

NUEVA EDICIÓN DIGITAL GRATUITA - NUEVOS CONTENIDOS - NUEVA IMAGEN

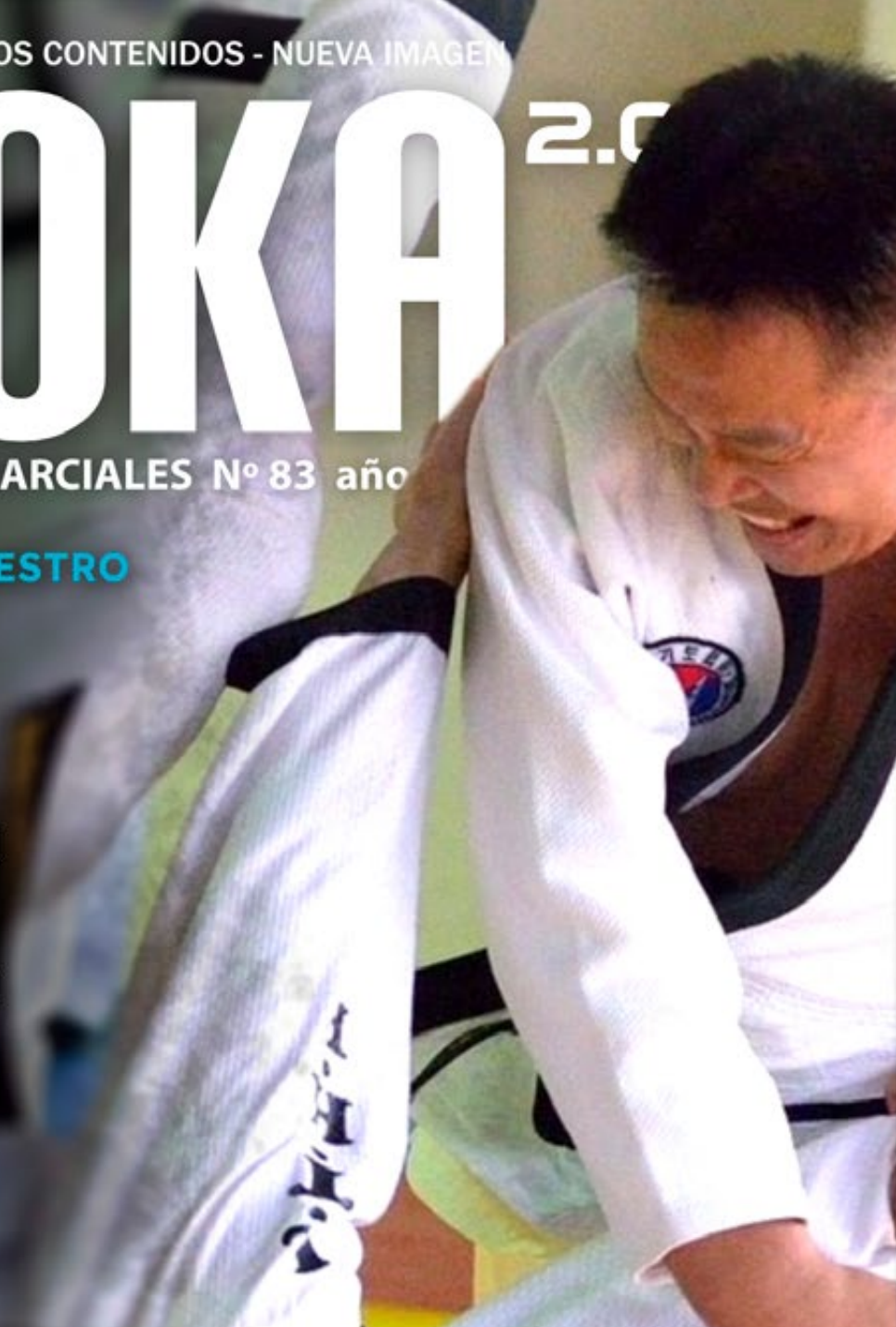
EL BUDOKA 2.0

REVISTA BIMESTRAL DE ARTES MARCIALES Nº 83 año

ENCUENTRO CON EL GRAN MAESTRO

KIM BEOM CHUL

9º DAN HAPKIDO EULJIKWAN



AIKIJÛJUTSU

LA DEFENSA PERSONAL
SAMURÁI



*¿Qué es realmente el Kungfu? /// El Aikido como una vía de crecimiento personal
La sabiduría marcial al servicio de la sociedad /// Las formas del Taekwon-Do ITF*

SUMARIO

EL BUDOKA 2.0

Revista bimestral de artes marciales
www.elbudoka.es

Dirección, redacción,
administración y publicidad:



EDITORIAL ALAS

C/ Villarroel, 124

08011 Barcelona

Telf y Fax: 93 453 75 06

info@editorial-alas.com

www.editorial-alas.com

Dirección: José Sala Comas

Redacción: Jordi Sala F.

Administración: R. González

Diseño: Víctor Pérez

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 83 / Marzo - Abril 2025

3

**Encuentro con el Gran
Maestro Kim Beom Chul
9º Dan Hapkido Euljikwan**

[Por André Carbonell]

11

Carlos Vidal y sus vivencias...

[Por Miguel A. Ibáñez Espinosa]

15

Aikijūjutsu

La defensa personal samurái

[Por Luis Nogueira Serrano]

23

Mi Wing Chun, mi verdad

[Por Nino Bernardo]

25

**La sabiduría marcial al
servicio de la sociedad
Violencia filio-parental**

[Por Guzmán Ruíz Garro]

30

**Entrevista a Jaume Segura
por la iniciativa «1000 Ukemi Solidaris»**

[Por El Budoka 2.0]

32

**El significado de las formas del
Taekwon-Do ITF (III)
La lucha por la independencia (I):**

Do-San y Joong-Gun

[Por Andreu Martínez]

35

**¿Qué es realmente el Kungfu?
Cómo entender un lío enorme...**

[Por Girona-Miguel]

41

**El Aikido como una vía de crecimiento
personal**

[Por José Santos Nalda Albiac]

45

**Marcello Ferreira
Campeón Mundial de Capoeira,
Fullcontact, Kickboxing y Boxeo**

[Por Rafa López]

48

**The Aiki-Dojo
Información y conocimiento**

[Por Sensei Dr. David Ito]

73

Feng Shui: Muebles Curativos
[Por Meritxell Interiors & Feng Shui]



Encuentro con el
GRAN MAESTRO

KIM BEOM CHUL



9º Dan Hapkido Euljikwan

Por **EL BUDOKA 2.0**
www.elbudoka.es

Iniciamos este año 2025 conversando con un personaje muy importante dentro del panorama de las artes marciales coreanas, el Gran maestro **Kim Beom Chul**, 9º Dan. Nacido en Seúl el 7 de octubre de 1961, se inició en el *Hapkido* a los 15 años. Sus maestros fueron **Kim Yong Jin** (fundador del estilo *Euljikwan*), **Chung An Se** y **Kim Hyung Sang** (quien además es su tío).

Actualmente es vicepresidente de la **Korea Hapkido Federation** y director técnico de la misma.

La KHF (antigua KHA, *Korea Hapkido Association*) se encuentra en la ciudad de Seúl, en el barrio de Gwanjin-Gu. Es la más conocida y reconocida federación en Corea y probablemente en el mundo.



Kim Beom Chul

“Actualmente Kim Beom Chul es vicepresidente de la Korea Hapkido Federation y director técnico de la misma”



Kim Beom Chul

Apertura del dojang Euljikwan con Kim Yong Jin y Kim Hyeong Sang



Su presidente, el Sr. **Oh Se Lim**, es alumno directo de **Ji Han Jae**, quien es un carismático presidente desde hace más de 40 años. Es en el año 1983, con la ayuda de los fundadores de la KHA, que se cambia el nombre de la asociación por KHF. Su vicepresidente ejecutivo es **Bae Sung Book**, responsable de la gestión administrativa de la federación. Esta federación tiene sedes representativas en toda Corea aún que es en Seúl y sus ciudades vinculantes donde está más representada.

Desde hace más de treinta años, la KHF tiene representación en Europa, América, Oceanía, África y Asia.

¿Maestro, cómo ve el Hapkido en la actualidad?

Es sobra conocido que los años dorados del Hapkido en Corea fueron los 70, 80 y 90. La llegada de otras disciplinas desde el año 2000, como los deportes de contacto (MMA, KB, Muay Thai) y de lucha (JJB, Sambo, etc.) han perjudicado al Hapkido tradicional.

Hoy en día existen muchas organizaciones de Hapkido en el mundo que se dedican a un HKD deportivo, buscando a través del combate una promoción del arte. Pero se equivocan, si miramos en el país vecino, Japón, el Aikido por ejemplo no ha cambiado, sigue siendo el mismo arte, con las mismas técnicas que creó el maestro Ueshiba. Sus practicantes llevan la misma indumentaria y todos reconocen al mismo fundador a pesar de tener sus divisiones internas como en el caso del Hapkido.



Kim Beom Chul, Campeón militar de Taekwondo



Kim Beom Chuly
André Carbonell
(Nakbop)



Kim Beom Chul

“Existen muchas organizaciones de Hapkido en el mundo que se dedican a un HKD deportivo, buscando a través del combate una promoción del arte”

En el Hapkido actual unos reconocen a **Choi Yong Sul** como fundador, otros a **Ji Han Jae**... La introducción de trajes de todos los colores, el manejo de armas que no son propias del Hapkido y un intento de promoción a través de competiciones de combate donde la técnica queda en el olvido, ensucian su imagen.

¿Qué espera del Hapkido en el futuro?

En la KHF damos seminarios anuales por el mundo para mejorar la técnica de los maestros y practicantes. Personalmente he dado cursos en los EE.UU, Colombia, Argentina, México, Chile, Serbia, Grecia, Austria, Rusia, Uzbekistán, Kazajistán y Australia. Este año se hizo un curso en Atenas (Grecia) al que acudieron más de 230 personas.

Cada año se realiza un **Master Course** en Corea para unificar los criterios técnicos y cada vez acuden más practicantes del extranjero.

¿Cree usted en la unificación del Hapkido en Corea?

En Corea, como en muchos países del mundo, se han creado Asociaciones, Federaciones y Organizaciones de Hapkido, esto es bueno para la promoción, pero

nefasto para el Hapkido y los practicantes ya que asistimos a una venta de *danes* sin tener en cuenta el nivel técnico de los practicantes y una división que afecta a la técnica en general. Así que nos encontramos con dos nuevos tipos de Hapkido, el comercial y el deportivo, y me temo que ninguno de los dos aporta cosas positivas para nuestro arte.

¿Cuál ha sido su recorrido en la KHF hasta la fecha?

Como ya mencioné antes, empecé con 15 años mi entrenamiento. Mi suerte fue iniciarme con muy buenos maestros. Cuando hice el servicio militar en infantería (3 años) y con veinte años, empecé a practicar *Taekwondo* ya que era obligatorio. Con mi buen nivel de patadas gracias al HKD, entré en el equipo militar como peso pesado. Gané tres campeonatos nacionales militares. Al finalizar mi servicio militar volví a los entrenamientos de Hapkido. Al poco tiempo fui nombrado miembro del equipo nacional de exhibición bajo las órdenes del maestro **Lee Chang Su** con la *Saemaul Hapkido Association*. El equipo constaba de 20 miembros activos que viajaban por Corea para demostrar y dar a conocer el Hapkido.

“Fui nombrado miembro del equipo nacional de exhibición bajo las órdenes del maestro Lee Chang Su con la Saemaul Hapkido Association”

¿Cuál es su especialidad en el Hapkido?

Hay una patada que me gusta mucho: *Tuit Dora Chagui* por la izquierda (patada de giro 360°) y el *Hoshinsul* (Defensa personal).

¿Considera usted que el Hapkido actual ha evolucionado?

Como ya hemos dicho, se ha popularizado en todo el mundo demasiado deprisa y eso afectó notablemente a la técnica. Las redes sociales también podrían ayudar, ya que se ven cosas tanto buenas como malas, que llegan a todas partes como la introducción de combates en el suelo y de pie, el uso de guantes de boxeo para recrear un boxeo pobre técnicamente, así como otras actividades por la carencia de programa y su desarrollo técnico.

Es así como el *Hapkido* podría llegar a ser el hazmerreír de las artes marciales. La solución sería menos ego y más humildad de parte de los instructores, sin olvidar entrenar y reciclarse constantemente con maestros capacitados y cualificados.

Kim Beom Chul
impartiendo un curso
en Grecia en 2024



Kim Yong Jin con
Kim Beom Chul



Kim Beom Chul recibiendo su 9.º Dan de la KMF



Kim Beom Chul con Lee Chang Su,
equipo de exhibición (1985)



Kim Beom Chul
con su maestro Kim
Hyeong Sang

¿Una solución a todo esto?

Es muy complicado, como ya dije, hoy en día la palabra *Hapkido* es conocida mundialmente como también su significado. Lo que falla es que la gran mayoría de los *profesionales* no tienen bases buenas y muchos ni siquiera un programa de técnicas ordenadas progresivamente a seguir.

Yo seguiré con la promoción a pesar de lo que se ve y tengo fe que con el tiempo las cosas podrían mejorar.

Gracias Maestro por esta información y por su tiempo, esperemos que esto llegue a captar la atención de practicantes y maestros.



Kim Beom Chul con Ji Han Jae y Oh Se Lim



Jeong An Se, maestro Euljikwan

BREVE HISTORIA DE LA ESCUELA EUKJIKWAN DE HAPKIDO



De un tiempo a esta parte se habla mucho a través de las redes sociales (*Facebook, Instagram, etc.*) de las diferentes escuelas de *Hapkido* (Kwan). Una de ellas, la *Jin Jung Kwan* se ha hecho famosa por el buen hacer de su Maestro y líder, Lee Chang Su, y de su representante en Europa, Raphael Couet.

Otra escuela está empezando a destacar en el *Hapkido* coreano, la **Euljikwan**. Kim Yong Jin, su fundador, fue de los primeros alumnos de Ji HanJae (*Seungmukwan*).

El 1 de octubre de 1961 abrió su *Dojang* en Seúl en el barrio de Yongsan cerca de la estación actual de metro *Samgakji* (L4 y L6).

La escuela se caracteriza por su estructura militar y la agresividad de sus técnicas, prefiriendo la efectividad a las técnicas coreografiadas.

De sus primeros alumnos destacan Jeong An Se, Kim Hyeong Sang, Hwang In Sik, etc.

Su símbolo es muy diferente de la de los otros Kwans de la época. Hoy en día en Corea, la promoción de este Kwan se debe a la labor de Kim Yeong Sang y Kim Beom Chul, entre otros. El primero tiene su *Dojang* cerca de la estación de metro de *Samsung* en Kangnam. La entrada tiene un rótulo anunciando la escuela y al lado de la puerta hay una madera noble con un texto en *Hangeul* y *Hanmun* que pone **Escuela de Hapkido Euljikwan**. El *Dojang* tiene unos 80 m2 situado en el sótano del edificio, la entrada y las paredes están repletas de fotos históricas de maestros, cursos, etc.

En ese lugar entrena a diario el Maestro Kim Beom Chul (ex miembro del equipo

nacional de exhibición durante el movimiento *Saemaul*). Donde se ve la diferencia con las otras escuelas, es en el manejo de armas como *Danbong, Jangbong, Jipangi* y *Pobak*.

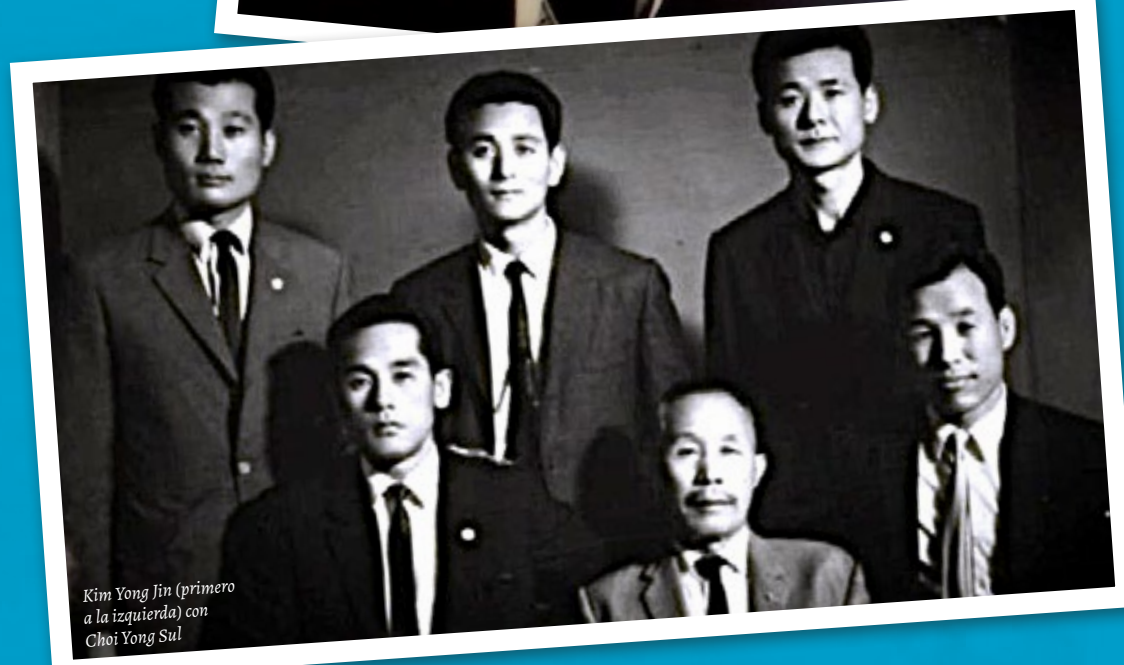
A este estilo pertenece el maestro y actor de los años 70 de películas chinas, Hwang In Sik, instalado en Canadá, se hizo famoso por sus películas con Bruce Lee.

En el sur de Corea, el maestro Ju Eung Su creó la *Euljikwan World Union* y modificó el dibujo original del Kwan. Actualmente está haciendo un gran trabajo de promoción dando cursos y seminarios por el mundo.

La gran mayoría de maestros reconocidos de la *Euljikwan* forman parte de la **KHF (Korea Hapkido Federation)** liderada por **Oh Se Lim** ■



Kim Yong Jin, fundador de la escuela Euljikwan



Kim Yong Jin (primero a la izquierda) con Choi Yong Sul

HAPKIDO

PROGRAMA DE TÉCNICAS

Por André Carbonell Vicén

Lleva más de 45 años involucrado y comprometido con ese Arte Marcial, 40 de ellos dedicados a la docencia, tiempo que ha empleado, a la vez, en la gestión de su propio gimnasio. Dicha trayectoria le coloca como uno de los pioneros en España. Ha escrito cinco títulos en los que desglosa todo el programa de grados hasta 5º Dan. Ha viajado a Corea en múltiples ocasiones para formarse y reciclarse, situándolo en el plano más avanzado en la práctica del Hapkido.



Hapkido Volumen 1
De cinturón negro 1er Dan a 3er Dan

ISBN 978-84-203-0681-0
P.V.P. 22€ / 158 páginas



Hapkido Volumen 2
De cinturón negro 4º Dan y 5º Dan

ISBN 978-84-203-0684-1
P.V.P. 22€ / 144 páginas



Hapkido (primera parte)

ISBN 978-84-203-0453-3
P.V.P. 12€ / 136 páginas



Hapkido (segunda parte)

ISBN 978-84-203-0617-9
P.V.P. 12€ / 152 páginas



Hapkido (tercera parte)

ISBN 978-84-203-0689-6
P.V.P. 14€ / 134 páginas

EDITORIAL ALAS

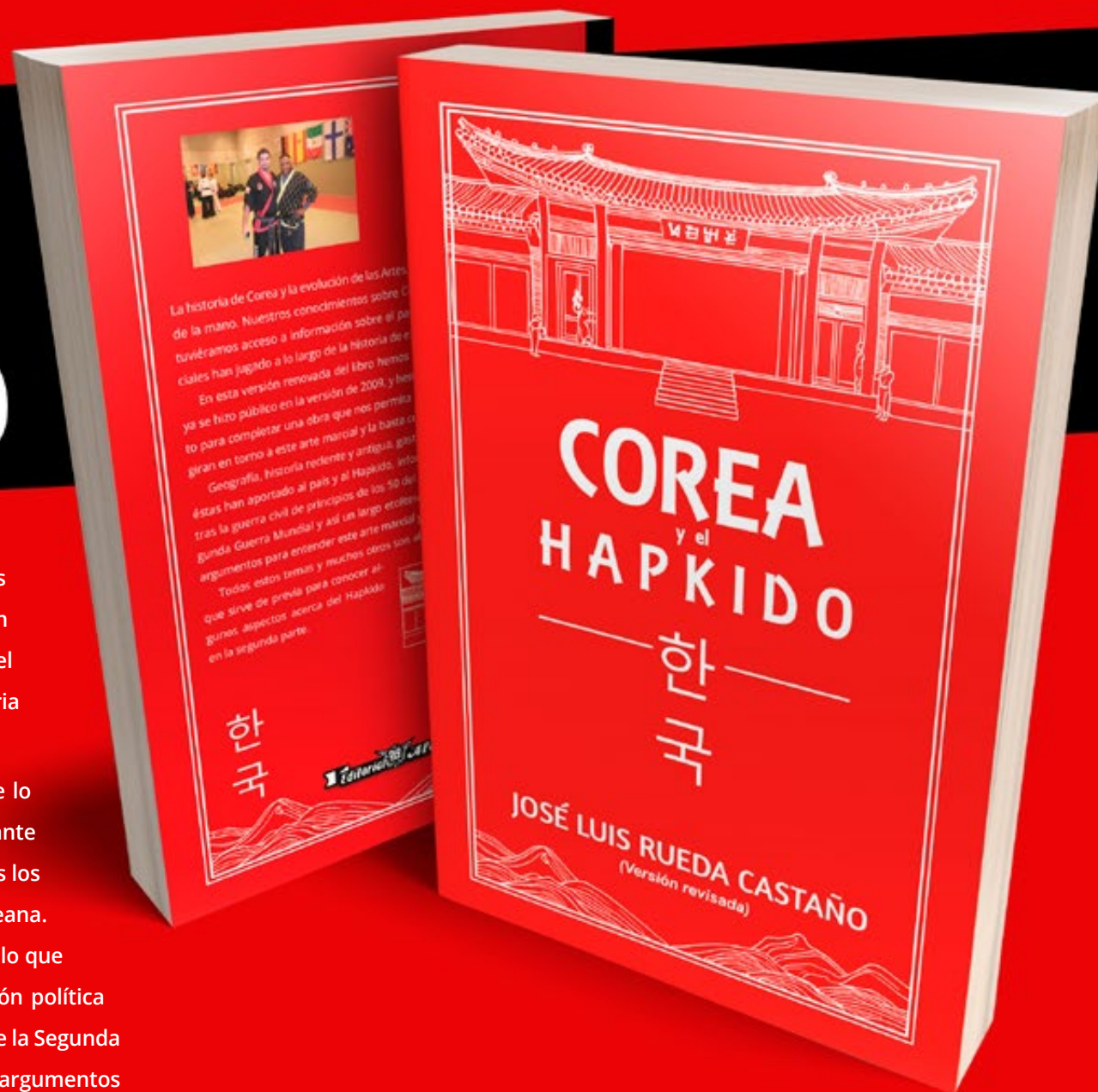
C/ Villarroel, 124 (bajos) / 08011 Barcelona / info@editorial-alas.com

COREA y el HAPKIDO

La historia de Corea y la evolución de las Artes Marciales originarias de allí, van de la mano. Nuestros conocimientos sobre Corea estarían incompletos si no tuviéramos acceso a información sobre el papel crucial que los artistas marciales han jugado a lo largo de la historia de esta nación del sudeste asiático.

En esta versión renovada del libro hemos revisado el contenido de lo que ya se hizo público en la versión de 2009, y hemos añadido bastante argumento para completar una obra que nos permita conocer todos los aspectos que giran en torno a este arte marcial y la basta cultura coreana. Geografía, historia reciente y antigua, gastronomía, sus religiones y lo que éstas han aportado al país y al *Hapkido*, información de su situación política tras la guerra civil de principios de los 50 del siglo pasado, secuelas de la Segunda Guerra Mundial y así un largo etcétera, nos permiten tener todos los argumentos para entender este arte marcial y la sociedad que le dio vida.

Todos estos temas y muchos otros son abordados en una primera parte que sirve de previa para conocer algunos aspectos acerca del *Hapkido* en la segunda parte.



Por **José Luis Rueda Castaño**
ISBN 978-84-203-0707-7
P.V.P. 24€ / 348 páginas

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

Última foto de
Carlos Vidal,
Roland Hernaez
y Miguel Ángel
Ibáñez (mayo
2023)

Si por ser artista marcial me creo mejor que alguien, estoy en un error. Lo correcto, si buscamos ser mejor personas, es buscar los valores y no las técnicas.

CARLOS VIDAL

El pasado día diez de enero nos dejaba inesperadamente un referente del *Nihon Tai Jitsu* español, no solo un referente, sino también su introductor en nuestro país, me refiero a **Carlos Vidal de Castro-Palomino**. Hace un par de años, en nuestra revista, tuvimos la oportunidad de entrevistarle y dar a conocer un poco su figura a las nuevas generaciones. Hoy queremos rendirle un pequeño homenaje a modo de "hasta pronto"...

Carlos Vidal y sus vivencias...

Por **MIGUELA IBÁÑEZ ESPINOSA**
Subdirector de Grados de NTJ de la RFEKDA
6º Dan Nihon Tai Jitsu / Nihon Jujutsu
6º Dan Aikijujutsu Kobukai

El nombre de Carlos Vidal es conocido por todos los *taijitsukas*, ya que casi es una pregunta obligada en los exámenes de cinturón negro de la disciplina. ¿Quién introdujo el *Tai Jitsu* en España? ¿En qué año?... Son preguntas que los *taijitsukas* oyen a menudo en sus exámenes. Además para aquellos, ya sean competidores o que participan en los diversos cursos que se organizan a nivel nacional o internacional, era una figura habitual al borde del tapiz. Hacía muchos años que ya no se vestía con *keikogui*, no por falta de ganas, pero no faltaba nunca a ninguna de las visitas que realizaba el maestro **Roland Hernaez** a nuestro país, ni a nuestros campeonatos nacionales, en los que siempre hacía algún comentario al respecto de muchas cosas, acompañado de su cámara de fotos (de carrete) con la que te fotografiaba cuando menos te lo esperabas... En definitiva, los más jóvenes lo han conocido siendo una figura secundaria y no protagonista de nuestra historia.

Otros, en cambio, como alguno de sus alumnos más antiguos, Agustín Martín Zazo por ejemplo, lo conocen desde los años setenta. Lo han visto luchar por el desarrollo del *Tai Jitsu* primero y del *Nihon Tai Jitsu* después, con sus aciertos y sus equivocaciones, pero siempre luchando por el bien

“Durante el final de los años setenta y el principio de los ochenta puso las bases para que el Tai Jitsu de esa época se desarrollase en muchas comunidades autónomas”

común y el desarrollo del *Nihon Tai Jitsu*. Durante el final de los años setenta y el principio de los ochenta puso las bases para que el *Tai Jitsu* de esa época se desarrollase en muchas comunidades autónomas, desde su puesto como Secretario General de la *Federación Española de Karate* gozaba de una posición que permitió el desarrollo de nuestra disciplina. Posteriormente dejaría el plano federativo pero nunca la disciplina.

Cuando hablamos de él como persona, parece difícil encontrar a alguien tan cercano cuanto esta persona ha tenido un currículo marcial como el de Carlos Vidal, que seguramente no parecerá extraordinario en lo referente a los grados obtenidos¹ pero sí lo fue en vivencias y en las personas con las que compartió su camino; toda la primera generación del *Judo* y el *Karate* nacional, los primeros grandes competidores nacionales de *Karate* o figuras destacadas como Yves Klein, Fabián del Valle y un largo etcétera de figuras internacionales que no quiero citar para no olvidarme a nadie. Como una vez me dijo el propio Carlos: “Miguel, yo a lo largo de mi vida no he sido nadie, pero sí he tenido la fortuna de que me he topado con mucha gente

interesante” y como a él le gustaba recordar tenía anécdotas únicas, como que él fue el primer español en practicar *Karate* con un japonés, ya que fue el primero en entrenar con Hiruma cuando vino a España o que él fue el único español que estuvo presente en el **Campeonato del Mundo en Long Beach** y vivió el lío protagonizado por nuestro común amigo, Dominique Valera. Su currículo, en el que podemos destacar sus grados de 6º *Dan* de *Nihon Tai Jitsu*, 4º *Dan* de *Karate*, 1º *Dan* de *Judo* y cómo no, que ha sido Juez Internacional de *Katas* y Árbitro Internacional de *Kumite* de la *Unión Europea de Karate*. A todo este currículo técnico tenemos que añadirle, como ya hemos mencionado, sus labores administrativas, como el hecho de que fuera el primer Secretario General de la joven *Federación Española de Karate*, recién separada de la *Federación de Judo*, y a su vez Secretario General de la U.E.K., siendo además miembro del *Comité Olímpico Español*... Si tuviéramos que describir todos sus logros y vivencias necesitaríamos una enciclopedia, como aquella enciclopedia de las Artes Marciales en la que colaboró con Antonio Oliva en los años ochenta.

¹. Hoy en día, si no tienes media docena de octavos danes parece que no eres nadie en las artes marciales, en los años sesenta y setenta hasta llegar a un cinturón marrón era todo un logro, y no hablemos de un cinturón negro de varias disciplinas como *Judo* y *Karate*.



Carlos Vidal, Agustín Martín, José Luis Rivera, Antonio Enjuto y Miguel Ángel Ibáñez (Madrid 2024)



Agustín Martín, Carlos Vidal y Antonio Moreno Marquero, presidente de la RFEK

Cuando conversaba con él sobre el *Tai Jitsu* que llegó a nuestro país en los años setenta, él siempre desmitificaba las cosas, las hacía mucho más normales y como él mismo decía definiendo al *Tai Jitsu*: “Para mí el *Tai Jitsu* es lo que es, aplicación de unas técnicas a la defensa personal. Los orígenes en esa época me importaban muy poco y a nivel práctico sigue sin aportarme nada”. Con eso no buscaba deslegitimizar nada, sino darle la importancia que para él tenía, es decir, ninguna.

Me gustaría poder reflejar mi gratitud personal hacia Carlos Vidal por las innumerables horas de conversaciones que hemos pasado² haciendo mesa redonda con él, Javier Moreno o Agustín Martín, filosofando sobre las artes marciales en España, el *Tai Jitsu* y sus orígenes y cómo, no, riéndonos; todo aquel que ha conocido a Carlos sabe que era un bromista empedernido, le gustaba disfrutar de la compañía de los demás y hacerles disfrutar de su compañía.

Allá donde estés, Carlos, seguro que harás disfrutar a los que te rodean, y además estoy seguro de que algo de artes marciales les enseñarás. Muchas gracias por ser como has sido con todos nosotros.

Por Miguel A. Ibáñez Espinosa, en nombre de toda la Comisión Nacional del Departamento de Nihon Tai Jitsu de la RFEKDA ■

2. Ver EL BUDOKA 2.0 nº 69 de Noviembre de 2022: “Carlos Vidal y sus vivencias en el desarrollo marcial nacional...”.

Primeros cintos
negros de Tai
Jitsu en España

“Me gustaría poder reflejar mi gratitud personal hacia Carlos Vidal por las innumerables horas de conversaciones que hemos pasado haciendo mesa redonda con él”

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 agradecería:

- ¿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

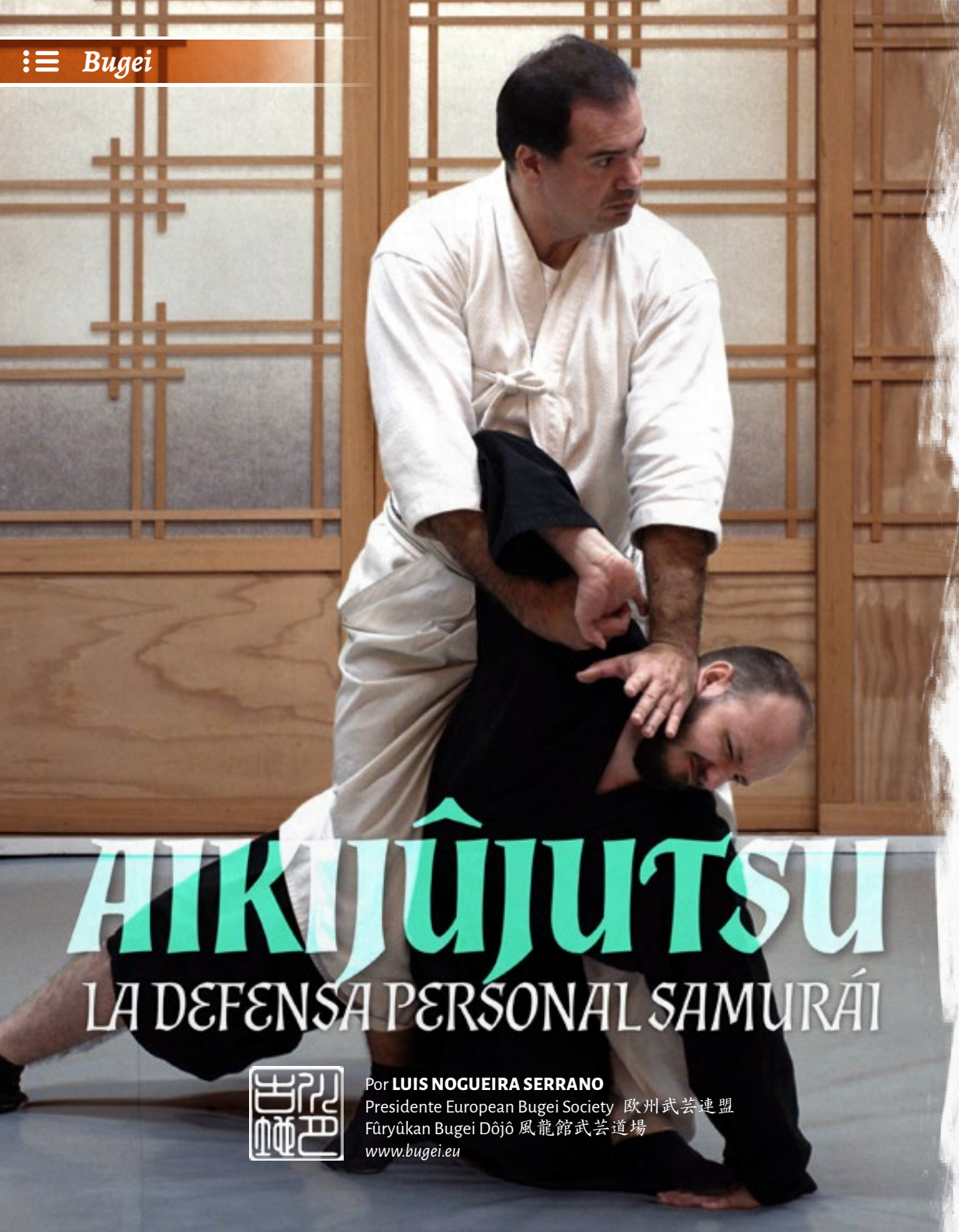


EDITORIAL ALAS

C/ Villarroel, 124 (bajos)

08011 Barcelona

info@editorial-alas.com



AIKIJÛJUTSU

LA DEFENSA PERSONAL SAMURÁI



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

Continuamos el artículo de la edición anterior en el que tratábamos las formas de defensa personal del *samurai*, el *jûjutsu*.

En esta ocasión vamos a tratar una versión singular y con personalidad propia de la anterior, el *aikijûjutsu*. Somos conscientes de que esta disciplina, en lo que se refiere a su nombre y orígenes, entre otros, no está exenta de polémica, pero en nuestro cometido habitual aspiramos a arrojar algo de luz en la materia.

Aunque el término *aikijûjutsu* 合気柔術 (lit. arte flexible del encuentro de la energía) es de acuñamiento relativamente moderno (s.XIX) y plenamente ligado a la tradición de *daitô ryû*, de Takeda Sokaku, bien es cierto que este maestro reutilizó el término, casi olvidado entonces, de *aikijutsu* 合気柔術 o *aikinojutsu* 合気之術 (ya no exclusivo de dicha tradición), empleado para denominar un arte secreto, presumiblemente desarrollado por el clan Minamoto, que pasó a llamarse clan Takeda durante el periodo feudal y que se posteriormente fue adoptado por el clan Aizu, al norte de Japón. Esta hipótesis oficial, no siendo la única que existe, es la que defiende la *daitô ryû*, pero de relativamente escasa verosimilitud para algunos historiadores. Desde nuestra humilde opinión, resulta difícil argumentar en un sentido u otro y preferimos centrarnos en el arte que hoy tratamos.

De igual manera, a muchos lectores familiarizados con *daitô ryû* les saltarán las alarmas que escriba alguien totalmente ajeno a dicha tradición. No es

nuestro interés hablar precisamente sobre dicha tradición sino sobre las vinculaciones del *aikinojutsu* con el *jûjutsu* que, aunque no de forma generalizada, trasciende el ámbito de la tradición anteriormente mencionada. En concreto, en lo que atañe a la escuela que sí podemos hablar, *ogawa ryû*, el término seguramente también se introduzca en un periodo coetáneo al siglo XIX, aunque sus técnicas puedan trazarse tiempo atrás.

Para esta tradición, el anteceder *aiki* tiene una función de distinción con respecto al *jûjutsu*, ya que hereda ambas formas y tienen rasgos lo suficientemente diferentes y de entidad entre ellas para separarlas. Mientras que el *jûjutsu* se basa en los principios de adaptación (simplificando: al empuje o tracción del atacante) y el uso de mecanismos de palanca para maximizar resultados; al *aikijûjutsu* se le suman los mecanismos de torsión para mantener al oponente a distancia, generando toda una gama distinta de controles, proyecciones, etc. Esto permite una elevada eficiencia en sus técnicas, siendo ésta otra de las grandes características de la disciplina. Pero esto es solo una de las múltiples virtudes técnicas que ofrece esta disciplina, veamos más.

El concepto de *kuzushi* 崩 también presenta algunas diferencias notables entre estas dos disciplinas hermanas. Mientras que en el *jûjutsu* se provoca un desalineamiento de la estructura corporal en relación con la base de sustentación para anticipar el colapso; en *aiki*

se busca que el cuerpo del oponente quede incapacitado para una reacción inmediata, obligando a una recolocación para poder resistir o contraatacar. Esto se consigue mediante las acciones conjuntas de flexión (o extensión) y la torsión del tronco. No obstante, en niveles más avanzados de la materia se habla de *sukima* 隙間 (lit. espacio, abertura) en lugar de *kuzushi*, teniendo un sentido de creación del vacío, que antecede el colapso mientras que *tori* adquiere una situación de salvaguarda y dominio.

Desde la toma del contacto, el *aikijûjutsu* prioriza el control del oponente, optimizándolo paso a paso. En la intercepción se emplea el *musubi* 結 (lit. conexión, atado), consistente en manipular desde el primer contacto manteniendo una presión constante que impida una liberación directa del atacante. Éste se encontrará en una situación más perjudicial para su liberación según se desarrollen los movimientos. Esta cadena de acciones busca lograr dos principios importantes de la disciplina: transferir la energía ubicándola en el punto concreto; y drenar la fuerza resistente del adversario.

Pudiera parecer incoherente con lo anterior que las técnicas puedan desarrollarse mediante las siguientes dos vías: *tsukamae* 捕 (lit. arresto) o *hodoki* 解 (lit. liberación). Nos referimos al hecho de que pudiera parecer contradictorio que una técnica que se base en mantener el contacto continuo pueda devenir en una acción de lanzamiento, pero esto tiene su razón de ser

en la necesidad de proyectar a los oponentes contra otros que nos asedian o contra un obstáculo que garantice una mejor situación personal en la defensa, por ejemplo, en caso de que podamos esgrimir un arma.

Otro rasgo distinguible es la profunda influencia que otras disciplinas del *bugei*, como el *kyûjutsu* (ver *El Budoka* 2.0 nº 53), *bajutsu* (nº 76) y, muy especialmente, el *kenjutsu* e *iai*jutsu, se manifiestan en sus guardias, desplazamientos, somática y concepción técnica. Para este estilo se hace indispensable el conocimiento profundo de estas disciplinas para poder tener un entendimiento completo de la técnica.

El uso de *atemi* (ver *El Budoka* 2.0 nº 58) también presenta singularidades a destacar. Por un lado, las mecánicas de descarga del golpe son más propias de artes como la esgrima, de la que hemos hablado anteriormente, que de cualquier otra influencia marcial. Como en el *jûjutsu*, el golpeo no es un fin en sí mismo, ya que forma parte del repertorio en su conjunto, que tiene por objeto la defensa efectiva y el aprisionamiento del atacante. El empleo de *tsubo* 壺 (lit. punto de presión; en esta acepción), que tampoco le es exclusivo, pero que cobra una dimensión más refinada y sibilina, siendo parte relevante de la técnica, no solo actuando sobre ellos mediante golpes, sino también dentro de las propias tomas y controles.



“Al aikijûjutsu se le suman los mecanismos de torsión para mantener al oponente a distancia”

“Desde la toma del contacto, el aikijûjutsu prioriza el control del oponente”



“El empleo de tsubo cobra una dimensión más refinada y sibilina, siendo parte relevante de la técnica”

Los contenidos de esta materia en nuestra tradición son ingentes. En el nivel inicial *shoden*, se presentan un total de diez series de *kata* (de *ippon me* a *juppon me*), sumando un total de 100 secuencias en las que se ilustran las bases técnicas en defensa contra agresiones desarmados en posición de pie. Además, se añaden otros estudios de formas tradicionales *seiteigata*, destacando:

- El ***tantô shirahadori*** 短刀白刃取 (lit. apresar al oponente con cuchillo) desarrolla la peligrosidad del arma blanca estudiando pormenorizadamente los riesgos y cómo protegerse ante ellos. El estudio básico consta de 20 secuencias de *kata*.
- El ***shinken shirahadori*** 真剣白刃取 (lit. apresar al oponente con espada real) en el que se aplican defensas contra un agresor armado con una *katana* de acero. Las técnicas analizan tanto la situación de desenvaine (lo cual puede tender a equivocar atendiendo al nombre del estudio) o con la espada desenvainada.
- El ***nuki tôdomegaeshi*** 抜刀止返 (lit. contrar la detención del desenvaine de *katana*) analiza el contexto de que nuestro desenvaine sea bloqueado y respondemos empleando técnicas de *aiki* en lugar de forcejear para lograr nuestro desenvaine. En el nivel inicial se estudian 10 formas dentro del prisma de esta disciplina.
- El ***fuidome*** 不意止 (lit. detener lo imprevisto) trata sobre las formas de defensa cuando el atacante se cierne sobre nosotros de forma totalmente inesperada. Se analizan 10 formas por cada una de las 3 aproximaciones. Sus técnicas se realizan en su formato en suelo, pero se puede trabajar sus variaciones en posición en pie.

En paralelo, se desarrolla un método analítico en el que se presentan 15 técnicas de control y 30 técnicas de derribo/proyección fundamentales (sin contar variaciones) que son aplicadas en varias versiones ante diferentes situaciones de agarre (5 tipos en 10 puntos en 3 aproximaciones) y de ataque. Además, este método se aplica en un *keiko* formalizado de 30 formas, así como un anexo de 50 formas que presentan una serie de fundamentos más avanzados de esta disciplina. Estas prácticas enlazan con los apartados de *jiyū renshu* 自由練習 (lit. práctica libre), donde el atacante (o atacantes) se abalanza sobre el defensor de forma libre y éste puede realizar cualquier técnica oportunamente. A esto debemos añadir el estudio de *suwari* 座 (lit. sentado) o defensa en suelo en el que se desarrollan 50 formas básicas.

Otro apartado son las secuencias técnicas que desarrollan de forma más libre aprisionamientos concretos como *sugi kudaki* 杉碎 (lit. aplastar el cedro), *hane kudaki* 羽碎 (lit. aplastar las alas), entre varias decenas de técnicas, partiendo desde variadas situaciones y mediante diferentes procedimientos específicos para cada una.

A esto, y aún en el nivel de *shoden*, hay que añadir lo que se conoce en nuestra tradición por métodos *hō* 法, y que ya hemos hablado en textos anteriores, refiriéndose a apartados que quedan definidos por conceptos y no por *kata* (ejemplos de referencia). Uno de los grandes valores de estos métodos es que son seña de identidad de *agawa ryū*, no existiendo en otras tradiciones. Entre ellos se encuentran:

- El **renkaku** 連拘 (lit. continuar la toma) es un método consistente en defenderse contra intentos de arresto y no contra una agresión. No obstante, su rasgo más distintivo es que presenta un desarrollo de técnicas de defensa contra técnicas de proyección cuando el *aikijūjutsuka* se encuentra en una posición de *melee*, siendo tomado del cuerpo o del traje.
- El **mutokudori** 武徳捕 (lit. capturar con virtud/respeto militar) trata de formas de aproximación, reducción y arresto empleando los principios y elementos técnicos del *aikijūjutsu*.
- Entre muchos otros...

Es erróneo pensar que la práctica de esta disciplina se limita exclusivamente al empleo del cuerpo desarmado ya que pueden emplearse armas de apoyo. De hecho, la vinculación entre la esgrima y esta materia tiene origen en la aplica-



“Es erróneo pensar que la práctica de esta disciplina se limita exclusivamente al empleo del cuerpo desarmado”

ción de las técnicas armados con *katana* (entre otras) cuando somos tomados para ser arrestados, conocida como *kiri tōdome-gaeshi* 切刀止返. Consecuencia singular de esto es el uso de bastones como el *bō* (ver *El Budoka* 2.0 nº 77) o el *jō* (nº 78) para este fin, conocido como *taiho* 逮捕 (lit. arrestar) que nos ofrece un nuevo escenario de aplicación de los principios y técnicas de esta materia.

Finalmente, resta el análisis de la defensa contra varios oponentes. Por un lado, se estudian, todavía en el nivel inicial, 20 formas de defensa contra 2 o más atacantes que pretenden reducirnos y atarnos siendo conocidas como *shibarareta* 縛られた (lit. siendo restringido/atado). Nuestra intención no puede ser nunca la de enfrentarnos de tú a tú contra ellos, sino pretendemos buscar una oportunidad para poder recuperar una situación más favorable. Esto es soltarnos de ellos, normalmente mediante giros o elementos técnicos de *aiki* que obstaculice a los atacantes, provocando su incapacidad de mantener el agarre, incluso cayendo, permitiéndonos la suelta y la posterior nueva situación en la que podemos esgrimir un arma que nos ofrezca mejores garantías de supervivencia.

Caso diferente es el de *tomura no heihō* 門村之兵法 (lit. la táctica de la puerta de la aldea) en el que también nos defendemos contra varios oponentes, pero

con un resultado totalmente distinto. En este caso el objeto sí es que los atacantes queden apresados tras las técnicas, pudiendo ser ataques sucesivos o al mismo tiempo. Evidentemente, a más número de atacantes y a mayor simultaneidad las posibilidades se reducen. El curioso origen del nombre de este apartado proviene de una antigua táctica de la tradición en la que los prisioneros eran atados en la periferia de la aldea haciendo que además de las cuerdas, las posiciones de las extremidades obstaculizaran el movimiento de los reos.

Habiendo realizado un recorrido superficial por una parte significativa del programa del nivel *shoden* de esta disciplina en la tradición de *ogawa ryū* para ilustrar los variopintos contenidos de esta fascinante disciplina nos queda ofrecer al lector una presentación gráfica en forma de vídeo que demuestra algunos de las técnicas y métodos tratados durante este texto y que esperemos que sean de valor al observador. Puede encontrar el enlace inmediatamente después del siguiente párrafo. Finalizamos quedando a disposición, a través de nuestras vías de contacto, de atender cualquier duda e inquietud que puedan surgir.



<https://www.youtube.com/watch?v=09mrYZuNuBM>



EXPERTOS EN CULTURA SAMURAI

DESDE 2007 TE ACERCAMOS AL JAPÓN LEGENDARIO



UNETE Y SE LIDER EN TU PAÍS

HONOR CORAJE SABIDURÍA

AHORA SOMOS + CANADA
ESPAÑA EE.UU.
REINO UNIDO MEXICO
ISRAEL COLOMBIA

COMPROMISO - CONSTANCIA - SUPERACIÓN

ESCUELA MILITAR TRADICIONAL



武芸

2025



FÜRYÜKAN
BUGEI DÔJÔ

風龍館

CRECE CON BUGEI

1 MARCA UNA REUNIÓN SIN COSTE

TE EXPLICAMOS TODO Y RESPONDEMOS A TUS PREGUNTAS
ESCRIBENOS: LUIS@BUGEI.EU

2 CREAMOS UN PLAN PERSONALIZADO

2. A DISTANCIA

Clases privadas online
y mentoring

3. RESIDENTE

Alójate y perfecciona
tu nivel de forma integral
en el HONBU DÔJÔ

3 AVANZA A TU RITMO

- OFRECEMOS FLEXIBILIDAD
- CONTENIDOS POR MÓDULO: DISCIPLINA POR NIVEL
- SISTEMA PULL: TU TOMAS LA INICIATIVA

Especializados en Artes Militares Clásicas
Formación | Mentoring | Consultoría



EUROPEAN
BUGEI SOCIETY

www.bugei.eu

Karate

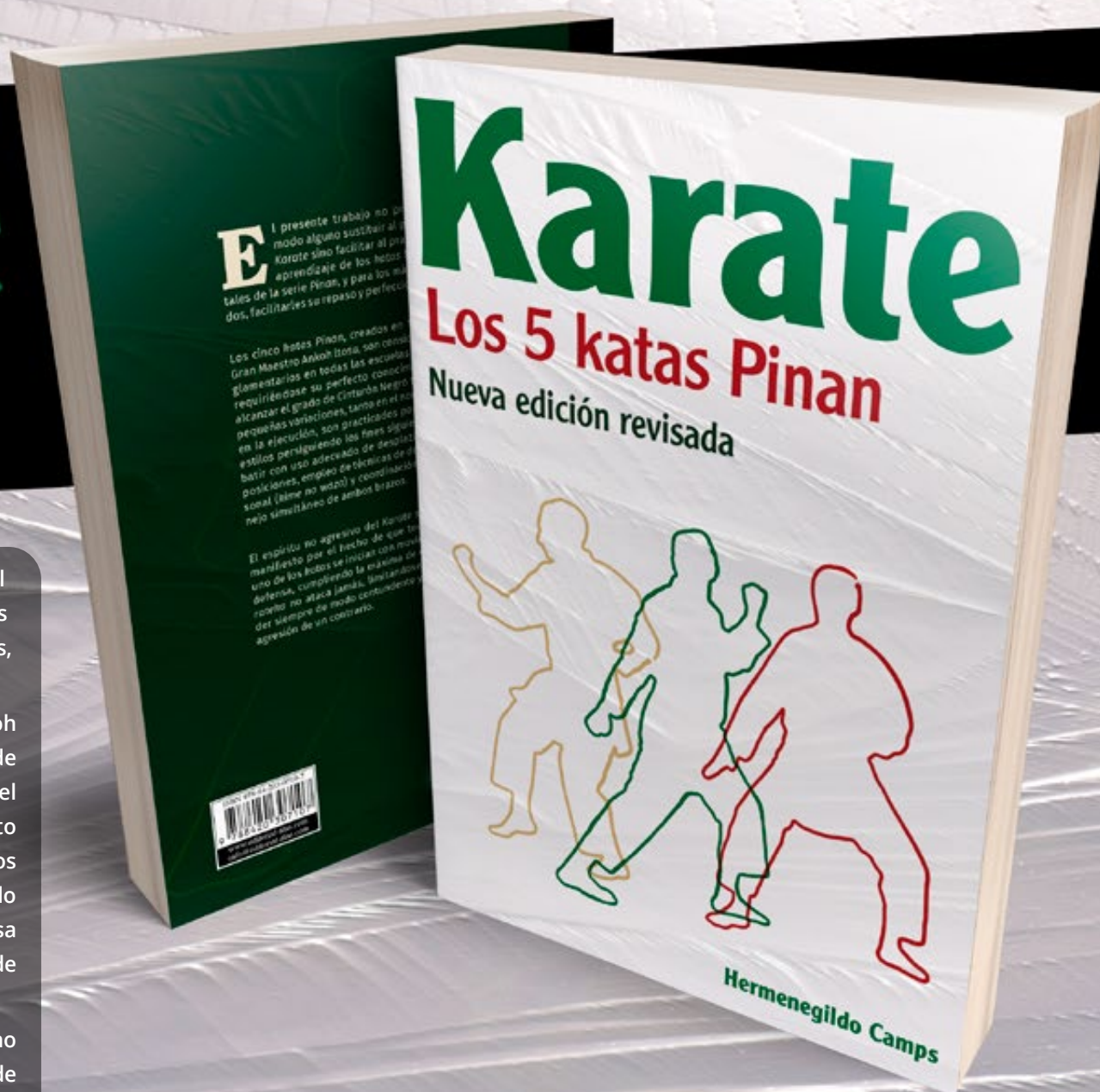
Los 5 katas Pinan

Nueva edición revisada

El presente trabajo no pretende en modo alguno sustituir al profesor de Karate sino facilitar al practicante el aprendizaje de los katas fundamentales de la serie Pinan, y para los más avanzados, facilitarles su repaso y perfeccionamiento.

Los cinco katas Pinan, creados en 1907 por el Gran Maestro Ankoh Itosu, son considerados reglamentarios en todas las escuelas de Karate, requiriéndose su perfecto conocimiento para alcanzar el grado de Cinturón Negro 1er Dan. Con pequeñas variaciones, tanto en el nombre como en la ejecución, son practicados por todos los estilos persiguiendo los fines siguientes: combatir con uso adecuado de desplazamientos y posiciones, empleo de técnicas de defensa personal (kime no waza) y coordinación en el manejo simultáneo de ambos brazos.

El espíritu no agresivo del Karate se pone de manifiesto por el hecho de que todos y cada uno de los katas se inician con movimientos de defensa, cumpliendo la máxima de que un karateka no ataca jamás, limitándose a responder siempre de modo contundente y eficaz a la agresión de un contrario.



Por **Hermenegildo Camps**
ISBN 978-84-203-0710-7
P.V.P. 18€ / 144 páginas

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

Mi Wing Chun, mi verdad

Por NINO BERNARDO

Jordi Carbajo Cáliz tenía ya su kilometraje en *Wing Chun* cuando nos conocimos hace unos veinte años. Él es de la nueva generación de alumnos que también ha entrenado con mis más antiguos alumnos así que tiene la experiencia de haber aprendido conmigo y también ha entrenado con los que habían aprendido conmigo desde los años 80. Se deja llevar por su entusiasmo. Ha asistido a muchos de mis seminarios y los ha organizado en Vic. Me da mucho orgullo y placer presentaros este artículo suyo.

Wing Chun es un sistema flexible que, dependiendo de cómo se practique, nos brinda unos resultados u otros.

Aunque pienso que *Wing Chun* te desarrolla psicológicamente y obtienes unas virtudes que un “guerrero” debería tener, todo ello a través de un trabajo físico.

Quitando toda la épica que las películas le han otorgado a los guerreros, *Wing Chun* ayuda a una persona a adquirir las virtudes de un guerrero el cual es sereno, calmado, analizador, efectivo, creativo, espabilado, vivo, que acepta la situación que le toca vivir y la gestiona de la mejor manera y es humilde (porque acepta vivir lo que le toca vivir, porque sabe ver sus fallos, los intenta corregir y aprender de ellos) entre otras muchas cosas.

El sistema nos brinda unas piezas (formas, *drills*, *chi sao*...) para un juego. Cuando tienes todas las piezas (no has completado el sistema, ya que nunca acaba) tienes que hacer que las piezas y tú seáis uno (interiorizar)

para así jugar con ellas cada vez de manera más inteligente y efectiva.

A través del juego continuado, de la contemplación en tercera persona y reflexión de lo que está sucediendo durante la práctica, puedes analizar y observar cómo te estás comportando y cómo se comporta la persona que tienes delante, empiezan a aflorar en ti las virtudes del “guerrero” en algunas ocasiones y como muchas veces no somos capaces de obtener dichas virtudes por simplemente buscarlas. Cosas que vamos a ir interiorizando con la práctica, que son extrapolables al día a día y nos modifican en temas de actitud y conducta.

Depende de cómo tome yo mi práctica mis virtudes de “guerrero” se verán más o menos desarrolladas pudiendo hacer un efecto totalmente diferente dependiendo cómo lo practique y el enfoque que le demos al entrenamiento.

Hablo del desarrollo del guerrero pero no de pelear ya que pelear sería como el efecto secundario o el último recurso a utilizar. Cuanto más practique el puño mejor sabré dar un puñetazo si me centro en hacer un buen trabajo, pero la práctica continuada y obsesiva de mejorar mi puño me darán virtudes del guerrero, constancia, sacrificio, aceptar que debemos mejorar, etc., obtener un buen puño es el trabajo secundario.

A parte, te mantiene en forma y ¡es muy divertido! ■

ENCICLOPEDIA DEL JEET KUNE DO



VOLUMEN I **JKD/KICKBOXING**

238 páginas | pvp 20€
9788420305301



VOLUMEN II **JKD/KICKBOXING**

214 páginas | pvp 20€
9788420305646



VOLUMEN III **JKD/GRAPPLING**

128 páginas | pvp 20€
9788420305776



VOLUMEN IV **JKD/DEFENSA PERSONAL**

230 páginas | pvp 20€
9788420306070



VOLUMEN V **MUK YAN JONG/JUN FAN Y JKD**

170 páginas | pvp 20€
9788420306490

Joaquín Almería es Doctor en Medicina Tradicional China y Qi Gong médico por las universidades de Beijing en China y de Santa Mónica en USA. Es también Doctor en Medicina Oriental en el estado de Nevada USA. Es instructor bajo Dan Inosanto de JKD y único español en dar clases en su academia de Marina Del Rey (California).

Esta enciclopedia es la culminación de un exhaustivo trabajo de investigación de más de 20 años. Es uno de los proyectos más ambiciosos jamás publicados sobre Jeet Kune Do, pues trae por primera vez de forma escrita TODAS Y CADA UNA de las técnicas del JKD original que Bruce Lee mostró a TODOS sus alumnos.



VOLUMEN VI **JKD/TRAPPING**

124 páginas | pvp 20€
9788420307084

LA SABIDURÍA MARCIAL AL SERVICIO DE LA SOCIEDAD

Violencia filio-parental



Por **GUZMÁN RUÍZ GARRO** // www.hapkidoeh.com

Cinturón negro 7º Dan de Taekwondo // Cinturón negro 6º Dan de Hapkido
Practicante de Judo y Jiu Jitsu // Experto en Defensa Personal //
Analista económico // Colaborador habitual en varios medios de
comunicación escritos // Autor de 6 libros sobre las artes marciales
coreanas y la contención física ante conductas agresivas

Cuando le hicimos la primera entrevista, a propósito de la publicación de su libro *Conductas agresivas: control y manejo*, ya nos adelantó algunos aspectos relacionados con la concomitancia de las artes marciales y el ámbito de los cuidados.

Decididos a profundizar en su análisis, le proponemos disertar sobre la violencia de hijos a madres/padres y la utilidad de los conocimientos marciales en el tratamiento de este fenómeno que, hoy día, parece estar tomando una creciente relevancia social.

■ ¿Cómo definiría la violencia filio-parental?

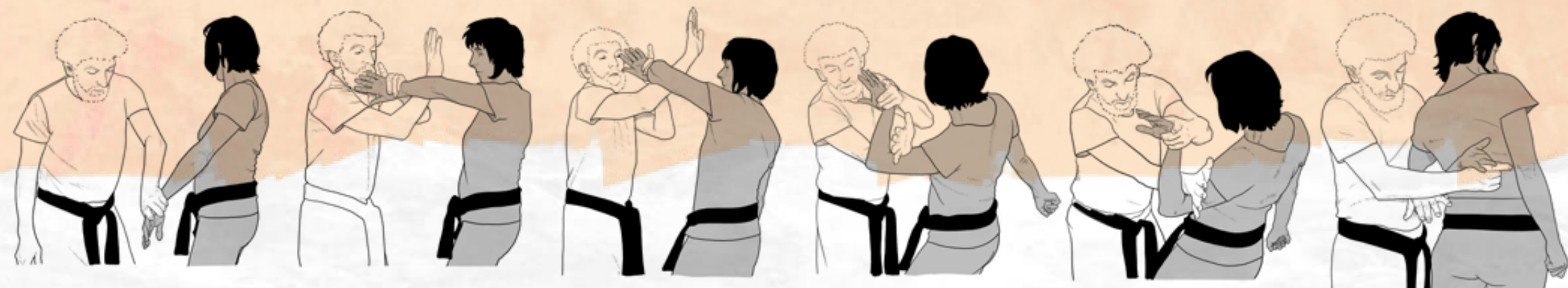
La violencia filio-parental abarca el conjunto de conductas reiteradas de violencia física o psicológica dirigida de los hijos/as a los progenitores, o a aquellos adultos que ocupan su lugar. Se excluyen las agresiones puntuales y las que se producen en un estado de disminución de la conciencia.

La violencia filio-parental no es una anomalía que pueda resolverse en el ámbito privado. Los conflictos familiares, y en los casos de mayor gravedad, la violencia ejercida de hijos/as a sus propios padres/madres, afecta también a la integración de los jóvenes en la sociedad, a nivel escolar, laboral y comunitario.

■ ¿Qué datos se registran?

Durante 2023, 4.416 expedientes fueron abiertos a adolescentes y jóvenes por delitos de violencia filio-parental. Cada año se inician más de 4.000 trámites a jóvenes por este tipo de ilícito, pero sólo se denuncian los casos más graves, entre un 10% y un 15% del total.

La media de edad de los hijos/as es de 15 años y medio. La media de edad de los progenitores es de 43 años. En el 56%, la violencia es ejercida por los hijos y en el 44% por las hijas. El 30% se trata



“La violencia filio-parental no es una anomalía que pueda resolverse en el ámbito privado”

de hijos/as únicos/as. En el 54%, los/as hijos/as han disminuido su rendimiento escolar. En el 23% de los casos, los hijos/as han sufrido acoso escolar. En el 49%, los/as hijos/as presentan algún tipo de adicción. En el 32%, los/as hijos/as han sido testigos de algún tipo de violencia.

Háblenos de las singularidades de las personas jóvenes que muestran ese desprecio hacia sus padres.

Las características más destacables de los adolescentes con delitos de violencia filio-parental fueron las dificultades escolares y la vio-

lencia fuera del hogar, lo que podría vincularse con un perfil de inadaptación social. Además, los infractores que eran violentos hacia alguno de sus progenitores presentaban un porcentaje mayor de trastornos psicológicos que los infractores por otros delitos, y entre los trastornos más frecuentes se encontraban aquellos incluidos dentro de la categoría de déficit de atención y comportamiento perturbador.

Nos adelantaba usted que los conocimientos marciales son de utilidad social. En el caso que nos ocupa, indíquenos

de qué manera se ayuda a atenuar estos conflictos.

En los casos más graves, en los que chicos y chicas menores de edad deben cumplir una medida judicial impuesta por un juzgado de menores tras haber cometido un delito, las educadoras/es que gestionan los centros especializados se tropiezan con un contexto complejo y deben ajustar todas sus intervenciones a una praxis impecable. Concreto: qué hacer ante la violencia auto infligida: comportamiento suicida y autolesiones.

Proteger a la persona que se auto agrede o es agredida tratando de minimizar en lo posible daños físicos es una obligación ineludible. Realizar una inmovilización física personal sería pertinente. Y es aquí donde las técnicas de contención que emanan de las artes marciales juegan un papel primordial. Eso sí, siempre que las y los responsables del cuidado en estos centros hayan recibido una formación amoldada a estas especiales circunstancias. Resalto que la indicación médica es imprescindible.

¿Existe algún manual autorizado que ilustre las técnicas de contención física que se pueden realizar en estos casos extremos?

Si por ilustrar se refiere a estampar o dibujar cómo impedir que un chico o chica se autolesione, delimitando las secuencias técnicas de control, no existe. Y es en esta coyuntura donde se dan las disquisiciones éticas sobre si es presentable o no impedir una agresión o una autolesión, haciendo contenciones e inmovilizaciones físicas en los espacios de cuidados, sin lesionar o menoscabar a la persona.

“La falta de consenso sobre qué medidas serían adecuadas agrava los partes de lesiones entre las personas cuidadoras y las cuidadas”

Deduzco que es en este escenario donde los profesionales de las artes marciales podrían aportar sus competencias.

Supongo que para evitar un mal mayor, sí cabría intervenir legítimamente a todos los efectos. Si hubiese una pócima mágica que evitase cualquier angustia o malestar sin recurrir a estos recursos, nos apuntaríamos todos. Nosotros, los expertos en estas lides, también impartimos enseñanzas relacionadas con el autocontrol y gestión del estrés, además de la detección de las conductas agresivas y disruptivas.

Una última sugerencia.

Los entrenadores de artes marciales que tengan en sus programas recursos para la realización de medidas de contención, inmovilización y conducción, pueden hacer una excelente aportación en la elaboración de un compendio ajustado a la legalidad vigente.

La falta de consenso sobre qué medidas serían adecuadas y cuáles no, deja las intervenciones, la ejecución de las contenciones, al libre albedrío, agravándose los partes de lesiones entre las personas cuidadoras y las cuidadas. Urge consensuar, legislar y remediar.

Como siempre una opinión muy interesante y bien argumentada que merece ser tomada en cuenta. ¡Muchas gracias!

Gracias a ustedes ■



Clases de Hapkido y Yusul



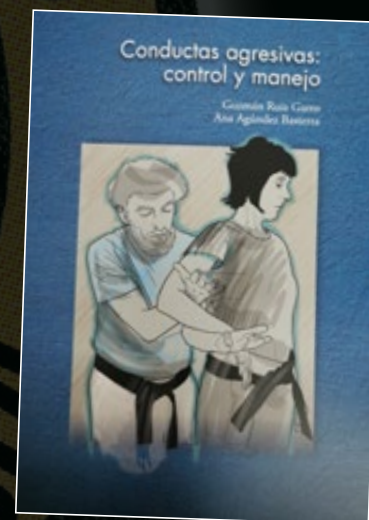
Enseñanza oficial: rigor, calidad técnica y capacidad analítica.

Todos los sábados, de 10:30 a 13 horas, en el gimnasio de la ikastola Artxandape.

Estrada San Agustín s/n. 48007 (Detrás del Ayuntamiento de Bilbao).

SERVICIOS

- Estudiantes de la Universidad Pública del país Vasco (UPV-EHU), créditos de libre elección.
- Formar a las personas cuidadoras en Medidas de Contención, en prevención y manejo de situaciones de riesgo como consecuencia de conductas agresivas.
- Impartir clases de Autodefensa en la UPV-EHU a las mujeres estudiantes, profesoras y personal femenino de la administración.
- Instruir en autodefensa o protección, colaborando con asociaciones o colectivos de mujeres, a requerimiento de éstas o de cualquier institución, estamento u organismo público o privado.
- Adiestrar a todas y todos los profesionales relacionados con la Seguridad.



CONTACTO

www.hapkidoeh.com

hapkidoeh@gmail.com

+34 688819482

Facebook: club hapkido shipchin

Instagram: clubshipchin



AESNIT



Asociación Española de Nihon Tai-Jitsu/Jujutsu/Kobudo

www.aesnit.es

Nihon Tai-Jitsu
Nihon Jujutsu
Nihon Kobudo
AikiDo

Tanbo Jutsu

Defensa Policial NITAIPO

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 **Figura** por la iniciativa

Por **EL BUDOKA 2.0**

Premià de Mar, municipio de la provincia de Barcelona, acogió la décima edición de la iniciativa **1000 Ukemi Solidaris** que abanderó el maestro Jaume Segura, 5º Dan, Shidoín de Aikido.

¿Cómo describiría el maratón de Aikido «1000 Ukemi solidaris»? ¿Qué representa el nombre escogido?

La realización de los maratones viene impulsada por la conciencia que tenemos algunos dentro del entorno del *Aikido*, es importante realizar actos que sean de carácter solidario y que estén íntimamente relacionadas con la filosofía del *Aikido*. El nombre de *1000 Ukemi Solidaris* corresponde a un viejo dicho según el cual no se puede hablar o entender algo si antes no se ha hecho mil veces, de ahí la aptitud de hacer las cosas con conocimiento.

Digamos que la práctica de caer y levantarse, de realizar los *ukemi* en Aikido, nos lleva también a desarrollar la capacidad de resiliencia que tiene el ser humano y la concien-

cia de saber caer para poder levantarse y afrontar de nuevo las adversidades.

¿Cómo se relaciona esta iniciativa con la práctica y filosofía del Aikido?

Creo que está íntimamente relacionado porque el *Aikido* no se entiende sin el comportamiento humanista; desde sus inicios siempre se ha orientado al beneficio mutuo entre los practicantes. Tratando de controlar los ataques desde el respeto, estamos haciendo un acto de solidaridad con la otra persona. Así, uno, ayuda a los demás y se ayuda a sí mismo.

¿Qué relación establece el Maratón con la sociedad civil? ¿Ha percibido algún tipo de ayuda por parte de la administración? ¿Ha entrado en contacto con ONGs o entidades similares?

Desde sus inicios, en 2012, hemos contado con el apoyo de entidades públicas y empresas privadas que han ayudado a tirar adelante estos maratones. Desde entonces siempre contactamos con distintas ONGs que trabajan directamente con las personas afecta-

das, como *Acción Contra el Hambre* para combatir la hambruna en Somalia, *Educo* para subvencionar becas comedor o distintos bancos de alimentos. En esta ocasión, la catástrofe vivida en una parte de Valencia nos ha motivado profundamente y hemos decidido colaborar con la *Fundació Horta Sud*, que trabaja para intentar regenerar la zona afectada.

¿Cómo describiría la acogida de este proyecto en la comunidad del Aikido?

La respuesta de los *sensei* invitados siempre ha sido muy positiva y por parte de los practicantes ha habido muchas ganas de colaborar y ayudar a personas que nunca alcanzaremos a conocer, que ni siquiera llegarán a saber que se ha realizado un maratón de *Aikido* para que puedan rehacer un poco su vida. Ha habido ediciones en que incluso hemos tenido que habilitar zonas para practicantes infantiles. Nunca es fácil poner en marcha iniciativas como esta, pero todo queda compensado cuando observas *el tatami* y ves disfrutar a maestros y alumnos, felices de ayudar sin pedir nada a cambio.



¿Quiere mandar un mensaje a la comunidad marcial?

Está claro que la situación en la que todavía se encuentra la zona afectada por la DANA en Valencia requiere

que la sociedad civil se movilice. Reclamaría mantener la empatía en el tiempo, desde la solidaridad y la conciencia que somos una sociedad que sin ayudarnos mutuamente no vamos a ningún lado ■



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

EL SIGNIFICADO DE LAS FORMAS DEL TAEKWON-DO

LA LUCHA POR LA INDEPENDENCIA (I): DO-SAN Y JOONG-GUN

Por **ANDREU MARTÍNEZ**

VII Dan de Taekwon-Do ITF // IV Dan de Haidong Gumdo // Director de la Escuela Juche Kwan

master@juchekwan.org // <https://juchekwan.org>

Corea, la tierra natal del *Taekwon-Do*, estuvo ocupada por el Imperio Japonés desde 1910 a 1945. Solo la victoria de los aliados en la Segunda Guerra Mundial puso punto y final a tantos años de dominación, acompañados del intento de asimilar la cultura coreana a la japonesa. Este fue el caldo de cultivo en el que nació el *Taekwon-Do*, cuyo nombre se forjó en 1955. Así las cosas, no es de extrañar que algunas de sus formas estén dedicadas a destacados patriotas

que tuvieron un papel preponderante en la defensa de la identidad coreana.

DO-SAN 도산

(9 de noviembre de 1878 -
10 de marzo de 1938)

Este era el pseudónimo del patriota coreano Ahn Chang Ho. Tras emigrar a los Estados Unidos en 1902, llegó a ser uno de los primeros líderes



de la comunidad coreana en el exilio. A finales de 1906 fundó, junto a otros activistas, la “Nueva Asociación Popular” (신민회, *Sinminhoe*), una organización clandestina y con ideales democráticos que tenía el objetivo de promover la independencia de Corea a través de la educación y el progreso.

Do-San volvió a Corea en 1926 y nunca regresó de nuevo a los Estados Unidos, donde podría haber llevado una vida sin dificultades. Ya en su tierra natal, fue apresado en más de 5 ocasiones por su patriotismo y sus actividades proindependentistas. Fue arrestado

por primera vez junto con Ahn Joon-Gun por el asesinato de Hirobumi Ito, el primer Gobernador General japonés de Corea. Fue castigado y torturado en numerosas ocasiones durante sus años de activismo, pero jamás renunció a su causa ni al amor por su patria, a pesar de su mala salud.

Los 24 movimientos del *Tul* representan toda su vida, que dedicó devotamente al desarrollo de la educación en Corea y a su movimiento de independencia durante la ocupación japonesa. Según su punto de vista, la independencia de su país

debía basarse en el conocimiento y los valores morales, que debían promoverse a través de la educación, y el desarrollo industrial, que traería la prosperidad económica. Fue todo un ejemplo de Perseverancia, Autocontrol y Espíritu Indomable.

Como dato curioso, su hijo fue el actor Philip Ahn, conocido por su papel de Maestro Kan en la serie *Kung-Fu*, protagonizada por David Carradine.

“ALGUNAS DE LAS FORMAS DEL TAEKWON-DO ESTÁN DEDICADAS A DESTACADOS PATRIOTAS QUE TUVIERON UN PAPEL PREPONDERANTE EN LA DEFENSA DE LA IDENTIDAD COREANA”

JOON-GUN 중근

(2 de septiembre de 1879 -
26 de marzo de 1910)

El sexto *Tul* que aprendemos resulta controvertido por varios motivos: Ahn Joong-Gun fue el responsable de asesinar a Hirobumi Ito, primer Gobernador General japonés de Corea y principal protagonista de la firma del *Tratado de Eulsa* (1905), que privó a Corea de su soberanía política e hizo del país un protectorado del Japón imperial. El 26 de octubre de 1909, Joong-Gun disparó tres veces a Hirobumi Ito en la estación de tren de Harbin (Manchuria), causándole la muerte. Tras ello, fue apresado y llevado a la prisión de Lui-Shung, donde fue ejecutado.

Se le atribuye la siguiente cita: “Me he aventurado a cometer un crimen serio, ofreciendo mi vida por mi país. Este es el comportamiento de un patriota de mente noble.”

El *Tul* nos plantea un dilema moral, puesto que en la historia de Ahn Joong-Gun entran en conflicto varios principios del *Taekwon-Do*. A mí, personalmente, me cuesta explicar su significado en las clases infantiles y siempre acabo buscando algún eufemismo. Debemos, por otra parte, entender el contexto en el que se desarrolló su historia. Otro punto conflictivo es el de los movimientos del *Tul* (32), que según la *Enciclopedia del Taekwon-Do* se corresponden con su edad. Si hacemos el cálculo, veremos que los números no cuadran. La explicación más plausible hace referencia a la manera tradicional de contar los años en Corea, donde nacemos con 1 año de edad (se cuenta también el periodo de gestación) y a la costumbre de sumar años con el Año Nuevo, sin esperar a la fecha exacta del cumpleaños. De esta manera, se podría decir que Joong-Gun tenía 32 años al ser ejecutado ■

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



¿Qué es el *kungfu*? De entrada y en una búsqueda básica, lo que se dice es que es un arte marcial de origen chino que te va a servir para estar en forma y además para defenderte y además para autodesarrollo y además... Pero si la búsqueda se amplía y se profundiza (y en los tiempos de *internet* eso no es demasiado complicado) lo variado y lo insólito de todo un montón de prácticas que caen bajo el nombre *kungfu*, dejará descolocado a cualquier occidental actual (y al de hace 50 años...). Puede estar seguro de que el resumen final de esa búsqueda será: “Incoherencia total. No entiendo nada. Esto es un auténtico lío. De locos...”.

¿QUÉ ES REALMENTE EL KUNGFU?

Cómo entender un lío enorme.....

Por **GIRONA-MIGUEL**

Instructor Jefe // Sala Marcial Kung Fu Sant Andreu.

NOTA INICIAL: el estilo que se ha puesto de moda consistente en dar información tuteando al supuesto lector, en plan coleguismo y como si hablaras con él y solo para él, está basado en el mercadeo (*marketing* en moderno...). Escribo artículos para que el lector saque sus propias conclusiones recibiendo y analizando lo que escribo. El coleguismo sobra y la bajada de nivel en el lenguaje y su utilización, también.

¿Vale? Pues ahora, sigamos.... Trataré de explicar de la forma más rápida y clara posible la razón de ese lío.

Para empezar, el problema con el *kungfu* es su definición. No me refiero a la explicación habitual sobre el nombre en sí mismo, eso de que la palabra *kungfu* se traduce como “habilidad-saber hacer” y que por tanto pueda haber “cocineros *kungfu*”, “carpinteros *kungfu*” o “informáticos *kungfu*”. No, no me refiero a eso. Me refiero a (una vez hemos acordado que a “eso” le llamamos *kungfu*) la definición: “*Kungfu*: arte marcial chino, blabla, blabla”. Error. La definición más apropiada de *kungfu* debería ser algo así como “Ejercicio físico muy antiguo o tradicional, creado y desarrollado en China, inspirado o basado en técnicas de lucha”.

Porque no hay UN *kungfu*; hay, por lo menos, cuatro: *kungfu* religioso, *kungfu* salud, *kungfu* espectáculo o teatral y *kungfu* marcial. ¿Y cuál es el problema? Que en todos se realizan movimientos parecidos (recuerden, ejercicio físico). ¿Confundido? Intentaré aclararlo usando comparativas y ejemplos muy entendibles.

Kungfu religioso: el ejemplo más típico sería el de esa persona que va en una procesión religiosa (imaginen tipo las de aquí de Semana Santa) de las que hace años se podían ver en Taiwán y que han vuelto a aparecer en la China continental (la religión estuvo prohibida durante décadas en la China comunista; no entraré en el cómo y porqué de pronto ahora hay monjes guerreros y encima de diversas tendencias... en una China que sigue siendo comunista.). Esa persona, vestida con unos atuendos tipo guerrero (en otras ocasiones, vestido de calle habitual) lleva en las manos un *Kwan Tou* (una especie de alabarda) y va realizando movimientos con él. Así que usted, que practica *kungfu* en occidente y ha practicado con ese arma, dice “hombre, ese tipo está haciendo lo mismo que yo”. Pero no, no está haciendo lo mismo que usted. Porque ese individuo no está manejando ese arma para ponerse fuerte o mejorar sus posiciones o cualquier otro beneficio que se derive del ejercicio con ese arma. Ese individuo está haciendo una ofrenda a *Kwan Kung*, uno de los dioses del panteón taoísta, ya sea para pedirle un favor, darle las gracias por algo recibido, solicitar su protección o cualquier cosa similar. La cosa puede complicarse mucho más y variantes de “*kungfu* religioso” pueden verse en películas como *Encounter of the spooky kind* de Sammo Hung (*Mou Shan* hechicería) o *Una historia china de fantasmas* (fíjense en los movimientos que hacen los hechiceros/sacerdotes). Recuerden que aparecer en una procesión de las nuestras, vestido de romano, marcando el paso y llevando lanza, no te convierte en un soldado romano de las legiones de Julio César... Nótese también que he dicho “religioso” y no “espiritual” (¿monjes budistas? extirpación de la rueda de los deseos y búsqueda del nirvana). Cuidado porque hay veces que se traduce “espíritu *kungfu*” como “*kungfu* espiritual”, cuando, viendo lo que se hace

debería traducirse como “*kungfu* de los espíritus”... no me alargó que puede ser un no acabar.

Kungfu salud: de entrada, el asunto con el *chi kung* (氣功 ejercicios respiratorios con distintas posiciones y distintas concentraciones para “dirigir el hálito”) no debería prestarse demasiado a equívocos; pero dado que en muchas ocasiones el trabajo respiratorio se acompaña con distintos movimientos corporales más tensiones musculares (llamémoslo trabajo interior, 內功, para no alargar demasiado el asunto) cualquier practicante occidental de un estilo “clásico” chino notará la similitud. Pensamiento: está haciendo lo mismo que yo. Pero no, porque esa persona no tiene ningún interés en que eso sirva para que su músculo se endurezca y resista golpes, o para que la tensión llegue al extremo de sus dedos y así poder “emplearlos a fondo”. No. Esa persona lo hace como un ejercicio que le servirá para mantener la salud, la forma física y... le prolongará la vida. Y valga como ejemplo de lo fácil que puede ser malinterpretar lo que se ve, el estilo *Wing Chung*: presentado habitualmente como muy científico y muy de lucha, los primeros movimientos de su primer *Kunto* son eso, “respiración con tensión física”... lo que lleva a que cualquiera pueda pensar “¿esos movimientos sirven para pelear?”.

Kung Fu espectáculo o teatral: ante todo, entender que el teatro típico chino (ese al que durante siglos ha acudido el pueblo chino para distraerse), es la “ópera china”; pero que esa ópera no es solo canto, sino que hay acrobacias y luchas “estilizadas”. Con ese propósito, los actores chinos desde hace siglos han tenido formación de “*kungfu*”. Así que si ve uno de esos espectáculos (o su variante moderna, las películas de *kungfu*) y ha aprendido *kungfu* en una escuela occidental, puede estar seguro que va a exclamar “hey, yo hago lo mismo”. Pero no, no haces lo mismo, porque el actor que hace eso no está preocupado de si eso sirve o no sirve para luchar, para estar sano o para hacer una ofrenda a los dioses. Lo que él quiere es que eso quede lo más chulo y espectacular posible, para que el público esté contento y poder pasar después el platillo...

“El kungfu sería algo así como un ejercicio físico muy antiguo o tradicional, creado y desarrollado en China, inspirado o basado en técnicas de lucha”





Lo del platillo es porque durante siglos, muchos practicantes que no encontraban uso a sus habilidades/ aprendizajes trataban de ganarse el pan (bueno, el arroz) como “artistas callejeros”.

Así, efectuaban una serie de movimientos “marciales” con y sin armas (*Tou Lou*, el nombre más conocido en occidente, *kata*) para entretener y agradar al público y luego pasar el platillo. Como se puede imaginar, el añadido de movimientos acrobáticos y espectaculares era casi imprescindible, porque las “*katas* reales” no son demasiado entretenedoras. Algunos subían más el listón y tras los movimientos, solían romper algún objeto con manos, cabeza... o mejor aún, colocar el objeto contra el cuerpo y que alguien lo rompiera con un martillo o lo cortara con una espada... para a continuación ofrecerle al público algún tipo de untura o líquido medicinal, infalible para todo tipo de golpes y lesiones similares (se entiende que para que el público lo comprara...). La versión cinematográfica moderna (*kungfu* espectáculo) incide más en su empleo en luchas coreografiadas cuyo lema sería algo así como “si para deshacerte de un adversario puedes emplear 3 golpes con las manos, dos patadas en giro, tres piruetas y un remate en doble mortal... ¡ni se te ocurra acabar con él de un solo puñetazo!”.

Kungfu marcial: sería aquel cuyo propósito principal es conseguir habilidades de lucha, pelea, defensa... y quede claro que lo de utilizar la palabra “marcial” para este caso es cosa mía (hay gente

“En el kungfu marcial se entrena la adecuación de las zonas con que se golpea, la potenciación de los golpes, la mejora de las cualidades físicas”

para la que lo de “marcial” significa otra cosa...). Pero a diferencia de los anteriores, en los que las “técnicas” se concentran básicamente en el propio cuerpo, cuando se habla de marcial se habla de “oponente”, de a la contra, de choque. Así que la práctica y el entreno de eso implica que, además de los movimientos corporales (técnicas), se entrene la adecuación de las zonas con que se golpea, la potenciación de los golpes, la mejora de las cualidades físicas (y ahí entran en juego las armas “antiguas”) y la aplicación de las técnicas con compañero/s, primero sabiendo lo que te va a hacer, luego en progresión hacia lo inesperado/libre. Vamos, en esencia lo mismo que en boxeo o en MMA o en cualquier deporte (compitas o no) en el momento en que te lo tomas en serio: técnica, desarrollo físico general, potenciación de las cualidades físicas requeridas y puesta de la técnica en la situación competitiva (y eso es así para todos los deportes, no solo para los de combate).

En bastantes casos, el “marcial” incluye el “salud” y el “espectáculo... aunque esto hay que matizarlo porque:

a) El *kungfu* es muy saludable... luego. De entrada, el golpeo de objetos, las técnicas de endurecimiento, el mantenimiento de posiciones y etc., lo que te proporcionan es... dolor. Poco a poco te vas adaptando... y ahí es donde entra en juego el instructor, guiándote por una progresión adecuada y... saludable, porque esas técnicas son potencialmente dañinas...para uno mismo.

b) Uno de los sueños de cualquier golpeador es tener un golpe demoledor. En *kungfu* se cree que CUALQUIERA puede lograrlo (y sí, casi todo el mundo puede lograrlo) gracias a un correcto/perfecto movimiento corporal (biomecánica aprovechada al máximo) realizado gracias al uso natural de las palancas/articulaciones... Así que, movimiento correcto repetido, salud corporal y...



c) Los movimientos espectaculares y acrobacias en un “enfoque marcial” tienen un propósito de entreno y de mantenimiento de una cualidad muy importante, la agilidad. Los estilos de golpeo y mientras más duros, más, favorecen los cuerpo “rígidos” y la pérdida de movilidad; las acrobacias básicas (como los distintos tipos de rodamientos por tierra) tratan de compensar esa rigidez.

Si alguien se pregunta que qué sentido tiene en este mundo actual tanta insistencia en la parte lucha-autodefensa-pelea, la respuesta es: “enfo-

que marcial” no quiere decir creer que un arte marcial solo sirve para pelear. En absoluto. Lo único que quiere decir es que no hay que olvidar para qué sirven las técnicas que practica. Mientras, recuerde siempre el propósito de base de lo que hace, las técnicas no degenerarán y los beneficios de la práctica de un arte marcial (salud, buena forma física, capacidad de lucha...) no se perderán. Y no se dejen engañar: los incrementos en seguridad personal y autoconfianza solo son posibles si haces “marcial”. Pese a lo muy lógico que parece (o al menos

como lo he hecho parecer), técnicas que actualmente se utilizan muy poco como “Camisa de Hierro” o “Campana de Oro” (que tienen como finalidad la protección ante golpes e incluso armas de corte), o el *San-Ta* (una especie de invocación a tal o cual Dios, después ritual de manos, luego golpearse/cortarse con cuchillo o machetes... sin sangrar) pertenecerían a esta categoría.

Vaya esto en realidad como “aperitivo” porque hablar de ese “mundo” (sub-mundo) que ha sido (y en muchos casos continúa siendo) el *kungfu*, el real, sería un no acabar. ¿Ejemplo,

digamos, “raro”? Mejora de la potencia sexual a base de levantamiento/arrastramiento de pesas... con los genitales!!!! (Youtube hizo desaparecer el vídeo, debía ser de los años 80). Otro: al moderno *wushu* se le incorporó un mucho de ópera china... y hubo (y hay) un mucho de política en eso (porque a lo largo de la historia las “sectas de *kungfu*” se han dedicado a rebelarse contra los gobiernos reivindicando, hmm... “avances sociales” que se diría ahora; este tema da para un artículo muy largo y muy jugoso... aunque no sé si me volverían a dejar entrar en China...

Otra: los habitantes del país (China), al menos los de antes, no ayudan demasiado en la comprensión. Si le preguntas a un chino (ya digo, al menos los de antes) al que ves hacer religioso, o salud o espectáculo ¿y eso sirve para pelear?, la respuesta es “pues claro que sirve”. Y sí, sí sirve para pelear... pero no como él lo hace.

Así que en realidad y para los chinos, *kungfu* es una especie de enorme cajón de sastre en el que caben un montón de cosas que en verdad tienen un fondo común... aunque a los occidentales nos cueste mucho verlo. Pues

“Gracias a ese montón de siglos de acumular experiencias, no hay ningún otro arte marcial en el mundo en el momento actual que sea comparable al kungfu chino”

qué raro ¿no? Pero todo tiene su porqué. Y el porqué de esto es porque los inicios del *kungfu* se remontan a un montón de siglos, porque se ha ido desarrollando entre el pueblo llano (y no como la mayoría de artes marciales a nivel mundial, creadas y desarrolladas por la clase guerrera) y porque al final todo eso se desarrolla en épocas de la historia a las que podríamos definir como “medievales”, nada que ver con nuestra era moderna y (más o menos) científica... y deportiva (no era un deporte). Y en la Edad Media recuerden que había cosas muy bien hechas (¿han palpado una cota de malla?) pero que a la vez estaban mezcladas con muchas supersticiones... Y sí, es un gran lío. Pero a cambio y gracias a ese montón de siglos de acumular experiencias, no hay ningún otro arte marcial en el mundo en el momento actual (no, no lo hay) que sea comparable al *kungfu* chino en conocimientos, teorías, técnicas, uso del cuerpo, variedad de estilos, historia, historietas, batallitas... un auténtico sub-mundo inabarcable. Y no, no soy un converso a lo oriental, ni creo que lo chino

es lo mejor del mundo mundial. Sencillamente es que es así. Hay otros muchos asuntos, actualmente la mayoría, en los que occidente se lleva la palma.

A nivel práctico y para los de aquí, el resumen es simple: no se trata de lo que haces sino de la INTENCION con la que lo haces. Del enfoque. Por eso “no es el estilo, es el Maestro”. Así que, teóricamente, el que quiera practicar *kungfu* lo que necesita es saber para qué quiere el *kungfu* y sabido eso, buscar un Maestro que tenga ese enfoque.

NOTA FINAL: Por una serie de razones, el nombre *kungfu* en los ambientes marciales no goza de demasiada buena fama. Así que desde hace un tiempo, mucha gente usa el nombre de tal o cual estilo del boxeo chino. Pero no este que esto escribe. Porque ciertamente hago un estilo de *kungfu*, pero lo que hace que lo que hago no sea estilo japonés, o coreano o taiandés o inglés o estadounidense es por cómo se entiende y se mueve el cuerpo; y esa forma de entender el movimiento corporal es común

a todos los estilos chinos. Y a eso, en occidente, lo llamamos *kungfu*. Y eso es lo que hago, *kungfu*. Y podría ceder, como tantos otros. Pero va a ser que no. Porque como dice el dicho: “¿Y quién tiene que hacer las cosas difíciles? El que puede”.

Pues eso ■



**NO VENDEMOS
KUNGFU.
ENSEÑAMOS
KUNGFU.**

<https://www.hongkensantandreu.es>

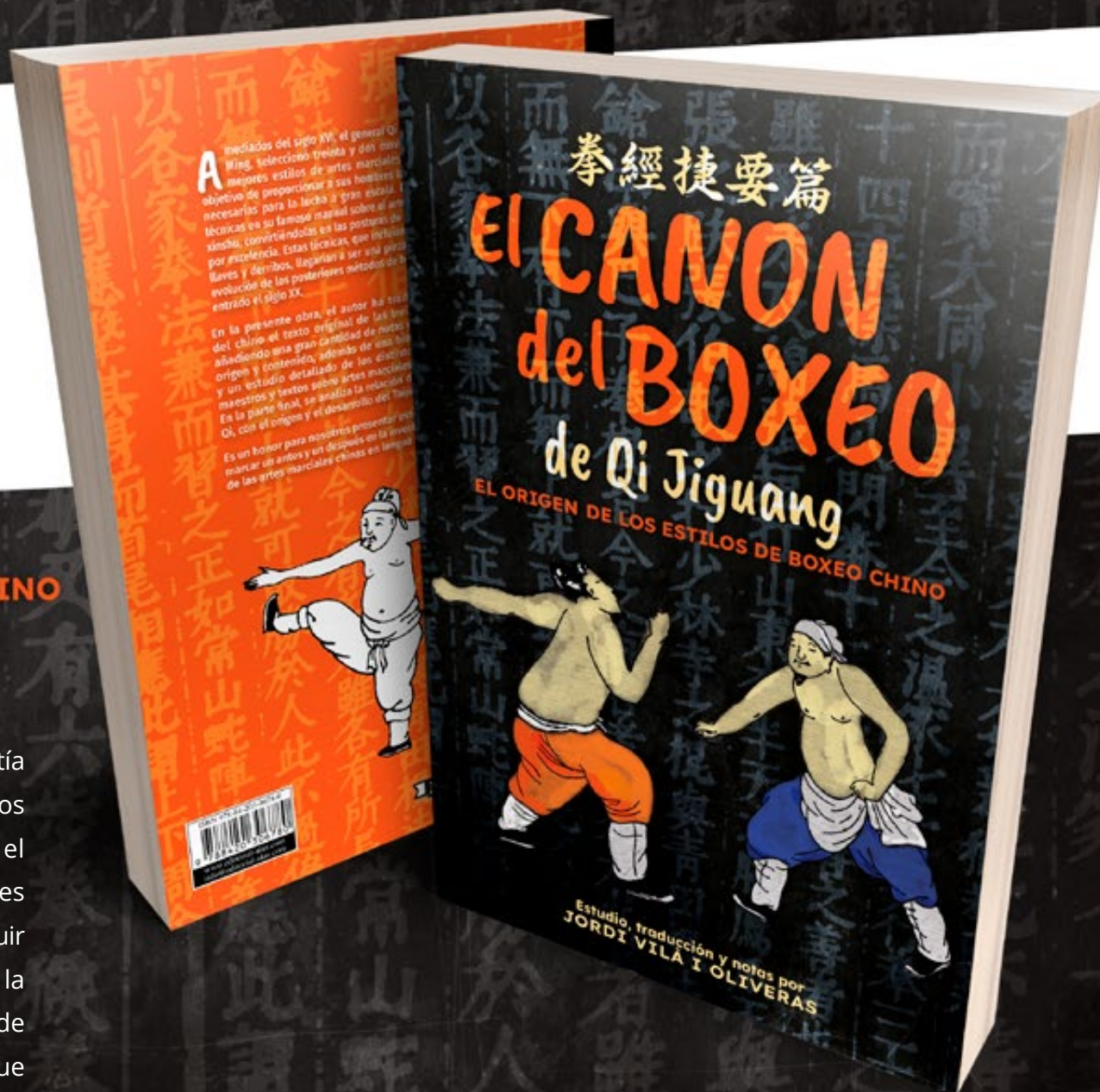


EL CANON del BOXEO de Qi Jiguang

EL ORIGEN DE LOS ESTILOS DE BOXEO CHINO

Estudio, traducción y notas por
JORDI VILÀ I OLIVERAS

A mediados del siglo XVI, el general Qi Jiguang, de la dinastía Ming, seleccionó treinta y dos movimientos de entre los mejores estilos de artes marciales de su época, con el objetivo de proporcionar a sus hombres las habilidades básicas necesarias para la lucha a gran escala. Decidió incluir dichas técnicas en su famoso manual sobre el arte de la guerra, el *Jixiao xinshu*, convirtiéndolas en las posturas de combate a mano vacía por excelencia. Estas técnicas, que incluían golpes y percusiones, llaves y derribos, llegarían a ser una pieza clave que definiría la evolución de los posteriores métodos de boxeo chino, hasta bien entrado el siglo XX...



Por **Jordi Vilà i Oliveras**
ISBN 978-84-203-0678-0
P.V.P. 20€ / 192 pàgines

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

EL AIKIDO COMO UNA VÍA DE CRECIMIENTO PERSONAL

Por **JOSÉ SANTOS NALDA ALBIAC**
5º Dan Aikido // Maestro Nacional Refejyda
<https://aikicontrol.blogspot.com>

La práctica del *Aikido* puede ser contemplada y aprendida desde distintos enfoques u objetivos como:

- Sistema de autodefensa
- Arte del movimiento y del diálogo corporal
- Arte de paz
- Actividad física o ejercicio lúdico
- Método de crecimiento personal

La visión, la voluntad y el objetivo de Ueshiba era crear un arte marcial que trascendiese el aprendizaje de las técnicas de combate y convertir el *Aikido* en una vía de crecimiento y desarrollo personal y espiritual, pero una gran mayoría de practicantes y profesores no lo han entendido así, y se han quedado en el ámbito técnico.

Todo cambia, y tampoco este arte escapa a la ley de la evolución, motivo por el que no resulta acertado en nuestros días, enseñar y practicar lo mismo y de la misma manera que se hacía en la década de los sesenta, alegando que es de precepto respetar lo heredado.

La desafección creciente y generalizada que se experimenta hacia el *Aikido* es la prueba evidente que lo que se enseña y de la manera que se enseña, no despierta el interés ni merece la atención de la mayoría de personas en esta sociedad del año 2025.

Esta indiferencia se debe, sin ninguna duda, a la pobre y ridícula imagen que hemos dado los *aikidokas* del arte que tanto nos apasiona, pero del que no hemos sabido interpretar y extraer toda la riqueza que realmente posee.

Los entrenamientos centrados en la repetición mecánica de las técnicas y sus detalles, sin otros objetivos de búsqueda, generan aburrimiento



y estancan el progreso del *aikidoka*, incluso en el ámbito técnico, amén de las numerosas acciones fantásticas e irreales que se ejecutan desde el convencimiento erróneo de su eficacia real, creando en la mente de los *aikidokas* una falsa sensación de eficacia.

Ojo con los entrenamientos basados solamente en la repetición constante de los movimientos, motivados por la idea de perfeccionar las bases, porque si no están acompañados de otros factores motivadores, resultan aburridos y frustrantes.

Locura es hacer la misma cosa, de la misma manera una y otra vez, esperando obtener resultados diferentes

ALBERT EINSTEIN (1879-1955)

El conocido maestro francés de *Karate*, 8º *Dan* y autor de más de cincuenta libros sobre artes marciales, como es Roland Harbetsetzer, afirma en uno de sus escritos: "El porvenir de las artes marciales se encontrará en la elabo-

“LA VISIÓN, LA VOLUNTAD Y EL OBJETIVO DE UESHIBA ERA CREAR UN ARTE MARCIAL QUE TRASCENDIESE EL APRENDIZAJE DE LAS TÉCNICAS DE COMBATE Y CONVERTIR EL AIKIDO EN UNA VÍA DE CRECIMIENTO Y DESARROLLO PERSONAL Y ESPIRITUAL”

ración inteligente de un *SHIN BUDO* (nuevo *Budo*) integrando la fuerza, los valores, y las tradiciones del pasado, y todo lo que la evolución de las sociedades del mundo entero puedan aportar de valioso en este ámbito”.

Vivimos en una sociedad muy avanzada tecnológicamente, pero sometida a un nivel de exigencia creciente ante los incesantes cambios, y a un alto grado de incertidumbre e inseguridad en todos los ámbitos, lo que genera múltiples trastornos y desequilibrios en las personas.

Desde el punto de vista del crecimiento personal, justo es reconocer que la vía del *Aikido* posee todas las herramientas capaces de prepararnos y desarrollar

las capacidades, los valores y los principios necesarios para vivir con acierto en un marco social tan complejo.

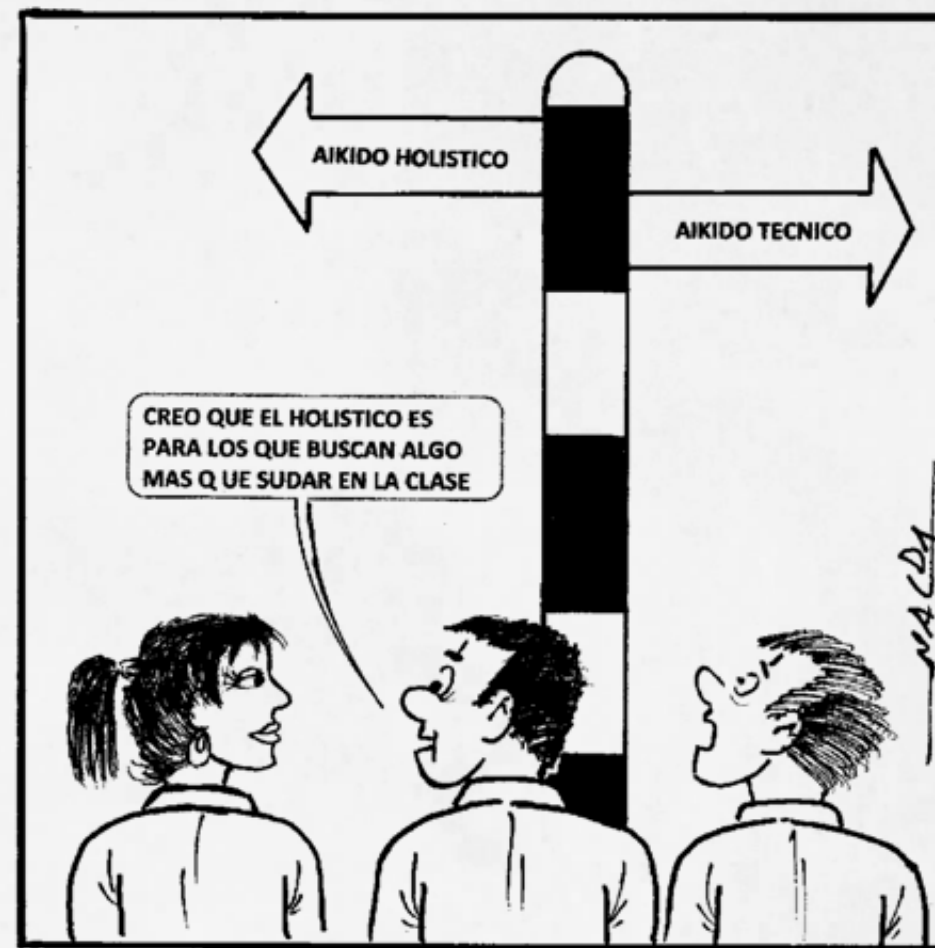
Contemplado como una escuela de crecimiento personal, el *Aikido* ofrece al practicante la ocasión de alcanzar el conocimiento de sí mismo, la gestión de las emociones, desarrollar la resiliencia, cultivar la intuición, mantener la vigilancia activa y distendida, mejorar la aptitud física, etc.

El arte de Ueshiba no solo persigue la adquisición de habilidades técnicas para el combate, sino ante todo constituirse en un medio para perfeccionarse y desarrollar todas las competencias que convertirán al practicante en una

persona más útil a sí misma y a la sociedad.

La cuestión a resolver se centra en el modo de estructurar las clases en el *dojo*, para que los entrenamientos se programen de manera coherente y holística, enriqueciendo el valor intrínseco de las técnicas con las competencias físicas, técnicas, cognitivas, emocionales, éticas y espirituales, que sus creadores estimaron necesarias para la formación integral del *budoka*.

La dificultad estriba en: ¿Cómo programar la clase de *Aikido*, de modo que la ejecución de cada técnica contenga elementos físicos, técnicos, estratégicos, cognitivos, emocionales y valores éticos?



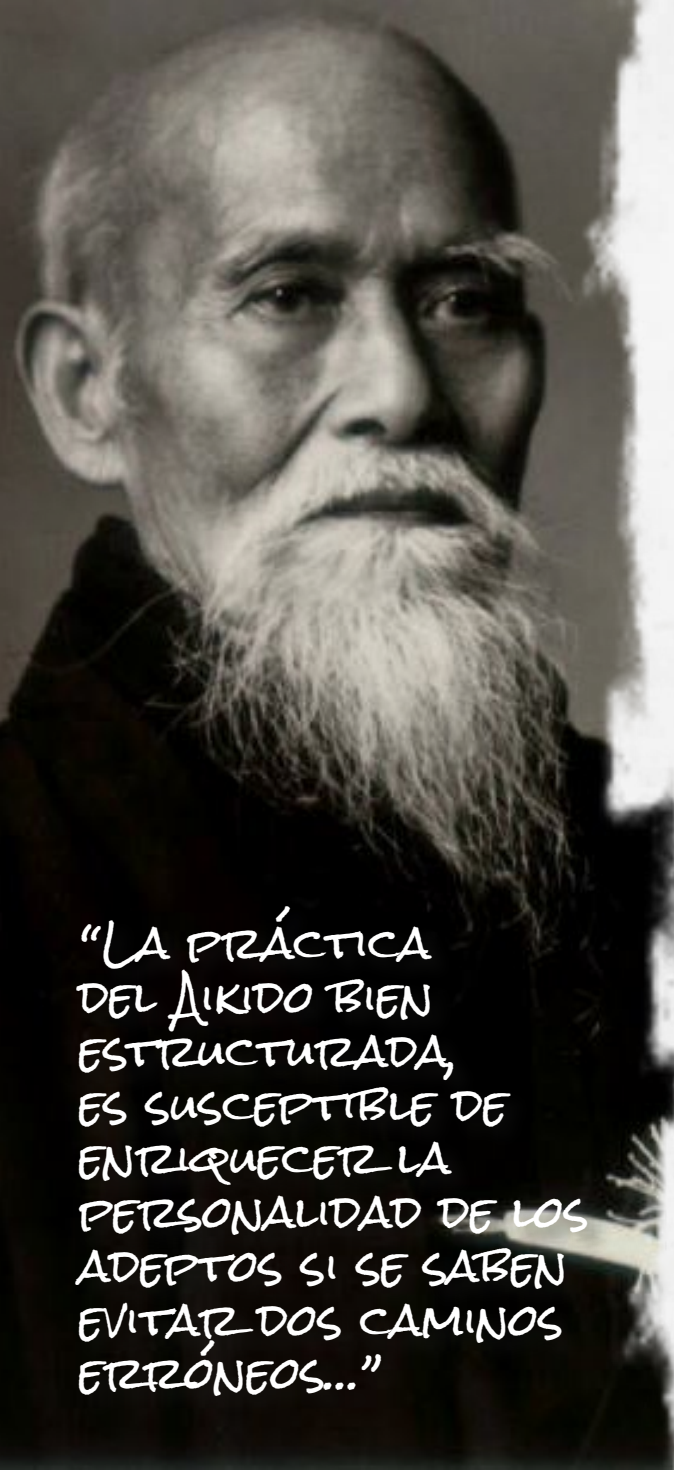
La técnica sin la Vía, es decir, sin comprender los principios ni el espíritu profundo de la Vía, buscar la técnica con el único objetivo de hacerse más fuerte sin reflexionar, conduce muy pronto a un callejón sin salida, incluso en el plano técnico, y no solamente eso, sino que tal concepción lleva inevitablemente a la destrucción de sí mismo.

MAESTRO SEIGO YAMAGUCHI
8º DAN AIKIDO (1924-1996)

Las técnicas no deben ser un objetivo en sí mismas, sino las herramientas que permiten educar un comportamiento coherente con todos los valores, principios y actitudes propios del *Aikido*, capaces de llevar al practicante a su máximo desarrollo personal

La meta de la práctica del *Aikido*, contemplada como vía de superación y crecimiento

personal, se ocupa de cultivar el conocimiento propio, la confianza en sí mismo, la autoestima, la inteligencia emocional, la serenidad, el autocontrol, la armonía cuerpo-mente, la disciplina, la constancia, el compañerismo, la ayuda mutua, etc. es decir, todas las cualidades, valores y actitudes que van a conformar una persona ple-



“LA PRÁCTICA DEL AIKIDO BIEN ESTRUCTURADA, ES SUSCEPTIBLE DE ENRIQUECER LA PERSONALIDAD DE LOS ADEPTOS SI SE SABEN EVITAR DOS CAMINOS ERRÓNEOS...”

namente realizada, más útil a sí misma y a la sociedad en la que vive.

Un amplio programa de formación a desarrollar, precisamente con las técnicas propias de este arte, enriquecidas con la búsqueda de un sentido y de una intención que va más allá de su utilidad como sistema de auto-defensa, según era el deseo del maestro Ueshiba.

El Aikido reclama tener o cultivar un espíritu dispuesto a servir a la humanidad, y obrar por la paz entre los hombres, antes que desear ser fuerte o practicar únicamente para someter al adversario.

M. UESHIBA

Los entrenamientos con enfoque de crecimiento personal se sirven de las mismas técnicas del Aikido tradicional, pero ejecutadas desde una determinada actitud mental, emocional o ética, y un hilo conductor que da sentido a lo que se busca y lo que se hace, de modo que vaya educando un comportamiento acorde con los valores y las competencias que le convertirán en una mejor persona.

En una entrevista realizada al maestro Sichi Sugano en 1994 ya advertía: “Si estudiáis solamente las técnicas, no comprenderéis verdaderamente lo que Ueshiba quiso enseñarnos”.

Desde el punto de vista del crecimiento personal, cada técnica se estudia desde un enfoque técnico, estratégico, mental, emocional, ético, relacional y espiritual,

enriqueciendo la experiencia con aportaciones de otros campos del saber, una pista muy orientadora a la hora de programar el contenido de cada entrenamiento.

La práctica del Aikido bien estructurada, es susceptible de enriquecer la personalidad de los adeptos si se saben evitar dos caminos erróneos, uno centrarse solo en el aspecto técnico de combate o autodefensa, y el otro perderse en los vericuetos de un misticismo mal comprendido y peor explicado, en total incoherencia entre lo que se predica y lo que se hace.

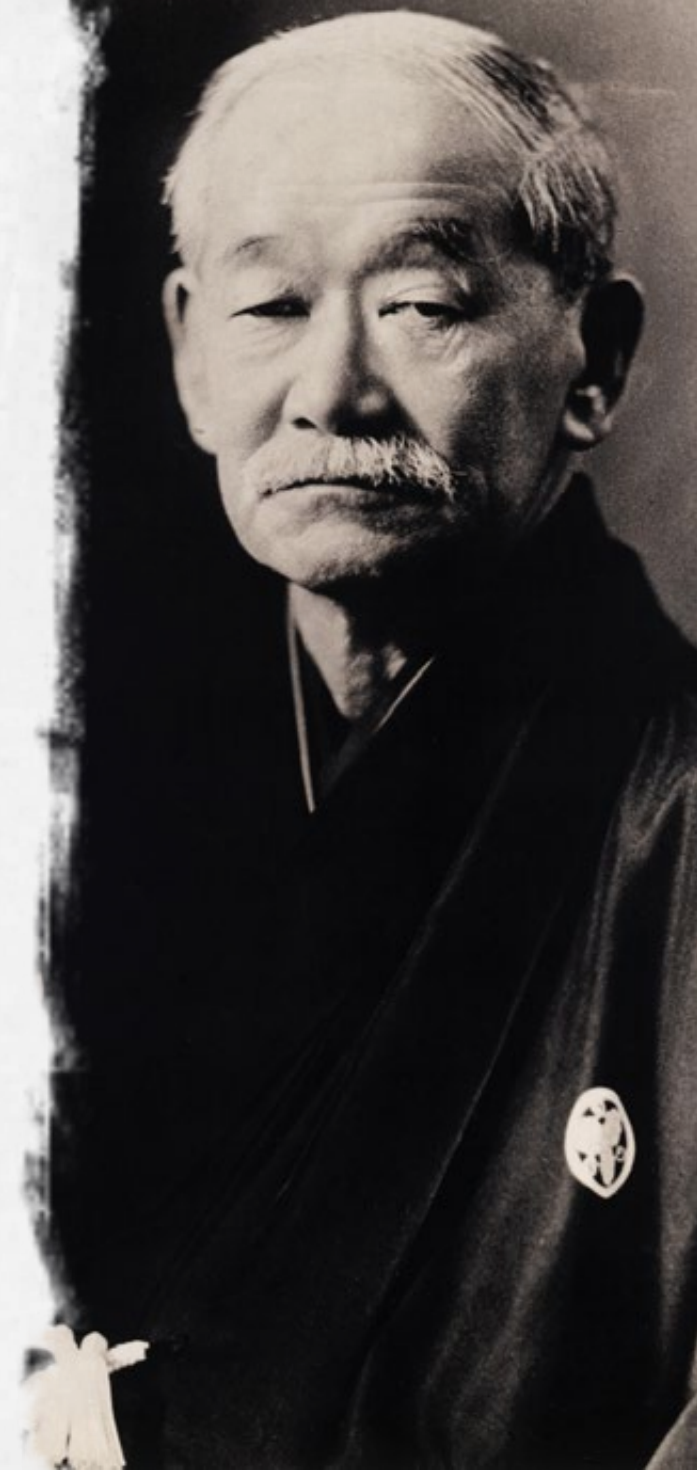
Las enseñanzas de los maestros Jigoro Kano y Morihei Ueshiba dejan bien claro que ambos perseguían un objetivo común, como es la realización plena de cada practicante.

El Arte de la Paz es medicina para un mundo enfermo. Hay maldad y desorden en el mundo porque la gente ha olvidado que todas las cosas emergen de una sola fuente... Aquellos que están iluminados nunca cesan de forjarse a sí mismos

M. UESHIBA (1883-1969)

Señores, ¿creen ustedes que un hombre de mi edad, y de mi condición, perdería su precioso tiempo en enseñar simplemente cómo derribar a un enemigo.

JIGORO KANO (1860-1938)



AIKIDO

ENTRA POR LA FORMA Y SAL DE LA FORMA

Las páginas de este libro tienen por objeto despertar la curiosidad de profesores y alumnos respecto a buscar modos de mejorar o enriquecer las formas de entrenamiento.

Puede que ya no sea adecuado entrenar como hace sesenta años, dado que las necesidades y expectativas de las personas del siglo XXI son muy diferentes.

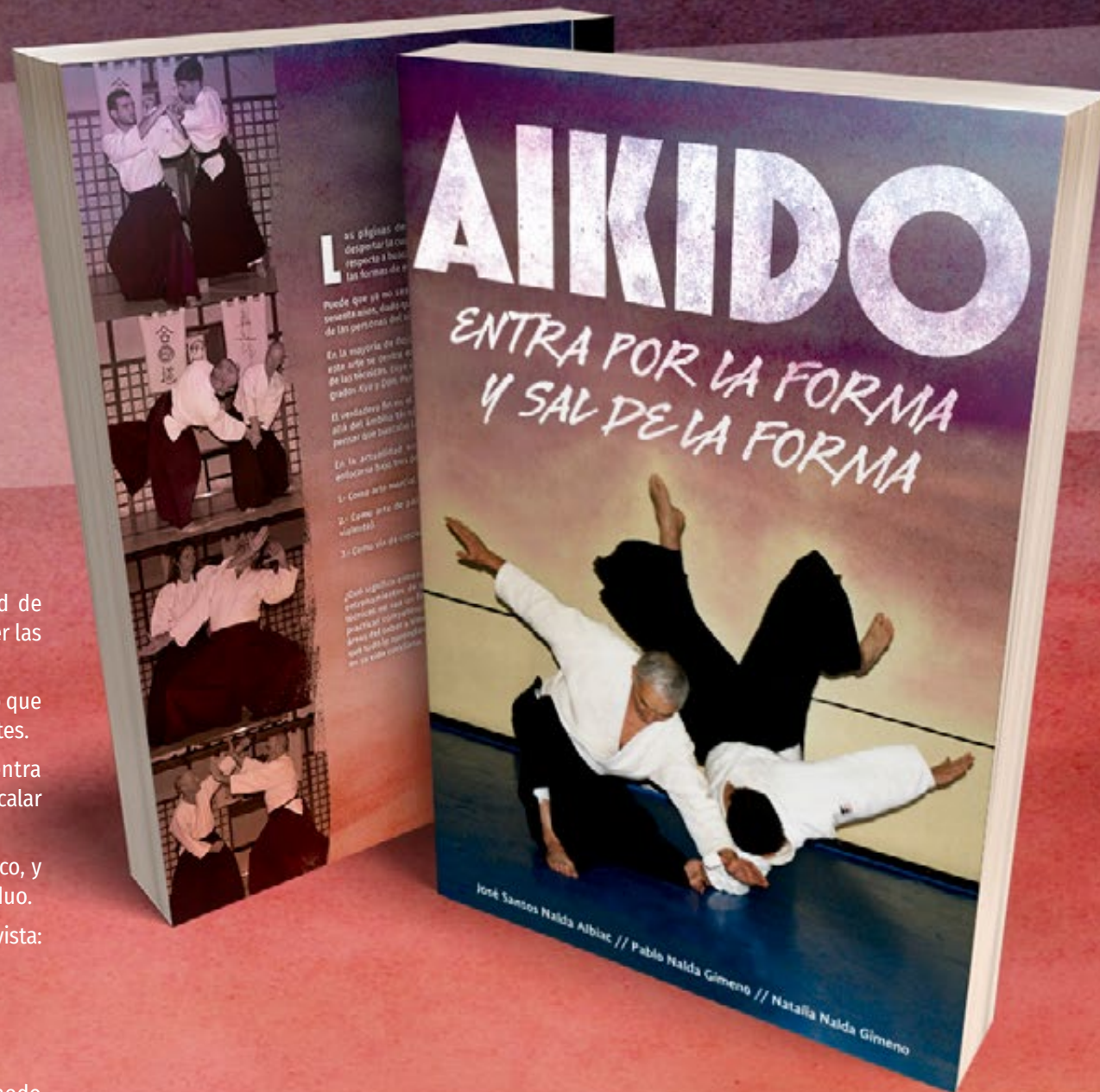
En la mayoría de *Dojos*, la enseñanza y la práctica de este arte se centra exclusivamente en el aprendizaje de las técnicas, cuya única meta parece ser escalar los grados *Kyu* y *Dan*. Pero el *Aikido* es mucho más.

El verdadero fin en el pensamiento de Ueshiba va más allá del ámbito técnico, y sus escritos nos invitan a pensar que buscaba la realización plena del individuo.

En la actualidad entrenar de otra manera puede enfocarse bajo tres puntos de vista:

- 1.- Como arte marcial (combate cuerpo a cuerpo).
- 2.- Como arte de paz (comportamiento cotidiano no violento).
- 3.- Como vía de crecimiento personal.

¿Qué significa entrenar de otra manera? Planificar los entrenamientos de modo que el aprendizaje de las técnicas no sea un fin en sí mismo, sino un medio de practicar competencias, actitudes y valores de otras áreas del saber a través de dichas técnicas, de manera que todo lo aprendido en el Dojo le sea útil al *aikidoka* en su vida cotidiana.



Por **J. Santos Nalda Albiac,**
Natalia y Pablo Nalda Gimeno

ISBN 978-84-203-0662-9

P.V.P. 20€ / 192 páginas

EDITORIAL ALAS

C/ Villarroel, 124 (bajos)

08011 Barcelona

info@editorial-alas.com



Marcello Ferreira

**CAMPEÓN MUNDIAL DE
CAPOEIRA, FULLCONTACT,
KICKBOXING Y BOXEO**

Por RAFA LÓPEZ // www.wklworld.com

Mestre de *Capoeira* y un incansable competidor en disciplinas como *Fullcontact*, *Kickboxing* y *Boxeo*, **Marcello Ferreira** suma más de 180 peleas y ha competido en una docena de países. Es doble campeón mundial, actual delegado de **WKL Navarra** y continúa en el grupo **Topazio Capoeira**. Hoy tenemos el privilegio de conversar con él sobre su carrera, sus títulos y su visión sobre las artes marciales...

¿Cómo y cuándo te iniciaste en las artes marciales?

Comencé a los 7 años con *Capoeira*. Mi padre practicaba *Judo*, y a veces me llevaba a entrenar, pero no fue mi camino principal. A esa edad yo ya trabajaba en la calle y mis amigos hacían *Capoeira*, pero mi familia no me dejaba practicarla porque en esa época se veía como algo relacionado con la calle. Así que, a una edad temprana, decidí escapar de casa y viví varios años en la calle. Fueron tiempos difíciles, pero también los mejores para mi formación en *Capoeira*. Es algo que me dio fuerza y, honestamente, todo lo que soy hoy es gracias a este arte brasileño.

¿Cómo fue tu transición de *Capoeira* a otras disciplinas como el *Boxeo* y el *Kickboxing*?

Mi primer gran título fue el campeonato regional de *boxeo* en Brasil y luego el campeonato del Consejo Nacional de *Boxeo* en Brasil. Después decidí viajar a España, y fue allí, entrenando en Barcelona y Madrid, donde conocí el *Kickboxing*. Comencé a combinarlo con el *Boxeo* profesional, participando en diversos torneos y ganando títulos como el WAKO. Fue un proceso gradual, pero muy enriquece-

dor. Cuando cambié de entrenador y *manager*, mi carrera dio un giro positivo, y fue cuando pude conseguir el MUNDIAL INTERINO WBU. En cuanto al *Kickboxing* y el *Fullcontact*, gané el MUNDIAL de *Fullcontact* WKL en Navarra, mi tierra adoptiva, lo que fue un logro muy especial.

¿Qué importancia tiene para ti ganar títulos en diferentes disciplinas?

Cada título tiene su propia historia y su propia importancia. En *Capoeira* no se trata solo de los logros en competición, sino de la filosofía del arte, la comunidad y el desarrollo personal. Pero en deportes como el *Boxeo* y el *Kickboxing*, los títulos significan más en términos de validación de todo el trabajo y sacrificio realizado. Cada campeonato fue una batalla, no solo física, sino también emocional y psicológica. Me siento orgulloso de todos mis títulos, pero lo más importante para mí es el aprendizaje que me han dejado.

Hablando de tu carrera en el *Boxeo*, ¿cómo recuerdas la casi pelea con Roy Jones?

Esa fue una de las experiencias que más me marcaron. Después de ganar el MUNDIAL INTERINO WBU, hubo conversaciones para pelear con Roy Jones, quien en ese momento era el campeón mundial. Estaba todo muy avanzado, pero finalmente no se concretó. Sin duda, es una espina que tengo clavada. Creo que habría sido una pelea increíble, no solo por el nivel de Roy Jones, sino por todo lo que significaba para mí. Si se hubiera dado, creo que habría sido una de las peleas más memorables de mi carrera.

“Desde hace más de una década trabajo con WKL España y como delegado en Navarra”

Actualmente eres delegado de WKL en Navarra. ¿Qué proyectos tienes en mente para el futuro?

Desde hace más de una década trabajo con **WKL España** y como delegado en Navarra. Actualmente estamos en el proceso de organizar un Título **WKL Fullcontact**. Mi objetivo es seguir contribuyendo al desarrollo de las artes marciales en la región, promoviendo y apoyando eventos y competiciones. Me gustaría retirarme de la competición activa en esta tierra, que tanto me ha dado, y enfocarme en el crecimiento de los nuevos talentos.

¿Cómo te sientes respecto a tu retiro como boxeador?

Estoy llegando a la etapa final de mi carrera, y me gustaría hacer una última pelea en Brasil en 2025 como despedida. Es una manera de cerrar un ciclo, de regresar a mis raíces y dar gracias por todo lo vivido. Al mismo tiempo, quiero seguir siendo parte activa del mundo de las artes marciales, pero

desde un rol diferente, más como entrenador, mentor y delegado.

¿Qué le dirías a los jóvenes interesados en las artes marciales, especialmente en Capoeira?

Mi consejo es que no tengan miedo de explorar el arte que les apasiona. *Capoeira* es una disciplina que va más allá de lo físico; es una forma de vida. Desarrolla agilidad, elasticidad, ritmo y coordinación. Incluso muchos futbolistas brasileños lo practican porque les ayuda a mejorar su rendimiento. Es un arte que aporta equilibrio, no solo en el cuerpo, sino también en la mente. A los boxeadores les diría que prueben *Capoeira* porque es increíblemente útil para mejorar la movilidad y la agilidad en el *ring*.

¿Cuál ha sido el mayor reto que has enfrentado en tu carrera?

Uno de los mayores retos fue superar la adversidad de mi infancia y todo lo que eso conllevó. Después, enfrentarme a campeones mundia-

les, lidiar con las lesiones y los sacrificios que implica mantener una carrera tan intensa, también han sido grandes desafíos. Pero lo que siempre me ha mantenido en pie es la pasión por lo que hago y el respeto por las artes marciales.

¿Tu boxeador favorito?

Tyson, siempre.

¿Tu kickboxer favorito?

Cualquiera de las estrellas del K1 mítico de los 90, como Ernesto Hoost o Peter Aerts.

Muchas gracias, Marcello Ferreira, por tu tiempo y tus palabras, y felicidades por tu increíble carrera deportiva.

Gracias a vosotros por vuestro trabajo ■



URBAN WARRIORS



ARTES MARCIALES



LA TIENDA
Urbanwarriors13shop
698 77 32 75

shockboxing.com
-1997-

SHOCK
衝擊



Goldenkickacademy.com
IG: Goldenkickacademy
Tiktok: Goldenkickacademy
Gmail: goldenkickshop@gmail.com
RESPECTO, CONSTANCIA Y DISCIPLINA



bushido.torrelavega
649398759



KontaktSport.es



www.wklworld.com
www.spainwkl.com



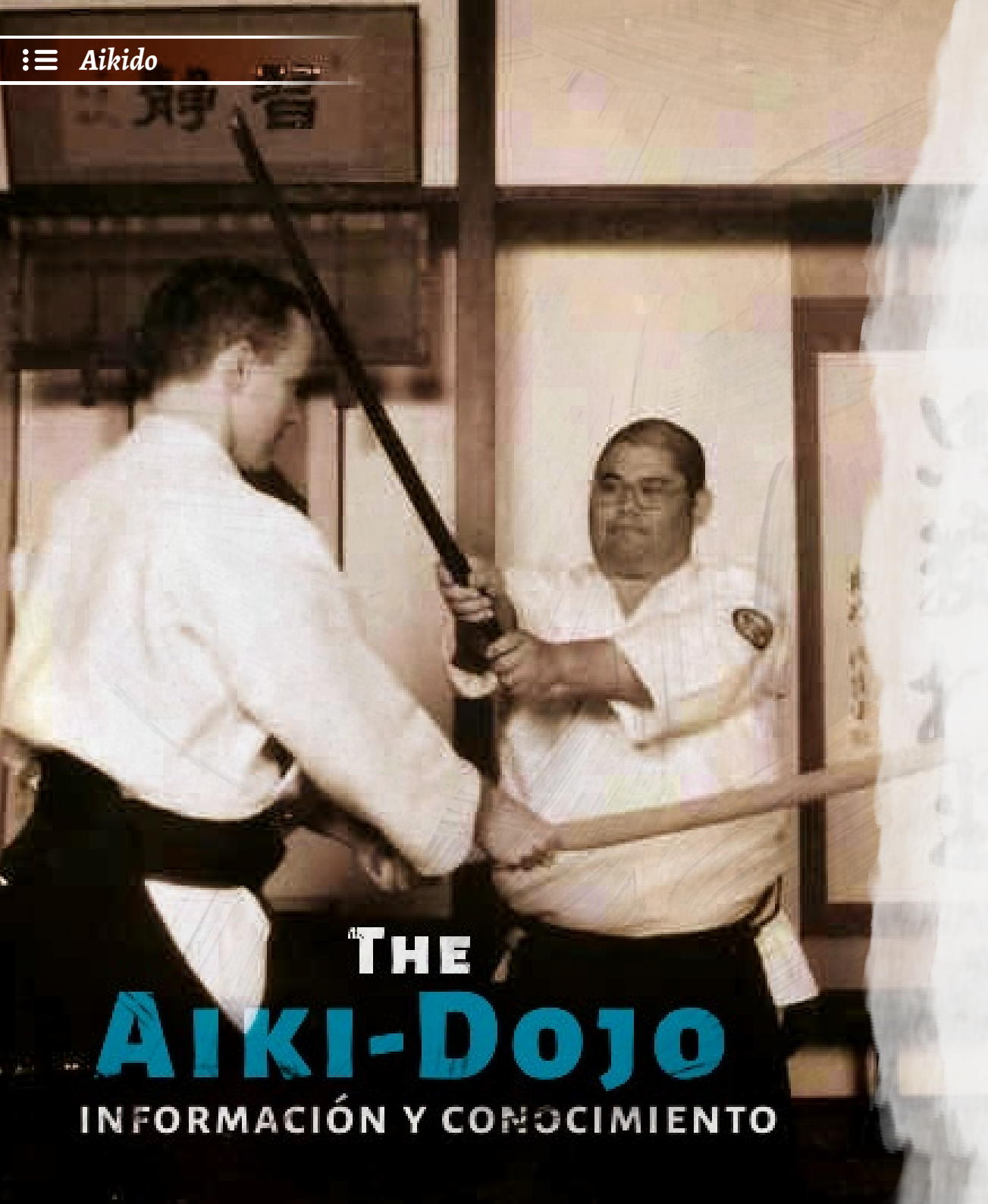
www.wblworld.com



www.shockboxinggym.com



www.wblworld.com/wblmuaythai



THE AIKI-DOJO

INFORMACIÓN Y CONOCIMIENTO



Por **SENSEI DR. DAVID ITO**

Jefe Instructor The Aikido Center of Los Angeles, USA

www.aikidocenterla.com

Traducción:

SANTIAGO G. ALMARAZ

Director CD Kodokai

www.kodokai.es

Puedes obtener información a través de tu ordenador y de Internet, pero solo puedes obtener conocimiento cuando unificas tu mente con tu cuerpo. Por favor, sé respetuoso, cauteloso y consciente en todo momento.

Reverendo Kensho Furuya

La información y el conocimiento no son lo mismo

En 1996, el reverendo Kensho Furuya escribió el libro *Kodo: Ancient Ways* en el que hay cuarenta y un artículos que Furuya sensei escribió como columna para la revista de artes marciales *MA Training*. El libro está lleno de sabiduría, y no uso esa palabra a la ligera. Hasta el día de hoy, dieciocho años después del fallecimiento de Furuya sensei, todavía recibimos cartas y correos electrónicos de artistas marciales de todo el mundo expresando su agradecimiento por su libro y lo mucho que este los inspiró. Una vez vi el libro de un estudiante en España que afirmaba haberlo leído más de veinte veces. Lo creí porque el borde delantero de su copia estaba tan desgastado y negro que debía hojearlo con regularidad.

Dijo que siempre que necesita motivación, lo abría.

Fui alumno del Reverendo Kensho Furuya durante diecisiete años y un día. El día más crucial fue ese día extra. Ese día falleció y cambió por completo el curso de mi vida. Este marzo se cumplen dieciocho años desde que falleció Furuya sensei. En este aniversario pensé que daría mis siete citas favoritas de *Kodo* y daría mi explicación de ellas.

Cuando le pregunté: “¿Qué busca en un estudiante?”, el respondió “actitud”.

La actitud es el indicador número uno del éxito del estudiante. Es una de esas cosas que no se puede enseñar, pero un estudiante puede aprender. La actitud es intrínseca. Todo lo que está en el interior se muestra en el exterior. Si hemos encontrado la paz interior, entonces se reflejará en nuestro *Aikido*. Furuya sensei solía decir que “Puedes aprender todo lo que necesitas saber sobre un estudiante por cómo hace *Aikido*”. Quiénes somos realmente se refleja en nuestra actitud. La actitud es una de esas cosas que no se pueden fingir.

“La actitud es el indicador número uno del éxito del estudiante. Es una de esas cosas que no se puede enseñar...”

para siempre. Tarde o temprano, tu verdadero yo sale a la luz.

Hoy en día, un *dojo* es un negocio. Es una de esas cosas que no se pueden evitar. Un *dojo* no puede ser un negocio, y un negocio no puede pretender ser un *dojo*. Es un equilibrio complicado para el profesor que se esfuerza por mantener el *dojo* al menos en un 51% como tal. Si puede hacerse eso, entonces el *dojo* y el arte prosperarán. Si no puede resistir la tentación de convertirlo en un negocio, el arte sufrirá. La mayoría de las veces, un *dojo* no “suma” porque ponemos a los estudiantes por encima de las ganancias.

Hay un dicho que dice: “budo real, persona real”

Lo que esto significa es que cuanto más se desarrolla uno como artista marcial, más se desarrolla como persona. Ser un artista marcial “real” no se trata de efectividad. Para el verdadero desarrollo de las artes marciales no se trata de pelear, se trata de carácter. O más bien, del equilibrio entre ambos. Furuya sensei llamó a este equilibrio *saikan koubai* (歳寒紅梅) “la elegante flor de albaricoque y la fuerte flor de ciruelo”. Dijo: “*Saikan koubai* significa que enfocarse demasiado en la guerra nos hace rudos y crudos, mientras que el énfasis en demasiada belleza nos hace débiles”. El *budo* es un equilibrio.

Esfuézate por ser una mejor persona en lugar de ser una persona que lastima a los demás.

Supera todos los obstáculos en tu vida, sin importar lo difíciles que puedan ser

Todos los días habrá algo que se interponga en nuestro camino. Curiosamente, el obstáculo más fácil es un oponente humano. Los oponentes más difíciles de enfrentar son los que no tienen forma humana, como impuestos, deberes o simplemente la falta de energía o motivación para ir al *dojo*. Independientemente del obstáculo, tenemos que ser artistas marciales. Lo que esto significa es que, en todo lo que hacemos, nunca nos dejamos llevar por nuestros sentimientos o emociones.

Esos sentimientos traen emociones como el miedo, la tentación o el aburrimiento. El mejor artista marcial ve más allá de lo que nuestras mentes nos cuentan cuando nos dicen que nos rindamos.

Cualquiera que entrene para ver incluso el más mínimo detalle de la técnica o el arte progresará rápidamente

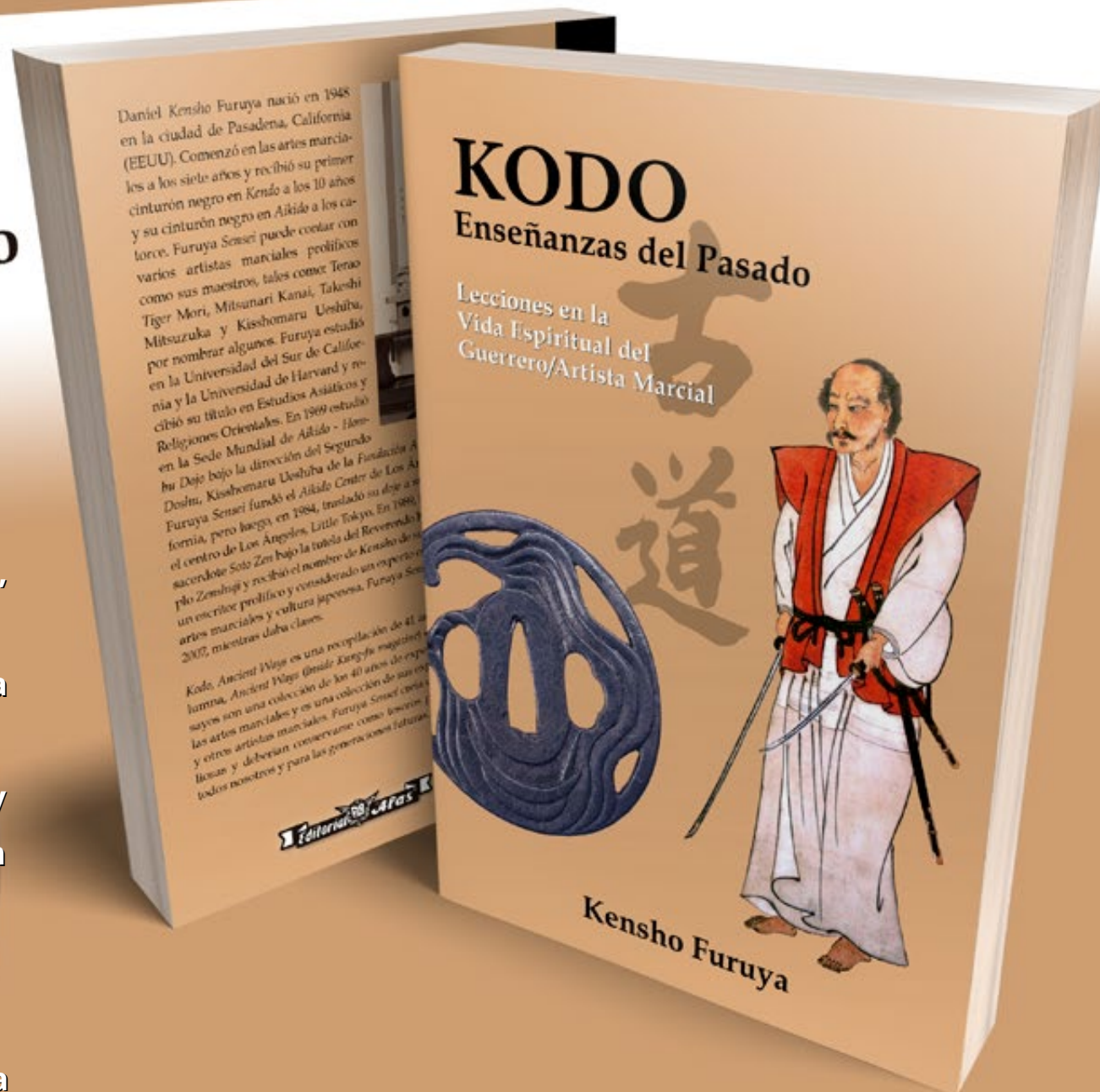
Una de las cosas más difíciles de desarrollar en nuestro entrenamiento es nuestro “ojo”, que no es lo mismo que la visión o la capacidad de ver algo. La mayoría de los principiantes se centran demasiado en el panorama general y pierden de vista los detalles más finos. Tener un “ojo” significa poder ver algunos detalles y comprender cómo encaja ese detalle en el panorama general. Lo primero que un estudiante debe desarrollar es la capacidad de “ver” incluso el más mínimo detalle y lo segundo es la comprensión de lo que significa ese detalle o cómo funciona. Cuando creamos ese tipo de habilidad, no hay nada que no podamos aprender o, lo que es más importante, enseñarnos a nosotros mismos ■



KODO

Enseñanzas del Pasado

Kodo, Ancient Ways es una recopilación de 41 artículos escritos para su columna, *Ancient Ways* (*Inside Kung-fu magazine*) entre 1988 y 1995. Estos ensayos son una colección de los 40 años de experiencia de Furuya Sensei en las artes marciales y es una colección de sus experiencias con sus maestros y otros artistas marciales. Furuya Sensei creía que estas lecciones eran valiosas y deberían conservarse como tesoros para todos nosotros y para las generaciones futuras.



Por **Kensho Furuya**
ISBN 978-84-203-0666-7
P.V.P. 16€ / 258 páginas

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



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

FENG SHUI: MUEBLES CURATIVOS



El mueble es ese valioso objeto que tenemos en *Feng Shui* para poder distribuir la energía dentro de una casa, un efecto semejante ocurre cuando un terapeuta de acupuntura dispone las agujas para sanar un cuerpo humano. Los dos tienen como objetivo conseguir que el *Qi* fluya de una manera natural y armónica, obteniendo más salud y bienestar.

Entonces es lógico pensar que la ubicación de un mueble es un factor importante para reducir la velocidad de la energía y además guiarla por las distintas zonas de la casa. Saber colocar bien las piezas mobiliarias, tiene un secreto que todos llevamos dentro y es responder adecuadamente a nuestros instintos y gracias a las acertadas posiciones mobiliarias lograr sentir que nuestro sistema nervioso se encuentra tranquilo, cómodo y seguro.

¿Cómo podemos empezar a conseguir esa armonía? Hallando el lugar de poder del espacio que queramos curar y mejorar. Por ejemplo en un dormitorio, el lugar de poder será la cama y en una oficina lo será el escritorio.

Es importante hacer un diagnóstico previo y claro de la relación entre el espacio y el mobiliario que queremos curar, obtener un análisis de la situación general es la base para poder prescribir nuestra receta medicinal personalizada. Para proceder lo mejor posible, en primer lugar hay que saber ver qué mueble hemos de mover o cambiar de sitio, reconocerlo es fundamental. Y segundo, encontrar para ese mueble su mejor posición junto a una buena

distribución respecto a los otros. Estos dos pasos iniciáticos serán fundamentales y permitirán que la energía circule bien en torno al mueble, ni demasiado rápido ni demasiado lento; el resultado de este fluir es un mueble que irradia equilibrio al espacio llegando a estabilizar también el interior de las personas que lo usan.

Existen herramientas fáciles de *Feng Shui* para aplicar al mueble con el fin de curar el espacio: clasificar los muebles en *Yin* o *Yang*, aplicar la *Teoría de los Cinco Elementos* o emplear el modelo de *Los Cinco Animales Celestiales*.

En el mundo del interiorismo, cada vez se está dando más importancia a amueblar con criterios en defensa de la naturaleza y el medio ambiente. Los diseñadores y firmas de fabricantes de muebles están creando con materiales más saludables y sostenibles para las personas y el planeta. En consecuencia su buen trabajo ayuda a que más gente pueda disfrutar de casas llenas de muebles bellos conformados por materiales que no sean agresivos con su salud y que desprendan armonía gracias a sus colores y formas. Paralelamente está aumentando la conciencia general de que estas iniciativas no son un capricho sino una manera real de que las personas puedan ganar salud física, mental y emocional gracias a un mobiliario inspirado y creado en la naturaleza ■

PVT GROUP GIRA MUNDIAL

M A D R I D • E S P A Ñ A



SEMINARIO 2025 ▶▶

Alumno Directo del Maestro Wong Shun Leung.

Anfitrión de las temporadas 2, 3 y 4 de kung Fu Quest en la RTHK

Fundador de la Asociación de Alumnos de Wong Shun Leung (WSLSA)

Fundador del grupo PVT (Hong Kong, España, USA, Italia)

MAYO
24

Día 1

24 de Mayo 2025, Sábado

Sesión 1 - De 10,0p a 13,00

Sesión 2 - De 15,00 a 18,00

25

Día 2

25 de Mayo 2025, Domingo

Sesión 3 - De 10,00 a 13,00,



Wing Way Center

Calle Miguel Ángel 11 Móstoles, Madrid

Cuotas del seminario:

1. Solo día 1 (sábado 24 de Mayo) EUR60
2. Solo día 2 (domingo 25 de Mayo) EUR50
3. Los dos días, sábado y domingo EUR 100

Registro:



SIFU JERRY YEUNG

WWW.FACEBOOK.COM/THEPVTGROUP

WWW.PVTHK.COM



NAFARROAKO KENPO TXAPELKETA 2025

Nafarroako Karate Federazioa



eta
Diziplina Elkartuak



KENPO SAILA



2025eko martxoaren 29a

**TOKI ONA KIROLDEGIA
BERA - NAFARROA**



Gobierno
de Navarra



Nafarroako
Gobernua



TORNEO INTERCLUBS KENPO KAI 2025

Federación Navarra de Karate



y
Disciplinas Asociadas



DEPARTAMENTO DE KENPO



29 de marzo del 2025

**POLIDEPORTIVO TOKI ONA
BERA - NAVARRA**



Gobierno
de Navarra



Nafarroako
Gobernua



NUEVA EDICIÓN DIGITAL GRATUITA - NUEVOS CONTENIDOS - NUEVA IMAGEN

EL BUDOKA^{2.0}

REVISTA BIMESTRAL DE ARTES MARCIALES

www.elbudoka.es



NUEVA EDICIÓN DIGITAL GRATUITA - NUEVOS CONTENIDOS - NUEVA IMAGEN

EL BUDOKA^{2.0}

REVISTA BIMESTRAL DE ARTES MARCIALES Nº 83 año XV



EDITORIAL ALAS

www.editorial-alas.com

www.elbudoka.es

info@elbudoka.es