

La aplicación del judo como defensa personal en educación física: aproximación a un marco ético

Julián Espartero
Carlos Gutiérrez
Miguel Villamón



Rostro 5

La aplicación del judo como defensa personal en educación física: aproximación a un marco ético

Julián Espartero*
Carlos Gutiérrez*
Miguel Villamón**

RESUMEN:

A cordemente con aquellos planteamientos doctrinales que han venido a postular la inclusión de las artes marciales en el currículo de Educación Física, el presente trabajo pretende la justificación que sustente la pertinencia y, consecuentemente, la inclusión en dicho currículo, del judo como práctica de defensa personal. En este sentido, debe remarcarse que esta pretensión no se detiene exclusivamente en el objetivo utilitarista sino que tiende al establecimiento de un marco mucho más generalista e integrador. Esto es, hacia la consecución de un contexto de formación general de la persona, no restringido únicamente al ámbito técnico. Una formación que incida en el respeto hacia los derechos humanos como referente ético fundamental (la paz, la libertad, la comprensión, la tole-

rancia, etc.), y gracias a la cual el recurso a la violencia física es una última opción que trata de evitarse por todos los medios. Precisamente, en el ámbito de las artes marciales, el judo nace –de conformidad con la pretensión de su fundador Jigoro Kano–, con la decidida vocación de configurarse como un sistema de formación integral de la persona. Sólo así, creemos, podrá afirmarse que el judo es algo más que un deporte o un mero sistema de lucha o defensa, pues, precisamente, esta elusión de un enfoque único o específico resaltarán plenamente su vocación, además de elemento de educación física, de elemento de educación intelectual y moral.

PALABRAS CLAVES:

Judo, defensa personal, artes marciales; educación física, educación en valores.

* Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Universidad de León Campus de Vegazana, s/n. 24071 León. España. inejec@isidoro.unileon.es, inecgg@isidoro.unileon.es

** Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Universitat de València C/. Gascó Oliag, 3. 46010. Valencia. España miguel.villamon@uv.es

RÉSUMÉ:

En accord avec ces exposés doctrinaux qui sont venus postuler l'inclusion des arts martiaux dans le curriculum de l'éducation physique, le travail ci-joint prétend la justification que soutient la pertinence et en conséquence, l'inclusion dans ce curriculum, du judo comme pratique de self-défense. Dans ce sens, on doit souligner que cette prétention ne s'arrête pas exclusivement à l'objectif utilitaire sinon qu'il tend à établir un cadre beaucoup plus généraliste et intégrant. C'est ça, vers la consécution d'un contexte de formation générale de la personne, non seulement restreinte à l'ambiance technique. Une formation qui répercute sur le respect des droits humains comme référence éthique fondamentale (la paix, la liberté, la compréhension, la tolérance, etc.), et grâce à laquelle le recours à la violence physique est la dernière option et qu'on doit éviter par tous les moyens. C'est justement, dans l'ambiance des arts martiaux que le judo naît – comme le prétendait son fondateur Jigoro Kano-, avec la vocation décidée de se configurer comme un système de formation intégrale de la personne. On croit que c'est seulement pour ça qu'on pourra affirmer que le judo est plus qu'un sport ou un système de combat ou défense, c'est

précisément cette élusion de façon d'envisager unique ou spécifique qui fait jaillir complètement sa vocation, en plus d'élément d'éducation physique, il est élément d'éducation intellectuelle et morale.

MOTS CLÉS:

Judo, self défense, arts martiaux; éducation physique, éducation des valeurs.

INTRODUCCIÓN

Son muchos los autores que han señalado la pertinencia de la inclusión de las artes marciales en el currículo de Educación Física, defendiendo para éstas el mismo estatus que puedan tener cualquier otro tipo de habilidades (físicas, deportivas, expresivas, de adaptación, etc.) en dicho contexto (especialmente Levine, 1984; Cox, 1993; Theebom y De Knop, 1999; Villamón, 1999; Brown y Johnson, 2000). Así, en lo que puede ser considerado como un enfoque más de las artes marciales, la defensa personal es acogida y valorada en virtud de una serie de intenciones educativas, para cuya consecución se configurarían como un medio idóneo. La más evidente de estas intenciones educativas sería su faceta utilitaria, que según se desprende del documentado trabajo de Heyden, Anger, Jackson, y Ellner (1999), centra-

do en el estudio de estadísticas de agresión y la repercusión de la utilización de diversos tipos de defensa ante las mismas, bastaría para justificar la enseñanza de la defensa personal en la Educación Física. En este sentido, el presente trabajo pretende justificar la inclusión del judo en su vertiente de defensa personal en el contexto de la Educación Física. Si bien, y acordemente con los autores señalados más arriba, se rechaza la centralización exclusiva en el aspecto meramente utilitarista o de aprendizaje *per se* de técnicas eficaces de autodefensa. Por el contrario, dicho aspecto será simplemente uno de los contenidos utilizados dentro de un conjunto mucho más ambicioso, al comprender aspectos tales como el autoconocimiento, nuevas formas de relación, educación moral o educación para la paz.

DESARROLLO

El derecho a la vida y a la integridad física goza de un reconocimiento, en nuestros días - al menos teóricamente-, universal. Lamentablemente, y como resulta conocido, el derecho a la vida y a la integridad física no es siempre respetado. La tutela que han de procurar los poderes públicos sobre el mismo, por otra parte, no siempre es posible en el momento en que se produce su vulneración, lo cual puede llegar a generar auténticas situaciones de gran indefensión. De ahí

que los ciudadanos, tengan reconocido su derecho a la legítima defensa, y para ello pueden utilizar todos los recursos que legalmente estén permitidos. Entre los cuales se encuentra el judo en su vertiente de la defensa personal o, más sencillamente, entendido como una serie de procedimientos orientados a repeler físicamente una agresión hacia los derechos del individuo. Ahora bien, sólo cuando esta práctica se desarrolle sustentada en una responsabilidad ética será posible inculcar valores que permitan la comprensión de que el uso de la violencia es sólo legítimo como un resultado de la necesidad práctica. Además, en un sentido personal, el aprendizaje de las técnicas de judo, en esta disposición, constituirá una oportunidad práctica de experimentar formas controladas de violencia y conocer el daño físico y emocional que puede ser causado y sufrido siguiendo incluso un breve intercambio de golpes. De ahí nuestro acuerdo con Brown y Johnson (2000) al entender que dicha propuesta sea incluso preferible al rechazo de la violencia tan frecuente en muchos discursos educacionales, a pesar de que es obvio el uso diario en la extensa sociedad (por individuos, instituciones, naciones y estados, etc).

Cualquier persona es susceptible de sufrir algún tipo de agresión de tipo físico durante su vida, siendo sus consecuencias, a me-

nudo, realmente dramáticas. En este sentido, el fundador del judo Jigoro Kano (1989: 136) señalaba como:

En una sociedad que vive bajo las reglas de la ley y el orden, nos pueden ocurrir ataques repentinos e imprevistos en forma de accidentes, causados por criminales o por otras causas tan inusitadas como las producidas por el ataque de un perro rabioso. Cada individuo desea, por tanto, tener una habilidad mínima para poder defenderse, y son las personas que se han entrenado en estas técnicas de ataque y defensa las que mejor pueden salvaguardar su integridad.

Pero la defensa personal, a pesar de lo dicho anteriormente, ha de enmarcarse en un contexto de formación general de la persona, no restringido únicamente al ámbito técnico. Una formación que incida en el respeto hacia los derechos humanos como referente ético fundamental (la paz, la libertad, la comprensión, la tolerancia, etc.), y gracias a la cual el recurso a la violencia física es una última opción que trata de evitarse por todos los medios. Precisamente, en el ámbito de las artes marciales, el judo nace –acordemente con la pretensión de su fundador Jigoro Kano-, con la decidida vocación de configurarse como un sistema de formación integral de la persona y, a través, del cual “las

personas, individual y colectivamente, obtienen su estado espiritual idóneo, mientras que al mismo tiempo mejoran las condiciones de sus cuerpos y aprenden el arte del ataque y la defensa” (Kano, 1989: 25).

Ello, sin dejar de desconocer, por otra parte, cómo la evolución del judo, intensamente ligada a su desarrollo deportivo, ha desplazado, entre otras, la faceta del judo referente a la defensa personal. Así, Draeger y Smith (1980: 139) apuntaban críticamente “El judo clásico representa un arte de lucha (...) siendo en primer lugar un entrenamiento de la mente y el cuerpo a través de ejercicios prescritos; se incluyen aspectos de educación física, autodefensa, y competición. Kano sustituyó la palabra “enemigo” del *jujutsu* por la de «oponente», pero ello no significa que se eliminara el aspecto de la autodefensa que siempre fue muy valorado. En el actual contexto, la educación física y la autodefensa han pasado a un segundo plano y todo el equilibrio establecido por Kano se ha perdido”.

Por ello, sobre la base de las consideraciones expuestas, se postula por la inclusión del judo en su aplicación como defensa personal en el ámbito de la Educación Física. Si bien la misma habrá de encontrar su propio desarrollo y fin en los característicos principios del judo, pues, aunque con mu-

chas facetas (Kano, 1932), el judo constituye un todo integral. Así, Jigoro Kano, señalaría como principios del judo el *Principio de máxima eficacia en el uso de la fuerza física y espiritual (Seiryoku Zen'yo)* y el *Principio de prosperidad y beneficios mutuos (Jita Kyoei)*, e indicaría como:

El principio fundamental del judo, que gobierna todas las técnicas de ataque y defensa, es que, cualquiera que sea el objetivo, éste se obtiene de mejor manera por el uso del principio de máxima eficacia de cuerpo y mente, adaptado al fin perseguido. Este mismo principio, aplicado a las actividades de la vida diaria, nos conduce a seguir una vida más racional y mejor (...). El principio de máxima eficacia, bien aplicado al arte de ataque y defensa o al refinamiento y perfeccionamiento de la vida diaria, demanda sobre todo que haya armonía entre las gentes, lo cual sólo se logra a través de la ayuda y concesiones mutuas. El resultado es el beneficio y bienestar mutuos. La meta final de la práctica del judo es inculcar respeto por los principios de máxima eficacia, por un lado, y beneficio y bienestar mutuo, por otro (Kano, 1989: 25).

Así, en primer lugar, se podría considerar que la preservación de la propia integridad personal y de la vida, a priori el primer

principio de la defensa personal que cabría deducir, no es más que una aplicación del *Principio Seiryoku Zen'yo*. Pero también, más concretamente, en el terreno efectivo de un caso de agresión a un practicante de judo, pueden ser perfectamente observables los principios enunciados anteriormente. Así, el *Principio Seiryoku Zen'yo* se reflejaría al tratar de evitarla por cualquier método no agresivo, cumpliéndose entonces, en caso de lograrlo, el segundo de los principios, de beneficio y bienestar mutuos. Asimismo, en caso de ser agredido de una manera efectiva, el principio de máxima eficacia se mostraría mediante el mantenimiento del equilibrio y el logro del desequilibrio del agresor, bien entendido que se habla aquí de equilibrio en el sentido de que todas las acciones que realice la persona objeto de agresión (posturas, desplazamientos, técnicas, movimientos corporales, etc.) habrán de caracterizarse por su armonía y estabilidad. Equilibrio también en el terreno psicológico, manteniendo la calma y la capacidad de raciocinio en todo momento, que impida la aplicación de técnicas no proporcionales al ataque sufrido. Por otro lado, la referencia al desequilibrio habrá de entenderse en el sentido de aprovechar la fuerza del contrario, así como la propia, para lograr desestabilizarlo.

En este mismo caso de agresión inevitable, también se muestra el *Principio Jita Kyoei*. Si bien de un modo radical –aunque proporcional a la peligrosidad del ataque-, la respuesta no deja de mostrar al agresor la inutilidad de su intento, así como lo nefasto de repetir acciones de ese tipo. En todo caso, la enseñanza que se transmite, eso sí, en clave negativa, puede llegar a convencer a la persona de la necesidad de abandonar esos comportamientos, lográndose entonces tanto el beneficio para la propia persona como para el resto de la sociedad.

CONCLUSIÓN

Si bien en la literatura resulta mayoritariamente admitida la pertinencia de la inclusión del judo en el currículo de educación física, también debe convenirse que la defensa personal enriquece la mera vertiente “deportiva” del mismo. Y ello, sencillamente, porque implica el someter a consideración otros valores y funciones de la práctica del judo. Asimismo, en el tipo de práctica que se propone, se proyectan otros objetivos que pueden ser perseguidos, evitando un enfoque único, en el que sólo sean enfatizados aspectos u objetivos de la defensa personal reducidos al aprendizaje de la mera lucha o defensa. Estas actitudes, como bien señalan Brown y Johnson (2000: 257-258):

tienen múltiples consecuencias positivas, intencionales y no intencionales, debido a que el fin práctico de la auto-defensa es evitar o minimizar la violencia en lugar de permitirla. Por lo tanto, si el futuro desarrollo de la educación física es para abarcar más ampliamente la educación integral de la persona mediante el medio físico... [cuerpo y movimiento] ..., como meta importante en la que los individuos son dotados de las capacidades necesarias para pensar y actuar por ellos mismos al mismo tiempo que se comportan con responsabilidad hacia otros durante toda la vida, entonces las prácticas de defensa personal constituyen un recurso cultural de valor.

BIBLIOGRAFÍA

- BROWN, D. & Johnson, A. The Social Practice of Self-Defense Martial Arts: Applications for Physical Education. *Quest*, 2000, 52: Pág. 246-259.
- COX, J. Traditional Asian martial arts training: a review, 1993, *Quest*, 45, 3: 366-388.
- DRAEGER, D. F. & Smith, R. W. *Comprehensive Asian Fighting Arts*. Kodansha International. Tokyo, 1980.
- HEYDEN, S. M., Anger, B. F., Jackson, T. T. & Ellner, T. D. Fighting Back Works. The case for Advocating and Teaching Self-Defense Against Rape. *JOPERD*, 1999. 70, 5: 31-34 & 39.

KANO, J. The Contribution of Judo to Education, *Journal of Health and Physical Education*, 1932, 3, 37- 40, 58.

KANO, J. *Judo Kodokan*. Eyras, Madrid, 1989.

LEVINE, D. The liberal arts and the martial arts". *Liberal Education*, 1984, 70, 3: 235-251.

THEEBOOM & De Knop, P. « Asian Martial Arts and Approaches of Instruction in Physical Education". En: *European Journal of Physical Education*, 1999, 4, 2: 146-161.

VILLAMON, M. (dir.) *Introducción al judo*, Hispano Europea, Barcelona, 1999.