



Disponible en:  
Kodansha International Inc.  
C/O Oxford University Press  
2001 Evans Road  
Cary, NC 27513 USA  
Tel: +1 800.451.7556  
Fax: +1 991.677.1303  
<http://www.thejapanpage.com/>

**THE CANON OF JUDO: CLASSIC TEACHINGS  
ON PRINCIPLES AND TECHNIQUES**

POR KYUZO MIFUNE

Tokyo: Kodansha International, 2004  
256 páginas. 26x19 cm. Ilustraciones  
I.S.B.N.: 4-7700-2979-9 • \$35.00  
Idioma: Inglés

Revisión por Llyr C. Jones

Mifune Kyuzo fue uno de los grandes 10<sup>OS</sup> Danes del Kodokan y su libro es la largamente esperada reimpresión de la que es considerada por muchos como la Biblia del Judo. La versión original de este libro es hoy en día un verdadero objeto de coleccionista. Por ello, esta reimpresión es muy bien recibida ya que da la oportunidad a una nueva generación de lectores de tener acceso y beneficiarse de los conocimientos que proporciona el gran maestro del judo del siglo XX.

A Mifune se le reconoce generalmente haber contribuido excepcionalmente a la historia, filosofía y técnicas del judo. Las ediciones previas en inglés, sin embargo, han sido objeto de traducciones confusas e inadecuadas. Así como esta nueva edición remedia las anteriores deficiencias, también incorpora las correcciones, revisiones y clarificaciones que Mifune introdujo en su trabajo poco antes de su muerte en 1965. Esto hace que la obra sea mucho más comprensible para el lector. A pesar de que los textos se presentan con un diseño totalmente nuevo, todo el conjunto de fotografías (alrededor de 1.000 imágenes de Mifune y sus estudiantes) han sido respetadas. Naturalmente, estas fotografías originales no tienen la misma calidad que aquellas presentes en publicaciones más actuales; sin embargo esto refuerza el hecho de que estamos ante un texto clásico y de ninguna manera reduce la importancia del conjunto del libro.

Las páginas iniciales presentan ocho hojas completas de fotografías de Mifune ejecutando una selección de técnicas, a las que siguen informaciones introductorias incluyendo apuntes de la historia y los principios del judo. El texto principal del libro está dividido en once secciones (no numeradas). Entre las mismas, la "Etiqueta", incluyendo una discusión sobre la forma correcta de realizar el saludo, caídas (ukemi), desequilibrio (kuzushi), ejercicios de calentamiento, y cómo ejecutar las técnicas. Siguen los "Cinco Principios" (el Gokyo-no-Waza

Disponible en:  
YMAA Publication Center  
4354 Washington Street  
Roslindale, MA 02131  
TEL: +1 617.323.7215  
E-mail: [YMAA@AOL.COM](mailto:YMAA@AOL.COM)  
<http://www.ymaa.com/>

del Kodokan en su versión anterior a 1982), "Técnicas de Inmovilización", "Técnicas de Estrangulación", "Contras de Inmovilizaciones y Estrangulaciones", "Técnicas de luxación", "Formas de ataque en judo suelo", "Técnicas de contraataque", y "Técnicas de referencia". La sección "Técnicas de referencia" será de particular interés para el practicante de judo entusiasta, ya que contiene técnicas que habitualmente no se encuentran en ninguna otra parte, tales como la "caída de la roca" (gansekì otoshi) o el "sacrificio abrazado" (idaki sutemi).

La penúltima sección contiene una descripción de las formas de contra propias de Mifune: Nage-Waza-Ura-no-Kata. Esta kata se compone de tres partes: cinco técnicas de mano, cinco técnicas de pierna y cinco técnicas de cadera. Esto atraerá especialmente al practicante de judo orientado hacia su forma clásica y tradicional. El libro finaliza con una breve exposición de varias técnicas de resucitación.

*The Canon of Judo* proporciona una penetración única en el espíritu y técnicas del judo y, con pocas excepciones, el contenido sigue siendo tan relevante hoy como cuando la obra fue escrita hace medio siglo. No es, sin embargo, una obra exhaustiva ya que no incluye las katas estándar del Kodokan no tampoco las técnicas de golpeo (atemi waza). El libro de Mifune no atraerá al practicante de judo orientado únicamente hacia la visión competitiva y deportiva de esta práctica, que busque las últimas técnicas de combate.

En conclusión, a la vez que esta obra en un manual de instrucción sin igual, *The Canon of Judo* representa una auténtica parte de la historia del judo. Consecuentemente, se trata de una adquisición esencial para la biblioteca de cualquier artista marcial serio.



**TAI CHI FIGHTING SET: TWO-PERSON  
MATCHING SET**

POR YANG JWING-MING

Roslindale, MA: YMAA Publication Center,  
2004

120 minutos. Vídeo casete • \$39.95

Idioma: Inglés

Revisión por Michael A. DeMarco

Muchos no conocen la rutina de dos personas del estilo Yang de Taijiquan, la cual alcanza, en este arte, los mayores niveles de efectividad en el combate. No es frecuente

observarla en las gentes de la República de China o de Taiwán, y prácticamente no existe fuera de estos dos países. Sólo tengo conciencia de unos pocos profesores en los Estados Unidos y en otros lugares que enseñan este ejercicio avanzado por parejas, y ha sido una sorpresa que YMAA lo haya editado en formato de vídeo.

En chino, esta rutina de dos personas se denomina *San Shou*. No debe confundirse con el deporte moderno de contacto que tiene el mismo nombre. “San” se traduce habitualmente como “dispersar”, “esparcir” o “disipar”. En combinación con *shou* (manos), la práctica se refiere a los métodos para “disipar” cualquier ataque.

El Dr. Yang realiza una charla introductoria sobre el *San Shou*, planteándolo básicamente como un modo de practicar todos los principios del Taiji para la defensa personal. Enfatiza las aplicaciones prácticas y la efectividad resultante de la familiarización con este ejercicio. Si el individuo tiene la suficiente aptitud, llegar a ser un experto en el Taijiquan le llevará más de diez años de práctica con un mínimo de 3-4 horas de entrenamiento diarias. En el modo tradicional de enseñanza, la Forma Larga se estudia durante tres años, luego las Manos que Empujan. El ejercicio de combate por parejas es la última parte que se estudia del sistema.

En este vídeo no se ofrecen consideraciones históricas sólidas relativas al origen y linaje del arte. Más bien, el Dr. Yang explica el ejercicio mientras sus dos asistentes lo ejecutan. Puesto que hay 44 movimientos en cada lado, la rutina está formada por un total de 88 movimientos. Desde el contacto inicial, ambos practicantes están en contacto físico hasta el final de la rutina. Un movimiento de ataque es neutralizado y un nuevo ataque y defensa siguen sin pausa. La variedad de las técnicas del *San Shou* incluyen puñetazos, paradas, agarres, barridos y sutiles neutralizaciones.

Puesto que existen muchas posibles aplicaciones para cada técnica, la rutina tiene mucho más contenido del que se muestra a simple vista. El Dr. Yang cree que cualquiera de los movimientos debe ser explicado y practicado inicialmente a velocidad lenta. Cuando se está familiarizado con la rutina, el ritmo puede incrementarse hasta una velocidad media. En los niveles más altos, la rutina se practica a velocidad real de combate.

Para seguir el vídeo se facilitan una serie de puntos clave: comprender al menos una aplicación para cada técnica, dominar

las habilidades de posicionarse, agarrar, ceder, así como las propias técnicas, dominar los movimientos y la distancia entre los compañeros, dominar las formas de agarrar y cómo evadirse de los agarres, entrenar para lograr una potencia efectiva para la defensa y el ataque, y desarrollar en la capacidad de sentir al enemigo. Si todos estos aspectos pueden ser asimilados, entonces el practicante puede llegar a ser más creativo, ampliando esta rutina en un arte de vida.

A continuación de la explicación introductoria los asistentes del Dr. Yang realizan las técnicas individualmente en cámara lenta y con pausas. El Dr. Yang añade detalles a cada técnica, interpretándolas sobre la base de la teoría médica china tal y como lo realiza la acupuntura. La mitad del ejercicio se muestra de este modo y después como una secuencia continua. El Dr. Yang avisa a aquellos que deseen aprender del vídeo: no lo hagan “demasiado rápido” si no quieren crear malos hábitos. Aprenda lentamente y sea tan preciso como pueda.

La mitad restante de la rutina se enseña de la misma manera que la primera mitad. Después de que cada técnica se demuestra individualmente, se enlaza con la del compañero en un movimiento fluido. El vídeo muestra la actuación de la pareja a tres velocidades. Las demostraciones se realizan en una dirección principal, pero también se muestran movimientos desde ángulos opuestos para lograr una mejor comprensión visual.

El vídeo concluye con el Dr. Yang agradeciendo a los ayudantes su ayuda y dedicación. Cualquier práctica relativa a los niveles altos de las habilidades que se representan en el *San Shou* es un desafío para que pueda mostrarse delante de una cámara. Él señala que la calidad “no es tan alta como hubiera deseado, pero estoy satisfecho”. Y debe estarlo. Aunque la filmación es muy sencilla y el estilo narrativo no está presentado profesionalmente en cuanto a organización y claridad, el efecto global es como tener un instructor personal en el salón impartiendo una sólida introducción al arte del *San Shou*.

Puesto que el vídeo no detallaba el linaje del que el Dr. Yang aprendió esta rutina, le escribí para preguntarle. Él respondió graciosamente que lo aprendió de Chen Weishen, quien lo aprendió de Zhang Xiangsan. El maestro Zhang fue un destacado instructor de la Mantis Religiosa de las Seis Armonías, y enseñó también Taijiquan. Lo que él enseñó es ligeramente diferente de lo que hacen otros instructores de *San Shou* en Taiwán,

tales como Xiong Yonghe (1886-1984), quien fue un discípulo de Yang Shaohou (1862-1930).

El linaje es importante porque es el punto de partida desde el que los estudiantes pueden progresar por sí mismos. Dan el "sabor" a las formas que se aprenden. No está claro quién creó este ejercicio, pero de algún modo fue Yang Luchan (1799-1872), quien creó en estilo Yang. Posiblemente fuese creado en la primera mitad del siglo XX. El video del Dr. Yang muestra variaciones de la rutina *San Shou* e insinúa cómo y porqué ésta se desarrolló y evolucionó. Puesto que no está claro quién creó el *San Shou*, nosotros podemos saber al menos quién lo enseña hoy. El video del Dr. Yang graba para nosotros una porción vital del desarrollo del currículum del Taijiquan, una porción que captura la esencia de las artes marciales. Cualquier practicante serio debería al menos ver este video, incluso aunque no tenga la intención de aprender esta inusual rutina de combate entre dos personas.



**MASTERING TAI CHI:  
SAN SHOU - PARTNER FORM**

POR MICHAEL GILMAN

Townsend, WA: Gilman Studio, 2005  
240 minutos. DVD • \$39.95  
Idioma: Inglés

Disponible en:  
Gilman Studio  
913 L Street  
Port Townsend, WA 98368 USA  
TEL: (360) 385.5027  
www.gilmanstudio.com/

Revisión por Michael A. DeMarco

Buscando materiales de referencia relativos a la rutina de dos personas denominada *San Shou* (a veces traducida como "Manos que Dispersan"), propia del estilo Yang del Taijiquan, es evidente que existen pocos en forma de artículos, libros, videos o DVDs. En relación con el video del Dr. Yang Jwing-Ming *Tai Chi Fighting Set: Two-Person Matching Set* (2004, YMAA Publication Center), el DVD recientemente producido por Michael Gilman ofrece otra mirada hacia esta práctica poco común que forma parte del currículum del estilo Yang.

De acuerdo con su página web, el Sr. Gilman comenzó a estudiar Taijiquan en 1968 con Choy Kam-man en San Francisco. El padre de Choy, Choy Hok-peng, fue un discípulo de Yang Chengfu. Choy autorizó al Sr. Gilman a enseñar en 1973. Gilman también estudió durante breves periodos de tiempo con otros profesores. Parece que Gilman aprendió *San Shou* de Choy, pero

esto no se hace constar en el DVD.

El DVD presenta los 44 movimientos de los dos miembros de la pareja (en total 88), técnica por técnica, luego conecta pequeñas partes del conjunto para mostrar la continuidad de la rutina. Guilman y su estudiante, Rex Long, presentan pacientemente los movimientos por ambos lados, "A" y "B", con la cámara enfocando al menos desde dos ángulos.

El DVD se realizó en un formato muy básico, con la cámara grabando mientras Guilman y Long ejecutaban las técnicas y lo debatían sobre los movimientos. *San Shou* se presenta en cuatro secciones, mostrando aproximadamente once técnicas por cada lado. Esta división es principalmente una herramienta organizativa para el espectador, pero no interrumpe la fluidez de la visión de la progresión del conjunto hasta su conclusión.

La rutina de dos personas se realiza numerosas veces, tanto por uno de los participantes como por el otro, y también ambos en conjunto. Siendo un ejercicio con compañero, se realiza habitualmente de un modo relajado, lento y fluido. A veces el tempo es ligeramente más rápido. Sólo una vez el DVD muestra una ejecución próxima a la velocidad de combate. Es ostensible que algunos de los principios del Taiji se pierden fácilmente si no hay años de práctica continua. Cinco o incluso diez años de práctica probablemente no sean suficientes para que esta rutina sea ejecutada del modo que debe ser, es decir, conteniendo todos los principios del Taiji a velocidad máxima de combate.

Gilman está de acuerdo con el Dr. Yang Jwing-Ming en que esta rutina es extremadamente compleja. Sus métodos de práctica son ligeramente diferentes con variaciones en las técnicas y en las interpretaciones personales de la rutina. Ambos autores advierten que dichas variaciones e interpretaciones son lógicas, del mismo modo que es lógico que una pieza musical se interprete de modo diferente por orquestas distintas.

El modo en que Gilman presenta las secuencias individuales en la rutina es claro y suficientemente lento como para que sea fácil su seguimiento. Algunas partes de la narración son superfluas, puesto que el objetivo principal del DVD es presentar visualmente el *San Shou* en su integridad. Este no es un DVD para principiantes, pero todos los practicantes avanzados de Taiji pueden ser capaces de aprehender el contenido de este material, y con ello enriquecer su propia práctica.