NUEVA EDICIÓN DIGITAL GRATUITA - NUEVOS CONTENIDOS - NUEVA IMAGEN

EL BUDOKAN 2.0

REVISTA BIMESTRAL DE ARTES MARCIALES Nº 65 año X

HAPKIDO

CON EL GM Young Gul Son

Y CON LOS HERMANOS JESUS Y ALBERTO JIMÉNEZ

Naginatajutsu: El arte de la guja japonesa /// Samjae: La armonía Cielo-Tierra-Ser humano
El Maestro Teruo Sano /// Shorinji Kempo Seïgido Ryu (randori) /// El TAO del Wing Chun

SUMARIO

3
¡Es la hora del *Hapkido*!
Entrevista al GM Young Gul Son y a los hermanos Jiménez
[Por Antonio Vidal]

13
Los valores de *Mugendo*
Sistema P.A.O.

21
Naginatajutsu
El arte de la guja japonesa
[Por Luis Nogueira Serrano]

29
Entrevista a Javier Moreno Tubío
Dedicación plena al Nihon Tai Jitsu
[Por Miguel A. Ibáñez Espinosa]

42
El *TAO* del *Wing Chun*
[Por Emilio Pérez Perals]

48
Shorinji Kempo Seïgido Ryu
La práctica del randori
[Por Daniel Calvo Sánchez]

52
Samjae
La armonía Cielo-Tierra-Ser humano
[Por Andreu Martínez]

56
David Ito *sensei*
Entrevista al instructor jefe del Aikido Center of Los Angeles
[Traducción: Santiago G. Almaraz]

62
Aula de inspiración:
Manteniendo vivas las enseñanzas de Hatsumi sensei
La soledad del ronin
[Por Masaaki Hatsumi]

68
Nikita Bricis
Un gran campeón WKL
[Por Rafa López]

70
El Maestro Teruo Sano
Uno de los más grandes expertos de Karate en el mundo
Fundador del estilo Sano Ryu Karate Jutsu
[Por Michel Coquet]

78
Cambia tu forma de entrenar *aikido*
[Por José Santos Nalda Albiac]

82
Hapkido Jin Jung Kwan
Exámenes y seminario internacional
[Por Saúl Servia]

86
Feng Shui
Tu casa y su entorno
[Por Meritxell Interiors & Feng Shui]

EL BUDOKA 2.0

Revista bimestral de artes marciales
www.elbudoka.es

Dirección, redacción,
administración y publicidad:

Editorial Alas

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

Dirección: José Sala Comas
Redacción: Jordi Sala F.
Administración: R. González

Diseño: Víctor Périz
www.behance.net/victorxiz

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.

Depósito Legal: B-42328-2010
ISSN: 2014-0053
Nº 65 / Marzo - Abril 2022

¡ES LA HORA DEL HAPKIDO!

ENTREVISTA AL GM YOUNG GUL SON Y A LOS HERMANOS JIMENEZ

Por **ANTONIO VIDAL**
2º Dan *Korea Hapkido Federation*
y Moo Hak Kwan Hapkido

Sin duda, una de las irrupciones más sorprendentes e impactantes en la última década del panorama nacional e internacional en el mundo del *Hapkido* ha sido la aparición de los carismáticos hermanos Jiménez, Jesús y Alberto.

Su contundencia y su práctica centrada en la optimización de la eficacia les ha hecho contar con una pléyade de seguidores. Pero es ahora, en tiempos tan complicados y convulsos con los que estamos viviendo, cuando se plantean un objetivo aún más ambicioso. Ya anuncian para este año la invitación de los dos Grandes Maestros más importantes del mundo: GM **Young Gul Son** y **Jinho Guahk**.

Sinceramente, en un momento como el actual ¿No es quizá muy arriesgado plantear semejante apuesta?

[Maestro Jesús Jiménez] Es cierto que son momentos difíciles. Pero creo firmemente que en muchos aspectos de la vida y, particularmente en el *Hapkido*, éste va a ser un momento de inflexión. Apostar por aquello que amamos es sin duda una elección acertada aunque desde fuera pudiera parecer algo inconsciente. Intentaremos aportar nuestro granito de arena para que el *Hapkido* salga más fuerte de esto.

Creo que los retos hay que mirarlos con perspectiva. Cuándo comencé hace 20 años en un pequeño gimnasio de barrio y con un solo alumno, el objetivo era simplemente que alguien nuevo cruzará la puerta de entrada al *Dojang*. Hoy en día, con más de 100 alumnos, recuerdo aquello que me agobiaba incluso con nostalgia. Como he dicho, es el camino y la vida la que te da esa perspectiva.

[Maestro Alberto Jiménez] Nuestro lema es no parar ante nada, da igual las adversidades, no pararemos ante nada.No esperamos el siguiente tren, vamos a por el que queremos. Entiendo que casi nadie se metería en algo así en estos tiempos, pero sinceramente no somos como la mayoría.

Es común oír hablar, cuando se refieren a su *Dojang*, como *Centro de desarrollo e investigación del Hapkido*. ¿Qué significado tiene esto?

Nuestro legado es innegociable, somos *Moo Hak Kwan* y eso no cambiará nunca. El respeto al fundador de nuestro estilo, el Gran Maestro **Sung Soo Lee** está por encima de todo. Pero es cierto que gracias a los grandes maestros que han pasado por nuestro *Dojang* pudimos mejorar en nuestra metodología y técnica. Esa oportunidad que tuvimos que nos ayudó a crecer, queremos brindársela también a cualquiera que ame el *Hapkido*.

Como he dicho antes, siempre desde el respeto al legado y a las sensibilidades de cada uno, partiendo de que no hay un único camino correcto, pero sí un espacio común donde todos coincidimos, la pasión por nuestro arte marcial. Este será un evento periódico que se convertirá en punto de encuentro y en un foro donde aprender y compartir y donde cualquiera pueda desarrollarse y pulir cosas para elevar nuestro arte al siguiente nivel,

***Jesús Jiménez**, 4º Dan Korea Hapkido Federation y Director Hapkido Moo Hak Kwan en España y Moo Hak Kwan Hapkido.*

***Alberto Jiménez Abellán**, 3º Dan Korea Hapkido Federation y Moo Hak Kwan Hapkido.*

CREO FIRMEMENTE QUE EN MUCHOS ASPECTOS DE LA VIDA Y, PARTICULARMENTE EN EL HAPKIDO, ÉSTE VA A SER UN MOMENTO DE INFLEXIÓN

EL RESPETO AL FUNDADOR DE NUESTRO ESTILO, EL GRAN MAESTRO SUNG SOO LEE ESTÁ POR ENCIMA DE TODO

sin etiquetas. Todos serán bienvenidos con la única condición se sentir el *Hapkido* en su pecho.

[Maestro Alberto Jiménez] Nuestro *Dojang* de *Hapkido Moo hak Kwan España* es punto de reunión de muchos de los maestros más contrastados del mundo con entrenamientos intensivos y seminarios, buscando una investigación y desarrollo de nuestro arte para una máxima aplicación. Para eso se deben conocer detalles en cuanto a respiraciones, distancias, posición corporal e innumerables detalles y, una vez ahí, cómo aplicarlo en situaciones prácticas de verdad.

Cada gran maestro aporta sus conocimientos para la posterior investigación y puesta en práctica de todos estos detalles. Aunque hemos traído maestros de diversas partes del mundo, ahora nos estamos centrando actualmente en coreanos del máximo nivel. Queremos que los conocimientos vengan directamente de la cuna del *Hapkido* y conocer las distintas vertientes y detalles que cada maestro pueda aportar.

¿Podrían explicarnos cómo fue ese camino que les llevó a plantearse éste bonito objetivo?

[Maestro Jesús Jiménez] Con toda la humildad. Siempre hemos estado seguros de la efectividad de nuestro sistema. A ello hemos unido una dedicación extrema durante muchos años. Pero nuestro carácter nos llevaba a ponernos continuamente a prueba y también desde esa misma humildad sentíamos como nuestra respuesta disminuía su poder y eficacia cuando el ataque no estaba predeterminado. Todo nuestro programa se estudiaba a través de compartimentos estancos y decidimos interconectar todo tipo de ataques y defensas, de manera arbitraria, en nuestra metodología de trabajo, tal y como ocurre en una situación real. Obviamente cuando se ha asimilado la técnica y los principios base. A partir de ahí nuestra respuesta creció en eficacia exponencialmente.

Pero este proceso fue algo muy lento y trabajado. Han venido muchos maestros a nuestro *Dojang* y con la mente abierta honestamente he de decir que de cada uno cogimos algo que nos ayudó a evolucionar y elevar nuestro nivel. Pero creo que fue la primera visita

NUESTRO DOJANG DE HAPKIDO MOO HAK KWAN ESPAÑA ES PUNTO DE REUNIÓN DE MUCHOS DE LOS MAESTROS MÁS CONTRASTADOS DEL MUNDO

del GM **Son** la que nos hizo replantearnos muchas cosas. Él nos marcó el camino hacia la utilización completa de nuestro poder y arsenal indicándonos cómo entrar en el adversario en cada momento.

[Maestro Alberto Jiménez] En mi opinión, en muchas ocasiones, el *Hapkido* en general en el mundo no se ha profundizado en todo su potencial. Hemos visto cómo incluso en niveles supuestamente altos, con gente con un elevado número de danes, en la mayoría de las ocasiones se trabaja sólo con primeras capas de la técnica, sin estar realmente desarrolladas para su aplicación.

Esto lleva consigo que realmente sean muy pocos los que son capaces de aplicar *Hapkido* en una situación real. Hemos querido subir los estándares del *Hapkido* al máximo nivel y para ello queremos conocer y trabajar con absolutamente la gran mayoría de máximos estandartes de nuestro arte marcial y seguir desarrollándolo desde sus principios, sumando estos conocimientos a los 25 años de estudio con grandes maestros que ya llevamos a cuestas.

El *Hapkido* es un arte marcial total, pero debe conocerse realmente bien. Queremos traer al caviar del *Hapkido* continuamente y que cuando cada maestro venga sepa que aquí viene lo mejor de lo mejor y por tanto se vea en cierta obligación de dejarnos también su mejor versión.

En estos últimos años han conseguido una relevancia muy importante en las redes sociales y una gran cantidad de reconocimientos y halagos de algunas de las personalidades más prominentes del mundo del *Hapkido*. Desde esa posición de respeto que han adquirido ¿hacia dónde creen que debe caminar el rumbo del *Hapkido* y cuál es su visión de los próximos años para este arte marcial?

[Maestro Jesús Jiménez] Bien, siendo sinceros hemos recibido muchísimos parabienes de maestros increíbles, lo cual nos honra, pero también hemos sido objeto de muchas críticas por salirnos del camino preestablecido.

Nosotros siempre hemos creído en nuestro "producto", por lo que decidimos mostrarnos sin ningún tipo de cortapisas en las redes sociales. Eso nos valió muchas críticas, pero creo sinceramente que debemos mostrar la belleza y el poder del *Hapkido*. A modo de ejemplo, en un cumpleaños reciente donde fue mi hijo de 9 años, pregunté por curiosidad quién conocía el *Hapkido* y de 20 niños tan sólo mi hijo lo conocía, en cambio cuando pregunté si habían oído

hablar de las artes marciales mixtas la mayoría me respondió que sí.

Siempre desde el respeto a cualquier camino, el objetivo siempre debe ser la búsqueda de la excelencia con la máxima exigencia. Sólo subiendo los estándares al máximo conseguiremos el respeto y la fuerza que merece este arte marcial. Debemos tender hacia la profesionalidad máxima. En mis viajes a veces veo físicos no acordes con lo que debe exigirse a un artista marcial y tenemos que ser conscientes de desarrollar al mismo tiempo la parte interna y externa para cumplir el objetivo principal del *Hapkido*, la armonía.

Desde mi posición, celebro como estudiantes de muchas partes del mundo vienen a mi escuela una o dos semanas simplemente a mejorar aspectos de su *Hapkido*, sin buscar ninguna certificación, sólo con el ánimo de mejorar sus capacidades. El año pasado un estudiante de Nueva Zelanda estuvo ahorrando durante casi dos años para poder en sus vacaciones estar dos semanas entrenando con nosotros. Es un gran orgullo y es lo que realmente significa nuestro *Dojang*, un punto de encuentro y lugar de desarrollo para todo aquel que ame el *Hapkido*, independientemente del nivel que tenga.

Creo que el camino de nuestra supervivencia y nuestro futuro es apostar, como ocurrió en los comienzos de nuestro arte, por su efectividad y poder. Eso fue lo que impulsó nuestro arte, posteriormente la plasticidad y la belleza de nuestras técnicas nos dio mucha popularidad en las exhibiciones, pero en mi opinión sin desdeñar otros caminos es hora de volver a bucear en los orígenes de nuestro arte y buscar la parte más tradicional centrada en la eficacia y su aplicación real.

HEMOS QUERIDO SUBIR LOS ESTÁNDARES DEL HAPKIDO AL MÁXIMO NIVEL Y PARA ELLO QUEREMOS CONOCER Y TRABAJAR CON ABSOLUTAMENTE LA GRAN MAYORÍA DE MÁXIMOS ESTANDARTES DE NUESTRO ARTE MARCIAL

En cuanto a nuestra escuela, ojalá consigamos ir unidos al desarrollo del *Hapkido*, como un día me dijo mi hermano, ¿si entrenamos como el que más y aprendemos continuamente de los mejores, por qué no quizá un día podamos ser de los mejores? Con la máxima humildad y con los ojos bien abiertos vamos a intentar disfrutar de ese camino de vida, nos lleve a donde nos lleve, siempre con honestidad y respeto.

[Maestro Alberto Jiménez] En mi opinión el Hapkido debe caminar hacia la aplicación máxima. El alumno debe sentir que podrá aplicar lo que se entrena en el *Dojang*. Pero ojo, desde los principios desarrollados del arte, desde la respiración, el círculo, la distancia, la posición corporal, la colocación de las manos,etc., y a todo esto hay que sumarle una metodología de trabajo eficaz y cien

por cien estructurada que permita llevar a la aplicación real para que una persona pueda asimilarla realmente de manera intuitiva y natural. Esto es lo que estamos trabajando. Desagraciadamente estamos habituados a ver practicantes de *Hapkido,* incluso en altos niveles, que a la hora de aplicar sólo buscan el pateo y con suerte proyectar al agresor. ¿Para qué se trabajan entonces tantas horas ciertas técnicas en el *Dojang* si luego ni se plantean aplicarlas? La respuesta en mi opinión es porque no se profundizan ni se conocen los detalles ni la metodología más adecuada para su aplicación, lo que lleva en la mayoría de ocasiones a no ser capaces de utilizar las técnicas en una situación real.

El *Hapkido* en todas sus vertientes es realmente letal y aplicable, pero para llegar a eso hay que quitarse el ego y ponerse manos a la obra. Eso es lo que nosotros estamos haciendo y espero que muchos nos sigan en ese camino.

Muchas gracias por vuestras palabras y suerte con los muchos proyectos que estáis planificando.

¡Muchas gracias!

GM Young Gul Son, fundador de Sugi Hapkido

Entrevista al GM Young Gul Son

Este ambicioso proyecto de ir trayendo cada año a los mejores maestros del mundo comienza este abril con la visita del GM **Young Gul Son**, uno de los mejores y más carismáticos maestros del mundo. Para quien aún no lo conozca hemos conseguido poder hablar con él.

GM Son, es un orgullo y un honor tenerle próximamente en España, ¿podría hablarnos de su camino en el *Hapkido* y su biografía, y su visión personal del arte?

[GM Young Gul Son] Muchas gracias por tu amabilidad. Nací en Corea del Sur en Diciembre de 1959. Actualmente ostentó un octavo *Dan* en *Hapkido*, séptimo *Dan* en *Taewkondo* y tercer *Dan* en *Kuhapdo*.

En 1972 comencé a entrenar artes marciales cuando ingresé en la escuela primaria, concretamente me incorporé a *Taewkondo* (*Moo Duk Kwan*).

En 1975 quedé fascinado con las técnicas de *Hapkido* mientras veía las películas de artes marciales del GM **Hwang In Shik** quién además de poseer el más alto grado en *Hapkido*, era actor. Pronto comencé a entrenar *Hapkido* en serio como discípulo del fundador de *Heuk Choo Kwan*, **Jin Jongmoon**, en Daejeon, Corea del Sur.

Veinte años después conocí al GM In Shik Hwang en una demostración en Toronto y, más tarde, acudí en varias ocasiones a su *Dojang* para conocer su estilo.

Sin embargo no me sentía satisfecho sólo con el estudio de las artes marciales con las manos vacías por lo que aprendí las técnicas de *Kuhapdo* para poder aplicar el principio de la espada a mis técnicas.

¿Con quién aprendió?

Aprendí las técnicas de *Kuhapdo* del famoso Gran Maestro **Taeryong Jeong**, el cual pudo proporcionarme un entrenamiento intensivo en dos formas prominentes de *Kuphado*, *Musojidiken* y *Eishinryu*.

Con el tiempo observé algunas limitaciones en el *Hapkido* y sentí cómo usando sólo la fuerza física no sería capaz de someter a todo tipo de adversarios en un pelea actual. Por lo que desarrollé y practiqué mi propia filosofía y visión de las artes marciales, recopilando y analizando grandes cantidades de vídeos, libros

“EN 1975 QUEDÉ FASCINADO CON LAS TÉCNICAS DE HAPKIDO MIENTRAS VEÍA LAS PELÍCULAS DE ARTES MARCIALES DEL GM HWANG IN SHIK”

y cualquier otra información de las artes marciales que pude encontrar.

Mi familia y mis conocidos se quedaron atónitos con mi profunda pasión y dedicación.

Someter a todos los oponentes utilizando *Hapkido* no siempre era fácil en esta sociedad moderna donde el respeto y consideración por los demás está desapareciendo gradualmente y la violencia aumenta cada vez más. Así que creé y desarrollé *Sugi Hapkido* basada en mi experiencia y estudio de los principios del *Hapkido*, *Taewkondo* y *Kuhapdo*, y mi observación también de otros artes cómo *Judo* y boxeo, incorporando algún principio de ellos en el *Hapkido*.

Y a partir de aquí, ¿cómo ha continuado su gran trabajo?

He construido los cimientos de *Sugi Hapkido* con un entrenamiento intensivo en las artes marciales e intentando dominar sus principios y filosofía. Cada Octubre realizo una larga escala de Seminarios en mis sedes en USA para enfatizar la importancia del entrenamiento continuo e instruir y desarrollar en los métodos de entrenamiento.

También he sido invitado a enseñar *Sugi Hapkido* en muchos países de Sudamérica y Europa y siempre estoy dispuesto a mostrar mi filosofía y sistema en las principales ciudades de USA y por supuesto continuo desarrollándome a mi mismo a través del estudio y entrenamiento continuo para la capacitación de mi organización y su aceptación y expansión a nivel mundial.

Ha sido usted invitado a realizar un importante seminario por los hermanos Jiménez en España. ¿Cuál es su opinión de los hermanos Jiménez y su importancia en el *Hapkido*?¿Está usted feliz de asistir a este evento?

En 2017, con la invitación del GM **Sam Plumb** realicé un seminario en el *Dojang* de los hermanos Jiménez y así comenzó nuestra colaboración.

Cuando entrené con ellos, quedé muy sorprendido. He impartido muchísimos seminarios, pero no es frecuente encontrar gente con esa pasión por aprender.

Uno debe entender las artes marciales con su cuerpo, no con la cabeza solamente. Por lo tanto, para enseñar artes marciales debes enseñar con tu cuerpo, no sólo con palabras y con tu boca, por eso necesitas practicar duro en tu propio entrenamiento.

Los hermanos Jiménez comparten eso y entienden plenamente mi filosofía.

A pesar de que yo estoy lejos yo siempre estoy siguiendo su entrenamiento. Si hay algo que no entienden, ellos hacen un vídeo y me lo envían. Usando estos vídeos yo les corrijo y les guío. Ellos están continuamente trabajando la focalización de su poder en el *Danjeon* sin usar la fuerza de sus músculos en la utilización de las técnicas de *Hapkido* y están elevando muchísimo su nivel a cada momento. Yo iré a España en Abril invitado por ellos y estoy entusiasmado por poder entrenar en persona con los hermanos Jiménez otra vez. Si las condiciones lo permiten, yo quiero hacer un género diferente de *Hapkido* con los hermanos Jiménez al más alto nivel. Respecto a mi relación con ellos, yo consideraría una bendición continuar trabajando juntos.

Muchísimas gracias GM Son por su amabilidad, estamos deseando tenerlo con nosotros. Cómo dicen los hermanos Jiménez, es la hora del *Hapkido* y cuando aún estamos estupefactos ante esta oportunidad ya nos anuncian que en Octubre vendrá otro de los mejores maestros del mundo, GM Jinho Guahk y que pronto anunciarán nuevas sorpresas para los años venideros. Es hora de apostar, efectivamente, y los hermanos Jiménez lo tienen claro. Muchas gracias por contribuir a que el arte marcial que tanto amamos vuelva a ocupar el lugar de prestigio que merece

GM YOUNG **GM JINHO**

GUL SON GUAHK

ABRIL 22 OCTUBRE 22

MOO HAK KWAN SPAIN

contacto hapkidospain@gmail.com

EN ALICANTE (ESPAÑA).

HERMANOS JIMÉNEZ

ES LA HORA DEL HAPKIDO

CENTRO DE PERFECCIONAMIENTO E INVESTIGACIÓN DEL HAPKIDO

THE KOREA HAPKIDO FEDERATION
HAPKIDO MOO HAK KWAN

Sebastián González

MAESTROS DE KUNGFU

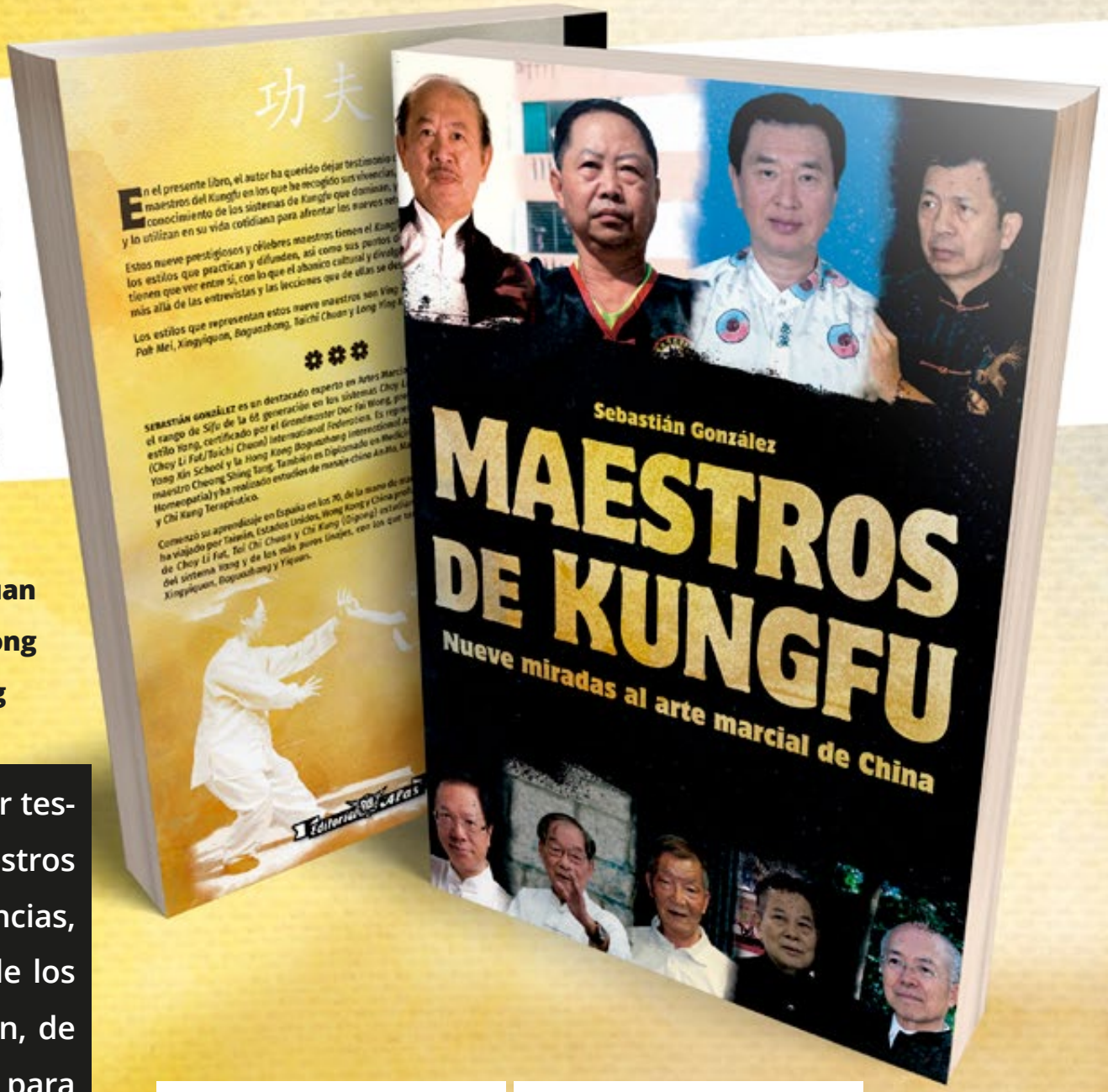
Nueve miradas al arte marcial de China

Chan Chee Man — **Chan Kin Man** — **Ma Wei Huan**

Yip Ching — **Wong Kwok Cheung** — **Doc Fai Wong**

Too Sum — **Sin Man Ho** — **C.S. Tang**

En el presente libro, el autor ha querido dejar testimonio de los encuentros con nueve maestros del *Kungfu* en los que he recogido sus vivencias, su experiencia, su profundo conocimiento de los sistemas de *Kungfu* que dominan, y, también, de cómo lo viven y lo utilizan en su vida cotidiana para afrontar los nuevos retos de la sociedad moderna.



Por **Sebastián González**
ISBN 978-84-203-0659-9
P.V.P. 18€ / 154 pàginas

EDITORIAL ALAS
C/ Villarroel, 124 (bajos)
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com

ENTREVISTA A MASTER RICARDO GRESS

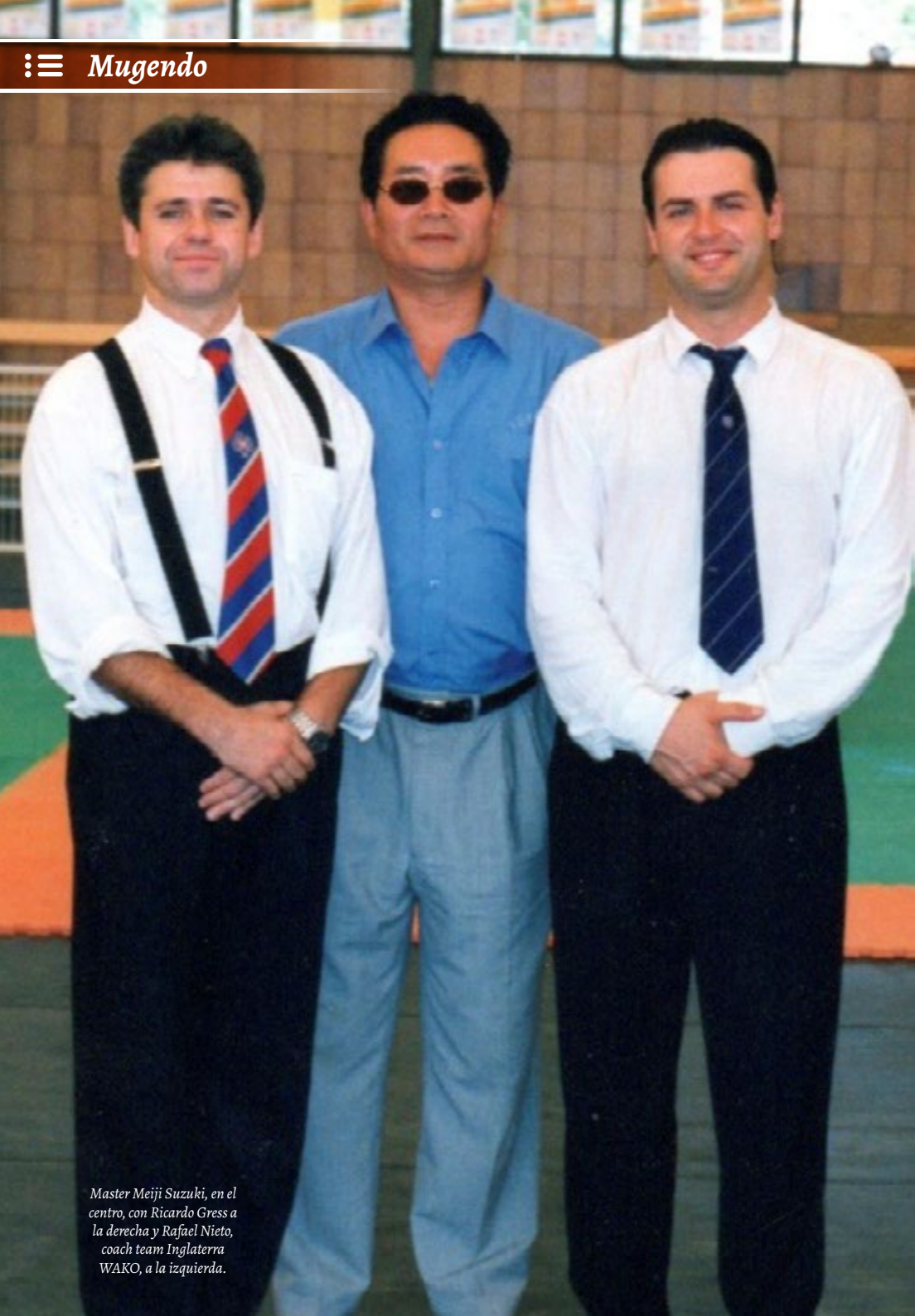
Por la **REDACCIÓN DE EL BUDOKA 2.0**

M*aster* Ricardo Gress es uno de los maestros marciales mas innovadores en el mundo de las artes marciales, así lo acreditan sus numerosos eventos y escuelas en las que desarrolla sus actividades:

Ricardo, conocemos la autoridad que tienes dentro de las Artes marciales y del Mugendo en particular, y nos gustaría que nos pudieras hablar sobre su filosofía.

Sí por supuesto –nos contesta Ricardo, para a continuación añadir–:

Durante uno de los primeros campeonatos **OPEN de España** que celebró **WAMAI**, concretamente en Castelldefels y que fue históricamente uno de los más grandes en cuanto a público y competidores que se había realizado hasta la fecha en España,



Master Meiji Suzuki, en el centro, con Ricardo Gress a la derecha y Rafael Nieto, coach team Inglaterra WAKO, a la izquierda.

EN UNO DE LOS PRIMEROS CAMPEONATOS OPEN DE ESPAÑA QUE CELEBRÓ WAMAI TUVE LA SUERTE Y EL HONOR QUE EL MAESTRO MEIJI SUZUKI VINIERA A VISITARNOS JUNTO CON UN GRAN EQUIPO DE COMPETICIÓN

tuve la suerte y el honor que el Maestro **Meiji Suzuki** viniera a visitarnos junto con un gran equipo de competición miembros de la selección WAKO. Yo era el organizador, y la tensión que tenía como organizador me abrumaba y me estaba pasando factura, la cual se notaba en mi aspecto y sobre todo en mi cara que era todo un retrato de mi situación. Durante uno de los momentos del campeonato algo particular ocurrió y fue que Meiji se me acercó con un único *Pao* en la mano, cosa que me extrañó ya que su uso requiere que sean un par. Me dijo con un tono de voz de mando: *¡¡Necesitas PAO!!*

No entendía a qué se refería... ¿quería que entrenara en ese momento? ¿estando vestido de árbitro y con zapatos? ¿era una broma? y así más preguntas que me hice en esos segundos...

¡Necesitas PAO, ven conmigo!, me dijo mientras me señalaba con el *PAO* hacía unos asientos situados en las gradas donde pudimos sentarnos.

Una vez sentados, recuerdo que se hizo el silencio, me refiero al momento en que uno "oye" el silencio, aunque exista un ruido ensordecedor como lo hay en un campeonato con cientos de voces gritando y coreando las acciones de los competidores.

Meiji miró hacia la izquierda, luego a la derecha y, dándose un tiempo... se giró de repente hacia mí, y comenzó esa clase magistral que todo artista marcial debería tener en algún momento de su vida, cuando el destino te lleva delante de un auténtico Maestro de Artes Marciales, el cual además era proveniente de familia de *samuráis* y que su infancia estuvo marcada por el hecho de haber conocido y entrenado por el mítico **Gichin Funakoshi**, Maestro fundador del mundialmente conocido *Karate*.

¿Qué es un PAO? Me preguntó... Le respondí que son unas almohadillas que cubren los antebrazos y que se utilizan en los deportes de contacto para trabajar la precisión y la potencia de puños y piernas durante el entrenamiento para ganar fuerza y reflejos.

¡Por supuesto!! Me dijo Meiji con una gran sonrisa, para añadir a continuación: *Este es el PAO literal y físico que se utiliza en las artes marciales sobre todo en las de origen tailandés, pero a continuación te hablaré de otro tipo de PAO.*

Usamos la palabra PAO como recurso mnemotécnico: Una de las téc-

> MEIJI SE GIRÓ DE REPENTE HACIA MÍ, Y COMENZÓ ESA CLASE MAGISTRAL QUE TODO ARTISTA MARCIAL DEBERÍA TENER EN ALGÚN MOMENTO DE SU VIDA, CUANDO EL DESTINO TE LLEVA DELANTE DE UN AUTÉNTICO MAESTRO DE ARTES MARCIALES

nicas más populares para mejorar la memoria, son las denominadas reglas mnemotécnicas donde se crea una palabra o frase a partir de una lista de cosas u labores a recordar, por ejemplo, en este caso es mediante el uso de las siglas.

Las siglas son todas las palabras que se forman por las iniciales de los términos a usar.

Conocidos ejemplos, pueden ser:

ADN – Ácido Desoxirribonucleico

FM - Frecuencia Modulada

En **Mugendo** usamos las iniciales de las palabras Paz, Armonía y Orden para generar la palabra: **PAO**.

◆ Valores de Mugendo

El sistema de **Mugendo** se basa esencialmente en los tres valores principales de paz, armonía y orden (PAO) y por otro lado, la palabra **Mugendo** también se la puede representar mediante un triángulo de tres palabras formados por los *kanjis* de **MU**, **GEN** y **DO** que significan: camino ilimitado.

◆ Valores del programa infantil

El programa infantil de **Mugendo** está basado en dichos valores esenciales, los cuales han sido desarrollados conjuntamente desde un punto de vista psicopedagógico para incluirlos en él programa de clases y cinturones de **Mugendo**.

Para lograr la fusión de los valores anteriormente mencionados con las artes marciales, debemos generar otro triángulo imaginario con las palabras de *Dojo*, Centro escolar y Padres. Es lo que yo llamo **triángulo de la excelencia de Mugendo**, cuya aplicación tiene un impacto brutal en los más pequeños ya que les ayuda a conseguir metas y objetivos.

◆ PAO

Pero volvamos a hablar de la palabra PAO de Mugendo. Como ya te he dicho anteriormente, está compuesto por las palabras: paz, armonía y orden. Hay que analizar cada una ellas para ver cómo son necesarias para la búsqueda de la excelencia personal si se complementan entre sí. Y quiero hablarte ahora de arte

EL SISTEMA DE MUGENDO SE BASA ESENCIALMENTE EN LOS TRES VALORES PRINCIPALES DE PAZ, ARMONÍA Y ORDEN (PAO)

–me dijo Meiji justo en el momento en el que el público estallaba en gritos al levantar el árbitro la mano de uno de los competidores–.

◆ El ARTE de la Paz

El significado de la palabra paz puede variar. Para unos significa un acuerdo o trato para poner fin a una guerra; situación o estado en que no hay lucha entre dos o más partes. Sin embargo, nosotros nos debemos referir al arte de mantenernos en paz, el cual requiere un trabajo y la confianza en uno mismo debe ser un factor clave para lograrlo.

En las clases de artes marciales se incluye la meditación. Al final de cada clase, en especial los cinturones negros, se colocan en una postura de rodillas en el suelo, con las manos al frente y sobre el regazo, haciendo que una de las manos (la derecha) se ponga en forma de puño y con la mano contraria (la izquierda) que simboliza la paz rodee al puño, simbolizando con este gesto que la paz siempre vence a la guerra.

Durante la meditación, la mente se focaliza en el control respiratorio. Este ejercicio nos hace entender que el arte de estar en paz comienza en uno mismo y que en una forma digamos superior, la debemos extender al dominio del control para generar autoconfianza.

La fuerza radica en el interior y es la que nos hace sentirnos interiormente en paz.

◆ El ARTE de la armonía

La armonía por definición es el equilibrio y proporción entre diferentes cosas. En **Mugendo** *la armonía significa estar en paz con el universo, y para lograrla debemos estar en equilibrio mental y físico. El camino de la paz y de la armonía se logra cuando la mente y el cuerpo se compenetran y se unen con el universo.*

La armonía brinda la iluminación del camino que debes transitar, y te hacer sentirte seguro para que pises paso a paso el lugar adecuado, lo que era el antiguo anhelo de los samuráis.

Yo sabía que muchas personas tienen un concepto falso de los *samuráis*, de que eran tan solo unos sanguinarios guerreros, y eso es falso. Ya que el verdadero significado de la palabra *samurái* es la de persona que sirve con amor.

Ricardo Gress y Jesús Mª Platón en la base de los Marines de Camp Pendleton (San Diego, Usa).

ES LO QUE YO LLAMO TRIÁNGULO DE LA EXCELENCIA DE MUGENDO, CUYA APLICACIÓN TIENE UN IMPACTO BRUTAL EN LOS MÁS PEQUEÑOS YA QUE LES AYUDA A CONSEGUIR METAS Y OBJETIVOS

La palabra amor tiene un significado especial para ellos, diferente al de occidente pues es el acto de NO temer a la muerte.

Un artista marcial puede basarse en esta filosofía *samurái*, y aunque no use una espada, puede usar la palabra como arma. Los antiguos *samuráis* utilizaban la caligrafía, el *bonsai* y la *katana*, como herramientas para estar en armonía con el universo y con ellos mismos, mediante la fusión cuerpo-mente.

Meiji continuó hablándome:

◆ El ARTE del Orden

Muchos se preguntan qué tiene que ver el orden en las artes marciales. Pues bien, lo tienen y mucho ya que por un lado se refiere a la forma en que están colocadas las cosas, y por otro se puede decir que es el estado de normalidad y el funcionamiento correcto de algo. En **Mugendo** *el orden es muy importante, es una de las principales cosas que se enseñan en las escuelas de* **Mugendo**. *Desde los más pequeños hasta los más mayores tiene una agenda en la que deben realizar ciertas tareas (organizar sus cosas, hacer la cama, etc.).*

Para lograr orden se necesita perseverancia y disciplina, valores fundamentales en las artes marciales. El arte del orden consiste en priorizar los objetivos. Por ejemplo, podemos decir que la elaboración de una comida se realiza paso por paso, agregando los ingredientes de acuerdo con una receta previamente elegida. No podemos colocar todo junto y mezclarlo y pensar que de ahí saldrá una comida sabrosa…

Rápidamente pensé que en la vida ocurre algo similar, hay que tener un orden de prioridades y saber elegir objetivos que nos ayuden a cumplir las metas preestablecidas. Y debo reconocer que parte de mi estrés era debido a que no había priorizado adecuadamente las tareas de organización del evento y que lo había suplido con ingenio y trabajo a destajo…

> EL SISTEMA PAO ES FUNDAMENTAL YA QUE SON TRES ARTES QUE DEBES APRENDER, DOMINAR, TRABAJAR EN ELLAS Y SEGUIR ENTRENANDO MIENTRAS EVOLUCIONAS TÉCNICAMENTE

Suzuki continuó diciendo: *En las escuelas de* **Mugendo** *se ve reflejado este orden en la forma en que se realizan las actividades, las clases, cómo se entra al tatami, la asignación de los cinturones y la jerarquía (instructor, sempai, senséis, etc.). Todo tiene una coordinación y un orden. En el Dojo, el orden ayuda de muchas formas a exteriorizar lo aprendido.*

Meiji se dio una pausa, tras unos largos segundos su voz se elevó y a modo final me dijo: *El sistema PAO es fundamental ya que son tres artes que debes aprender, dominar, trabajar en ellas y seguir entrenando mientras evolucionas técnicamente.* **Mugendo** *en particular y las Artes marciales en general son más que un deporte, son un auténtico estilo de vida que se debe practicar de forma indefinida.*

En ese mismo momento y sin despedirse, se levantó recogió el *PAO* y se marchó sin decirme durante todo el campeonato ni una sola palabra más. Una vez que el campeonato terminó y mientras los diferentes equipos reunían sus trofeos y equipos, **Meiji** se dirigió hacia mí y me dijó:

Dōmo arigatō, sayōnara" que en japonés significa "Muchas Gracias, adiós".

Entendí su despedida, fue la justa y medida, sin adornos, ni estridencias. La de un Maestro que sabe que su trabajo terminó, y que ahora le toca al alumno "asimilar". Y añado que en ese momento una cosa me quedó muy clara y es que debía aprender más y entrenar más, así que las visitas a su *dojo* en Inglaterra se multiplicaron desde ese mismo día... me faltaba mucho de ese **PAO** ■

WAMAI

UNIVERSIDAD ONLINE

Cursos Wamai de artes marciales y fitness

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

http://campus.wamai.net

La universidad de formación online especializada en artes marciales

MUGENDO

MARTIAL ARTS

NAGINATAJUTSU

EL ARTE DE LA GUJA JAPONESA

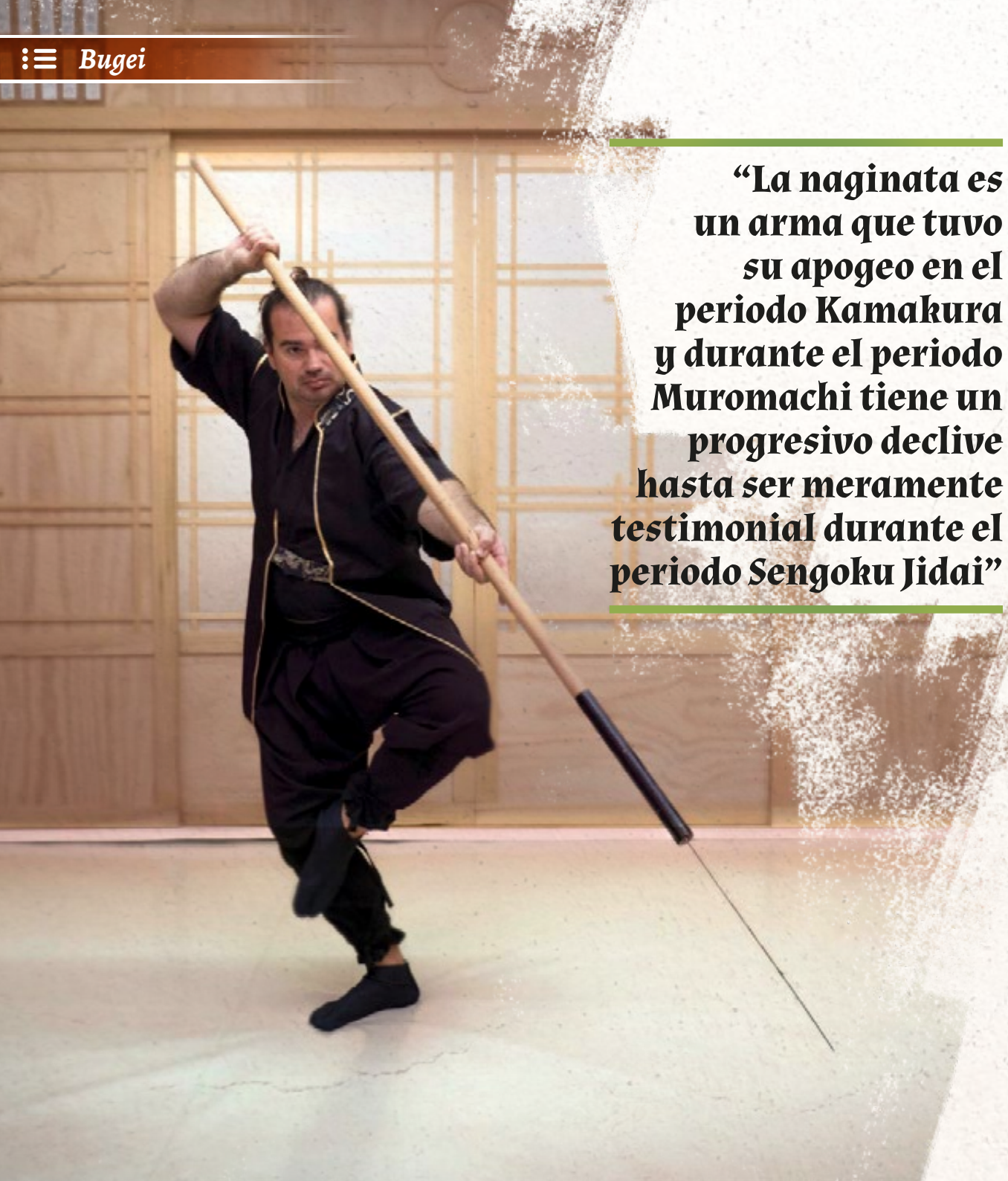
Por **LUIS NOGUEIRA SERRANO**
Presidente European Bugei Society 欧州武芸連盟
Fûryûkan Bugei Dôjô 風龍館武芸道場
www.bugei.eu

Retomamos la serie de artículos relacionados con las armas y técnicas de combate empleadas en el campo de batalla en el periodo feudal japonés. Hasta el momento hemos tratado la lanza (***Sôjutsu***, El Budoka 2.0 nº 52) y el arco (***Kyûjutsu***, nº 53), además de formas de combate cuerpo a cuerpo (***Kumiuchi***, nº 59), la daga (***Yoroi Tantôjutsu***, nº 63), así como los abanicos y tambores (***Tessen*** y ***Gunbai***, nº 60 y ***Jindaiko***, nº 61) como señales en la batalla.

En este caso nos encontramos con un arma que tuvo su apogeo en el periodo ***Kamakura*** y durante el periodo ***Muromachi*** tiene un progresivo declive hasta ser meramente testimonial durante el periodo ***Sengoku Jidai***. En este artículo desgranaremos las razones para esto y explicaremos las facultades técnicas que ofrece esta singular arma.

La ***naginata*** 薙刀 es un arma de asta ***nagaebuki*** 長柄武器 con una guja o archa, es decir, con una hoja (moharra) en forma de espada. Literalmente ***nata*** 刀 significa espada, y ***nagi*** 薙 significa segar al enemigo, a pesar de que también se acepta la escritura 長刀 que se traduce literalmente por espada larga. Esta hoja tiene una semejanza proporcional y constructiva obvia con las espadas cortas japonesas y sufrió una evolución paralela:

Durante el periodo ***Kamakura*** las hojas eran análogas a las ***tachi***, espadas de campaña, empleadas durante ese periodo, láminas estilizadas con un ***wazori*** 輪反り (curvatura circu-



“La naginata es un arma que tuvo su apogeo en el periodo Kamakura y durante el periodo Muromachi tiene un progresivo declive hasta ser meramente testimonial durante el periodo Sengoku Jidai”

lar) pronunciada pero equilibrada y longitudes de hasta 60cm. Con la llegada al ***shogunato*** del clan ***Ashikaga***, las hojas comenzaron a alargarse (hasta 90cm) y ampliarse en anchura, trasladando la curvatura, cada vez más pronunciada, hacia la punta ***sakizori*** 先反り.

Es frecuente encontrar referencias que sitúan a la ***naginata*** como una evolución del ***bisentô*** 眉尖刀 (lit. espada de ceja afilada), que a su vez es la versión japonesa del ***Guandao*** chino, un espadón con una hoja ancha y una gruesa y pesada empuñadura que la hacen potente, pero al mismo tiempo aparatosa. Lo cierto es que la primera aparición del ***bisentô*** en la historia de Japón no es muy anterior a la de la ***naginata***, ambas durante el siglo XII, y por ese entonces los japoneses ya habían desarrollado su propia artesanía espadera. Así que en caso de ser su origen tuvo una evolución muy temprana y rápida.

A la artesanía que aludimos no solo se trata del hecho de fabricar hojas esbeltas, ligeras y afiladas, sino a la forma de fijarse la hoja con la empuñadura que singularizan la tecnología armamentística japonesa de la época. Igual que en las ***tachi***, la hoja se prolongaba mediante una espiga, ***nakago*** 中子, y ésta se introducía en un vaciado central que se le practicaba al extremo de la pica que sirve de empuñadura, siendo conocida esta zona como ***tachiuchi*** 太刀打 o ***tachiuke*** 太刀受, dada su debilidad y ser objetivo de impactos. Para garantizar la fijación de la lámina se practicaban unos orificios pasantes en la espiga y la empuñadura conocidos como ***mekugi-ana*** 目釘穴 que eran fijados con unos pasadores de madera, ***mekugi*** 目釘. Para proteger esta zona de su consecuente debilidad se reforzaba mediante ***tsukekanamono*** 漬金物/***semekanemono*** 責金物 o ***kanagu*** 金具, siendo estos apliques metálicos, como anillos ***dôgane*** 銅金/***semegane*** 責金, con un enrollamiento posterior conocido como ***sendanmaki*** 千段巻 (lit. enrollamiento de las mil capas/niveles). Era habitual que el ***koshirae*** incorporase elementos comunes con los ***tachi*** como la propia guarda ***tsuba*** 鍔, el anillo separador ***seppa*** 切羽 o la pletina de fijación ***habaki*** 鎺. No obstante, se debe notar que la incorporación de elementos ornamentales o acabados especiales como el ***ginhirumaki*** 銀蛭巻, consistente en un enrollamiento helicoidal plateado, es propia de distinción de clase o de etapas tardías, que incluso durante el periodo ***Edô*** que se mantuvo más como una tradición de los viejos tiempos.

En lo que se refiere a la asta, llamada igual que en la ***yari***: ***nagae*** 長柄 (lit. empuñadura larga) o simplificando ***e*** 柄; su longitud

"Es un arma de asta nagaebuki con una guja o archa, es decir, con una hoja (moharra) en forma de espada"

oscilaba entre los 4 y 8 ***shaku***, siendo el tamaño de 6 ***shaku*** (180cm) más la hoja un estándar habitual, longitud suficiente que permite tener una ventaja comparativa contra las espadas. Esta medida representa el separador entre lo que se conoce como ***naginata*** larga, ***ônaginata*** 大薙刀 (lit. ***naginata*** grande), y las cortas, ***konaginata*** 小薙刀 (lit. naginata pequeña), en relación a si eran mayores o menores respectivamente, y que, en ocasiones, también se asociaba a si el esgrimidor era varón o mujer.

En relación a la sección de la empuñadura, mientras que otras armas de asta eran cilíndricas, la de la ***naginata*** era oval dado que permitía a su esgrimidor tener la referencia de la hoja en las maniobras y mejoraba el agarre. Normalmente se hacía de maderas nobles, como el roble, dado que requería una resistencia elevada, sobre todo en el engarce, como hemos señalado, aunque también existieron tubos metálicos. Posteriormente era lacada y ocasionalmente adornada. En el extremo opuesto a la hoja, se encontraba una pieza metálica, que también incorporaba la lanza, conocida como ***ishizuki*** 石突, que ya indicamos en el artículo de ***Sôjutsu*** (nº 52).

Por último, el hecho de que la punta se tratara de una hoja, con nombres análogos a los de las espadas, hacen que también se empleara una vaina, ***saya*** 鞘 para protegerla durante el transporte, y se tuviera que desenvainar

“Mientras que otras armas de asta eran cilíndricas, la de la naginata era oval dado que permitía a su esgrimidor tener la referencia de la hoja en las maniobras y mejoraba el agarre”

previo a la entrada en combate, lo que denota su carácter militar.

Por otro lado, el desarrollo de la ***naginata*** va acompañado de otra arma semejante, aunque menos habitual, conocida como ***nagamaki*** 長巻 (lit. enrollamiento largo), que consistía en el prolongamiento de la empuñadura ***tsuka*** 柄 de una ***tachi*** manteniendo la construcción de la empuñadura.

Se pueden deducir una serie de razones que determinan el porqué del auge y desuso de la ***naginata***:

- Es un arma efectiva en enfrentamientos dada su versatilidad como arma cortante y penetrante y de larga longitud. Sin embargo, su manejo requiere de espacio vertical y horizontal para cargar y descargar, lo que la limita en pelotones, algo que era muy común durante el ***Sengoku Jidai***, dado que se obstaculizaban unos a otros.

- Para su manejo se requiere precisión y transmitir adecuadamente los movimientos ejecutados por el esgrimidor, es decir, se requiere de una empuñadura sólida y estable. La tendencia en las batallas fue aumentar la longitud de las armas de asta para ganar alcance. Esto obligaba a aumentar la longitud de la empuñadura de la naginata de forma que también se debía aumentar su sección y, por tanto, su peso de forma exponencial, hasta el punto de ser inasumible.

- Además, este aumento de la longitud le hace perder su gran virtud que es su versatilidad.

“El desarrollo de la naginata va acompañado de otra arma semejante, aunque menos habitual, conocida como nagamaki”

- Finalmente, eran armas que requerían unos recursos mayores, dada la complejidad técnica de su hoja y, por tanto, comparativamente más caras que las lanzas que se convirtieron en el estándar.

De esta serie de razones podemos deducir que la ***naginata*** era un arma conveniente para enfrentarse contra otras armas, especialmente contra espadas, pero también idónea en y contra caballería. En caballería porque su longitud permitía al esgrimidor alcanzar mejor a infantes. Contra caballería, más habitual, porque era apropiada para atacar al jinete o atacar a la montura para descabalgar al jinete.

Con toda esta gama de posibilidades, sus técnicas desarrollaron multitud de estratagemas que permitía confundir al oponente en los rangos de uso, direccio-

“La naginata era un arma conveniente para enfrentarse contra otras armas, especialmente contra espadas, pero también idónea en y contra caballería”

nes, alturas, etc., convirtiéndola en el arma estratégica de referencia entre las armas japonesas.

Por ejemplo, en la tradición de ***ogawa ryû***, la serie conocida como ***bajôgaeshi*** 馬上返し (lit. contrar al jinete) desarrolla técnicas y tácticas usando la ***naginata*** contra un jinete que usa una espada, y adaptadas a un combate en infantería. Por su parte, la serie conocida como ***kazearashi*** 風嵐 (lit. tempestad) explota las virtudes de la ***naginata*** en giros y cambios de dirección con movimientos difícilmente previsibles por el oponente.

Con la perdida de la utilidad de la ***naginata*** dentro del campo de batalla, su uso se restringió a la defensa de los castillos, y por eso se asoció a las mujeres ***samurai***, las ***onna bugeisha***, que ya tratamos en el artículo sobre ellas en la edición del nº 54, y en el que desgranamos que la razón era precisamente la ventaja comparativa que ofrece para mantener a distancia de seguridad con respecto a los asaltantes. De aquí viene la tradición durante el periodo ***Edô*** de que la ***naginata*** formaba parte de la dote de las mujeres, con un significado de que ellas guardarán la casa familiar en ausencia de sus maridos.

Finalmente, no podemos dejar de comentar de que la ***naginata*** ha sido un arma típicamente asociada a los monjes guerreros, ***sôhei*** 僧兵 (lit. soldado budista). Lo cierto es que esta relación ha sido promovida siglos después y parece que ha sido más una forma de distinguir a los ***sôhei*** con respecto a otros guerreros en las obras artísticas, pero quizá no sea tan preciso en lo histórico.

Como en otras ocasiones, en el siguiente enlace se puede visualizar un vídeo con una demostración técnica de secuencias libres de esta disciplina con el fin de completar el repertorio gráfico expuesto en este artículo ■

https://www.youtube.com/watch?v=szoQyZpKAXk

EUROPEAN BUGEI SOCIETY

SHIDÔSHI LUIS
+(34) 679 934 669
luis@bugei.eu

LA VÍA SAMURAI 武芸

Disciplinas militares clásicas

BUGEI

FORMACIÓN PRIVADA POR MÓDULOS

ELIGE AHORA LO QUE **DESEAS APRENDER**

- Kyûjutsu
- Kenjutsu
- Jûjutsu
- Hojôjutsu
- Aikijujutsu
- Sôjutsu
- Tantôjutsu
- Kusarijutsu
- Koppôjutsu
- Battojutsu
- Naginatajutsu
- Kenpô
- Jôjutsu
- Tanbôjutsu
- Juttejutsu
- Tessenjutsu
- Atemijutsu
- Kobujutsu
- Iaijutsu

SUSCRÍBETE

EuropeanBugeiSociety

www.bugei.eu

2022

CONTINUAMOS

SÁBADOS
17:00h.- 20:00h.

29 ENERO
4° Sesión

26 FEBRERO
5° Sesión

26 MARZO
6° Sesión

21 MAYO
7° Sesión

CURSO 按摩 ANUAL DE ANMA

LA MASOTERAPIA JAPONESA

ONLINE Y PRESENCIAL EN VALENCIA

+(34) 679 934 669 **IJUTSU.BUGEI.EU**

AESNIT

Asociación Española de Nihon Tai-Jitsu/Jujutsu/Kobudo

www.aesnit.es

Nihon Tai-Jitsu
Nihon Jujutsu
Nihon Kobudo
AikiDo
Tanbo Jutsu
Defensa Policial NITAIPOL
Karate-Do
Nihon Tai-jitsu Adaptado
Defensa Personal Femenina

Dojos afiliados a AESNIT:

CATALUNYA

Banyoles (Girona). T. 647.695.874
Barcelona. T. 656.456.308
Barcelona. info@kaizendojobcn.com
Cunit (Tarragona). T. 653.911.357
El Masnou (Barcelona). T. 658.273.786
El Vendrell (Tarragona). T. 620.298.831
Igualada (Barcelona). T. 606.563.715
La Pineda (Tarragona). T. 606.039.920
Sitges (Barcelona). T. 615.181.834
Tarragona. T. 653.920.684
Vilafranca del Penedès (Barcelona).T. 686.128.518
Premià de Mar (Barcelona) T. 937.516.313
Torredembarra (Tarragona). T. 645.845.894

ASTURIAS

Oviedo. T. 667.450.560

BALEARES

Palma de Mallorca.T. 639.380.049
Sóller. T. 675.510.970

MADRID

Móstoles. T. 655.857.766
Navalcarnero. T. 655.857.766

GALICIA

Vigo (Pontevedra). T. 620.126.733
O Porriño (Pontevedra). T. 620.126.733
Narón (A Coruña). T. 675.845.500
El Ferrol (A Coruña). T. 675.845.500

ANDALUCÍA

Espera (Cádiz), Bornos, Medina, Conil, Puerto Real y Jerez de la Frontera T. 686.088.230
El Puerto de Santa María (Cádiz). T. 651.380.650
Jerez de la Frontera (Cádiz). T. 666.404.043
Jerez de la Frontera (Cádiz). T. 627.178.172
Málaga. T. 635.619.796

Para información general

perecalpe@gmail.com
T. 686.128.518

Entrevista a Javier Moreno Tubío

Dedicación plena al Nihon Tai Jitsu

Primera Parte

Con el maestro Roland Hernaez, toda una vida de Nihon Tai Jitsu junto a él.

Por **MIGUEL A. IBÁÑEZ ESPINOSA**
6º Dan Nihon Tai Jitsu
5º Dan Aikijujutsu Kobukai

Dentro del hilo de entrevistas a maestros del *Nihon Tai Jitsu* que hemos abierto en **EL BUDOKA 2.0**, no podía faltar uno de los más representativos a nivel federativo y organizativo de dicha disciplina. Siendo 3º *Dan* de *Karate*, 1º *Dan* de *Judo*, 1º *Dan* de *Tanbo Jitsu* y 8º *Dan* de *Nihon Tai Jitsu/Nihon Ju-Jitsu*, además de alumno directo del maestro Roland Hernaez, hoy en día ejerce como Secretario General del departamento de *Nihon Tai Jitsu* de la *Real Federación Española de Karate y D.A.* desde la unificación de los departamentos, y anteriormente como Director en el mismo departamento de la *Real Federación Española de Judo y D.A.* Cuenta en su haber además con muchos años de secretario y representante de nuestro país en la *Federación Mundial de Nihon Tai Jitsu* (FMNITAI), actualmente se encuentra desempeñando el cargo de Presidente en funciones de la FMNITAI hasta las próximas elecciones y es Director del Departamento de *Nihon Tai Jitsu* de la *Federación Madrileña de Karate y D.A.*

¿Maestro cuándo y con quién comenzó a practicar Artes Marciales?

Empecé en Torrejón de Ardoz con el *Karate* en 1981 de la mano de Alberto Manchón Mazariegos, alumno de Jesús Calvo; posteriormente ya en Madrid con Antonio Martínez Catalán y José Luis Díaz, alumnos de Faustino Soria. En 1984

empecé el *Tai*-Jitsu con Agustín Martín y posteriormente con Pedro Roiz; también estuve una breve etapa con Carlos Vidal en las últimas clases que dio y por último con Roland Hernaez en todos los cursos en España y fuera de ella a los que le he podido seguir durante casi cuarenta años. En 1995 comencé con el *Judo* con Rafael Hernando y en 1995 también con el *Tanbo Jitsu* con Pau-Ramon Planellas. ¡No me daba la vida para entrenar, todos los días y fines de semana!

¿En qué momento conoce usted el *Tai Jitsu* y de la mano de quién?

Pues es una historia curiosa. Un tío mío era impresor, y la imprenta donde él trabajaba, Héroes, empezó a publicar en forma de fascículos semanales *La Enciclopedia de las Artes Marciales*, que fundamentalmente trataba del *Karate*, del *Judo* y del *Taekwondo*, pero que también tenía una sección dedicada a otras Artes Marciales más minoritarias. Él me traía todas las semanas el fascículo que se publicaba y yo lo leía con ansiedad, como todo lo relacionado con las artes marciales que caía en mis manos. En uno de ellos aparecía el *Tai-Jitsu*, describía lo que era y publicaba diversas series técnicas en las que Carlos Vidal, ayudado de Agustín Martín, Pedro Roiz y otros alumnos suyos, realizaban defensas de todo tipo. No tuve dudas y me dije "Esto es lo que yo quiero hacer". En ese momento no sabía que los tres formarían parte de mi vida como profesores y amigos míos. Resumiendo, que conocí el *Tai*-Jitsu gracias a mi tío, que no tenía nada que ver con las Artes Marciales.

Busqué un gimnasio cerca de casa y estuve a punto de empezar a entrenar con Santiago Martín Perdiz en el *Gimnasio Zen*, pero me hice un esguince en un tobillo y lo tuve que aplazar. Durante ese compás de espera vi un anuncio en la *Guía del Ocio* que anunciaba clases

Con los maestros Agustín Martín y Pedro Roiz en el Gimnasio Kronos de Madrid (1987), reseñar el cinturón negro con puntas blancas usado en aquella época para los iniciadores de Tai Jitsu.

"En 1984 empecé el Tai-Jitsu con Agustín Martín y posteriormente con Pedro Roiz; también estuve una breve etapa con Carlos Vidal"

de *Tai-Jitsu*, justo al lado de mi casa en el *Gimnasio Kronos* en Hortaleza, y empecé a entrenar allí con Agustín Martín que comenzaba a dar sus primeras clases.

¿Cuáles fueron sus primeras impresiones con respecto al mismo?

Cuando comienzo a practicar *Tai-Jitsu* aún no era cinturón negro de *Karate*, pero ya notaba que me faltaba algo, el *Karate* no llenaba todos los aspectos y distancias en las que quería trabajar y me faltaba una mayor aplicación a la defensa personal. Cuando empiezo a entrenar el *Tai-Jitsu*, veo que se complementa perfectamente con el *Karate* y que me aporta todo aquello que iba buscando. Era efectivo, tenía lógica en sus acciones defensivas, me permitía desarrollar mi creatividad, no era un arte marcial rígido, podía adaptar las técnicas a mi 1,90 m... en definitiva, estaba encantado con aquello, y después de todos estos años ¡lo sigo estando!

En su currículo puede presumir de haber escrito unos cuantos artículos y reseñas sobre el *Nihon Tai Jitsu* en la prensa deportiva madrileña en los años 90. A parte de usted, pocas personas más dieron voz al *Nihon Tai Jitsu* en la capital, ¿A qué cree que fue debido esto?

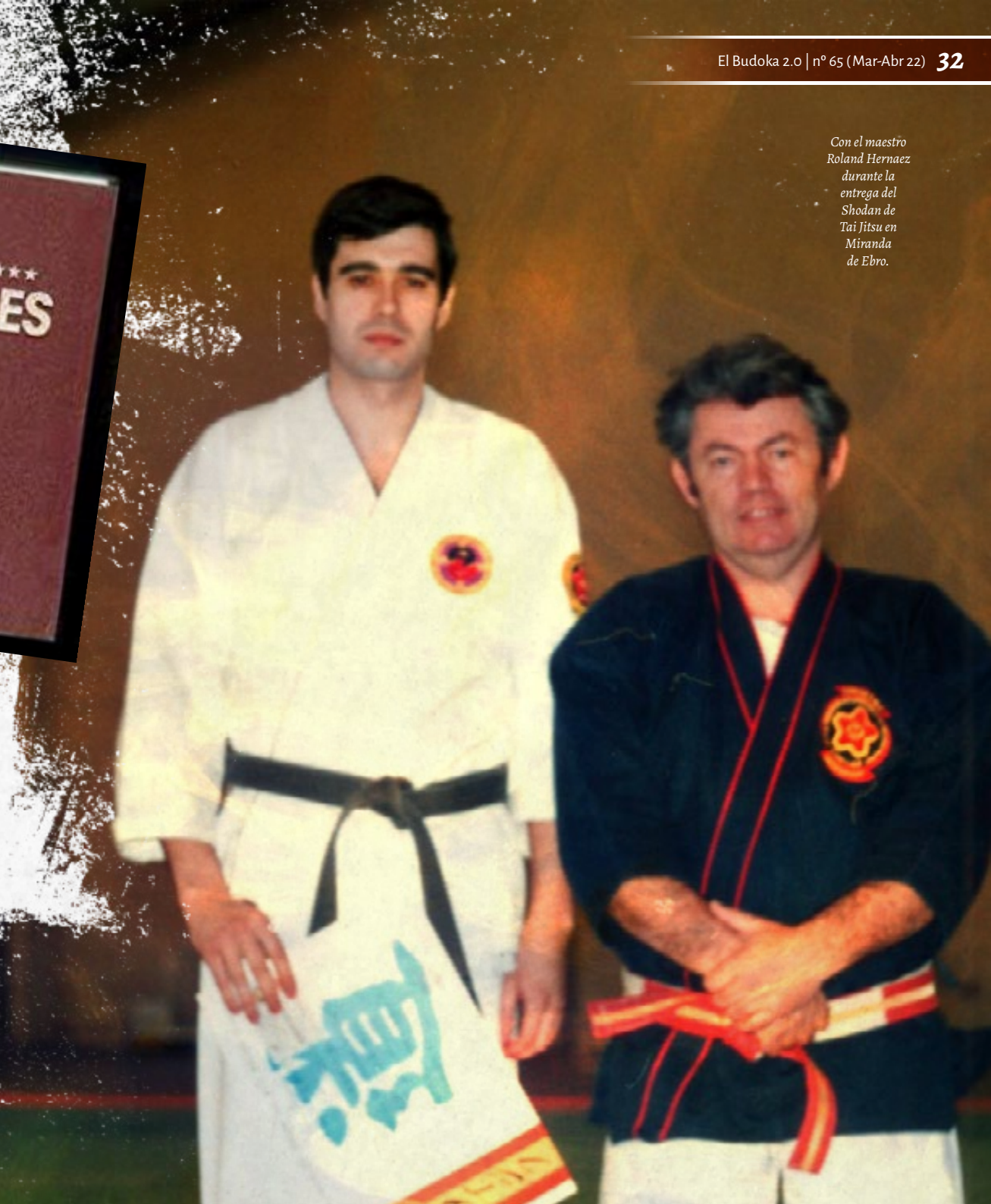
Para escribir, como para todo en esta vida, hay que tener cierta vocación. A mí me gusta, pero no a todo el mundo. Una de las primeras cosas que me propuse al llegar a cinturón negro, era que la información llegase a todo el mundo y no solo la información, si no también la formación. Las Artes Marciales tenían cierto halo de ocultismo. El maestro sabía cosas que nadie más sabía. De hecho, es uno de los niveles de enseñanza de las Artes Marciales tradicionales que se denomina *Okuden*, lo secreto, lo oculto, lo que se transmite sólo a aquellos pocos privilegiados que han alcanzado un determinado nivel, no sólo técnico sino también de implicación en el Arte Marcial.

Por otra parte, después de hacer mi primer curso de titulación, el de *Monitor de Karate*, me di cuenta de que nuestra disciplina adolecía de una formación estructurada. Los profesores lo eran simplemente por el tiempo que llevaban entrenando y por el grado que tenían, pero salvo excepciones, no habían recibido ninguna otra formación. Eso hacía que los conocimientos se transmitiesen de profesor a alumno con todas sus ventajas e inconvenientes, porque los errores también se transmitían en aspectos básicos como por ejem-

"Cuando empiezo a entrenar el Tai-Jitsu, veo que se complementa perfectamente con el Karate y que me aporta todo aquello que iba buscando"

Junto a los maestros Roland Hernaez y Carlos Vidal durante el XX aniversario del Nihon Tai Jitsu en España.

"Las Artes Marciales tenían cierto halo de ocultismo. El maestro sabía cosas que nadie más sabía"



Con el maestro Roland Hernaez durante la entrega del Shodan de Tai Jitsu en Miranda de Ebro.

plo la forma correcta de calentar. De ahí nació mi inquietud en que había que hacer algo al respecto y puse en marcha el *Boletín NITAI* en 1993, al principio en papel y posteriormente en formato digital. Había que llenar *NITAI* con artículos, crónicas, eventos, series técnicas… y me puse a ello. Y lo uno llevó a lo otro, los artículos también se enviaban a revistas de tirada nacional como *Cinturón Negro*, *El Budoka*, *Dojo*… y daban visión de nuestra disciplina al resto de la comunidad marcial. Por tanto, escribiendo se cubrían diferentes objetivos, la información/formación llegaba a todo el mundo y también publicitaba al *Nihon Tai Jitsu*. Evidentemente eso representaba un gran trabajo, no sólo escribir, sino escribir con cierta propiedad y estilo, estudiar, investigar… en definitiva, trabajar más además de las múltiples ocupaciones que ya tenía, y no todo el mundo que tiene la capacidad de hacerlo está dispuesto a eso, ni tiene ese tipo de inquietud.

También encontramos alguna entrevista suya al maestro Hiroo Mochizuki, con el que ambos tuvimos el placer de compartir *tatami* en París. En ella, el maestro deja entrever que por asistir a varios cursillos no puedes ser considerado alumno de un maestro. Con el

"El concepto de maestro no me gusta nada, siempre he estado en contra de la "maestritis", cuando alguien coge algunos dan ya se cree que es un maestro"

Yoko Tobi Mae Geri con Pedro Roiz.

paso de los años ¿Qué opinión tiene al respecto de esa afirmación?, hoy en día que mucha gente quiere presumir de currículo marcial...

El concepto de maestro no me gusta nada, siempre he estado en contra de la "maestritis", cuando alguien coge algunos *dan* ya se cree que es un maestro y en mi opinión solo a algunos pocos se les puede considerar como tal. El maestro Hiroo Mochizuki para mí es uno de ellos, transmite esa sensación nada más acercarte a él. Pero al margen de mi aprecio por el maestro Mochizuki, creo que para ser alumno de un maestro y vamos a considerar como tal a aquella persona con un nivel de conocimiento superior y una personalidad "especial", que genera prestigio solo por el hecho de acceder a él, se tiene que dar una condición de bidireccionalidad, no sólo te tienes que considerar alumno del maestro, sino que el maestro te tiene que considerar también alumno suyo. Con una sola de las direcciones, no vale.

Al igual que en *EL BUDOKA 2.0* encontramos varios artículos del maestro Pau-Ramon Planellas, en la revista *Cinturón Negro* encontramos una serie suya explicando la genealogía y el quién es quién del *Nihon Tai Jitsu*. ¿Se trataba de una estrategia de grupo, detectaron alguna necesidad concreta o fue pura casualidad?

Va un poco en la línea de lo comentado anteriormente. El maestro Pau-Ramon, nuestro mayor exponente del conocimiento histórico de nuestra disciplina en nuestro país y estoy seguro de que a nivel mundial, había hecho un gran trabajo de recopilación histórica, pero en la línea de investigación de los orígenes de nuestra disciplina yo buscaba algo que interiormente sentía que faltaba, el entronque del *Tai Jitsu* con el *Karate*. Yo era (soy) también *karateka* y en *Nihon Tai Jitsu* trabajamos muchas técnicas de igual forma en la que se trabajan en *Karate* y sentía que aquello iba mucho más atrás

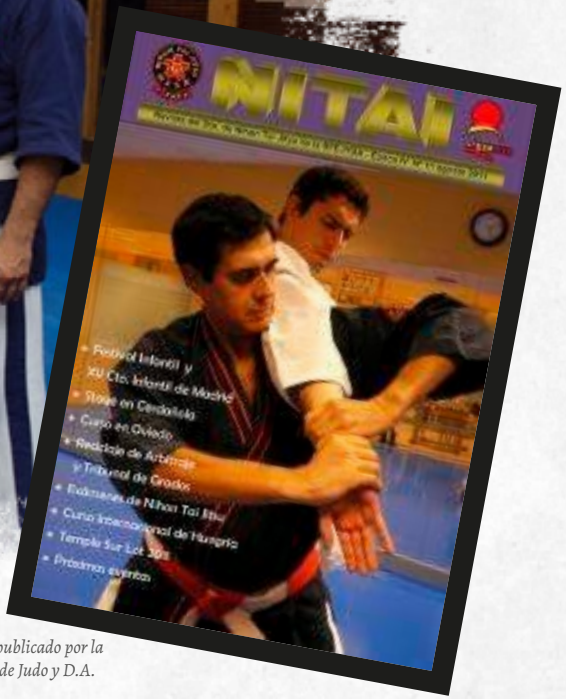
en la historia que las posibles aportaciones del maestro Hernaez como estudiante de *Karate* en sus principios marciales.

Me puse también a investigar, dentro de mis limitados conocimientos, tomando como base el trabajo del maestro Pau-Ramon y de otros autores como Stanley Pranin, intentando complementar, si eso era posible, el gran trabajo que habían realizado. Un día, hojeando libros en la tienda que la revista *Cinturón Negro* tenía en Madrid, vi un libro: *Essential Shorinjiryu Karate Do* del maestro Masayuki Hisakata, y ahí estaba la descripción de cómo Hisakata había conocido al maestro Minoru Mochizuki mientras ambos estaban destinados en Manchuria y habían compartido conocimientos durante dos años. Sentí la necesidad de publicarlo, así como otras informaciones sobre los orígenes históricos de nuestra disciplina y lo hice en la revista *Cinturón Negro*, intentando complementar el gran trabajo del maestro Pau-Ramon, con las referencias bibliográficas correspondientes.

Igualmente realizó un par de vídeos de técnicas de *Nihon Tai Jitsu*, en este aspecto vemos que al contrario que en Francia, donde sí hay diversos DVD y vídeos sobre la disciplina, nuestro país ha sido poco prolífico a pesar de tener varios octavos *dan*, séptimos, etc... ¿A qué cree que se ha debido esto?

Quizás por timidez de la gente, yo fui demasiado atrevido en decir que sí cuando un día me llamaron de la revista para hacer los vídeos, seguramente había gente mucho más cualificada que yo, pero no tenían los contactos para hacerlo. El hecho de ser colaborador de la revista y los trabajos publicados, me habían aportado cierto prestigio y decidieron hacer los vídeos conmigo. La idea fue siempre la de promocionar nuestra disciplina, nunca hubo una idea de promoción personal, siempre he huido de ella. En ese momento no había publicado nada más que el primer vídeo del maestro Hernaez y un CD con la mayor parte del programa. Ya más recientemente

Con los maestros Hernaez y Hiroo Mochizuki en París durante el curso conjunto de Nihon Tai Jitsu y Yoseikan Budo.



Portada del Boletín NITAI publicado por la Real Federación Española de Judo y D.A.

"El maestro Pau-Ramon es nuestro mayor exponente del conocimiento histórico de nuestra disciplina en nuestro país y estoy seguro de que a nivel mundial"

Nakamura Kazuharu

en Francia se ha hecho una serie de DVDs realizados por el maestro Hernaez junto con un equipo de trabajo de alumnos suyos con la idea de que esos DVD sean la referencia oficial futura de las diferentes series técnicas de nuestra disciplina y contienen todo el programa técnico oficial. Y si ya hay una serie de trabajos del maestro Hernaez con el programa oficial, ¿para qué hacer otros con lo mismo? Por eso mis DVD fueron básicamente de trabajos de aplicación práctica del *Nihon Tai Jitsu*. Salvo esos dos primeros DVDs, aquí en España hemos sido mucho más dispersos, no se ha hecho ningún trabajo similar, pero con el auge de las redes sociales hay multitud de publicaciones de trabajos, publicidad de *dojos*, competiciones, cursos, etc., de diferentes profesores. Eso da difusión, pero también tienen el problema de que, si hay un error, también se transmite.

Lo mismo nos ocurre con los libros de *Tai Jitsu* / *Nihon Tai Jitsu*, donde solo encontramos tres obras, dos de las cuales son además de los años 80 ¿Por qué cree que en nuestro país se ha escrito tan poco de la disciplina?

Un poco por lo mismo, hay que ser un vocacional y tener los conocimientos necesarios. Por otra parte, el maestro Roland Hernaez ya escribió también diferentes libros con el programa técnico. Si el maestro ya lo ha plasmado por escrito y por vídeo, ¿para qué hacer lo mismo?

"El maestro Roland Hernaez ya escribió también diferentes libros con el programa técnico. Si el maestro ya lo ha plasmado por escrito y por vídeo, ¿para qué hacer lo mismo?"

Realizando Waki Gatame, una luxación de brazo clásica en el Nihon Tai Jitsu.

Mochizuki is also said to have trained in *karate* with an Okinawan—unnamed in some sources—who was also stationed nearby in Mongolia. The latter person was Hisataka (or in Okinawa, Kudaka) Masayoshi Kori (久高政雄, 1907-1988). Hisataka was stationed in Mongolia as a civilian bureaucrat in the railway system. During this time, he was managing a station in a major city where Mochizuki was the district governor.[73]

Hisataka (Kudaka) Masayoshi.

Foto del libro del maestro Hisataka.

Con los maestro Roland Hernaez y Raymond Le Brenn en 1987.

"A lo largo del tiempo siempre se han mantenido las mismas ideas que se han materializado en las diferentes modalidades de competición, con la excepción de la modalidad de Tai Jitsu Kumite"

Por último, lo visual está desplazando desde hace mucho al papel, ya sabes, dicen que una imagen vale más que mil palabras, aunque realmente no es así si no va acompañada de una descripción detallada, especialmente en el caso de las artes marciales en las que en cada movimiento hay multitud de detalles que suelen pasar desapercibidos en un vídeo y necesitan del aprendizaje y entrenamiento con un profesor.

Hace poco le hacía la misma pregunta al maestro Pau-Ramon, ¿Por qué cree que hay tan poco interés hoy en día por la parte "cultural" de las artes marciales, a diferencia de los años 80-90 donde encontramos gran cantidad de obras al respecto?

Quizás va un poco en sintonía con el desarrollo de la sociedad actual. En los años 80-90 las publicaciones escritas eran la forma habitual de acceder a la información, actualmente es diferente, como te decía ahora la información es fundamentalmente visual, eso también implica cierta comodidad a la hora de acceder a ella, leer requiere más esfuerzo que escuchar y que ver.

Nuestra sociedad se vuelve cada vez más cómoda, los patrones de comportamiento de aquella época no son los mismos que los de ahora, cada vez hay menos interés en "lo antiguo" y el papel comienza a ser algo antiguo. "Mola" lo "moderno", la cultura del videojuego, de las redes sociales... y todo eso no está muy relacionado con los aspectos culturales de las artes marciales, por tanto, carece de interés. Y si algo no interesa, ¿quién le va a dedicar tiempo a eso?

Cambiando un poco de tema, usted ha estado presente en la mayoría de las competiciones celebradas tanto en la RFEJYDA como en la RFEKDA desde la unificación. ¿Ha cambiado mucho la competición del *Nihon Tai Jitsu* a lo largo de estos años?

La verdad es que no. Los sistemas de competición, tanto los que había en *Nihon Tai Jitsu* en la *Federación de Judo* como los que hay actualmente en *Nihon Tai Jitsu* en la *Federación de Karate* son muy parecidos, diferenciándose en pequeños matices. A lo largo del tiempo siempre se han mantenido las mismas ideas que se han materializado en las diferentes modalidades de competición (*Kata*, Expresión técnica, *Randori* y más recientemente *Goshin Shobu*), con la excepción de la modalidad de *Tai Jitsu Kumite* que no se practica en el resto de los países salvo algo parecido en Marruecos denominado *Tai Jitsu Combat*.

¿Fue difícil el cambio de la forma de competición de la RFEJYDA a la RFEKDA?

No, en absoluto, al practicar sistemas prácticamente iguales, unificarlos ha sido muy fácil.

"El Nihon Tai Jitsu es un arte marcial defensivo. Sus sistemas de competición van encaminados a la demostración técnica"

Además de entrevistar al maestro Hernaez en múltiples ocasiones, Javier Moreno ha sido su Uke en no menos ocasiones cuando requería a una persona de "altura".

¿Cómo ve la competición española de Nihon Tai Jitsu hoy en día?

La competición deportiva en *Nihon Tai Jitsu* es algo marginal, siempre lo ha sido, aquí y en el resto de los países salvo para algún grupo. La prueba es que se hace una única competición de carácter nacional al año y en la mayoría de las federaciones territoriales un único campeonato territorial y porque hay que clasificar competidores para el de España y de alguna manera hay que hacerlo.

Todo esto implica varios problemas a la hora de la organización de competiciones. Los árbitros practican muy poco, ya que no hay campeonatos de forma continuada tal y como ocurre en *Karate* por ejemplo. En mi opinión, bastante bien lo hacen para lo poco que practican, pero esa falta de práctica se nota inevitablemente. Por otro lado, a los competidores les ocurre lo mismo, no tienen el hábito de competir porque no es lo que entrenan habitualmente, salvo como he dicho algunas excepciones. Y a nivel organizativo ocurre exactamente igual. Se nota la falta de práctica. Sin embargo, el resultado final es bastante bueno, no sin mucho esfuerzo por parte de todos para conseguir que todo salga bien. Poco a poco el nivel va subiendo cada año. Este año hemos incorporado una plataforma digital para el control de resultados en el **Campeonato de España**, que ha dado una imagen distinta al campeonato, más profesional. Con esfuerzo e ilusión se va mejorando todo.

Personalmente me consta que usted no está a favor del *Tai Jitsu Kumite*, supongo que esto está ligado a la idea que siempre ha defendido el maestro Hernaez en la que un *taijitsuka* no puede ser atacante, pero ¿nos podría dar sus motivos?

Pues los motivos son exactamente los mismos que los que argumenta el maestro. El *Nihon Tai Jitsu* es un arte marcial defensivo. Sus sistemas de competición van encaminados a la demostración técnica, y en una aproximación a lo que sería la defensa personal con un mayor grado de incertidumbre, tenemos el *Goshin Shobu*, en el que se desconocen los ataques que se van a recibir y donde estos se encuentran regulados. Al ser un arte marcial defensivo, la puntuación se da al defensor en este sistema, por lo que encaja con nuestra filosofía, o la filosofía que nos ha inculcado

"La FMNTAI ha sufrido varios cambios a lo largo de su existencia. Nació en 1972 como Federación Francesa de Tai-Jitsu (FFTJ), en 1983 se transformó en Federación Internacional de Tai-Jitsu (FINTJ), en 1995 pasó a denominarse Federación Internacional de Nihon Tai Jitsu (FINTJ) y por último en 2009 cambió a la denominación actual de Federación Mundial de Nihon Tai Jitsu (FMNTJAI)"

Portada del libro El Tai Jitsu. Método superior de defensa personal del maestro Pau-Ramon Planellas (Ed. Alas, 1987).

el maestro Hernaez sobre nuestro Arte Marcial.

En *Tai-Jitsu Kumite* ocurre todo lo contrario, se premia al competidor que ataca. Eso va en contra de lo que yo entiendo por *Nihon Tai Jitsu*. Comprendo que haya compañeros a los que les guste el sistema y que haya también alumnos a los que les guste y demanden ese sistema de competición y lo respeto, pero personalmente no lo comparto y en consecuencia no lo practico con mis alumnos. Cada uno tiene que ser consecuente con sus convicciones y mi idea en ese sentido sobre el *Nihon Tai Jitsu* es muy clara y va en línea con lo que me han enseñado mis maestros y el maestro Hernaez.

En una entrevista suya al maestro Roland Hernaez con motivo del XX aniversario de la disciplina, éste manifestaba que el *Nihon Tai Jitsu* no podía hacerse mayoritario porque no tenía competición[1]. Después de unos cuantos años trabajando el aspecto competitivo en nuestro país, ¿qué podemos decir que queda de cierto en dicha afirmación?

Pues me reitero en lo dicho, una competición al año no es para tirar cohetes. Por tanto, el impacto es muy limitado. Si a esto le unimos que las Artes Marciales no son motivo de mucha atención por parte de los medios informativos, especialmente si se realizan en grandes capitales, salvo el reciente caso de nuestros compañeros de *Karate* y su exitoso paso por los Juegos Olímpicos de Tokio en la modalidad de *Kata*, y ahora en el Mundial de Dubai, que se ha aprovechado del tirón mediático que han generado para el *Karate* los Juegos Olímpicos. Si añadimos además que una competición es la actividad más cara que puede realizar el *Departamento Nacional de Nihon Tai Jitsu* o cualquier otro departamento de Artes Marciales y le sumamos que los ingresos del departamento son muy limitados, tenemos el cóctel con los ingredientes necesarios para que el impacto de nuestras competiciones sea casi nulo.

Durante los últimos años usted ha sido secretario de la *Federación Mundial de Nihon Tai Jitsu*. ¿Para cuándo una competición internacional de Nihon Tai Jitsu?

Pues ni idea. Como te he dicho es un tema marginal, no hay mucho interés en la mayoría de los países. En muchos ni se hace competición siquiera. Desde las primeras competiciones que empezaron como Copa de Francia en 1982 con España como campeona con la pareja formada por Agustín Martín Zazo y Santiago Martín Perdiz, pocos eventos internacionales se han realizado. Los últimos en Budapest en 2006 y en Madrid en 2010. Desde entonces no ha habido más eventos internacionales de este tipo. Por tanto, es difícil pre-

1. Entrevista al maestro Roland Hernaez por Javier Moreno, revista *Cinturón Negro* nº 102.

decir cuándo volverá a haber una nueva competición internacional.

¿Hay mucha diferencia a nivel técnico entre nuestro país y los otros países donde se practica el *Nihon Tai Jitsu*? ¿Y con Francia? Al fin y al cabo, es la madre metodológica de la disciplina…

Pienso que no, en España hay excelentes técnicos, de mucho nivel. Podemos apreciar diferentes formas de trabajo y con un poco de experiencia se puede distinguir el trabajo de un francés del de un húngaro o un español, pero todos hacemos *Nihon Tai Jitsu*.

No creo que tengamos nada que envidiar a nadie y, es más, pienso que nuestros técnicos están entre los mejores y a la cabeza del *Nihon Tai Jitsu* mundial. Por circunstancias de la vida, los técnicos de mayor antigüedad y experiencia estamos en nuestro país y las nuevas generaciones ya con 5º y 6º *dan* vienen con un gran bagaje técnico y van a ser dignos sucesores nuestros.

La FMNITAI es para muchos practicantes de *Nihon Tai Jitsu* de la RFEKDA una desconocida, podría explicarles qué aporta la FMNITAI al *Nihon Tai Jitsu* español.

Junto al maestro Hernaez y otros miembros del Comité de la Federación Mundial de Nihon Tai Jitsu en el Campeonato de Internacional de Budapest.

La FMNITAI ha sufrido varios cambios a lo largo de su existencia. Nació en 1972 como *Federación Francesa de Tai-Jitsu* (FFTJ), en 1983 se transformó en *Federación Internacional de Tai-Jitsu* (FINTJ), en 1995 pasó a denominarse *Federación Internacional de Nihon Tai Jitsu* (FINTJ) y por último en 2009 cambió a la denominación actual de ***Federación Mundial de Nihon Tai Jitsu*** (FMNITAI).

A nivel organizativo interno también ha sufrido transformaciones. Hasta el año 2008 el Consejo de Administración estaba constituido solo por franceses, durante el 2008 se incluyó en el Consejo de Administración a un "no francés", yo mismo, y a partir del 2009 se celebraron elecciones pasando el maestro Roland Hernaez de ser Presidente a ser Director Técnico Internacional, cargo que sigue ostentando en la actualidad y la presidencia la han ocupado miembros de diferentes países que han ganado las elecciones que se celebran desde entonces cada cuatro años.

La federación ha ido por tanto evolucionando hacia una estructura democrática más acorde a nuestros tiempos. No obstante, a mi modo de ver no ha evolucionado lo suficiente hacia una estructura que le permita perdurar en el tiempo, ya que tiene una estructura basada en organizaciones y no en países, tal y como la tienen las federaciones internacionales de los diferentes deportes (*Karate*, *Judo*, *Taekwondo*…) que sí que perduran en el tiempo independientemente de quién las dirija.

A pesar de todo, la FMNITAI aporta varias cosas. Una de ellas es que en la FMNITAI se encuentra un grupo importante de técnicos de alto nivel, algunos de nuestros compañeros entre ellos, que dirigen y preservan los aspectos técnicos de nuestra disciplina. Y otra que aporta un marco organizativo internacional al que pienso que debemos pertenecer ya que no creo que estar aislados del resto del mundo sea una buena opción ■

HOUYI YANG SHENG GONG

QI GONG DE HOUYI, EL ARQUERO CELESTE

Guía completa de ejercicios

Houyi Yang Sheng Gong se sitúa en la tradición de otras prácticas de *Qi Gong*, en los que postura, respiración y movimiento consciente, se erigen como piedras angulares del ejercicio.

Por **José Luis Serr**
ISBN 978-84-203-0657-5
P.V.P. 18€ / 116 pàginas

EDITORIAL ALAS
C/ Villarroel, 124 (bajos)
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com

5%

SOLO
ARTESMARCIALES.COM

CON CUPÓN: ELBUDOKA

El Tao del Wing Chun

Por **EMILIO PÉREZ PERALS**
Delegado en Almería por la
Asociación Wong Shun Leung Spain
https://kungfualmeria.es

Para definir el taoísmo y toda la profundidad de su significado deberíamos dedicar grandes dosis de pleno estudio. El Taoísmo es más que una simple vertiente filosófica o religiosa creada por su fundador, el pensador Lao Tse (老).

Se estima que su origen nace hace más de 2500 años, y su mensaje nos logra transportar a las raíces ancestrales de la sabiduría china a los más puros valores orientales, plagados de misticismos, pero a la vez de plena sencillez.

Esa mezcla de contraste es habitual de la cultura oriental. Pero en la occidental, en mucha ocasiones, nos cuesta llegar a comprender.

"El Taoísmo es más que una simple vertiente filosófica o religiosa creada por su fundador, el pensador Lao Tse"

Emilio Pérez Perals y Sifu Santi Pascual (Asociación de Wing Chun Wong-Shun-Leung de España).

La gran mayoría de estudiantes y simpatizantes de nuestro estilo conocen la supuesta leyenda del origen del *Wing Chun* 詠春, que se remonta hasta hace más de cuatrocientos años en la dinastía Qing, tras la huida de la monja Budista, Ng Mui, debido al ataque y destrucción del gobierno del **templo de Shàolín** 少林 en la provincia del sur de China, **Fújiàn** 福. Aunque esta leyenda es controvertida y existen diferentes estudios históricos que se desmarcan de esta versión, es importante recalcar el momento histórico en el que se narran, ya que muestra la importancia e influencia de las religiones e influencias filosóficas chinas dentro del sistema desde sus orígenes, y aunque esta creencia no está totalmente confirmada, sí que demuestra lo vital que resulta este lazo de unión con los más importantes valores del *Wing Chun*.

Dicha teoría no solo llegó a nuestro conocimiento a través de la historia, sino que fueron las grandes maestros contemporáneos del sistema como el **GM Yip Man** 葉問, los que se encargaron de popularizar esta versión, para no perder en cierto modo y bajo mi punto de vista, esos profundos pilares que simbolizan las religiones budistas, confucionista o pensamientos como el taoísmo dentro del *Wing Chun*.

Es por eso que me gustaría centrar la atención en esta última, ya que tras compartir profundas charlas con mi *Sifu* Santi Pascual, y como amante y seguidor del *Tao*, empecé a reconocer familiarmente numerosos nexos de unión de forma sutil, pero incipiente, en muchos de los más importantes apartados del sistema, aunque fue a través del estudio realizado por mi *Sifu* en las raíces y origines de la "primera" forma del sistema: ***Siu Nim Tao*** 小念頭, donde pude encontrar muchos de esos pequeños "caminos" que recorre el *Wing Chun* del modo más primitivo y puro dentro de la espiritualidad marcial.

Como he comentado anteriormente, la practicidad o la mentalidad occidental nos aleja en cierto modo del estudio del *Wing Chun* de la forma global de la misma, y es que, no solo en las técnicas, aplicaciones o ejercicios de su aprendizaje logramos alcanzar una conciencia total del sistema, también es en su filosofía donde podemos encontrar grandes respuestas a muchas de nuestras preguntas.

Antes de comenzar con la forma *Siu Nim Tao*, me gustaría reseñar algunas de estas situaciones, las cuales podemos encontrarnos de forma habitual y que nos lograrán familiarizarnos antes con esto.

"El Wing Chun se basa en gran medida en la simplicidad de sus movimientos, no es un arte marcial rígido sino que educa al practicante a desarrollar toda la fuerza a través sensibilidad para desarrollar acciones y reacciones"

Uno de los apartados más importantes dentro del Taoísmo es *la* ***doctrina del Cero***, ésta se basa en la creencia de llegar a un estado de quietud o pureza, un punto entre lo negativo y lo positivo, un punto neutro equilibrado que nos permite tomar una decisión clara en un momento deseado.

Este tipo de pensamiento lo podemos encontrar muy claramente cuando empezamos a estudiar el *Gor Sao* o *Chisao libre*, ya que para poder desarrollar correctamente todas las aplicaciones y poder fluir de una forma precisa necesitamos poder encontrarnos dentro de *la doctrina del Cero*.

¿Cuántas veces debido al estrés emocional o simplemente por querer aplicar ciertas técnicas sin hacerlo de una forma fluida o relajada nos hemos encontrado desarrollando un *Chisao* rígido y tosco?

Estoy seguro que todos nosotros nos hemos enfrentando a este tipo inquietudes, especialmente en las etapas tempranas de nuestro aprendizaje.

Sin embargo, cuando conseguimos trabajar dentro de un estado relajado, dejando fluir nuestros conocimientos y habilidades, podemos sentir ese estado al que hace referencia la *doctrina del Cero*, un punto en el que somos capaces de avanzar de forma consciente pero flexible, ser espontáneos sin forzar, fluir sin acontecer la situación, siguiendo nuestra intuición.

Esto podría ser semejante a conducir un coche, que para poder retroceder o para avanzar, subir las marchas y aumentar la velocidad o intensidad, necesitaremos ponerlo en cero (o punto muerto).

De igual manera ocurre en la práctica de *Chisao*. Muchas veces necesitamos que nuestra mente comience desde ese estado para poder actuar de forma equilibrada en todo momento y "abrir gas" cuando sea necesario. Su práctica no siempre se realiza siempre desde la quinta marcha, sino que debemos tener la energía, audacia y perspicacia para sentir en qué momento debemos aplicar un cambio de marcha. Esta doctrina podría ser un ejemplo de la influencia del *Tao* dentro de *Wing Chun*.

Otro de los ejercicios que me recuerdan poderosamente a las enseñanzas dentro del *Tao* en el *Chisao*, es *Push and Pull* o "Tirar y recoger" en donde utilizamos la energía del oponente para empujar suavemente y trasladar toda la energía hacia noso-

"Uno de los apartados más importantes dentro del Taoísmo es la doctrina del Cero"

tros y viceversa, este principio podría ser comparado con el concepto del *Yin* y *Yang*.

En referencia a este tema, Bruce Lee en su libro *The Tao of Gung Fu: A Study in the Way of The Chinese Martial Art*, aclara cierta conexión entre ambos principios:

Siempre que planeamos acciones estamos utilizando la fuerza y no vamos a ser capaces de reaccionar ante un golpe del oponente, entonces estamos impidiendo con ello comprender la verdadera aplicación del Yin/Yang.

Rodando los brazos en armonía, los practicantes cultivan la energía que fluye. Deben mantener un constante flujo y llenar cada posible brecha en cada balanceo y giro. Cuando el entrenamiento continua, esta energía se convierte en agua, encontrando el estrecho de la grieta a través de la cual puede pasar su flujo.

Otro de estos ejemplos lo podemos encontrar en el mismo núcleo del sistema, uno de los mayores atributos del *Wing Chun* es reconocido por su "sencillez", o en el trabajo relajado para generar energía, al igual que el *Tao* recalca esa virtud como fuente principal, no obstante, algo simple no significa algo fácil, al contrario, en una de las frases más celebres de Lao-Tse podemos encontrar la respuesta:

Todas las cosas difíciles tienen su origen en algo que es sencillo, y todas las grandes cosas lo tienen en algo pequeño.

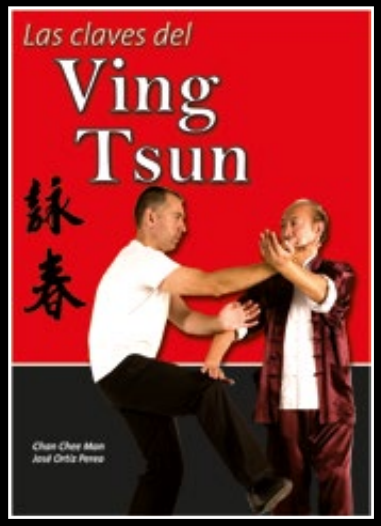
El *Wing Chun* se basa en gran medida en la simplicidad de sus movimientos, no es un arte marcial rígido sino que educa al practicante a desarrollar toda la fuerza a través sensibilidad para desarrollar acciones y reacciones.

La primera forma que aprendemos cuando iniciamos el sistema, es *Siu Nim Tao* (o "Pequeña Idea"). Ésta nos muestra todos los movimientos básicos para poder familiarizarnos con el *Wing Chun* y de esta manera comenzar a desarrollar nuevos atributos. No obstante, al principio, cuando comenzamos a aprenderla puede llegar a parecer simple, pero es después de años practicándola y completando nuevas etapas del aprendizaje cuando logramos entender todo el significado e importancia del ***Siu Nim Tao***, y es curioso, ya que el *Tao* siempre trata de enseñarnos que en la base, en esa descripción de "Pequeño" es donde podemos encontrar las enseñanzas en las cuales las cosas grandes de la vida empiezan en algo pequeño.

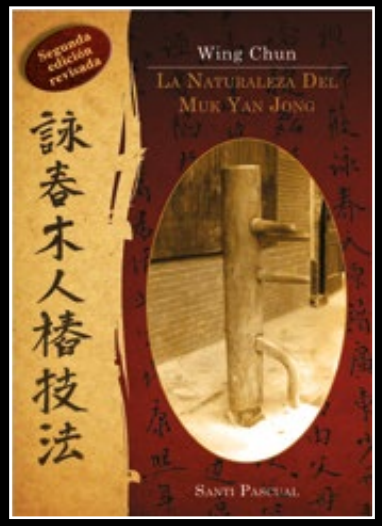
Espero que en este artículo hayáis podido encontrar información y nexos de unión entre el *Tao* y el *Wing Chun*. En ningún momento mi intención es adoctrinar, sino mostrar lo que humildemente he conseguido percibir de las enseñanzas de ambas disciplinas y cómo el entendimiento en las raíces de nuestros sistemas y el contexto cultural o histórico en su creación pueden aportarnos grandes beneficios en nuestro aprendizaje ■

Editorial
ALAS

EDITORIAL ALAS
C/ Villarroel, 124 (bajos)
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com

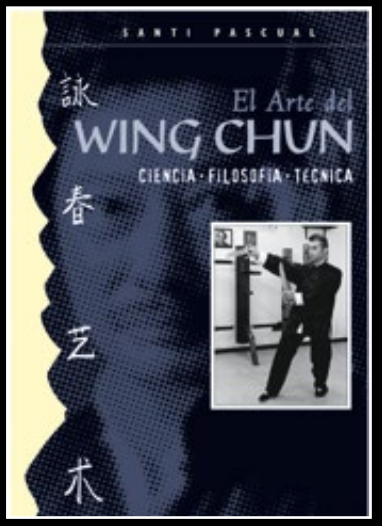


LAS CLAVES DEL VING TSUN
158 páginas | pvp 26€



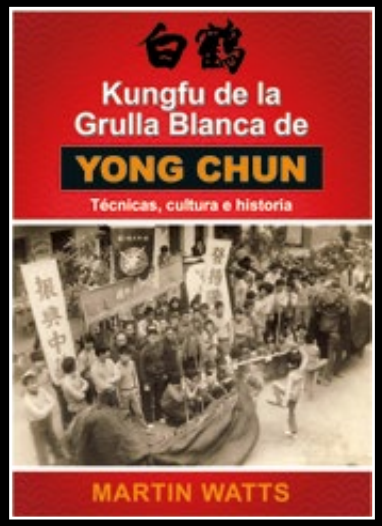
LA NATURALEZA DEL MUK YAN JONG
162 páginas | pvp 30€

REFLEXIONES SOBRE WING CHUN KUEN
124 páginas | pvp 18€

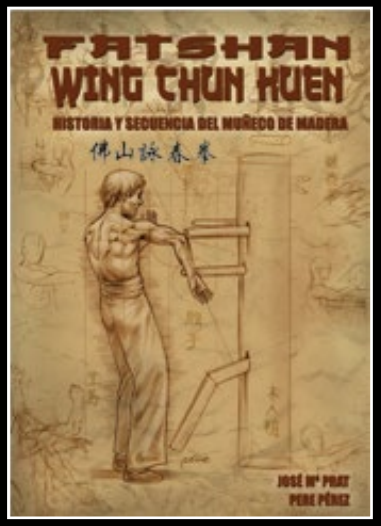


EL ARTE DEL WING CHUN
216 páginas | pvp 14€

CHIY TOU WING CHUN KUEN
El completo sistema Wing Chun
148 páginas | pvp 16€



KUNGFU DE LA GRULLA BLANCA DE YONGCHUN
Técnicas, cultura e historia
166 páginas | pvp 22€



FATSHAN WING CHUN KUEN
Historia y secuencia del muñeco de madera
188 páginas | pvp 22€

MAESTROS DE KUNGFU
Nueve miradas al arte marcial de china
154 páginas | pvp 18€

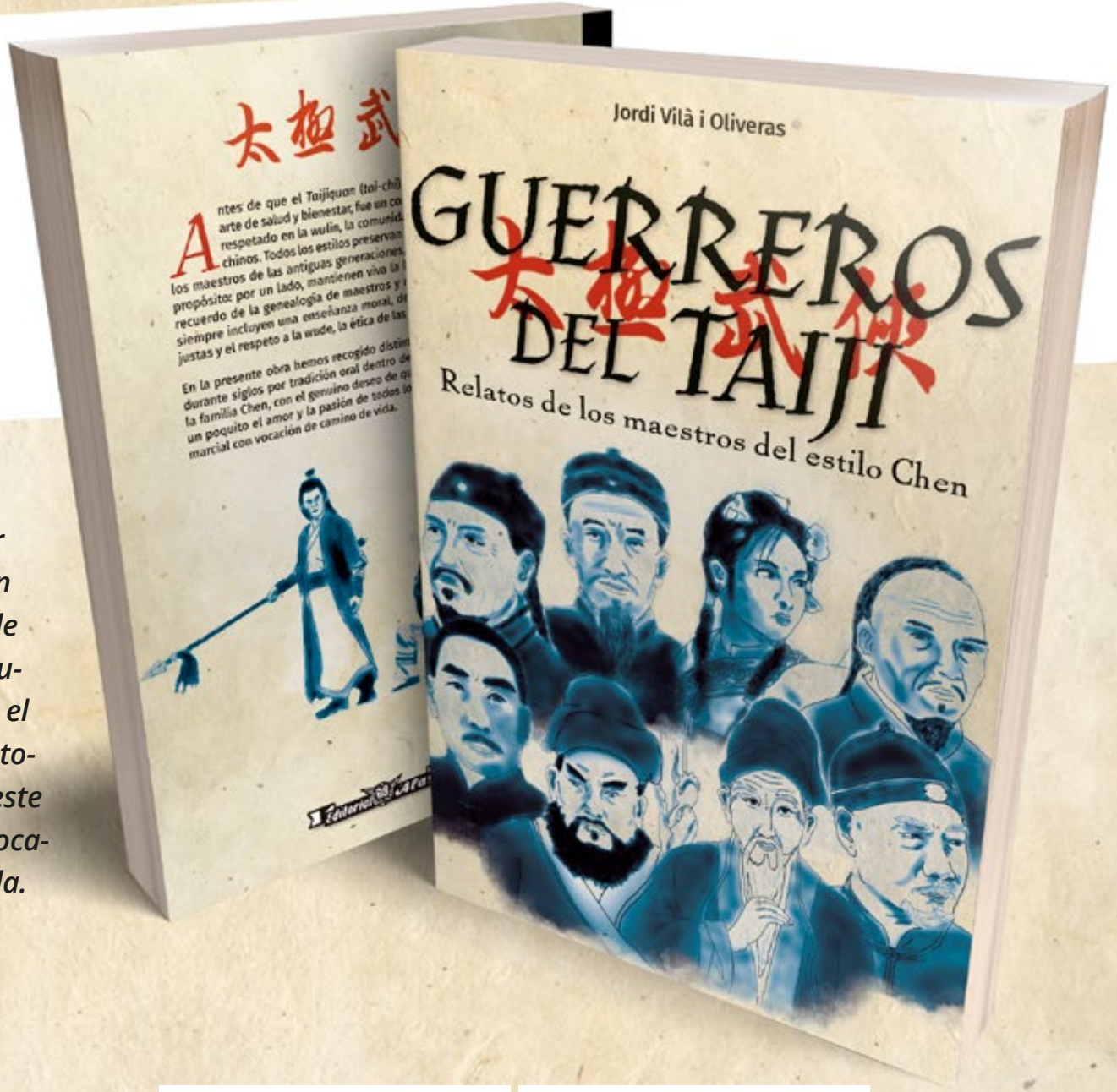
Jordi Vilà i Oliveras

GUERREROS DEL TAIJI

太極武俠

Relatos de los maestros del estilo Chen

En la presente obra hemos recogido distintos relatos transmitidos durante siglos por tradición oral dentro del estilo de Taijiquan de la familia Chen, con el genuino deseo de que sirvan para aumentar un poquito el amor y la pasión de todos los lectores por este arte marcial con vocación de camino de vida.



Por **Sebastián González**
ISBN 978-84-203-0659-9
P.V.P. 18€ / 154 pàginas

EDITORIAL ALAS
C/ Villarroel, 124 (bajos)
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com

SHORINJI KEMPO SEÏGIDO RYU

LA PRÁCTICA DEL RANDORI

Por **DANIEL CALVO SÁNCHEZ**
Licenciado en Pedagogía
4º *Dan Shorinji Kempo Seïgido Ryu*
Gran Canaria – Islas Canarias - España

Fotos: **DENIS BOULANGER** (ISKSR)
Agradecimiento a Salomón I Choung Thoe 4º Dan y Sebastián Pelé 1º Dan por participar en las imágenes

Entrevista a *sensei* *FRANÇOIS-XAVIER ALBERTINI*, *7º Dan*, máximo exponente del *Shorinji Kempo Seïgido Ryu*

¿Cuál es la importancia del *randori* en *Shorinji Kempo Seïgido Ryu*?

Primero debemos definir qué significa el término ***randori***. *Randori* podría traducirse como lucha de entrenamiento o lucha libre. Es el concepto de práctica para aprender las formas libres, por lo tanto la lucha. Pero no debe confundirse con *shiaï* que es combate competitivo con reglas establecidas para tal fin.

Una práctica marcial solo vale la pena si conduce a una aplicación no convencional. El *randori* es por lo tanto de vital importancia en *Shorinji Kempo Seïgido Ryu*.

"El randori es de vital importancia en Shorinji kempo Seïgido Ryu"

¿Cuáles son las principales ventajas del *randori*?

Este entrenamiento desarrolla la adaptación, fomenta la estrategia, nos lleva a nuestros miedos para dominarlos.

Para avanzar bien en *randori*, proponemos practicarlo buscando poner en marcha cinco puntos importantes que definimos a continuación:

ATEMI NO GO YO SO (literalmente los cinco puntos para un *atemi* efectivo) también podríamos decir, los cinco parámetros esenciales del *atemi*:

1. ***KYUSHO NO ICHI***: Dar en el punto débil, en un blanco en movimiento.
2. ***MA-AÏ***: La distancia apropiada debe encontrarse tanto en ataque o en defensa.
3. ***KAKUDO***: El ángulo de ataque para golpear un *kyusho* es fundamental, de lo contrario será ineficaz.
4. ***SOKUDO***: El ritmo, la cadencia. No debe confundirse con solo velocidad o rapidez.
5. ***KYO to JITSU***: Oportunidad, estrategia, entender el comportamiento psicofísico de tu oponente, encontrar sus fortalezas *JITSU* y debilidades *KYO*.

Cuando todos estos elementos confluyen, el ataque o el contraataque crecen en efectividad.

¿Se puede practicar a cualquier edad?

Sí, se practica a cualquier edad, incluso es una necesidad y una obligación. Por supuesto, habrá que adaptarlo en consecuencia. La práctica regular de *randori* te permite ser siempre instantáneo pero también trabajar en la libre aplicación de tu aprendizaje técnico durante el entrenamiento.

¿Cuáles son las protecciones utilizadas para la práctica?

En este sentido existen varias etapas en nuestra escuela. Existe un método de progresión, con el uso de protecciones según el trabajo y sobre todo el nivel de los *kenshis*. Utilizamos guantes, protectores bucales, cascos, coquillas, espinilleras y petos. Estos se utilizan de acuerdo con el nivel de los practicantes y los objetivos buscados.

¿Se utilizan técnicas de agarre y proyecciones?

Siendo muy diversa la práctica de *randori* en *Shorinji Kempo Seïgido Ryu*, las técnicas de proyección están presentes cuando entramos en las formas denominadas ***grappling***. La primera idea es: *haz todo lo posible para no caer al suelo en una pelea*, por supuesto que nada está garantizado y debemos estar preparados para ello.

Como expliqué anteriormente, tratamos de usar técnicas no deportivas, por lo tanto, no autorizadas en una pelea deportiva. Por ejemplo están

"La práctica regular de randori permite ser siempre instantáneo pero también trabajar en la libre aplicación del aprendizaje técnico durante el entrenamiento"

prohibidos los golpes en la espalda o detrás de la cabeza, en el combate real sería un poco más efectivo. Por eso orientamos la práctica tratando de no ir al suelo, aunque también trabajamos los agarres en diferentes situaciones que pueden llegar hasta el suelo. Pero quiero señalar que esta búsqueda del combate sobre el terreno no carece de sentido, y además es muy interesante. Además, uno puede practicar lo que quiera, la efectividad nunca estará garantizada al cien por cien.

¿Hay competición de *randori* dentro de *Shorinji Kempo Seïgido Ryu*?

No hay competición de *randori* en nuestra escuela. Ser campeón no es algo significativo y no nos representa. Y no quiero decir que es malo ser campeón, pero nuestra escuela no se enfoca en este campo. El término utilizado para la competición en combate es *shiaï* que lo diferencia de *randori*. Sin embargo, durante el entrenamiento *randori*, estudiamos y tratamos de aplicar todas las llamadas técnicas prohibidas en el combate competitivo. Por ejemplo: patadas a los genitales, cabezazos teniendo control sobre ellos para no lastimar a su compañero de entrenamiento. Para nosotros la práctica de *randori* se presenta como un espacio libre de expresión que se abre, mientras cuidamos de quienes nos ayudan a progresar.

¿Se practica contra varios atacantes?

Tenemos una práctica donde se puede practicar *randori* contra 2, 3, 4 y 5 oponentes.

¿Qué objetivos tiene?

Por ejemplo, vamos a destacar diferentes enfoques pedagógicos y didácticos. Esto es para desarrollar la estabilidad, la observación y la reacción. El interés de este trabajo también es practicar sin pausas, pero en ningún momento debes imaginar o creer que podrás hacer un combate real contra varios adversarios sin que sea peligroso.

KAKARI GEÏKO: este trabajo da prioridad al ataque sucesivo y sin tiempo muerto de los atacantes. En esta forma de trabajo se debe reaccionar de manera espontánea y organizada.

Entonces nos damos cuenta de que la técnica está realmente socavada y es la adaptación la que se propone.

SHUTEKI: Este trabajo da prioridad a la calidad de las defensas. Los atacantes dejan que el defensor aplique correctamente las defensas y el contraataque. Este trabajo es menos espontáneo.

Muchas gracias *sensei* Albertini por el tiempo dedicado a la entrevista y las aclaraciones sobre el sistema de combate en la escuela ■

Valleseco Dojo

¡Descubre Shorinji Kempo Seïgido Ryu!

Entrenamientos presenciales y online
Defensa Personal
Vida Saludable
Desarrollo Espiritual

Solicita más información:
+34615329866 - kempolaspalmas@gmail.com
Instagram: artesmarciales.valleseco
Facebook: valleseco dojo
Web: www.laspalmas.isksr.org
Gran Canaria - Islas Canarias - España

https://laspalmas.isksr.org

SAMJAE

LA ARMONÍA CIELO-TIERRA-SER HUMANO

Sam Taeguk

Por **ANDREU MARTÍNEZ** // VII *Dan* de *Taekwon-Do ITF* // IV *Dan* de *Haidong Gumdo* // Director de la Escuela *Juche Kwan* // *https://juchekwan.org*

No sé si les ocurrirá a ustedes, pero el número 3 siempre me ha provocado una gran fascinación. Ahora bien, me consta que no estoy solo: ejemplos sobrados de simbolismo son, por citar unos pocos, la Santísima Trinidad, la dialéctica hegeliana (tesis-antítesis-síntesis) y el tema del presente artículo.

Vamos a hablar de lo que se ha denominado la trinidad del sudeste asiático, *Samjae* (삼재) en coreano, que nos recuerda la interconexión que subyace a los tres elementos que la conforman: *Chon* (천, Cielo), *Ji* (지, Tierra) e *In* (인, Ser humano).

Se trata de una cosmovisión que entiende a la humanidad como un agente activo y mediador entre el Cielo y la Tierra. Esta idea se originó en la antigua China, donde se enfatizó "la unidad del Cielo y la Humanidad", mientras que en Corea derivó hacia una estructura dinámica, que nos permite comprender la relación entre el mundo natural del que dependemos (la Tierra), la realidad última a la que tendemos (el Cielo) y los seres humanos, que conducimos nuestra vida entre ellos.

De esta manera, además de la representación de la interdependencia de los polos opuestos (y, concretamente, del Cielo y la Tierra) que podemos ver en la figura *Taeguk* (태극, presente en la bandera de Corea del Sur o *Taegukki*, 태극기), encontramos en Corea el *Sam Taeguk* (삼태극), que simbo-

Dan Jeon Haeng Gong

"La trinidad del sudeste asiático, Samjae, nos recuerda la interconexión que subyace a los tres elementos que la conforman: Chon (Cielo), Ji (Tierra) e In (Ser humano)"

liza el Cielo (rojo), la Tierra (azul) y el Ser humano (amarillo).

Hasta tal punto están presentes estos tres elementos en la cultura coreana, que todas las vocales de su alfabeto (*Hangul*, 한글) se forman a partir de su combinación.

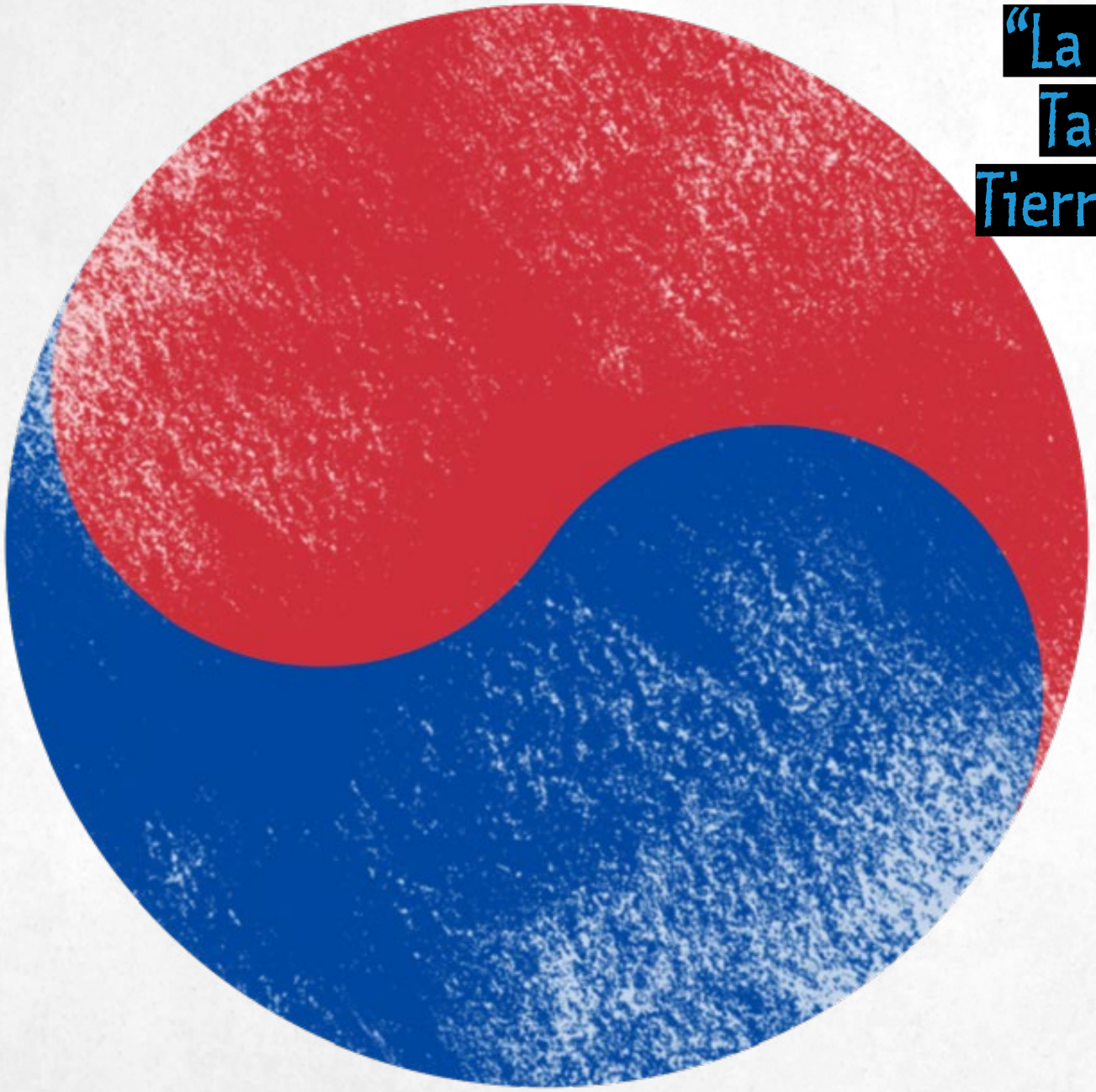
A continuación, queremos mostrar cómo podemos encontrarlos también en las artes marciales que practicamos en la escuela Juche Kwan.

TAEKWON-DO ITF

La primera de las formas del *Taekwon-Do*, *Chon-Ji* (Cielo y Tierra, 천지), es una clara referencia a estos tres elementos. En palabras del General **Choi Hong Hi**: "En oriente se interpreta como la creación del mundo o el comienzo de la historia humana, por tanto, es la forma inicial que ejecuta un principiante" (Gen. Choi, *Encyclopedia of Taekwon-Do*, Vol. 1, pág. 156).

Una referencia todavía más explícita aparece en la forma *Se-Jong* (세종), rey al que se le atribuye la creación del alfabeto coreano en 1443. El *Tul* (틀) es el penúltimo de 24 y consta, precisamente, de 24 movimientos todos ellos diferentes, puesto que representan las 24 letras originales. Su diagrama simboliza el ideograma "Rey", siendo la figura del monarca, según el confucianismo, aquél que gobierna entre el Cielo y la Tierra.

Chon-Ji-In



Taeguk

"La primera de las formas del Taekwon-Do, Chon-Ji (Cielo y Tierra), es una clara referencia a estos tres elementos"

En consonancia con todo lo dicho anteriormente, queremos subrayar que la interconexión de Cielo, Tierra y Ser humano nos recuerda nuestro papel como artistas marciales. Un papel que va más allá de nosotros mismos y que se resume en los dos últimos puntos del Juramento del Estudiante:

- Seré un campeón de la libertad y la justicia.
- Construiré un mundo más pacífico.

HAIDONG GUMDO

Las clases de *Haidong Gumdo* suelen empezar con ejercicios de circulación de la energía (*Dan Jeon Haeng Gong*, 단전행공). Estos siguen los siguientes pasos: 천 (Cielo), 지 (Tierra), 인 (Ser humano), 틀 (patrón, mezcla), 무극 (infinito, sin límite).

El mensaje es claro: el Cielo, la Tierra y el Ser humano en armonía son infinitos o, dicho de otra manera, capaces de todo.

Las implicaciones de la interrelación Cielo-Tierra-Ser humano llegan al ámbito de la ecología y refuerzan la idea de que no debemos tener una visión egoísta de la vida. Tenemos una responsabilidad como especie y el potencial para crear realidades maravillosas. La misma idea de *Juche* (주체) nos invita a ser dueños de nuestro propio destino. Debemos ser conscientes de la responsabilidad que esto conlleva ■

JUCHE KWAN

Escuela de **Taekwon-Do ITF** y **Haidong Gumdo** en Barcelona

Desarrolla con nosotros el
cuerpo y la mente.
Aprende Taekwon-Do y el
arte de la espada coreana

Más información:
Maestro Andreu Martínez
master@juchekwan.org
687537955
Maestro Jesús Moreno
647423322
juchekwan.org

David Ito Sensei

Entrevista al instructor jefe del Aikido Center of Los Angeles

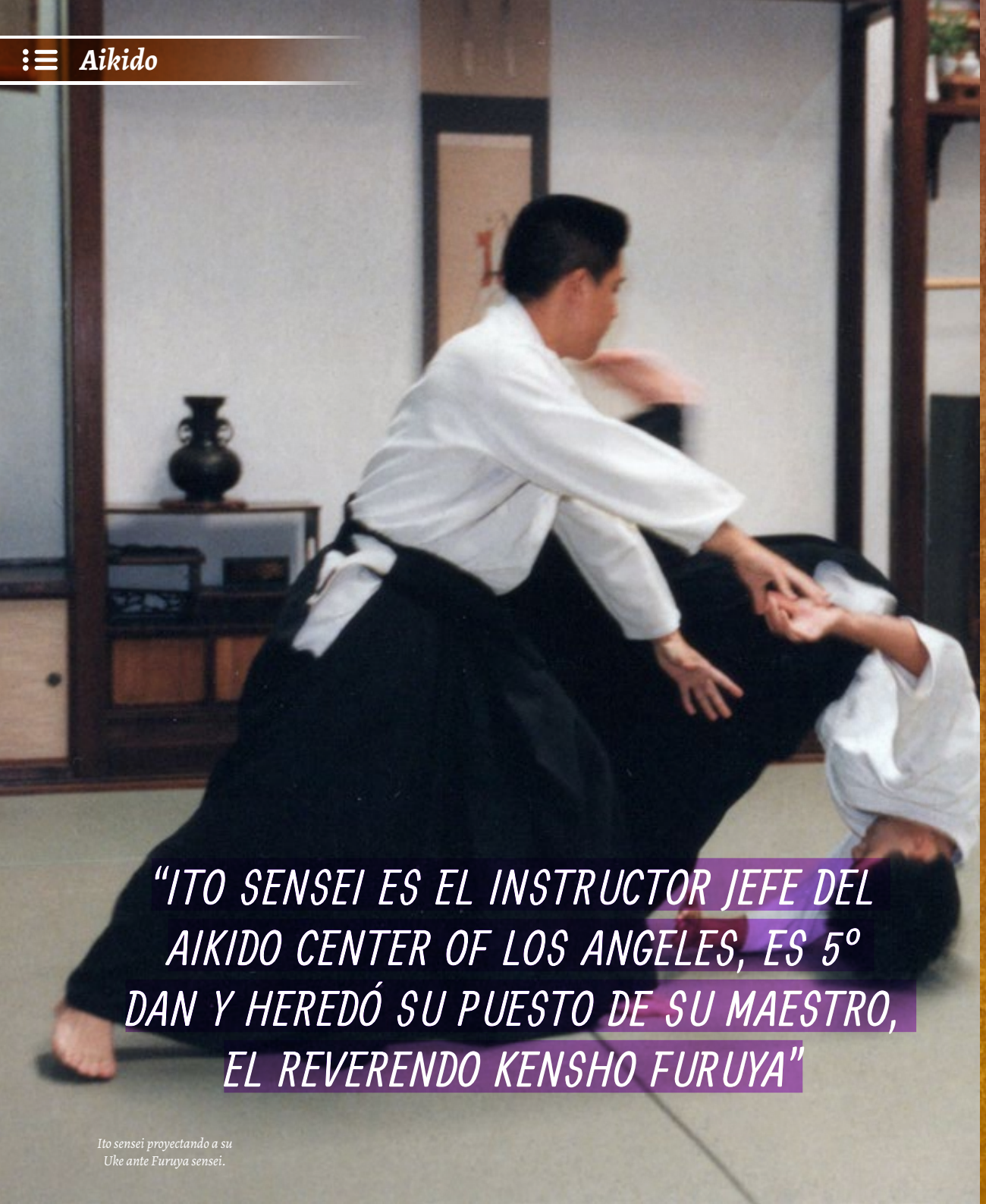
Traducción: **SANTIAGO G. ALMARAZ**
Director CD Kodokai
www.kodokai.es

David Ito ha sido el jefe-instructor del *Centro de Aikido de Los Ángeles* desde la muerte de *Sensei* **Furuya** en 2006. Un camino que no ha sido nada fácil, a pesar de que había sido su alumno durante muchos años. Estando ahora a cargo del Dojo que fundó, es una nueva etapa en algo que lleva mucho trabajo y sobre todo mucha responsabilidad.

Ito *sensei* es el Instructor Jefe del *Aikido Center of Los Angeles*, es 5º *Dan* y heredó su puesto de su maestro, el reverendo **Kensho Furuya**, quien falleció en 2007.

Furuya *sensei* fue sacerdote *Zen* y obtuvo un 3º *Dan* en *Kendo*, un 6º *Dan* en *Aikido* y un 6º *Dan Kiyoshi* en *Muso Shinden Ryu Iaido*. Fundó el *Aikido Center of Los Angeles* en 1974 y se graduó con un título conjunto entre la Universidad del Sur de California y la Universidad de Harvard. Ito *sensei* comenzó a entrenar con Furuya *sensei* cuando tenía 19 años y estudió directamente con él durante 17 años.

Furuya sensei e Ito sensei.



"ITO SENSEI ES EL INSTRUCTOR JEFE DEL AIKIDO CENTER OF LOS ANGELES, ES 5º DAN Y HEREDÓ SU PUESTO DE SU MAESTRO, EL REVERENDO KENSHO FURUYA"

Ito sensei proyectando a su Uke ante Furuya sensei.

Antes que nada ¿puede contarnos un poco sobre sus inicios en las Artes Marciales y cómo llegó al *Aikido*? ¿Cómo fue su encuentro con *sensei* Furuya?

Empecé a estudiar *Aikido* en 1990. Mi primer encuentro con Furuya *sensei* fue por teléfono. Había estado haciendo *Kendo* y estaba buscando un *dojo* de *Aikido*. Un amigo de mi madre de la universidad era mi profesor de *Kendo* y él me sugirió que contactara a Furuya *sensei*. Sin embargo, nos advirtió que era un maestro muy estricto y tradicional. Mi madre llamó y dejó un mensaje, y me sorprendió cuando él me devolvió la llamada personalmente.

Por teléfono realmente no hablamos directamente sobre *Aikido* o artes marciales. Furuya *sensei* habló sobre cómo los estadounidenses de origen japonés necesitaban volver a conectarse con su cultura y cómo estudiar un arte marcial era la mejor manera de hacerlo.

Durante nuestra conversación telefónica, Furuya *sensei* hizo que la cultura japonesa pareciera realmente atractiva. Pero no tomé una clase de Furuya *sensei* directamente hasta aproximadamente 2 semanas. La primera vez que tomé una clase de Furuya *sensei* me hizo *nikyo* tan fuerte que pensé que me había roto la muñeca.

Recuerdo que su movimiento era tan suave y su manipulación articular tan sutil... pero sin embargo, una vez que aplicó el bloqueo de la articulación, me sentí completamente inmovilizado pero no de manera dolorosa. El bloqueo de la articulación se sentía como si mi muñeca estuviera atrapada en un tornillo de banco. El dolor también era interesante. Inicialmente, no hubo necesariamente dolor, sino un *shock* que me hizo caer de rodillas y terminó con dolor.

¿Cómo fue ser estudiante de Furuya *sensei*?

Si tuviera que describir a Furuya *sensei*, tendría que decir que "hablaba en serio". Todo lo que hacia se centraba en entrenar y tomarse en serio el entrenamiento. No le importaban las personas que no eran serias.

Muchas de las reglas que estaban vigentes en el *dojo* no se decían ni estaban escritas. Furuya *sensei* tenía esta forma de hablar sobre algo que hacía que algo se convirtiera en una regla que acabamos de hacer y de la que nadie habló antes.

Por ejemplo, Furuya *sensei* nos habló una vez sobre la organización y cómo el uniforme siempre debe estar doblado correctamente. Después de ese *sermón*, siempre sentí que me iba a estar esperando en la puerta para inspeccionar mi bolsa y ver si mi uniforme estaba bien doblado. Desde entonces, siempre doblo mi uniforme correctamente antes de ponerlo en mi bolsa y lo sigo haciendo así 30 años después.

"DURANTE NUESTRA CONVERSACIÓN TELEFÓNICA, FURUYA SENSEI HIZO QUE LA CULTURA JAPONESA PARECIERA REALMENTE ATRACTIVA"

Tras el fallecimiento de *sensei*, ¿cómo fue el proceso de ser el instructor-jefe del *dojo* de *sensei* Furuya?

El proceso de heredar el *dojo* de Furuya *sensei* ha sido muy difícil. Lo que dificultó la transición fue que Furuya *sensei* falleció justo cuando nos cambiábamos de lugar. Ello provocó sentimientos encontrados, heridos, ya que debíamos aceptar la muerte de Furuya *sensei* y procesar su dolor mientras lidiábamos con otros muchos cambios. Para ilustrar este punto, Furuya *sensei* solía decir que se necesitan 15 años para que un *dojo* se establezca. Este año es el decimoquinto año desde que falleció y este es el primer año que siento que soy el maestro.

¿Por qué se convirtió en el Instructor Jefe?

Hay dos razones. Sentí que ser estudiante de Furuya *sensei* realmente me cambió y me ayudó a convertirme en la persona que soy hoy. Entonces, por un lado, quería mantener su *dojo* abierto para mostrar mi gratitud a Furuya *sensei*. En segundo lugar, quería dar a otros la misma oportunidad de crecer a través del entrenamiento de *Aikido* como hice yo.

¿Es algo que alguna vez imaginó durante su carrera como practicante?

Nunca pensé que sería un maestro y mucho menos el Instructor Jefe del *dojo* de Furuya *sensei*. Cuando era joven, nunca se me ocurrió que Furuya *sensei* podría fallecer, por lo que siempre pensé que solo sería un estudiante.

Ahora que ha estado a cargo del *Dojo* durante algunos años, ¿cómo ve el funcionamiento de un *Dojo* tradicional "desde dentro"?

Admito que cuando era estudiante, no entendía a Furuya *sensei*. No pensé que hubiera ninguna razón para las decisiones de Furuya *sensei* y que a veces no estaba siendo razonable. Ahora que soy mayor y soy el Instructor Jefe, entiendo mucho mejor a Furuya *sensei*. Un maestro tiene que ser un visionario. Debe ser capaz de ver cómo las cosas encajarán o no y actuar por el bien de los estudiantes, el arte o el *dojo*. Por ejemplo, a veces Furuya *sensei* era duro con algunos estudiantes y los echaba. Pensé que solo estaba siendo mezquino o emocional. Ahora que soy el maestro, veo que a veces las cosas deben hacerse por el bien mayor y eso podría implicar pedirle a alguien que se vaya.

Recordando la vida y tu día a día con él, ¿dónde cree que le enseñó más? ¿dentro o fuera del *tatami*?

Furuya *sensei* definitivamente me enseñó más fuera del *tatami* que sobre el *tatami*. Cada día era un desafío para mí. Al principio no entendía la cultura japonesa o lo que significaba estar en un *dojo* tradicional, así que Furuya *sensei* y yo chocamos mucho. Lo prin-

Ito sensei impartiendo una de sus clases.

cipal que me enseñó Furuya *sensei* fue que todo se puede lograr con trabajo duro. Furuya *sensei* nunca dijo que teníamos que venir al *dojo* todos los días. Sin embargo, a menudo hablaba de que "El Camino no es fácil". El alto estándar que estableció para los estudiantes nos dio la dirección y algo a lo que aspirar. Lo primero por lo que trabajé duro y logré, fue aprobar mi examen de *shodan*. No sería la persona que soy hoy sin la experiencia que tuve como estudiante con Furuya *sensei*.

¿Cuáles cree que son los pilares del *Dojo*, es decir, aquellas cosas que por mucho tiempo que pase no estaría dispuesto a suprimir o eliminar del *Dojo* ni a nivel espiritual ni técnico?

Los pilares no están necesariamente en el *dojo*. Los pilares existen dentro de mí. Por lo tanto, es más una cosa interna que una cosa física real. Como profesor, dicto la cultura, las técnicas, la etiqueta y cómo se enseñan las cosas. Sea como sea, así será el *dojo*. Si soy serio y diligente, entonces los estudiantes, el *dojo* y la forma en que abordamos el arte serán serios. Las dos cosas por las que Furuya *sensei* abogó son tomar en serio cualquier cosa que hagas y que el *Aikido*, ante todo, es un arte marcial tradicional. Estas dos cosas parecen fáciles cuando pensamos en ellas, pero son muy difíciles de hacer.

En cuanto a la filosofía del *Dojo*, ¿cuál es la evolución del *Aikido* en estos años desde la muerte de *sensei* Furuya?

El *dojo* ha cambiado en muchos sentidos, pero también sigue siendo el mismo en muchos sentidos. Furuya *sensei* solía decir: "Aikido es solo para la élite". Esto solía molestarme porque pensaba que se refería a élite para referirse a aquellos que provienen de la clase alta. Hoy entiendo que "élite" significa la persona que puede trabajar duro y superar la adversidad para lograr algo. Esa persona es especial y eso es lo que la hace élite.

Furuya *sensei* creía que el espacio de entrenamiento era sagrado y, por lo tanto, debería estar libre de distracciones. Entonces, si alguien fuera una distracción de alguna manera, Furuya *sensei* les pediría que se fueran. Sin embargo, soy mucho más complaciente que Furuya *sensei* y creo que la gente de hoy quiere hacer las cosas de la manera correcta pero simplemente no sabe cómo hacerlo. Por lo tanto, dedico más tiempo a asesorar a las personas sobre cómo actuar de la manera correcta para un arte marcial tradicional que Furuya *sensei*.

En las clases diarias, ¿ha habido alguna diferencia en las clases, en la forma de enseñar o en los fundamentos de cuando vivía Furuya *sensei* a cómo las enseñas ahora?

No creo que haya diferencia técnica en la forma en que se imparte la clase. Furuya *sensei* siguió un formato muy simple. Era un firme creyente del *kihon-waza* o "técnicas básicas". Él creía que lo mejor para los estudiantes era hacer las técnicas básicas repetidamente. Todavía creemos en esta

Aikido Center of Los Angeles, Ito sensei impartiendo una de sus clases.

"FURUYA SENSEI DEFINITIVAMENTE ME ENSEÑÓ MÁS FUERA DEL TATAMI QUE SOBRE EL TATAMI"

Ito sensei impartiendo una de sus clases en el Aikido Center of Los Angeles.

"FURUYA SENSEI SOLÍA DECIR: "AIKIDO ES SOLO PARA LA ÉLITE""

filosofía hoy.

En la parte técnica de los instructores que le ayudan a dar las clases, usted tiene maestros que llevan muchos años practicando y ya fueron alumnos de *sensei* Furuya, ¿Cómo ha sido su evolución durante estos años tanto a nivel personal como a la hora de dar las clases?

Al principio fue muy difícil porque la mayoría no me veía como el maestro o como un buen reemplazo para Furuya *sensei* y la mayoría de esos estudiantes se fueron. Los estudiantes que quedan siguen los mismos principios que eran importantes cuando Furuya *sensei* estaba vivo. Furuya *sensei* creía, al igual que yo, que el entrenamiento es lo que ayuda al estudiante, no el arte, el *dojo* o el maestro.

Hablando un poco más de estos últimos años, ¿cómo se ha vivido esta situación de limitaciones y restricciones en las clases durante estos dos años de pandemia?

Esta es una pregunta que mucha gente me ha hecho. Para mí, no hubo mucho "cambio" en la enseñanza durante la pandemia. Mi trabajo como maestro es descubrir formas de enseñar a mis alumnos, independientemente de las circunstancias o la capacidad física. Antes de la pandemia, tenía un estudiante con discapacidad visual. Tuve que encontrar formas de enseñarle *Aikido* porque, obviamente, no se le podía enseñar de la manera tradicional. Tuve que estirar mi mente y habilidades para enseñarle y la pandemia fue de la misma manera. Era mi trabajo encontrar una forma diferente de hacer *Aikido* que no requiriera contacto directo. Veo la pandemia como un regalo que me obligó a tener que pensar fuera de la forma normal de pensar.

Además de *sensei* Furuya, ¿qué otros maestros le inspiran o sigue para su desarrollo como *aikidoka*?

Estoy inspirado por el 3º *Doshu* Moriteru Ueshiba y *Dojo-cho* Mitsuteru Ueshiba. Habiendo heredado el *dojo* de Furuya *sensei*, comprendo lo que se debe hacer para que algo siga funcionando, pero también para que siga prosperando muchas generaciones después de que fallezca alguien como *O'Sensei*. Realmente no me gusta el *Aikido* de fantasía o de demostración. Es divertido pero no se basa en movimientos básicos. El *Aikido* de *Doshu* es fuerte e inspirador porque se basa en lo básico. Me inspira pensar que otros están trabajando duro para mantener sus tradiciones como yo.

En el panorama actual del *Aikido* en el mundo, ¿cómo siente que será el futuro del *Aikido* en los próximos años?

El futuro depende de aquellos que actualmente enseñan *Aikido* e influyen en las próximas generaciones. En nuestro *dojo*, Furuya *sensei* siempre ha enfatizado el *Aikido* como un arte marcial primero que surge del dominio de los conceptos básicos. Y yo intento inculcar esa misma mentalidad de arte marcial a mis alumnos hoy.

Muchas gracias Ito *sensei* por su tiempo y por sus palabras ■

Judo Condal

HOSTAFRANCS 1967

50 1967 2017 ANIVERSARIO

INICI | QUI SOM | HISTÒRIA DEL CLUB | HORARI | CONTACTE | BLOG

www.judo-condal.cat

MÁS DE 50 AÑOS FORMANDO PERSONAS

JUDO - KARATE - AIKIDO - DEFENSA PERSONAL

Consell de Cent, 44 | 08014 Barcelona | T. 933 254 934 | judo.condal@gmail.com

Aula de inspiración:
MANTENIENDO VIVAS LAS ENSEÑANZAS DE HATSUMI SENSEI

LA SOLEDAD DEL RONIN

Por **MASAAKI HATSUMI**

Texto extraído del libro ***Los pergaminos secretos del Togakure Ryu*** (Seigan Ediciones)

Dentro de una misma vida hay quien la disfruta con un espíritu positivo y hay quien la deja pasar sin más. Para aquellos que ahora quisieran vivir como *Hikkyu* se les presentaría una vida austera con no pocas dificultades que superar. Cuando pregunto a los extranjeros si saben lo que significa *ronin*, enseguida me suelen contestar: *Low nin, sí, sí, entiendo, los japoneses son pequeños. ¿A eso se refiere? ¿No? Japonés pequeño. ¿Hombre sin dinero?*[1]

En la antigua Grecia el sueldo y las armas no se las proporcionaban a los soldados, ellos mismos se encargaban de su abastecimiento, debían ser autosuficientes, sin duda semejante situación, impensable hoy, era posible debido a la gran capacidad productiva del país y la mentalidad de sus habitantes. También es cierto que aquellos que no tenían medios para conseguir su propio abastecimiento, no tenían otro camino que convertirse en bandidos, cazadores a sueldo u otros oficios semejantes. Esta triste situación se vería incrementada cuando las guerras se dieron por terminadas y todos esos militares tan bien preparados dejaron de ser útiles. A ello se debe que durante una larga época de paz, aquellos militares sin trabajo y que además renunciaban a convertirse en bandidos o piratas, terminaran sus días vagando sin rumbo fijo dando así lugar a la figura del *ronin*. De este modo, con el devenir de los años aquel *samurái* que en otros tiempos abrazaba la ilusión de llegar ser alguien importante, terminó siendo un soñador desengañado.

1 En Japón, muchas personas pretenden hablar inglés con la pronunciación del japonés, ello da lugar a numerosas confusiones, especialmente cuando el oyente es nativo del inglés y termina diciendo que no entiende nada. El autor hace un juego de palabras donde para un japonés la pronunciación *ro* de *ronin* y *low* del inglés suenan iguales.

"CON EL DEVENIR DE LOS AÑOS AQUEL SAMURÁI QUE EN OTROS TIEMPOS ABRAZABA LA ILUSIÓN DE LLEGAR SER ALGUIEN IMPORTANTE, TERMINÓ SIENDO UN SOÑADOR DESENGAÑADO"

En todo este proceso que venimos comentando, el Gobierno feudal desempeñó un papel importante, pues fue quien se encargó de hacer creer a los grandes *Daymios* y en consecuencia a sus vasallos, (en ocasiones regiones enteras del país) que el apego al dinero y los bienes materiales no era el mejor modo de respeto y consideración hacia el Gobierno. Para ello se instauró la costumbre de celebrar los llamados *Sankinkootai* o desfiles y desplazamientos de los *Daymios* por orden del poder central, debido a todo ello numerosas fortunas fueron dilapidadas y el resto debilitadas fuertemente, evitando así posibles sublevaciones o levantamientos.

Los numerosos militares errantes (no necesariamente *samuráis*) que vagaban ociosos por las ciudades, terminaron vendiendo su acero al mejor postor o haciendo los servicios de guarda-espaldas-matón donde triunfaba la ley del más fuerte.

El Dr. Masaaki Hatsumi y el maestro Pedro Fleitas.

Se dice que *Joji Jinnai* regentaba en secreto un local donde las mujeres ofrecían todo tipo de servicios a los clientes. De este modo, entrando en la madriguera podía *conocer al zorro* y tratar con los más diversos tipos que se movían en las sombras de la ciudad. Era por ello que los miembros de la justicia cuando tenían que resolver algún caso de sangre, acudían a *Jinnai* para que éste les informara de quien podía ser el supuesto asesino.

En no pocas ocasiones sus informaciones llevaron al criminal a la cárcel, pues es bien sabido que la naturaleza humana antes de cometer seme-

jante atrocidad, como es el homicidio, siente la necesidad de protegerse, sentirse seguro y querido, para ello acude a los brazos de una mujer que lo reconforte. De tal modo creció la fama e influencia de *Jinnai* de sus ideas acerca de la prevención de los delitos fueron oídas por la justicia y puestas en práctica en todas los burdeles que se diseminaban por cada rincón de Edo. Un buen ejemplo de estas medidas se puede observar en los alrededores de *Nihonbashi* donde existía la famosa casa *Yoshiwara Yukaku*.

NO OLVIDAR EL AUTÉNTICO VALOR

Aunque el *samurái* se convierta en *ronin*, o el campesino deje su tierra para convertirse en comerciante, el hecho en sí no asegura el éxito o el fracaso. En cualquier campo se necesita superar unas determinadas barreras que es la que nos muestra la valía del individuo. Todo aquel que se amedranta ante las dificultades que se le presentan, puede dar por seguro que sus días están contados. En ese momento, lo básico y más importante es tener salud, después tener capacidad de aguante y finalmente saber estar "aparte" con cierto aprovechamiento. En este último apartado podemos hacer dos grupos.

En el primero de ellos se incluye el individuo que presta sus servicios ciegamente, en el segundo hablamos del personaje que llegado el momento deja de obedecer ciegamente y desde su posición (laboral, social, etc.) hace uso privado sin ser advertido.

Antes de la unificación del país, después del combate, el *samurái* volvía con el botín de guerra considerándolo como una recompensa económica merecida, la costumbre de celebrar anualmente los costosos desplazamientos (*Sankinkootai*) que el Poder Central exigía caprichosamente a los *Daymios* dio lugar a la aparición de unos señores feudales con poder económico efectivamente nulo.

Cuando el individuo vive unicamente para la empresa o para el Estado, con el tiempo su capacidad de calibrar el mundo alrededor disminuye notablemente, tanto es así que llegado el momento la flexibilidad de movimientos es tan limitada que termina por dejar de ser humano. Si una vez se cae en este error, es casi imposible curarse y con el tiempo dejará de poder desarrollar con éxito su trabajo y su propia vida. Personalmente, como maestro de las artes marciales, enseño que hay tres fuerzas o valores fundamentales para nosotros: la fuerza del espíritu, la fuerza física y la "fuerza" que proporciona saber qué hay alrededor de uno mismo. Si una de estos tres conocimientos básicos enflaquece, difícilmente ese individuo podrá ser lla-

"TODO AQUEL QUE SE AMEDRANTA ANTE LAS DIFICULTADES QUE SE LE PRESENTAN, PUEDE DAR POR SEGURO QUE SUS DÍAS ESTÁN CONTADOS"

Dr. Masaaki Hatsumi

"ENSEÑO QUE HAY TRES FUERZAS O VALORES FUNDAMENTALES PARA NOSOTROS: LA FUERZA DEL ESPÍRITU, LA FUERZA FÍSICA Y LA "FUERZA" QUE PROPORCIONA SABER QUÉ HAY ALREDEDOR DE UNO MISMO"

mado artista marcial. Actualmente dentro del entramado que supone la escala de poder dentro del Gobierno, los individuos tienen asegurada su posición, saben que para ascender hay un camino seguro y que cuando se jubilen tendrán un puesto de asesor o consultor en alguna empresa importante, con suculentos beneficios que les asegurarán el resto de sus días. Sin embargo no todos pueden llegar a conseguir esta "maravillosa retirada".

En ese caso terminan saliendo del aparato burócrata y perdiéndose entre el resto de los mortales (casi desaparecidos, como si hubieran salido del país). En ese caso, cuando no le queda más remedio que "salir" que nadie lo intente parar, no merece la pena porque además luego tendrá derecho a la misma jubilación que el resto de los hombres. Aunque sería bueno recordarles que sin grandes pretensiones también se puede vivir felizmente. En definitiva podríamos asegurar que en estos casos el deseo de dinero y de mujeres es como la clave para sentirse joven otra vez.

Para todo ello, desde el reconocimiento de la propia posición, hay que mantener la ilusión, pero con los pies sobre la tierra. Si en cualquier momento nos vemos atacados por esta terrible enfermedad de la "estrechez de miras" que mencionaba más arriba, rápidamente y en silencio tenemos que salir de ese mundo que nos oprime y disfrutar una vida plena.

Personalmente, nunca uso la palabra "vejez" creo sinceramente que carece de sentido cuando la actitud del individuo es jovial y renuncia a olvidar el valor de lo auténtico, como se suele decir "Genio y figura hasta la sepultura" ■

CENTRO MULTIDISCIPLINAR

Pedro Fleitas González

...DESDE 1987

CENTRO BALANCE®

CONSULTA & FORMACIÓN

- OSTEOPATÍA
- ESCÁNER BIOINTEGRAL AVANZADO
- ACUPUNTURA, ELECTROACUPUNTURA, VENTOSAS, MOXIBUSTIÓN
- TERAPIA CRÁNEO SACRAL
- MASAJE ANTI ESTRÉS
- MASAJE DESCONTRACTURANTE
- MASAJE JAPONÉS DIGITOPRESIÓN ANMA
- KINESIOLOGÍA APLICADA
- HIPNOSIS APLICADA
- NATUROPATÍA
- RECOMENDACIONES ALIMENTARIAS, BIODRENAJES
- FITOCOMPLEMENTOS Y NUTRICIÓN ORTOMOLECULAR
- YOGA APLICADO
- VENDAJE NEURO MUSCULAR
- FITOTERAPIA (PLANTAS MEDICINALES)
- AMATSU TATARA Y SEITAI JAPONÉS
- MEDITACIÓN
- MASAJE DEPORTIVO
- CHI KUNG

CENTRO ADSCRITO A LA ASOCIACIÓN DE PROFESIONALES DE LAS TERAPIAS NATURALES COFENAT

Técnicas de Carácter no sanitario

BUJINKAN UNRYUKAI®

- ARTE MARCIAL TRADICIONAL JAPONES
- BUDO TAIJUTSU
- NINPO TAIJUTSU / NINJUTSU
- BURYOHOO
- DEFENSA PERSONAL
- ARTE Y CULTURA ORIENTAL
- CLASES DE ARTES MARCIALES INFANTILES, JUVENIL Y ADULTOS

Solicitud de Cita

663593877
649742259
928699924

Calle Eduardo Dato, 9
35200, Telde, Gran Canaria

www.pedrofleitasbujinkan.com
www.balanceinternacional.com
www.seiganshop.com

/pedrounryu

Consulta los Horarios en nuestras Páginas Web

BIKEN JUTSU

El arte de la espada secreta. Hermetismo visible

ISBN: 978-84-203-0660-5 / P.V.P. 22€ / 190 pàginas

KUKISHINDEN RYÛ HAPPÔ BIKEN

Cielo y Tierra

ISBN: 978-84-203-0658-2 / P.V.P. 20€ / 178 pàginas

ANECDOTARIO HISTÓRICO DEL NINJUTSU

Historical account of ninjutsu

ISBN: 978-84-203-0654-4 / P.V.P. 15€ / 144 pàginas

Por **Pedro Fleitas González**
Bujinkan Shitenno Daishihan

EDITORIAL ALAS
C/ Villarroel, 124 (bajos)
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com

NIKITA BRICIS

UN GRAN CAMPEÓN WKL

Por **RAFA LÓPEZ**
www.wklworld.com

Nikita Bricis viene de arrasar en las categorías Jr donde ha competido con todos y en casi todas las reglas posibles cerrando el año ganando el Título **WKL SPAIN** y representando a su país en los **Europeos WAKO JR**.

Ahora, junto a su padre y mentor, Jury, desde su sede en Salou (Tarragona) inician la etapa sénior donde todos están a la expectativa de esta gran promesa.

Representan a su país de origen, Letonia, y están listos para iniciar la conquista definitiva de la categoría sénior especialmente en **K1**.

¿Desde cuándo practicas *Kickboxing*?

Llevo desde los 6 años entrenando *Kickboxing*, con lo que se puede decir que le di todo mi vida y lo seguiremos dando.

Eres un peleador muy versátil, ¿en qué reglas peleas y qué resultados destacarías?

He peleado en muchas reglas, pero me quedo con **K-1** que es la modalidad más dura de *Kickboxing* y me siento muy bien peleando en esta modalidad.

Ahora que acabas de cumplir la mayoría de edad, ¿Cómo planteas tu etapa sénior?

Sí, ha llegado este momento con lo que ya puedo pelear contra oponentes más mayores y que tienen mucha experiencia detrás... bueno, eso me motiva para mejorar como deportista y mostrarles lo que he estado entrenando toda mi vida.

¿Cuáles han sido tus entrenadores y cuéntanos de ellos?

Mi padre es mi entrenador principal, me empezó a entrenar desde que llevaba pañales y también tengo un entrenador más que está en Letonia que me sigue ayudando mucho. Les agradezco todo lo que hicieron por mí, todo valdrá la pena.

¿Qué objetivo tienes en el 2022?

Continuar por el momento en *amateur*, representar a mi país en campeonatos internacionales e intentar ganarlos, también conquistar títulos en *Neo Pro* con **WKL** y otros organismos.

¿Cuál ha sido tú pelea más importante y por qué?

Creo que la pelea más importante que tendré, todavía está en el futuro.

¿Y la más decepcionante y por qué?

Creo que no tuve nada de eso, debes aprender algo nuevo de cada pelea que haces y mejorar a partir de ahí, a veces no sale de la manera que querías, pero todo es parte del juego y no podemos hacer nada.

¿Qué plan de entrenos, horas, realizas diariamente y cómo lo gestionas?

Cada vez de una manera diferente, pues depende de cuánto queda antes del campeonato , y desde allí ya planificamos nuestro plan de entrenamiento. Intento sobrellevar esto, porque no sólo entreno sino que también estudio, etc.

Muchas gracias por tu tiempo Nikita, estaremos muy atentos a tu evolución!

Muchas gracias a vosotros, El Budoka y WKL, y por supuesto a ***Shock Boxing*** por vuestro apoyo ■

www.spainwkl.com/contacto

ÚNETE A WKL SPAIN

WWW.SPAINWKL.COM

+70 CLUBS AFILIADOS!

+2000 ASOCIADOS!

+OPEN WKL SPAIN 2022!

+EL MEJOR SEGURO DEPORTIVO DEL MERCADO!

+RC PROMOTOR 2MILLONES €!

+EUROPEAN + WORLD CHAMPIONSHIPS 2022!

WORLD WKL SPAIN KICKBOXING LEAGUE

KICK, MUAY, MMA, BJJ, KRAV, KAJUKENBO, RING Y TATAMI

RING SPORTS & TATAMI SPORTS

K-1

ASOCIACIÓN LIGA WKL ESPAÑA KICK BOXING MMA Y D.A - Ministerio Interior Reg Número Nacional 610012

RECONOCIDOS POR TAFISA, SPORT COUNCIL, GAASPF, ISNO

WBL MUAYTHAI

ÚNETE A WBL MUAY THAI

WORLD WBL MUAY THAI BOXING LEAGUE

www.wblworld.com/wblmuaythai

Violant d'Hongria i Reina d´Arago 51 - 08028 Barcelona / 669 06 54 04

www.sparringbcn.net

SHOCK

Designed in U.S.A

SHOCK BOXING

www.shockboxing.com

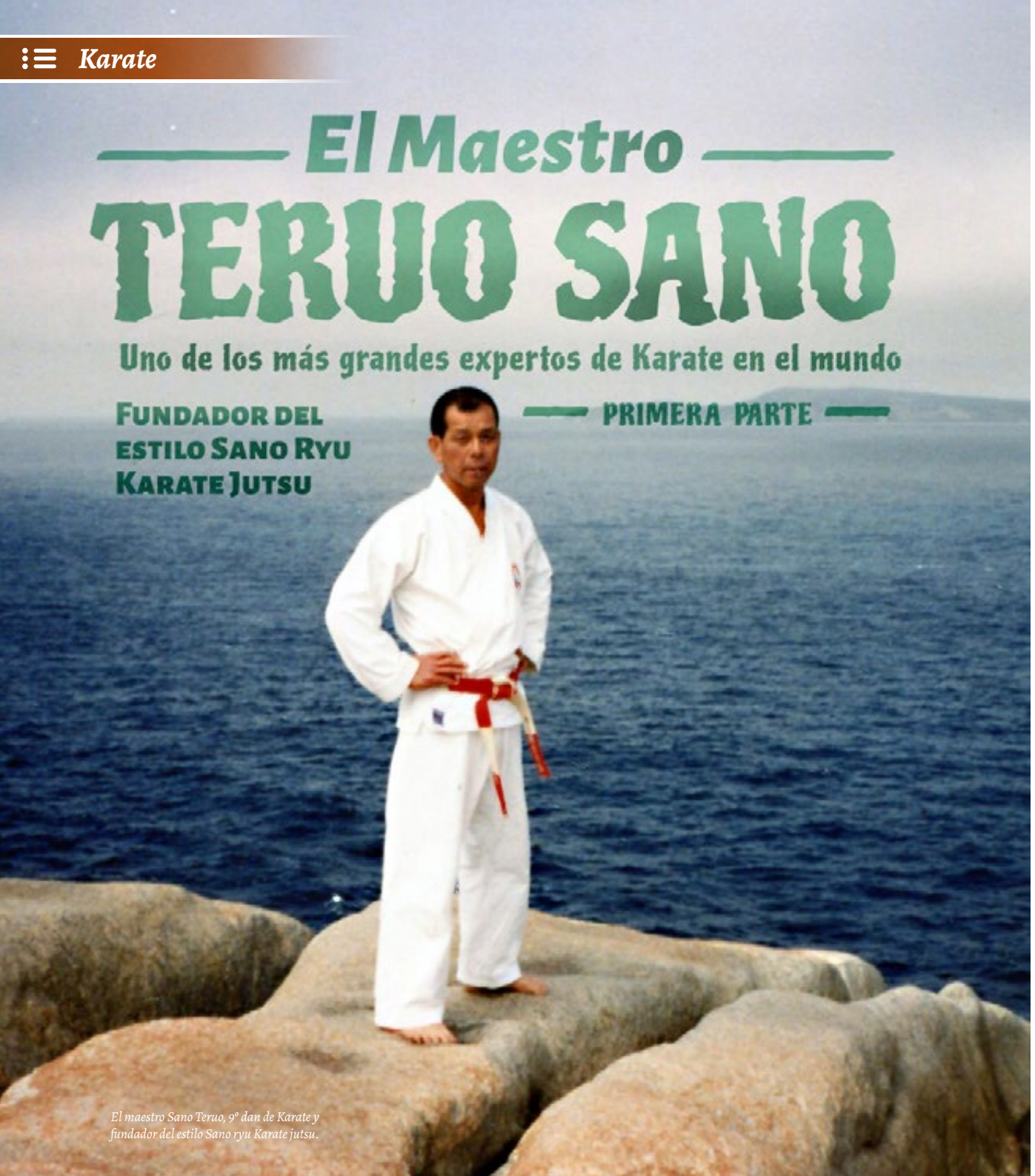
BOXEO-MMA-K1-MT

El Maestro TERUO SANO

Uno de los más grandes expertos de Karate en el mundo

FUNDADOR DEL ESTILO SANO RYU KARATE JUTSU

PRIMERA PARTE



El maestro Sano Teruo, 9º dan de Karate y fundador del estilo Sano ryu Karate jutsu.

Por **MICHEL COQUET**
7º dan Kyoshi de la escuela Kokusai Bujutsu Sano-ryu Karate jutsu
Traducción a cargo de Jordi Vila Vila

Una vez más es para mí un gran honor presentar a los *karatekas* europeos uno de los últimos grandes maestros de *Karate* del Japón antiguo. Comenzaré por darles algunos detalles sobre cómo llegué a conocer a este maestro de *Karate* que, desde entonces, se ha convertido en el fundador de un nuevo estilo: *Sano ryu Karate jutsu*.

Empecé en el estilo *Karate Wado Ryu* con el maestro **Hiroo Mochizuki** en 1964, cuando en esa época todavía enseñaba el *Karate* tradicional y no había establecido una síntesis definitiva de lo que más tarde se convertiría en el *Yoseikan Budo*. Le debo a él haber encendido en mí la pasión por las artes marciales durante mis primeros pasos en el camino del *Budo*. Sin embargo, el tiempo que teníamos para entrenar en una ciudad como París no me permitía avanzar rápidamente, y unas pocas lecciones por semana no fueron suficientes para mí, especialmente porque el maestro Mochizuki también enseñaba *Aikido* e *Iaido*, dos disciplinas que nunca abandoné. Esta falta de tiempo y aspectos profundamente filosóficos, fueron la razón que me llevó a ir al Japón en 1969.

El padre de Hiroo Mochizuki era el famoso *judoka* y *aikidoka*, maestro **Minoru Mochizuki** que en Japón y en Occidente tenía una reputación bien ganada, habiendo sido uno de los mejores estudiantes de **Jigoro Kano** en *Judo* y del maestro **Ueshiba** en *Aikido*; además, era un experto en el arte de la espada de la escuela *Katori* de la línea **Sugino**. Enseñaba en un viejo *dojo* tradicional, el *Yoseikan*, también de gran reputación. El *dojo* se encontraba en la campiña japonesa, un pequeño paraíso a unos 180 kilómetros de Tokio. Allí fue donde conocí al maestro **Sano Teruo**. Una semana después de llegar al *dojo*, cuando ni siquiera había encontrado un trabajo para mi manutención, el maestro Sano me invitó a comenzar a entrenar sin más demora.

"EMPECÉ EN EL ESTILO KARATE WADO RYU CON EL MAESTRO HIROO MOCHIZUKI EN 1964"

El maestro Sano Teruo, 7º dan de Jujutsu y 3er dan de Iai jutsu Katori Shinto ryu.

ORIGEN DEL *KARATE*

Antes de hablar sobre el maestro Sano Teruo quisiera hacer una pequeña retrospectiva de la historia del *Karate* para aquellos que no la conozcan.

El arte de la mano vacía o *Karate* tiene sus orígenes en China, donde fue establecido, según algunas fuentes, por Bodhidharma (Daruma Daishi en japonés), el tercer hijo de un rey *Kshatriya* del sur de la India. Era un gran seguidor del budismo contemplativo (*Mahayana*) y se convirtió en el vigésimo octavo patriarca indio, directamente conectado con las enseñanzas de Buda. En esa época, el budismo estaba en declive y Bodhidharma decidió llevar la esencia de la pura doctrina a China. La fecha de su partida se sitúa tradicionalmente alrededor del año 520 d.C. Transmitió un mensaje esencial: *Una transmisión especial más allá de las escrituras, sin dependencia alguna de las palabras y las letras, dirigiéndose directamente al alma del hombre: contemplar su propia naturaleza y realizar el estado de un Buda."*[1]

Como príncipe de la casta *kshatriya* (casta guerrera), estaba dotado de una gran cultura marcial que incluía equitación, tiro con arco y una ciencia de los golpes aplicados a puntos vitales (*marma*), *Vajramushti*, un arte practicado principalmente en el noreste de India. Bodhidharma también fue instruido en una ciencia de combate llamada *Sha-lai*, que más tarde se conocería como *Kalaripayat*. Esto le habría permitido, cuando estaba en China, preparar a sus monjes para que pudieran defenderse durante sus largas peregrinaciones o durante sus misiones como instructores en países salvajes. Bodhidharma también marchó de la India porque se oponía al sistema de castas. El arte del *Kalaripayat* estuvo y sigue estando basado en las técnicas de combate del cuerpo a cuerpo y con armas. También enseña el conocimiento de los 108 puntos vitales (*marma*) que se encuentran en la mayoría de las disciplinas del *Wushu* chino. A esto se le añadieron las disciplinas de los *yogas* ocultos, lo que hizo que los guerreros indios fueran extremadamente poderosos y temibles.

Defenderse a sí mismo era una necesidad imperativa, porque las incursiones eran frecuentes en toda Asia, los templos eran quemados y los monjes asesinados. Según los seguidores budistas, la no violencia significaba no atacar, pero uno tenía derecho a defenderse evitando, en el mejor de los casos, matar al oponente. Por lo tanto, el monje misionero utilizaba sólo lo que llevaba, su bastón y las diferentes partes de su cuerpo (puños, codos, rodillas, frente, etc.). Las técnicas reducidas al arte de dar golpes precisos para provocar dolor, parálisis y sincopes, sin necesidad de matar, se desarrollaron en algunos monasterios chinos a partir del conocimiento de los centros vitales (los *marmas*, bien conocidos en la medicina ayurvédica) y, progresivamente, tomó forma un método, que se convirtió con el tiempo en el *Kempo* y luego en el *Karate* japonés.

Como los monjes eran principalmente religiosos, asociaban el combate contra los delincuentes a la lucha contra las fuerzas del mal, los demonios, y muchas técnicas marciales surgieron de los gestos mágicos (*mudra*) que se supone tienen ciertos poderes. Veamos algunos

1 Ensayo sobre el Budismo Zen.

ejemplos: el *mudra ongyo-in* que se usa para ocultarse de la mirada del enemigo y del que encontramos algunas aplicaciones en los *katas* de *Karate*. Otro mudra es el *basara-a-kongo* que simboliza el poder espiritual sobre los demonios, podemos ver cómo la mano derecha de esta divinidad sostiene a menudo el *Shoko-cho* (en sánscrito: *vajra*) un cetro, símbolo de la autoridad, que encontramos también en las manos de todos los reyes, hierofantes e incluso deidades (Zeus, por ejemplo). Este cetro o *vajra* (nacido del *vajra-mushti*) servirá como defensa tanto contra los demonios como contra adversarios más humanos. También tenemos el *mudra segan semu-in* que simboliza la ausencia del miedo y cuya presencia encontramos en el *kata Kururonfa* o *Sochin*.

No debemos olvidar que Bodhidharma dominaba algunas técnicas de *yoga* como el *Pranayama*, que es el arte de controlar la energía de vida el *prana*, y que en el Japón tomó el nombre de *ki*. Por eso, es normal encontrar algunos ejercicios de respiración, tanto internos como externos, en la práctica de algunos *katas* de *Karate* como en el *kata Sanchin*. En China, la doctrina del *Tao* aplicada al arte del combate a mano vacía hace un gran uso de la respiración como medio de coordinación en las prácticas del *Tai Chi Chuan*.

India y China desarrollaron métodos de lucha de acuerdo con sus aptitudes raciales y a sus concepciones religiosas específicas. Los movimientos buscaban identificarse a la expresión panteísta y los gestos evocaban el diverso mundo de la naturaleza, como la flexibilidad del felino o del bambú, la fuerza del oso, el equilibrio del ave zancuda, la estabilidad de la montaña, la velocidad de la serpiente, los movimientos fluidos del agua, el viento, etc. Estos movimientos se practicaban siguiendo el ritmo de la inspiración y la expiración de la armonía universal, el de las mareas, la luna y el sol, la expansión y la contracción, el frío y el calor, involucrando el eterno conflicto entre los opuestos, un conflicto resultante de la omnipresencia en el mundo de los dos principios del *yin* y el *yang*. La realización espiritual, así como el dominio del combate resultaron entonces en el equilibrio de las dos fuerzas en movimiento y de la capacidad para identificarse con el centro de cualquier forma, la nuestra, la del adversario o la del Universo. Este centro representa el aspecto trascendente de todo lo que se mueve, nace y muere. Las formas de movimiento incansablemente repetidas durante los ejercicios dieron nacimiento a otras disciplinas, como el *Pa Kua* o el *Kungfu*. Las antiguas crónicas de la dinastía *Han* mencionan un método con el puño conocido como *Shu pu*, que puede haber influido en el futuro *Karate*. Dependiendo de la región, nacieron dos estilos fundamentales: el estilo duro (*Wai chia*), centrado más específicamente en la fuerza muscular y el estilo suave (*Nei chia*), que se caracteriza por sus muchos saltos y sus rápidos movimientos.

"EL MAESTRO MINORU MOCHIZUKI ERA UNO DE LOS MEJORES ESTUDIANTES DE JIGORO KANO EN JUDO Y DEL MAESTRO UESHIBA EN AIKIDO"

El gran dojo del Yoseikan en la ciudad de Shizuoka donde el maestro Sano Teruo enseñó Karate hasta 1998.

Los maestros Minoru Mochizuki a la izquierda y el maestro Sano Teruo a la derecha, en el Yoseikan. Foto sacada de la obra del autor: L'Esprit Zen dans la pratique du sabre japonais, pág. 41, Budo Editions, 2016.

El maestro C. V. Govindan Kutti Nair, especialista en Kalaripayat que el autor conoció en su kalari (dojo) de Trivandrum (India).

"COMO PRÍNCIPE DE LA CASTA KSHATRIYA, BODHIDHARMA ESTABA DOTADO DE UNA GRAN CULTURA MARCIAL QUE INCLUÍA EQUITACIÓN, TIRO CON ARCO Y UNA CIENCIA DE LOS GOLPES APLICADOS A PUNTOS VITALES"

El templo donde Bodhidharma vivió, ganó una gran reputación en toda China. De hecho, sus monjes fueron tan admirados como temidos por su excepcional efectividad en la lucha y su admirable coraje. Estos monjes, respetuosos con los principios morales, viajaban a menudo por todo el país y algunos llegaron hasta Corea y las Islas Ryukyu. En Corea, se desarrolló un estilo que principalmente usaba las patadas.

DE CHINA AL JAPÓN

Okinawa era la más importante de las islas Ryukyu porque, durante mucho tiempo, se estableció un contacto íntimo entre China y Japón. Este contacto fue llevado a cabo principalmente por marineros (¡el maestro Sano estuvo mucho tiempo ejerciendo como marinero!) que tenían por costumbre rendir tributo a los chinos y fue entonces en China donde se iniciaron en el arte del combate. En 1400, Okinawa había adquirido un nivel técnico muy alto. En ese momento, la isla estaba dividida en tres partes: Hokuzan, Chuzan y Nanzan. El primer gran experto chino que enseñó en Okinawa fue el famoso Wanshu. Se cuenta que hace unos cinco siglos, el rey de la dinastía *Okinawa-sho* unió finalmente las tres islas en un solo reino y para mantener el orden y la paz, prohibió a la población cualquier arma. Se dice que fue entonces cuando se desarrollaron, en la intimidad (secreta) de las clases campesinas, las técnicas que utilizaban objetos cotidianos como remos, hoces, cadenas, mayales, palos, etc. Una vez desarrollado, este método tomó el nombre de *Kobudo*.

Sin embargo, fue necesario esperar hasta el año 1609 para ver la llegada del segundo desarme político y el desarrollo del arte de la lucha con las manos desnudas. Había grupos de practicantes que tenían por costumbre reunirse en algunas aldeas, y algunos dieron nacimiento a estilos de lucha que llevaban el nombre de la aldea donde nacieron. De esta forma, el pueblo de Shuri fue el origen del estilo *Shurite*. Las dos escuelas más famosas de Okinawa fueron *Shurite* y *Nahate*, que se inspiraron en dos estilos: el duro *Go-no-Kempo* y el flexible *Ju-no-Kempo*, y aunque mejoraron mucho con las técnicas chinas, nació una forma muy particular de combate: el *Bushite*. Los dos grandes maestros de la época fueron el maestro Ankoh-Itosu y el maestro

"LA DOCTRINA DEL TAO APLICADA AL ARTE DEL COMBATE A MANO VACÍA HACE UN GRAN USO DE LA RESPIRACIÓN COMO MEDIO DE COORDINACIÓN EN LAS PRÁCTICAS DEL TAI CHI CHUAN"

Kanryo-higa-shiona. Fueron ellos quienes levantaron el velo del secreto y finalmente dieron a conocer el arte terriblemente efectivo del combate cuerpo a cuerpo.

Destaquemos entre las grandes escuelas, la escuela del maestro Mabuni-kenwa (1889-1952), que creó el método *Shito-ryu* a partir de los dos estilos *Shurite* y *Nahate*; la escuela *Goju-ryu*, fundada por el maestro Chojun-miyagi a partir de las enseñanzas de su maestro Higashiona, quien combinó el estilo de Okinawa con las artes chinas. Más tarde apareció el estilo *Shotokan* del maestro Funakoshi Gichin, quien hizo una demostración pública en Okinawa en 1904 y una segunda en Japón en 1915. Este maestro se mudó finalmente a Tokio donde enseñó en un *dojo* en Shoto-cho. Fue él quien, al igual que otros maestros del *Budo*, instauró el sistema de *katas* y convirtió este arte de guerra en una disciplina del cuerpo y la mente, incluyendo un *Do* o camino hacia la maestría y el autoconocimiento del Ser. El *Karate* adquirió así una nueva dimensión basada en la educación, la ética y la filosofía.

EL MAESTRO SANO TERUO

Hace muchos años tuve la oportunidad de presentar al maestro Sano Teruo en una revista especializada. Es un gran honor para mí presentarlo nuevamente porque desde entonces se ha convertido en el fundador de un nuevo estilo, que asocia la máxima eficacia de las escuelas antiguas al espíritu que anima la filosofía del *Budo*.

El maestro nació el 13 de abril de 1930 en Teramachi (Shizuoka-shi) bajo el nombre de Aikawa Teruo. Mucho antes de ingresar en el mundo del *Karate*, Aikawa ya había estudiado diferentes estilos de *Budo*. Fue así como de muy joven se familiarizó con el *Kendo*, pero se concentró más seriamente en el *Judo* y finalmente llegó al *Karate*. Su instructor en esta última disciplina fue con el maestro Baba que había aprendido *Karate* en una universidad local. En cuanto al *Judo*, comenzó la práctica en el *dojo Bushukan* con el sensei Onaga Kuro que pertenecía a la escuela *Rikishin-Ryu Iai Do*, una escuela que era considerada como un bien cultural atemporal.

Aikawa, que ya estaba muy avanzado en la práctica del *Kendo*, le pidió permiso a su maestro para crear una sección de *Kendo* dentro de la escuela, algo que, dado sus habilidades, se le concedió sin problemas, abriéndose dicha sección al año siguiente. Sin embargo, el fuego del combate hervía en las venas del maestro y con la intención de participar en una reunión entre las escuelas de la ciudad de Shizuoka, *sensei* Sano aprendió el arte del *Sumo* con Okamoto, maestro que entonces era considerado el número uno del *Sumo de la Juventud* en esa ciudad. Durante dos años consecutivos, compitió en *Judo*. Su her-

Los dos Myo-o protectores que inspiraron a los practicantes de Karate, por un cierto gesto expresando poder y victoria sobre las fuerzas del mal. Representan la dualidad esencial del mundo de la forma, el comienzo y el fin, la paz y la guerra, la inspiración y la espiración, el yin y el yang, en una palabra, las dos fuerzas que todo budoka debe controlar al penetrar en una tercera condición de conciencia llamada buddhi, en la que el combatiente encuentra la unidad que es la naturaleza misma de su Espíritu o Ser original, su budeidad dirían los budistas.

Manejo de las kama por el maestro Sano Teruo, esquivando un ataque de bastón.

El maestro Sano preparando un yoko tobi geri después de una esquiva de un gyaku tsuki del sensei Kobayashi.

"EL PRIMER GRAN EXPERTO CHINO QUE ENSEÑÓ EN OKINAWA FUE EL FAMOSO WANSHU"

mano ya era un experto consumado pues alcanzó el tercer *dan*, lo que ya de por sí era todo un logro en un período en que los grados eran difíciles de obtener. Sin embargo, dada su superioridad técnica, *sensei* Sano siempre fue designado para demostrar este nuevo arte frente a los estudiantes y profesores de la escuela. Por lo tanto, fue declarado campeón y seleccionado para participar en un gran torneo departamental que finalmente fue cancelado debido a la guerra. En cuanto al *Kendo*, él siempre fue el primero en la escuela. ¡Un día derrotó a 28 *kendokas* seguidos!

Todo esto puede sorprender, pero durante mi estancia de cinco años con él acabé sabiendo cosas increíbles sobre su vida. Gente seria del mundo del *Budo* me dijo que en Shizuoka tres maestros tenían la reputación de ser personas excepcionales. Primero estaba el maestro **Masakichi Matsui**, 10º *dan* de *Kyudo* (que me entregó mi 4º *dan*), luego un experto de *Shorinji-Kempo* y el maestro **Sano Teruo**. De hecho, todos recordaron que, a la edad de veinte años, cuando todavía era un simple primer *dan* de *Karate*, fue provocado por diez alumnos, también cinturones negros de su escuela y *sensei* Sano aceptando el desafío los derrotó a todos en combate.

Después de la guerra, *sensei* Sano decidió perfeccionarse en las técnicas del cuerpo. Para ello, escogió a un experto de gran reputación, el maestro **Kurita**, que durante la guerra era policía. Paralelamente, decidió profundizar el *Karate* bajo la tutela del maestro **Yamaguchi Masashi**, que era 7º *dan* de la *Asociación Japonesa de Karate* de la que él todavía no era miembro en esa época. El maestro Masashi aprendió el *Karate* en Tokio de manos de un maestro de la isla de Okinawa y también durante la guerra en Fukuken-sho en China. Su técnica se llamaba Fukuken Shorinjiyoho. Aunque su entrenamiento era muy agotador, su sed de superación personal lo llevó a iniciarse en el estilo de *Shinto Ryu iai jutsu* con el maestro Taneishi, así como en el boxeo con el maestro Ohiwa.

Aikawa decidió entonces hacer en el *Karate* lo que los antiguos *samurái* hacían con la espada, un *Musha Shugyo*, una peregrinación a las fuentes con el fin de perfeccionarse estudiando todos los estilos y luchando con los mejores expertos. Para ello, se embarcó en un barco de una línea de cabotaje y llevó la vida ruda de los marineros, durante la cual

Bloqueo en pleno salto de un mae tobi geri de sensei Kobayashi por el maestro Sano Teruo.

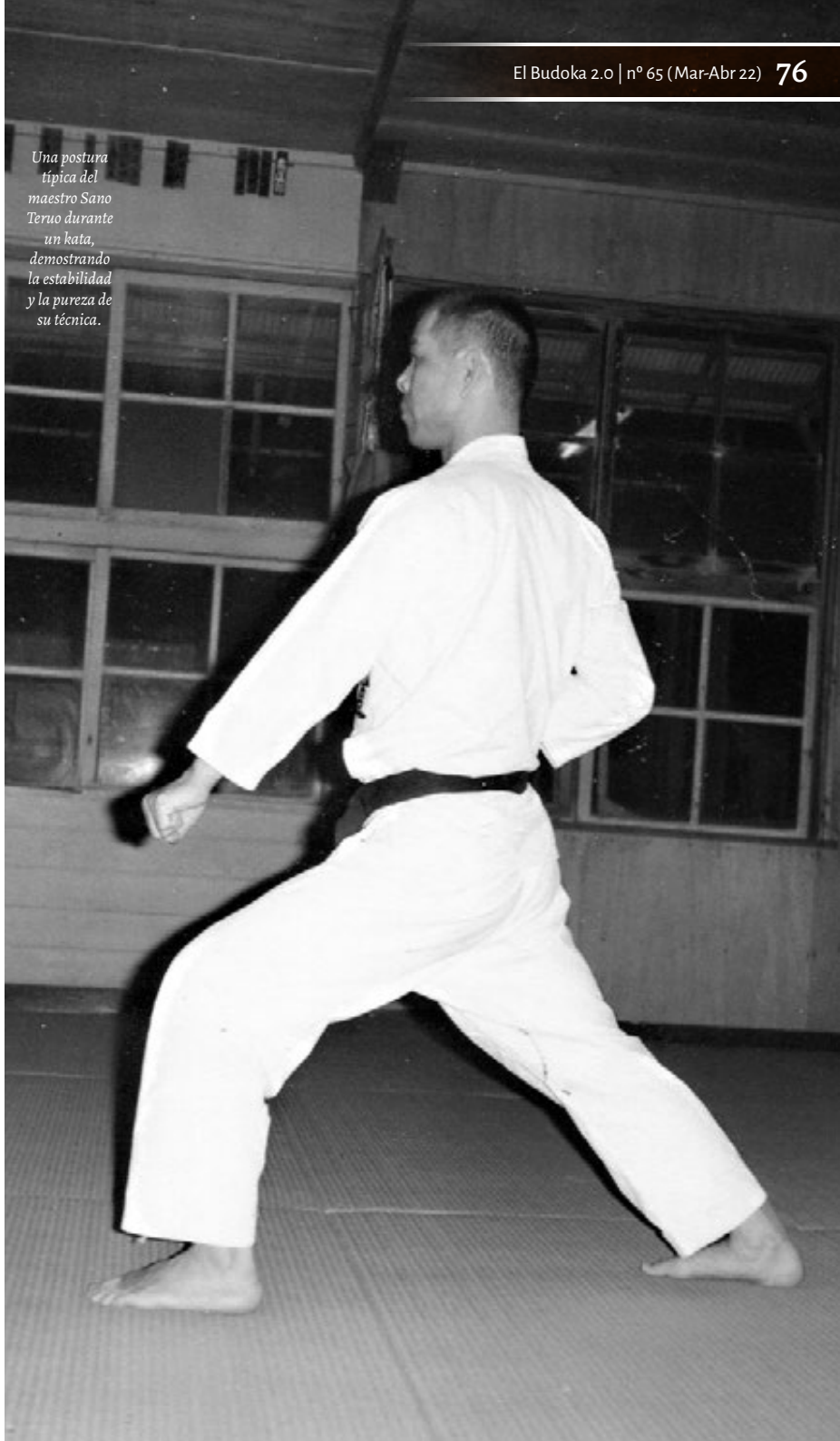
"SANO TERUO NACIÓ 1930 EN TERAMACHI (SHIZUOKA-SHI) BAJO EL NOMBRE DE AIKAWA TERUO"

vivió muchas experiencias y adquirió la madurez necesaria para el dominio de las artes que había practicado. Él mismo dijo que fue a través de estas experiencias que se vio muchas veces en la necesidad de defenderse a sí mismo para salvar su vida (especialmente contra los *yakusas*) y fue así como tomó forma su estilo de *Karate*.

Después de su experiencia como marinero se casó y, como permite la tradición, tomó el apellido de su esposa (Sano), y fue conocido como el maestro Sano Teruo. Como le era difícil frecuentar el *dojo* de Yamaguchi, comenzó a practicar solo, todos los días durante horas, independientemente de las condiciones climáticas o su grado de fatiga. Se había vuelto tan fuerte que, sin siquiera darse cuenta, los expertos en *Karate* se reunieron a su alrededor para solicitar su enseñanza. Así se creó la *Asociación Yobukai*, para que todos los alumnos pudieran formarse de forma oficial.

En 1964, el maestro **Minoru Mochizuki**, que ya no enseñaba el *Karate* de Okinawa, le propuso que enseñara en el *Yoseikan*. También estuvo muy contento de que, durante la época del *Yobukai* y a falta de una sala, el entrenamiento (*keiko*) se llevara a cabo al aire libre, independientemente del tiempo que hiciera. Refiriéndonos a la lista oficial de la *Yobukai*, vemos que Sano *sensei* instruyó a más de mil estudiantes. Como *budoka* completo, Sano *sensei* también practicó las escuelas *Shindo Muso-ryu jujutsu Tsue*, *Katori Shinto Ryu* y *Ryu Suido Bojutsu* ■

FINAL DE LA PRIMERA PARTE



Una postura típica del maestro Sano Teruo durante un kata, demostrando la estabilidad y la pureza de su técnica.

KUMITE

ENTRENAMIENTO

Este libro nace con la idea de colaborar con todos los profesionales de las artes marciales en su labor diaria de programar sus sesiones o clases en la especialidad de kumite o combate.

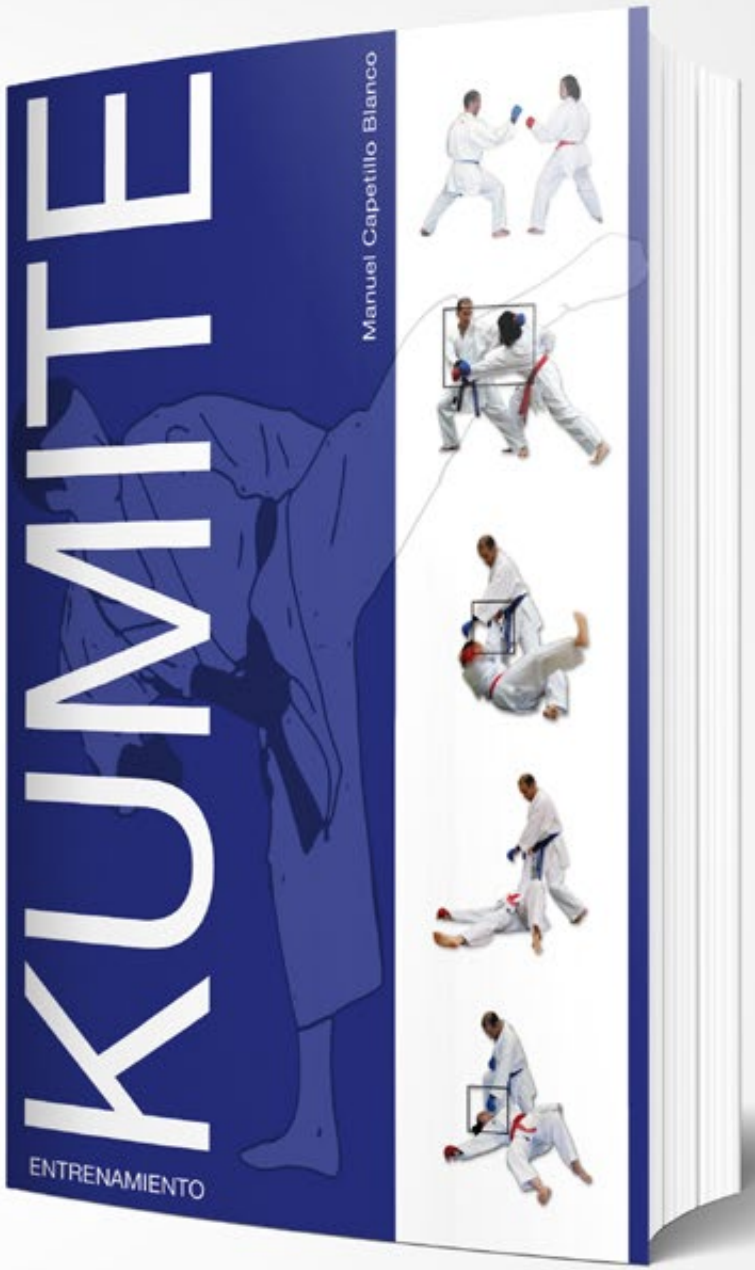
Está realizado desde la perspectiva del kumite deportivo en el ámbito del karate, pero por supuesto puede ser trasladado a otras artes marciales en las que exista el combate de competición, como puede ser el taekwondo, el jiu jitsu, etc.

Consta de 100 ejercicios con 3 variantes en cada uno de ellos, lo que le otorga la capacidad de ofrecer al profesorado 300 opciones para entrenar el combate deportivo.

Por medio de una tabla de objetivos por ejercicio se consigue hacer más fácil la realización de la sesión a desarrollar en función del objetivo técnico (ataque, anticipación...), del objetivo físico (velocidad de reacción, resistencia...), de la organización de la clase (parejas, grupo...) y del material a utilizar (paos, saco...), haciendo especial hincapié en el desarrollo del kumite en la edad infantil (prekumite) con ejercicios adecuados a la edad del competidor.

Obra indispensable para todos los maestros de karate que preparan a sus alumnos en la modalidad de kumite en sus diferentes niveles así como para los deportistas que necesitan variedad en sus entrenamientos diarios para mejorar su rendimiento en la alta competición.

Muy práctico por su variedad de ejercicios y claridad en las explicaciones e indispensable en la biblioteca de todos los artistas marciales.



Por **Manuel Capetillo Blanco**
ISBN 9788420304939
P.V.P. 28€ / 188 pàginas

EDITORIAL ALAS
C/ Villarroel, 124 (bajos)
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com

CAMBIA TU FORMA DE ENTRENAR AIKIDO

Por **J. SANTOS NALDA ALBIAC**
5º Dan Aikido

Los entrenamientos que se imparten en la mayoría de los *dojos* están excesivamente estereotipados y anclados en una forma de enseñar repetitiva y pretendidamente tradicional, que con el tiempo causa tedio y desmotivación.

No es aceptable que, bajo la excusa o el argumento de dominar y volver una y otra vez a las bases, la mayor parte de los entrenamientos se realicen casi en su totalidad en modo *Kata Geiko*, tanto si los asistentes a las clases son principiantes, como cintos negros.

Proceder así, más allá del cinturón marrón, es caer en la rutina monótona y estancar el progreso, y también la causa de que muchos veteranos abandonen decepcionados, por no haber encontrado lo que esperaban en el arte de Ueshiba.

Muchas de las personas que se acercan al *Aikido*, lo hacen atraídas por su filosofía y los valores que piensan que vehicula esta disciplina, por esta razón enfocar los entrenamientos únicamente como técnicas de ataque y defensa en combate personal, es sin duda una práctica reduccionista, que más pronto que tarde va a decepcionar a aquellos que buscaban algo útil para su vida.

La Vía del *Aikido* va de la maestría corporal a la maestría mental, emocional, estratégica, ética y espiritual, como podemos deducir de los escritos del maestro Ueshiba.

¿Con que fin nos entrenamos hoy en la mayoría de dojos?

La experiencia nos enseña que la mera práctica de las técnicas puede no ser suficiente para conseguir tal metamorfosis, pues el conocimiento y el trato con muchos *aikidokas* revela claramente que esa transformación no se ha producido.

El *Aikido* bien entendido según la idea del fundador, no considera las técnicas como un fin en sí mismas, sino como herramientas útiles para descubrir y desarrollar todas las competencias que deben conformar un *aikidoka* realizado.

La perfección en la destreza técnica y estratégica por sí sola no lleva aparejado el conocimiento necesario para formar la personalidad del practicante y por tanto es necesa-

"LA VÍA DEL AIKIDO VA DE LA MAESTRÍA CORPORAL A LA MAESTRÍA MENTAL, EMOCIONAL, ESTRATÉGICA, ÉTICA Y ESPIRITUAL, COMO PODEMOS DEDUCIR DE LOS ESCRITOS DEL MAESTRO UESHIBA"

rio contemplar otras áreas del saber humano que contribuyan a su formación integral, como, por ejemplo:

- *Ambito físico (Anatomía y Fisiología)*
- *Ambito técnico*
- *Estrategia aiki*
- *Biomecanica aiki*
- *Competencias cognitivas*
- *Habilidades de comunicación*
- *Sinergología (lenguaje corporal)*
- *Gestión emocional*
- *Kuatsu*
- *Valores éticos y espirituales*

La clave está en configurar este conjunto de conocimientos de manera que el *aikidoka* pueda asimilarlos de manera práctica y progresiva, sirviéndose de las técnicas como herramientas para descubrir y familiarizarse con cada una de estas "asignaturas".

La metodología que el profesor necesitará descubrir por si mismo, con inteligencia y tacto, debería atender en cada entrenamiento, explicaciones o ejercicios específicos sobre al menos, dos o tres de las materias citadas, con el fin de proporcionarle una formación integral útil en el *tatami*, pero sobre todo en la vida cotidiana del *aikidoka*.

Cuando el profesor programa la clase del día, intentará fusionar de manera breve y concisa, principios, actitudes, y valores de cada uno de los apartados citados anteriormente, con las técnicas siguiendo un hilo conductor de afinidad, entre unas competencias y otras

¿Por donde empezar?

El objetivo es tener presente que, no solo cuenta lo que hacemos, sino, sobre todo, cómo lo hacemos, y cómo nos sentimos cuando lo hacemos.

Todas estas competencias a entrenar y descubrir pueden practicarse en el modo *Waza Geiko*, que es la práctica más idónea para aquellos que ya han adquirido un dominio completo de las técnicas y los fundamentos propios del *Aikido*, de manera que pueden abordar las partes más complejas del arte como son *Renraku Waza*, *Kaeshi Waza*, *Henka Waza*, *Jiyu Waza* y *Randori Waza* fusionadas con las competencias de formación integral.

Estos entrenamientos contemplan la acción de *Uke*, en forma de dos o tres ataques seguidos diferentes, y sus posibles reacciones ante las técnicas que aplica *Tori* y ambos se comportan del modo más aproximado a la realidad.

"APRENDER AIKIDO REQUIERE UNA DISPOSICIÓN MENTAL DEL ALUMNO PARA ASIMILAR LO QUE SE LE ENSEÑA, JUNTO CON UNA DISPOSICIÓN EMOCIONAL PARA MANTENER EL INTERÉS"

La práctica de *Waza Geiko* permite que los movimientos sean espontáneos y libres, hasta el punto de no necesitar la intervención del pensamiento y guiarse por las sensaciones corporales.

Esta forma de entrenar tiene por objetivo pasar de la fase de aprendizaje a la fase de aplicación, teniendo en cuenta como se producen las agresiones en la realidad, sin perder el control, como dijo en un *stage* **Luc Mathevet** 6º *Dan*: "Es necesario ir más allá de las formas ortodoxas de aprendizaje, para aproximarse al comportamiento real de un agresor" dado que esta práctica genera un *feed-back* muy revelador e indispensable para progresar y conocer de verdad el nivel de competencia de cada uno.

Los entrenamientos han de proporcionar al *aikidoka* la ocasión de conocer y desarrollar todas las habilidades y destrezas, físicas, técnicas, estratégicas, psicológicas, éticas y espirituales necesarias para su realización como persona, o como un *samurái* del siglo XXI.

Si deseamos que el *Aikido* siga interesando a las personas del siglo XXI debemos descubrir cómo hacerlo útil e interesante en cada clase, hoy, aquí, como, por ejemplo:

¿Qué puede hacer el aikido contra: el miedo, el odio, la violencia, la vanidad, el egoísmo, el estrés, la deslealtad, la cobardía, el *mobbing*, el *bullyng*, etc.?

Al escribir o hablar sobre esta Vía nos gusta decir que es una disciplina para hacer de la vida un arte, y esta es la principal razón por la que conviene cambiar la manera de configurar los entrenamientos basados solamente en la práctica de las técnicas.

Aún a riesgo de parecer reiterativo, quiero decir una vez más que el Aikido es un camino espiritual, y su ideal es la realización de la armonía y del amor

Kishomaru Ueshiba
EL ESPÍRITU DEL AIKIDO (pág. 61)

¿Qué es un camino espiritual? ¿Qué cualidades son necesarias para transitar por él?

Un camino espiritual es la forma de entender y vivir la vida que nos permite alcanzar la plenitud como seres humanos, mediante un proceso dinámico en busca del sentido de la vida y de su trascendencia.

Trata a un ser humano como es, y seguirá siendo como es, trátalo como puede llegar a ser, y se convertirá en lo que puede llegar a ser

Blas Pascal (1623-1662)
Filósofo, matemático y físico francés

No podemos enseñar nada a nadie, tan solo podemos ayudarles a que descubran por sí mismos

Galileo Galilei (1564-1642)
Astrónomo, filósofo, ingeniero, matemático italiano

EN EL DOJO DE LA VIDA

Ya seas *judoka*, *aikidoka*, *karateka*, etc., posiblemente te hayas preguntado alguna vez: En mi vida cotidiana ¿de qué me sirven los entrenamientos en el dojo? Lo que practico allí ¿tiene alguna utilidad en mi día a día?

Si sabes extraer la esencia de los valores del *Budo* no te quepa duda que te serán extremadamente útiles, por ejemplo, te agradaría:

¿Aprender a vivir en armonía contigo, y con tu entorno familiar y laboral?
¿Conocerte mejor?
¿Reforzar tu autoestima y tu autoconfianza?
¿Ser dueño de tus pensamientos y emociones?
¿Saber adaptarte a lo que llega, con el menor coste psicológico posible?
¿Saber actuar en el momento oportuno?
¿Saber evitar o gestionar un conflicto?
¿Saber aprovechar las oportunidades?
¿Saber gestionar el estrés? Etc.

En estas páginas encontrarás pautas claras y sencillas para que descubras cómo aplicar todo lo que aprendes en el *dojo*, en tu vida ordinaria y reconozcas que la disciplina que has elegido se convierte en una *Escuela de vida* para ti.

Justo es advertir que, el contenido de estas páginas también resultará de gran provecho para aquellas personas que nunca han practicado ningún arte marcial.

Este libro se ha escrito con el deseo y la esperanza de que sea útil a todo aquel que tenga la oportunidad de leerlo.

Por **J. Santos Nalda Albiac, Natalia y Pablo Nalda Gimeno**
ISBN 9788420306520
P.V.P. 18€ / 170 pàginas

EDITORIAL ALAS
C/ Villarroel, 124 (bajos)
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com

Aspirantes a los exámenes de 1º, 2º y 3º Dan

José Antonio Martín (JJK Spain Bon Kwan / Viladecans)

Saúl Servia (JJK Sam Mu Dojang / Ourense)

HAPKIDO JIN JUNG KWAN

Exámenes y seminario internacional

Por **SAÚL SERVIA**
Hapkido Jin Jung Kwan Ourense
Escuela de Artes Marciales
Sam Mu Dojang

Para cerrar la temporada de actividades del pasado año 2021 de la **Escuela Jin Jung Kwan Hapkido**, se celebraron exámenes de cinturón negro y un seminario internacional a cargo del **GM Raphael Couet** de Francia.

El sábado se celebraron en dos turnos (mañana y tarde) los exámenes desde 1er hasta 5º *Dan* de la *World Hapkido Jin Jung Kwan* en la que se presentaron 14 aspirantes venidos de diferentes puntos de la geografía nacional y también un compañero de Orleans, Francia. Fue un examen largo, duro y de gran intensidad, tanto física como técnicamente, tal y como marcan los estándares propios de **JJK**.

Por la mañana, de 10:00 a 13:00, fue el turno de los aspirantes a 5º y 4º *Dan* en donde demostraron una altísima calidad técnica y todo el trabajo hecho a lo largo de los años, siendo un pilar fundamental de esta escuela en nuestro país.

En el turno de tarde, de 17:00 a 20:00, les tocó a los aspirantes desde 1º hasta 3º *Dan*, momento en el cual tocaba demostrar que los que vienen por detrás, vienen con muchas ganas e ilusión por hacer las cosas bien. Cabe destacar que, durante este turno, los dos aspirantes para 3º *Dan*, Gregorio Gil y Pedro Muela, ambos mayores de 60 años, nada más acabar su examen recibieron una gran ovación de todos los presentes por el gran examen y, sobre todo, por la gran actitud mostrada ya no solo ese día en concreto, sino todos y cada uno de los días que se ponen su *Dobok* para entrenar, siendo un gran ejemplo para todos los practicantes de **JJK** ya que demuestran que si se quiere y se trabaja, la edad es solamente un número.

Desde aquí, queremos felicitar a todos por su nuevo grado:

Para 5º *Dan*

José Antonio Martín (JJK Spain Bon Kwan / Viladecans)

Para 4º *Dan*

Pedro Moreno (JJK Spain Bon Kwan / Viladecans)
Rubén González (JJK Spain Bon Kwan / Viladecans)
Juan José Serrano (JJK Spain Bon Kwan / Viladecans)
Daniel Sanz (JJK Spain Bon Kwan / Viladecans)
Alexandre Boubault (JJK Orleans Dojang / Francia)

Para 3º *Dan*

Gregorio Gil (JJK Spain Bon Kwan / Viladecans)
Pedro Muela (JJK Taro Tae / Molins de Rey)

Para 2º *Dan*

Saúl Servia (JJK Sam Mu Dojang / Ourense)
Vicente Rosado (JJK Dokssuri Dojang / Madrid)
Enrique Ríos (JJK Jin Mu Dojang / Madrid)
Xavi Tres (JJK Spain Bon Kwan / Viladecans)
Carlos Albiac (JJK Spain Bon Kwan / Viladecans)

Para 1º *Dan*

Alejandro González (JJK Hong Lyong Dojang / Tarragona)

"Se celebraron exámenes de cinturón negro y un seminario internacional a cargo del GM Raphael Couet de Francia"

GM Raphael Couet, Director Técnico Europeo de Hapkido Jin Jung Kwan, durante el seminario.

Aspirantes a los exámenes de 4º y 5º Dan.

Foto grupal del Seminario.

El domingo, y ya para cerrar el fin de semana, se celebró en las instalaciones del centro *Eurofitness* de Viladecans y con la colaboración de *Ikara Sport®*, un seminario a cargo del Gran Maestro **Raphael Couet** de Francia, Director Técnico Europeo de *Hapkido Jin Jung Kwan*.

Dicho curso contó con algo más de 40 participantes de España, Francia, Holanda y Hungría. Bajo la dirección del GM Couet se trabajaron técnicas de pateo, de golpeo, luxaciones... y, para terminar, la última parte del seminario fue destinada al trabajo con *Danbong* (palo corto), una de las armas más características del *Hapkido* tradicional.

Debido a la actual situación sanitaria, cabe destacar que todas las actividades realizadas han sido llevadas a cabo cumpliendo con todas las medidas higiénicas y protocolos correspondientes ■

JIN JUNG KWAN
SPRING CAMP

JIN JUNG KWAN

Del 14 al 17 de Abril

Imparte: **Kwanjangnim Álvaro Sanz**

CN 7mo Dan

Escuela de Artes Marciales

Sam Mu Dojang

Calle Río Mao Nº26 Ourense

Contacto:

680 728 264

info@artesmarcialesourense.com

SPRING CAMP

Colección "Japón Cerca"

JAPÓN, PAÍS DE MISTERIO

Enigmas y leyendas del país del Sol Naciente

Desde historias antiguas enraizadas en lo más profundo del alma del pueblo japonés, pasando por la propia mitología de la creación del país del Sol Naciente, en este libro encontrará el lector misterios y leyendas que hacen de Japón un lugar único en el mundo. Fantasmas de otras épocas, espíritus, animales mitológicos o supersticiones son algunos de los temas sobre los que el autor pone el foco, explicando el origen de tradiciones remotas cuya magia aún pervive. Desde cómo explicar las enigmáticas figuras denominadas dogû hasta registros históricos de antiguos casos OVNI, la diversidad de temas tratados tienen como denominador común el misterio en estado puro. Canciones infantiles de apariencia inocente cuyo auténtico significado se pierde en la noche de los tiempos, figuras legendarias del budismo zen con presuntos poderes extraordinarios, la propia magia del origen de la escritura y el espíritu de las palabras. Sin duda, el lector encontrará en esta obra un referente para abordar todas esas cuestiones que nos atraen cada vez más a ese maravilloso y enigmático país que sigue siendo Japón.

Sable y Zen. Una forma de vida | 9788420305325 | 124 pág. | 12,50€
Kotowaza. Proverbios de Japón | 9788420305622 | 152 pág. | 12,50€
Japonés para budokas | 9788420305721 | 186 pág. | 14€

Por **José A. Martínez-Oliva**
PVP: 14€
ISBN: 9788420306308
Páginas: 172
Formato: 17 x 23,5 cm

www.editorial-alas.com

Feng Shui

Tu casa y su entorno

MERITXELL INTERIORS & FENG SHUI
meritxellinteriorsifengshui@gmail.com
https://www.meritxellinteriors.com

Desde la antigüedad el hombre ha utilizado el sentido común para adaptarse a su medio al construir su vivienda. El pueblo chinos, además, observó el tipo de *Qi* del entorno y cómo influía en la vivienda. Con el *feng shui*, sabemos que conocer el *Qi* puede potenciar los puntos fuertes y corregir los débiles.

La base de una buena ubicación *feng shui* de una casa o construcción con respecto al medio natural son:

- Que esté protegida en la parte posterior por montañas altas y sólidas.
- Vista despejada y agradable por delante.
- Pequeños montes o bosques, a ambos lados de la casa.

Tener estos requisitos alrededor del exterior de nuestra casa nos aporta seguridad, protección y estabilidad.

Actualmente las personas vivimos mayoritariamente en ciudades, y las montañas están representadas por los edificios. Otros elementos a observar en la vida moderna son la contaminación sonora, visual y olfativa. Una buena idea es poner más plantas verdes en casa, traer la naturaleza en casa, un *Qi* vivo y saludable.

Las cuestiones posibles a revisar y plantear frente al entorno de tu casa o negocio pueden ser: en qué tipo de barrio vives, cómo son los edificios, los vecinos, el paisaje y vistas, los ruidos, los olores, el clima de tu zona y la vegetación que definen el espacio exterior de tu casa.

Observa el recorrido y camino hacia la entrada de tu casa, que no tropieces con obstáculos, que no hayan objetos tirados por la calle, que ramas largas de los árboles impidan el paso, y que el mobiliario urbano no este mal colocado.

El entorno interior empieza en el umbral de la puerta principal. Cuida que ésta se abra fácilmente y no chirríe. Que la pintura esté al día, y colorea con la presencia de macetas y flores rojas, atraerán la prosperidad.

Desde la puerta principal entra gran parte del *Qi* que se dispersará por todas las habitaciones.

La entrada tiene que dar una buena impresión, sensación de orden y arreglo, para que la energía siga circulando en todo el interior. Una casa abierta y acogedora posibilita experiencias positivas. Intenta que te guste lo que ves y que huela bien cuando entres en tu hogar.

Una vez en el interior, haz un diagnóstico habitación por habitación, con la misma idea que hemos seguido para el exterior y su camino hasta la puerta de entrada. Tan importantes son los elementos más importantes, o sea, arquitectónicos y mobiliario grandes como los detalles. Reparar, limpiar, ordenar, hacer vacío de objetos, eliminar obstáculos, eliminar “flechas envenenadas”, vigilar espejos y fijarte en qué reflejan... es una buena manera de cuidar de puertas adentro tu casa ■

KARATE

Más de 100 ejercicios para aprender jugando

El objetivo de este libro es contribuir, mostrando una visión lúdica, a las sesiones de Artes Marciales, y para ello partimos de la forma de trabajo en la Educación Física, de los JUEGOS y de los EJERCICIOS JUGADOS como medio principal para el Aprendizaje significativo. Se presenta dividido en las partes que componen cualquier sesión: CALENTAMIENTO, KATAS, KUMITE y VUELTA A LA CALMA, cada una de ellas marcada en un color distinto, para que sea fácil y accesible su consulta.

La obra ofrece más de 100 juegos para poder organizar tus propias sesiones. Las ilustraciones, claras y modernas, facilitarán su entendimiento.

Obra práctica por su claridad, diversidad y utilidad, supone una pieza necesaria para todos los profesores que quieran complementar sus sesiones con esta forma de trabajo, para alcanzar los objetivos planteados dentro de la programación pedagógica. Sin duda el libro se convertirá en una parte importante de la biblioteca marcial.

Por **Jonatan Huertas Alhambra**

ISBN 978-84-203-0566-0
P.V.P. 30€ / 206 pàginas

EDITORIAL ALAS
C/ Villarroel, 124 (bajos)
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com

NUEVA EDICIÓN DIGITAL GRATUITA - NUEVOS CONTENIDOS - NUEVA IMAGEN

EL BUDOKA 2.0

REVISTA BIMESTRAL DE ARTES MARCIALES Nº 65 año XII

EDITORIAL ALAS
www.editorial-alas.com

www.elbudoka.es
info@elbudoka.es