

las artes marciales puede y debe mantenerse a lo largo de nuestro periplo marcial.

Este primer volumen se compone de los siguientes apartados:

Dachi (posiciones): En este apartado se ven algunas de las posiciones fundamentales del estilo *Shôtôkan* analizándose en especial *Fudo-dachi*, una de las más representativas en *Kase Ha Shotokan-Ryu*. Además de las posiciones, el maestro muestra los diferentes desplazamientos en los que pueden usarse como *kae ashi*, *yoru ashi*, *tsugi ashi*, *mawari ashi* y diferentes combinaciones entre los mismos.

Keishu (manos cerradas): Aquí hace una revisión de la versatilidad del *Tsuki* en sus diferentes recorridos *O-waza* (recorrido largo), *Chu-waza* (recorrido medio) y *Ko-Waza* (recorrido corto).

Uke Waza (Bloqueos): En este apartado realiza un magnífico trabajo sobre nueve defensas de mano cerrada con la particularidad de que cada una de ellas parte de un *Kamae* previo que facilita la trayectoria de cada una de las técnicas. Después en las aplicaciones que hace de las susodichas defensas, el maestro muestra las diferencias de aplicación de los contraataques en *Seite* y *Hente* o utilizando *Irimi*. Cuya breve descripción, para quien no esté familiarizado con este tipo de trabajos, es la siguiente: *Seite* es la forma más convencional de defender y contraatacar con diferente brazo mientras que *Hente* es la menos habitual de defender y contraatacar con el mismo miembro. Mientras que el concepto de *Irimi* en este caso se refiere a entrar profundamente en el adversario mediante el uso adecuado de la proyección de la cadera y muchas veces en dirección oblicua.

Kaishu (manos abiertas): Al igual que hiciera en el apartado anterior, en este caso se trabaja sobre otros 9 *kamaes*, pero tanto

las defensas como los contraataques son realizados con técnicas de mano abierta mostrando además la realización de *kamaes* dobles.

Y por último, podemos ver unas claras exposiciones de la correcta realización y utilización de *Keri waza* (técnicas de pierna) materia en la que igualmente destaca el *sensei* Lavorato mostrando con que desplazamientos y cambios de ángulo se pueden utilizar mejor dichas técnicas.

Para terminar decir que el maestro Lavorato ha realizado un espléndido trabajo en el que queda destilada la impronta del *sensei* Taiji Kase. Pero el autor pone de manifiesto su propia personalidad e interpretación. Lo cual hace de ésta obra una contribución valiosísima para el mundo del *Karate-Dô*.



BUDO: el ki y el sentido del combate

Por Kenji Tokitsu
Badalona: Paidotribo, 2007
136 páginas. 21,5x15 cm.
Ilustraciones
I.S.B.N.: 978-84-8019-912-4 •
14 €

Disponible en:
Editorial Paidotribo
Polígono Les Guixeres
C / de la Energía, 19-21
08915 Badalona (España)
Telf: +34 93 323 33 11
Fax: +34 93 453 50 33
E-mail: paidotribo@paidotribo.com
Http://www.paidotribo.com/.

Revisión por José Santos Nalda
Albiac

El autor plantea desde el prólogo una cuestión vital, cuyo alcance pasa desapercibido tanto para los profesores de artes marciales, como para los practicantes, las autoridades y el público en general. Y es que, en nuestra sociedad, se acepta que cualquier persona

opte por aprender técnicas de combate letales, cuyo objetivo es acrecentar la eficacia, entendida en el sentido de ser capaces de causar el mayor daño posible de la manera más rápida. Al mismo tiempo, se da por sentado que el experto en estas disciplinas posee el suficiente autocontrol y formación moral para hacer buen uso de ellas, sin atender a la educación que ha recibido a lo largo de su vida, ni a los motivos que le han impulsado a practicar un arte de combate, ni a sus impulsos agresivos, ni a su sentido de la responsabilidad.

En razón del riesgo que supondría enseñar únicamente recursos técnicos y estratégicos para la pelea cuerpo a cuerpo, el Budo japonés se fundamenta, ante todo, en actitudes y normas éticas cuyo objetivo es humanizar el comportamiento de los adeptos, mediante la formación mental, emocional y espiritual, pareja al aprendizaje del arte de combatir. Así, el Budo se compone de las disciplinas modernas conocidas bajo el nombre de Kendo, Judo, Kárate, Aikido, Jiu-Jitsu, etc., creadas por maestros expertos tanto en el ámbito técnico como en el conocimiento de la psicología humana, y todos ellos quisieron fundamentar sus respectivas artes en los más elevados valores humanos, de manera que su práctica alcanzase no solo el ámbito del dojo, sino el de cada uno de los momentos de la vida ordinaria, en una simbiosis del individuo con el Cosmos, e incluso con el mundo de los Kamis.

El Budo japonés asocia estrechamente la práctica de un arte marcial con el esfuerzo y el deseo de mejorar y superarse a sí mismo, para convertirse en una persona más útil a la sociedad en la que vive.

No obstante, esta filosofía ha sufrido alteraciones según las circunstancias históricas. Durante la Segunda Guerra Mundial, por ejemplo, el Budo tuvo cier-

tas implicaciones con las ideas nacionalistas japonesas que excluían cualquier valor, o tendencia distinta a la del Japón Imperial. En tiempos más recientes, los maestros japoneses, que admiten de manera temporal a alumnos occidentales en sus dojos, cuando surge algún problema de entendimiento siguen afirmando que “*los extranjeros nunca comprenderán el Budo...*”, resistiéndose a aceptar otras interpretaciones de esta Vía, a pesar de que ya ha alcanzado ámbito mundial, y lógicamente puede ser revisada desde otras culturas y puntos de vista.

Centrándose ya en el “*Ki*”, el autor nos recuerda que este vocablo forma parte de muchas palabras japonesas, para añadir un significado de vitalidad, o ausencia de ella, ya sea en actos, sentimientos, o sensaciones. En las lenguas occidentales no existe una palabra equivalente que traduzca con fidelidad el amplio significado de la expresión *Ki*, y la comprensión del mismo se alcanza antes con la conciencia sensorial que con la mente discursiva, y que al mismo tiempo resulta difícil de explicar verbalmente.

Para los japoneses, *Ki* es la energía universal que anima todo lo existente, y se percibe en forma de sensaciones inducidas por el entorno que inevitablemente condicionan el comportamiento. Es tal su poder, que en China y Japón ha dado lugar a la búsqueda de aplicaciones terapéuticas. Por ejemplo, en la década de los años 70 China difundió una disciplina orientada a la captación y aplicación provechosa del “*Qi*” (el *Ki* japonés), conocida con el nombre de “*Qi-GONG*”, mientras que en Japón se divulgaban prácticas parecidas bajo la denominación de “*KIKO*”. Ambos métodos pretenden recuperar aquellas cualidades que el ser humano ha perdido a medida que el “*pro-*

greso” y el bienestar de la vida moderna, le han eximido de ser utilizadas para sobrevivir.

Las artes marciales también quieren aprovechar la fuerza del Ki, y para ello enseñan el modo de hacerse sensible a las energías que animan o perturban la actividad del propio cuerpo, considerado como una parte del Universo.

La última etapa del “KIKO” es la práctica del “Furen Shuten” para lograr que el cuerpo sea permeable al Ki, lo capte sin intención y fluya en cada acto, según la enseñanza taoísta y budista, respecto a entrar en un estado mental desligado de las palabras, que capta lo esencial de cada circunstancia, sin la intervención de la mente racional, sirviéndose para ello de imágenes, sonidos y movimientos.

Según el autor, el Kendo es un excelente medio para descubrir el modo de usar el Ki en combate, fusionando esa energía con el movimiento del cuerpo y el del sable. Pero su máxima utilidad es sobre todo psíquica, mediante la acción de “Seme” o amenaza cuyo objetivo es perturbar el estado anímico del adversario, y con ello entorpecer sus posibilidades defensivas, puesto que para vencer físicamente al enemigo, primero hay que subyugar su espíritu.

En un nivel más avanzado se alcanza el “Kizeme”, que consiste en tomar la iniciativa de ataque simplemente con el Ki, sin realizar ningún movimiento, pero logrando paralizar la capacidad de respuesta del adversario, según la máxima

*“No se gana después de golpear,
sino que se golpea después de
ganar”.*

Solo cuando el practicante sabe aplicar el Ki en el estado de “Kizeme”, aparece la verdadera conciencia del Budo, porque el combate empieza en el espíritu, y está siempre presente el ego que quiere dominar y vencer.

Sin embargo, la eficacia real se consigue situándose en un estado mental en el que, si bien el objetivo es ganar, el espíritu no queda encadenado a esta idea, y adopta una actitud libre de todo deseo, pensamiento y emoción, de manera que importa más “...cómo has vencido al adversario sin matarlo, que a cuantos enemigos has matado...”

En todo combate se trata de perturbar el Ki del adversario, conservando la plena disponibilidad del propio. Cuando ambos contendientes se enfrentan desde la misma actitud, y con idéntico propósito, los dos adiestran y fortalecen su Ki personal. ¿Cuáles son los factores que perturban el Ki? El miedo, la angustia, la indecisión, la duda, la ira, el orgullo, la precipitación, etc. y en general todos los estados de ánimo negativos que generan una disminución de la eficacia en combate.

En la última parte del libro, Kenji Tokitsu trata superficialmente de los métodos para desarrollar el Ki, citando estos dos en concreto:

1.- La práctica del Kata, o la repetición constante de los movimientos que conforman las técnicas básicas.

2.- El desarrollo de la conciencia sensorial para captar o situarse en un estado energético superior, mediante la visualización de situaciones que desencadenan altas secreciones de adrenalina.

Cita también otros métodos religiosos tradicionales como el “Sennichi Kahio Gyu” que significa “El transcurso de mil días” compuesto por una ascesis de peregrinaje, meditación, ayuno, plegarias, etc.

La aplicación del Ki en las artes marciales y el Budo es un tema interesante, pero no fácil de exponer. El autor, a lo largo de los capítulos de esta obra, ofrece una serie de consideraciones y pistas que pueden ayudar a comenzar

la búsqueda a todos aquellos que sientan interés por este componente “intangibles” y extremadamente útil. El libro es cómodo de manejar y su tipografía fácil de leer, aunque los conceptos expuestos en torno al Ki se diría que van dirigidos a personas que ya están familiarizadas con esta energía, por lo que las pautas dadas a título general y aplicadas a las artes marciales, en mi modesta opinión, son insuficientes, si bien como he dicho en el párrafo anterior puede despertar el deseo de conocer más a fondo los métodos que le enseñen el uso de esta fuerza universal.



Ju jitsu “La force millénaire”

Por Roland Hernaez
Belle-Eglise : AAR, 1991
302 páginas. 21,5x18,5 cm.
Ilustraciones
I.S.B.N: 2-909137-00-7
Idioma: Francés

Disponible en:
Aar
DIV 7, rue Nationale
60540 Belle-Eglise (Francia)

Revisión por Miguel Ángel Ibáñez
Espinosa

Hemos querido traer hoy a revisión un libro que, a pesar de haber sido escrito ya hace más de quince años, merece ser destacado por la relevancia de la persona que lo firma. El Mastro Roland Hernaez (9° Dan Nihon Tai Jitsu, 8° Dan Nihon Ju Jitsu, 6° Dan Karate, 6° Dan Judo...) nos presenta en este libro sobre el Ju Jitsu una pequeña síntesis de técnicas escogidas por él para facilitar la progresión técnica desde los grados Kyu hasta el primer Dan y las labores pedagógicas de los profesores de la materia. Este libro consta de tres partes bien diferenciadas, la primera es una introducción sobre diversos aspectos del Ju Jitsu, la segunda se centra en el apartado técnico,

y la tercera en las katas propias de la International Martial Arts Federation y de la Federation Internationale de Nihon Tai Jitsu / Ju Jutsu.

En la primera parte el autor nos habla del Budo, y sobre todo del Espíritu que debe guiarnos dentro de él, a través de las ideas de otra obra que recomienda leer, *Les Arts Martiaux ou l'Esprit du Budo* de Michel Random. Dicho Espíritu, como bien indica, viene directamente del código de honor de los samuráis, y no es solo una forma de defensa personal sino más bien una regla de vida tanto moral como física. Igualmente, comenta que la progresión en los grados de artes marciales debe venir unida a la progresión en la vida, ya que el Budo en sí significa aceptar a los otros y es un arte de amor y paz, una manera de conocernos y un espíritu de prosperidad mutua.

Las siguientes páginas se dedican especialmente a recordarnos las antiguas Escuelas de Ju Jutsu. En esas páginas encontraremos anécdotas curiosas sobre ellas, las armas que usaban o los nombres de sus fundadores y de algunos de sus alumnos más famosos, que luego crearían sus propias escuelas. Posteriormente su relato se centra en los tiempos modernos (s. XVIII y XIX), ofreciendo algunos datos interesantes sobre los precursores del Ju Jitsu en Europa como Yukio Tani, Jean-Joseph Renaud (Re-Nié), Le Prieur o Feldenkrais, quien traería al Maestro Kawaishi a Europa. Por último, nos habla de la relación existente dentro de las artes marciales y el Zen y de la etiqueta y las tradiciones. Finaliza esta primera parte con explicaciones sobre los títulos de enseñanza de las artes marciales en Japón.

En la segunda parte, el Maestro Hernaez estructura su libro para una progresión de cuatro niveles; en el primero las defensas son sencillas y su misión