz**
José Manuel Domínguez García
www.budoblog.es

Abe Sensei enseña a la manera tradicional, en la que katate dori es el punto de contacto. Frente a un puñetazo es imposible estudiar el punto de contacto...

El Aikido en la actualidad es practicado en todo el planeta gracias al trabajo de muchos maestros que han viajado por los cinco continentes para difundir las enseñanzas de O'Sensei Ueshiba. Pero una de las vías más importantes a través de las cuales el mundo ha conocido el Aikido, es el cine y las películas del maestro y actor Steven Seagal. Muchos no saben que, antes de verse inmerso en el mundo de Hollywood, Seagal Sensei ya había tenido una escuela de Aikido en Japón y otra en EE.UU. Y tanto en el tatami como el plató de rodaje, fue Matsuoka Sensei, su principal alumno por entonces, el que recibía la mayor parte de sus técnicas. Hoy Haruo Matsuoka ha recorrido un largo camino y se ha convertido en uno de los más serios exponentes de este arte, ahora de la mano de Seiseki Abe Sensei, alumno directo del fundador. Su Aikido es eminentemente práctico, pero está imbuido del espíritu original. Es posible que esto se deba a que conoce perfectamente tanto la mentalidad occidental como la oriental, y ha sabido unirlas en el tatami. Su carácter es fiel reflejo también de su origen japonés y su vida en EE. UU., pues aúna la amabilidad y el respeto de la cultura oriental con la apertura de mente más propia de occidente. ¡Y responde a todo con una gran sonrisa!

¿Cuándo y porqué empezó a practicar Aikido?
Cuando era un niño pequeño vi una demostración de Aikido muy inspiradora. Fui a un dojo de Aikido pero me dijeron que tenía que esperar a crecer. Y cuando fui al instituto encontré un dojo y me puse muy feliz. Yo tenía alrededor de 16 años.

¿Cuál es el objetivo principal del Akido?
Decir el principal… es muy difícil. Pero para mí ha ido cambiando. Después de más de 40 años practicando Aikido, yo he creado mi grupo y lo importante para mí es la comunidad, la paz. Esto es una contradicción, porque el Aikido es un arte marcial, viene de la guerra, pero ¿qué le vamos a hacer? Es así. Aiki es la filosofía en la que creo.

¿Qué es el Ki?
Éste es el punto esencial. Si no puedo hacer algo, sigo buscando la manera de hacerlo. Yo aún estoy buscando. En mi opinión no vamos a entender completamente el ki, pero probablemente la búsqueda es muy importante. A veces nos preguntamos ¿qué es esto? Tal vez es el Ki. Yo practico con maestros que conocieron a Ueshiba Morihei y ellos han aprendido mucho de él. Pero ¿qué es el Ki? Quizás unificar el cuerpo, el cuerpo completo en el movimiento. Hay que seguir buscando.

El concepto de Aiki está relacionado con lo anterior. Alguna gente deja de buscar. Pero Aiki es buscar siempre el Ki.

¿Cuál es el papel del atemi en Aikido?
Bueno, todas las técnicas de Aikido están detrás del movimiento y ese es el concepto del atemi también. Los aikidokas suelen dejar fluir la energía, pero en cada momento deben poder concentrar la energía, por ejemplo en un puñetazo. Ueshiba Sensei solía usar atemi waza. Así que buscar el atemi es definitivamente parte del Aikido.

¿Por qué es importante randori?
Todo es importante, pero randori ayuda a comprender y es esencial porque puede que no tengas un solo adversario, sino dos o tres personas. Pero no es un combate como en la realidad. Es para comprender conceptos de Aiki, por ejemplo, cómo usar el cuerpo y unificarlo. Por eso el randori es una de las formas de buscar el ki. Pero todas las demás formas de práctica son también importantes.

¿Es necesaria la colaboración de uke en las técnicas de Aikido?
Hay muchos diferentes niveles de la técnica. Si hablamos de enseñar a principiantes, el papel de uke es dejar que el principiante entienda la técnica. Sin embargo, si subimos de nivel, y alguien no quiere que realicemos la técnica, Aiki es penetrar en su ki, tomar en control. Este es un nivel diferente. No es necesario que uke siempre se resista, pero si es así debe verse sorprendido y la técnica debe funcionar. Funciona, esto es importante. De otra manera, no podemos comprender el Ki, pero no es fácil. La relación entre uke y nage es esencial, muy importante. Cuando uke no colabora, el nivel más alto de técnica debe permitirnos controlarlo. Pero todo depende del nivel, claro.

Conocemos a Steven Seagal de las películas, pero ¿cómo el Steven Seagal aikidoka?
Para mí era un maestro de Aikido. Cuando lo conocí con 16 años me inspiró, y no era aún una estrella del cine. Vi una exhibición en su dojo y me dije "yo quiero hacer esto". Después volvió a Estados Unidos con sus sueños y esperanzas y me pidió que le

acompañara. Luego, cuando yo decía que Steven Seagal era mi maestro, la gente se impresionaba. Pero para mí es un maestro de Aikido.

¿Era tan duro y tan fuerte?
Para mí la dureza es algo diferente. Por ejemplo, en Aikido hay puñetazos, es un elemento de las artes marciales y la defensa personal. Pero si la gente ve el Aikido solo como defensa personal, tal vez no lo han entendido. La clave es si la esencia del Aikido está en la técnica o no. Yo crecí bajo la tutela de Steven Seagal Sensei y él no era solo un tipo fuerte y grande. Él tenía técnica. Yo aprendí esto, y ahora continúo mi propio camino.

¿Mantiene la relación con Seagal Sensei?
Ah, no. Ahora ya no. Tenía que hacer una elección y decidí volver a Japón en ese momento y estudiar por mi cuenta.

Y siguió ese estudio con Abe Sensei, alumno de Ueshiba Sensei ¿encontró grandes diferencias entre el Aikido de Seagal Sensei y el de Abe Sensei?
Esta fue mi elección. Son perspectivas diferentes. Por ejemplo, sobre katate dori (agarre de una mano)… en la calle no hay katate dori: hay puñetazos y patadas. Sin embargo, puedes practicar desde el principio desde katate dori, morote dori o ryote dori. Es el a-b-c. Pero en realidad da igual si es katate dori o un puñetazo. Lo que hay un punto de contacto. La esencia del Aikido es cómo adaptarse a la presión. Si me agarran o me lanzan un puñetazo, hay un punto de contacto. Abe Sensei enseña a la manera tradicional, en la que katate dori es el punto de contacto. Frente a un puñetazo es imposible estudiar el punto de contacto: ¿cómo lo haces? Seagal Sensei tenía un fondo más relacionado con el kenjutsu, pero lo interesante de Abe Sensei es que su Aikido es el original, cómo conectas con el oponente a través del punto de contacto y te adaptas a la presión. Esto es Ki, pero sin embargo yo no entiendo el Ki, así que hay que seguir buscando. ¿Cómo se hace? Repitiendo una y otra vez katate dori. Son diferentes puntos de vista. En la calle es diferente, pero en un seminario hay que estudiar el punto de contacto.

¿Es el Aikido que usted hacía en las películas con Steven Seagal Aikido de verdad? ¿Había lesiones, golpes reales, caídas inoportunas…?

En las películas es un poco diferente, porque es una recreación. Ahí están los principios del Aikido pero a veces no parece Aikido para la gente. Sin embargo, yo crecí en las películas y la relación entre nage y uke es muy importante, pero en diferentes situaciones, con pistolas… pero la esencia está ahí. Aunque claro, a veces se cometen errores de timing y puede haber lesiones, pero te recuperas y tan contentos. Cuando la gente se queda solo con esto, cree que el Aikido es duro. Esto no es Aiki. En otro nivel, lo importante es manejar al oponente sin dureza. Pero apreciar esto es muy difícil.

Su alumno, Marcos Peña, ha hecho una película como doble de Seagal Sensei ¿qué consejos le ha dado?
No le he dicho nada. Esa es su propia experiencia. Y le he visto feliz, me parece que lo ha disfrutado mucho.

Usted ha enseñado en Japón y en Estados Unidos ¿es diferente?
Sí y no, las dos cosas. Los puntos fundamentales son los mismos. Por ejemplo, los japoneses entienden katate dori, probablemente por su carácter. Morihei Sensei era japonés, creció en Japón, pero aquí (en Occidente) hay una cultura diferente. La cuestión para mi es que aquí mucha gente está siempre preguntando "¿Por qué hacemos katate dori? ¿Por qué katate dori otra vez? Así no avanzamos". Mi respuesta es siempre "Esta es la manera de aprender a conectar y a manejar es conexión". Ésta es mi respuesta ahora. En esencia la diferencia entre occidente y Japón es que aquí preguntan más y son más realistas.

¿Suele usted responder a esas preguntas?
Cuando era joven no respondía las preguntas y les decía que debían resolverlas con la práctica. Ahora es diferente, porque hay ordenadores y antes de llegar al dojo ya han visto muchas cosas y ya saben más que yo. Pero tiene que ponerlo en práctica. Lo fundamental es ponerlo en práctica. Ahora hay mucha gente con muchos conocimientos. No sé si esto es bueno o malo.

Usted enseñó Aikido durante un tiempo en Okinawa ¿tuvo alguna relación con los maestros de karate?
Sí, estuve allí dos años, cuando me fui de Estados Unidos. No es que contactara con ellos, pero de forma natural me encontré a los maestros de Karate. Pero yo enseñaba a los soldados americanos de la base militar.

¿Le gustaría decir algo más a nuestros lectores?
Lo primero es que disfruten. Y otra cosa es que traten de contribuir a la sociedad y la comunidad.

Gracias Sensei Matsuoka por atendernos tan amablemente y a los maestros José Antonio Peña y Marcos Peña por hacer posible el encuentro.

NANBUDO

STAGE INTERNACIONAL EN PLATJA D'ARO (GIRONA)

Por Alma Lara
www.nanbudospain.com

De nuevo se ha celebrado el curso internacional de Nanbudo en la costa de Gerona, concretamente en Playa de Aro. Este curso, sin duda el más internacional de todos los que se realizan durante el año, ha reunido a las más altas graduaciones de este arte marcial de 15 países europeos y africanos que han viajado, como cada año, para disfrutar de las enseñanzas del Maestro Fundador Doshu Soke Yoshinao Nanbu, que estuvo asistido como viene siendo habitual, por los 9º DAN (Dai Sihan), Stephan Carel, Leo Rafolt y el altoaragonés Mariano Carrasco.

La semana de trabajo comenzó el domingo con dos reuniones, la primera de ellas fue entre los Dai Shihan, el Maestro Nanbu y la Federación Mundial, para programar el trabajo técnico de la próxima temporada 18/19, en la que se incluyen en torno a 15 Stages Internacionales (en Europa, África y Norte América), 2 Campeonatos Internacionales y la nueva regulación técnica que regirá a todos los Nanbudokas durante este período. La segunda reunión fue la Asamblea Ordinaria de la Federación Mundial donde se trataron temas de índole interno así como la votación y finalmente renovación de diferentes cargos en la junta directiva.

A partir del lunes, comenzaron los entrenamientos técnicos, físicos y mentales en sesiones de mañana y tarde, donde se abordaron desde los trabajos básicos de desplazamiento en series técnicas y competición, hasta los Katas más avanzados como el Kata Kaguya Hime, la princesa de la luna, que el Maestro Nanbu creo en homenaje a la mujer, y que representa una de las leyendas más importantes de China y Japón.

La jornada del jueves, es de las más emblemáticas de toda la semana, debido a que el trabajo teórico y práctico de la filosofía del Nanbudo se divide en sesión teórica, por la mañana, que tuvo dos partes: la primera expuesta por Mariano Carrasco, que habló sobre los aspectos físicos y psicológicos del Nanbu Taiso, o gimnasia de Nanbudo basada en los 10 movimientos de la naturaleza y la segunda por el parisino Carell que abordó el desarrollo histórico del Nanbudo, desde el nacimiento de las artes marciales hasta la creación del Nanbudo. Ya por la tarde y tras un trabajo intenso de Katas (técnicas individuales coordinadas), se hizo una de las sesiones de meditación más intensas, dedicada a las 7 fuerzas del Nanbudo sobre la repetición de las 108 veces.

A partir de Septiembre, de nuevo se retomará la actividad nacional e internacional de Nanbudo que llevará al Maestro Nanbu a Barcelona para el mes de Noviembre y en marzo a Sabiñánigo para realizar sendos cursos internacionales, donde Mariano Carrasco le acompañará a estos y otros cursos internacionales, entre los que cabe destacar el que realizará en los Estados Unidos de América.

Feng Shui

Meritxell Interiors & Feng Shui
meritxellinteriorsifengshui@gmail.com
http://meritxellinteriorsifengshui.blogspot.com.es/

La fachada de una casa

En Feng Shui es básico saber por dónde entra el Qi en la construcción de una vivienda, porque esa zona será la llamada fachada y tendrá una orientación determinada con sus características propias.

La fachada es la parte más yang, es por donde entra más la luz, hay más movimiento y transcurre la vida en general. De esta forma podemos afirmar que la fachada es la zona más relevante, por donde se adentrará el Qi y, en consecuencia, la energía llegará desde allí a los demás espacios de la vivienda. Es allí donde la casa tiene la fachada con las ventanas más grandes, con las mejores vistas, con balcones que dan a una calle importante. Mientras que la puerta principal de la casa puede estar en una dirección totalmente distinta. No debemos cometer el error de pensar que la puerta principal es la fachada, aunque bien puede coincidir, sobretodo en construcciones rurales o clásicas.

La zona totalmente opuesta será el asiento, también condicionará y será muy tenida en cuenta para el estudio de Feng Shui. Esta parte de la casa es Yin, más tranquila y oscura.

Una vez tenemos la información necesaria para determinar qué es la fachada y qué es el asiento de una casa, es entonces donde aparece el segundo paso que es poder determinar qué orientación debe tener la fachada de la casa, y para obtener la orientación exacta es importante disponer de una buena brújula.

Existe un tipo de brújula específica para hacer estudios de Feng Shui: la Luo Pan, que utiliza el sistema de aguja móvil y un plato externo repleto de información que se ajusta manualmente. Esta brújula tiene dos hilos que dividen el plato en cuatro secciones, dándonos el frente y el asiento.

Los diferentes anillos que componen la Luo Pan contienen los 8 trigramas, las 8 orientaciones, las 24 direcciones o montañas, los troncos celestiales, las ramas terrestres y muchos más conceptos que componen el arte del Feng Shui.

Esta dualidad de asiento y fachada la podemos comparar al Yin y al Yang. Las estancias que estén en la parte delantera serán más Yang y las más alejadas más Yin. Es lógico entonces que las actividades más Yin se ubiquen en los lugares localizados en la zona Yin, como dormir, relajarse, retiro o descanso. Y las actividades más Yang como los lugares de trabajo, cocina, relaciones sociales y familiares que tendrán lugar en la parte más cercana a la fachada, para que se beneficien de la actividad.

Emplazar los espacios de más actividad (Yang) en el asiento, y los de menos actividad (Yin) en la fachada, va en contra del fluir del Qi natural. Si por motivos de construcción de los espacios no es posible la sintonía natural de las actividades Yin y Yang, podemos equilibrar la situación con la incorporación o debilitamiento de los signos contrarios.

NUEVA EDICIÓN DIGITAL GRATUITA - NUEVOS CONTENIDOS - NUEVA IMAGEN

EL BUDOKA 2.0

REVISTA BIMESTRAL DE ARTES MARCIALES

Descarga gratuita en

www.elbudoka.es

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