
COMUNICANDO LOS MOVIMIENTOS DE COMBATE EN OBRAS IMPRESAS: CÓMO PRESENTAR LAS TÉCNICAS EN FOTOGRAFÍAS Y TEXTOS



TOM LANG



Introducción

A medida que ha evolucionado la práctica de las artes marciales, también lo ha hecho el deseo de preservar y enseñar la esencia de estas técnicas de formas diferentes a la instrucción personal y experiencia directa. Esto es, más que grabar simplemente una demostración de una técnica para su visión general, progresivamente estamos identificando y documentando cada vez más los movimientos que la componen, subrayando los fundamentos y los detalles de su ejecución. La escritura, la fotografía, y la película cinematográfica (ya sea película, vídeo o formato digital) han sido utilizadas para estos fines, pero las aplicaciones hasta hoy en día no siempre han hecho el mejor uso o un uso total de estas tecnologías.

Como artista marcial y escritor médico-técnico, he pensado sobre cómo presentar la información del movimiento en fuentes impresas durante tres décadas. Habiendo publicado un buen ejemplo de la presentación de la información del movimiento sobre un arte marcial, y al haber sido frustrado de publicar otro de igual calidad, he decidido plasmar mis pensamientos sobre este tema con la esperanza de inspirar publicaciones de mayor calidad en este ámbito. Los principios aquí expuestos también podrían ser aplicables a otras disciplinas del movimiento tales como danza, gimnasia, yoga y otras artes de ejecución.

Muchos de los principios discutidos aquí son apreciables en mi primer libro (Zier



& Lang, 1985). Brevemente, este libro fue impreso en un formato horizontal y se diseñó de modo que las largas secuencias de fotografías (8 a 10, en este caso) pudiesen ser situadas de lado a lado a lo largo de páginas enfrentadas. Utilizamos fotografías cuadradas para ahorrar espacio y diagramas para indicar el movimiento, complementados con diagramas para el movimiento de los pies. Cada técnica se presentó con fotos seriadas desde una única perspectiva y con fotos suplementarias desde diferentes ángulos situadas debajo de la fotografía principal correspondiente. Menos exitoso fue mi libro más reciente (Lang, 2006), en el que un diseño gráfico desinformado y los errores introducidos en el proceso de producción redujeron la efectividad de un sonoro diseño instructivo, una situación causada por excluir al autor del habitual proceso de revisión y aprobación.

Todas las fotografías son cortesía de Tom Lang, excepto la de la página anterior, por iStock.com.

Resumen

En este artículo se ofrecen sugerencias sobre "cómo hacer" textos y fotografías de técnicas de artes marciales para su publicación. El objetivo es mejorar la calidad instructiva y como fuente archivística de los libros y artículos sobre artes marciales. Estas sugerencias se basan en las revisiones del autor de libros mostrando movimiento, su experiencia en la elaboración de libros de artes marciales (y en los errores cometidos durante la misma), y su experiencia como escritor médico-técnico y diseñador de contenidos. Simplemente pensando sobre cómo presentar en un texto impreso un arte marcial le ayudará a comprenderlo y enseñarlo: lo encontrará como un ejercicio gratificante y de valor, incluso aunque nunca publique los resultados.

La información para este artículo, por tanto, proviene de una revisión de libros mostrando movimiento, incluyendo libros sobre artes marciales, danza, yoga y gimnasia; de haber escrito y publicado varios libros y monografías de artes marciales (y de los errores cometidos durante su elaboración); de mi experiencia personal como escritor médico-técnico y diseñador de contenidos; y quizá lo principal, de todos mis años de colaboración con uno de mis instructores, Don Zier, cuyas reflexiones se encuentran a lo largo de todo este artículo.

PROBLEMAS Y EXPECTATIVAS

Los problemas básicos

Existen dos problemas básicos para comunicar la información del movimiento en una fuente impresa (o en cualquier otro medio para tal fin): 1) conocer qué partes del movimiento necesitan enfatizarse, y 2) ser capaz de enfatizar tales partes en ilustraciones o palabras. Si el aspecto fundamental de la maestría es “saber a qué atender”, entonces la tarea fundamental para comunicar información del movimiento es ayudar a que los lectores atiendan a las partes correctas del mismo. Saber a qué atender es más difícil que ayudar a los lectores a que lo hagan. Ser capaz de hacer bien una técnica no es suficiente; literalmente tienes que “saber lo que estás haciendo”. Una vez que el movimiento ha sido analizado y sus partes fundamentales identificadas, el problema será cómo dirigir la atención del lector a estas partes y retraerla de las menos importantes.

Tipos de información

Sugiero que la información del movimiento, como otros tipos de información, puede ser de tres tipos. La “información perceptiva” es información general y a menudo es la primera información que reciben los lectores sobre una técnica. Por ejemplo, para alguien que no ha visto el control carotídeo (el control policial con “estrangulación”), una fotografía de un policía aplicando esta técnica es información perceptiva.

La “información de cómo hacer” consiste en instrucciones; detalla cómo aplicar la técnica. Aquí, “Desde atrás, sitúe su brazo derecho sobre el hombro derecho de su oponente y rodee su garganta con el brazo derecho. Coloque su codo derecho en la línea media de su pecho, y después presione con su mano izquierda hacia la parte inferior de su puño derecho para aplicar presión sobre su cuello hasta que se rinda o pierda la consciencia”.

La “información sobre los fundamentos” detalla cómo o por qué funciona la técnica: “Cuando su brazo derecho se flexiona y usted trae su codo, se aplica presión a ambos lados del cuello, comprimiendo las arterias carótidas y restringiendo el flujo sanguíneo al cerebro. Cuando se priva de sangre al cerebro durante más de unos pocos segundos, se pierde el conocimiento”. La información sobre los fundamentos permite a los lectores solventar los problemas con la técnica y aplicar los fundamentos en situaciones nuevas.

El presentar los tres tipos de información es el mejor modo de comunicar la información del movimiento, pero la información perceptiva es a menudo la única que se presenta porque es evidente en cualquier fotografía. La información de cómo hacer requiere el conocimiento de cómo hacer la técnica, o al menos sobre qué buscar en la fotografía. La información sobre los fundamentos requiere un análisis incluso más profundo sobre por qué funciona la técnica o qué tiene que hacerse para hacer que funcione, y como tal casi siempre tiene que presentarse en el texto, aunque las fotografías pueden mostrar qué pasa si se violan estos fundamentos.

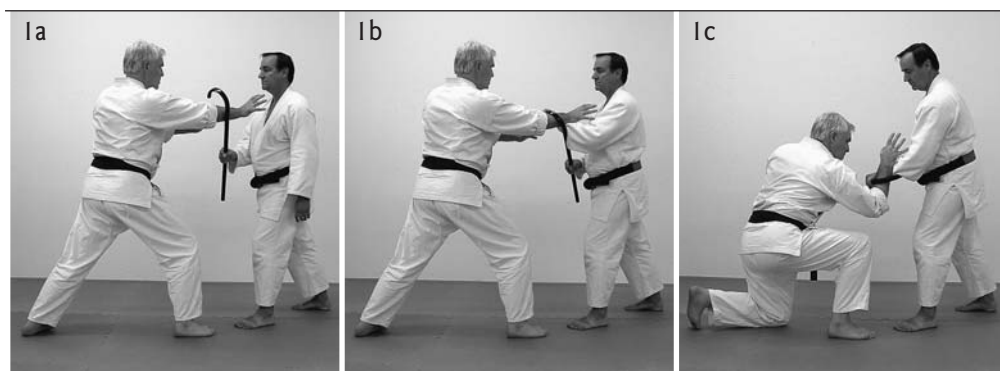
Principios generales para comunicar el movimiento

Los siguientes principios deben guiar el registro visual y textual de la información del movimiento:

- **Intención:** Indique el propósito del movimiento que está comunicando, de modo que los lectores puedan usar sus propias habilidades intelectuales para ayudar a la comprensión de lo que está sucediendo y por qué.
- **Atención:** Ayude a los lectores a centrar su atención sobre lo que pasa en el movimiento; los aspectos fundamentales de una técnica que la hacen efectiva.
- **Distracción:** Relacionado con el principio de la atención está la necesidad de minimizar cualquier cosa que distraiga del foco central de atención; por tanto, elimine las señales visuales o textuales no esenciales o engañosas.
- **Expectación:** Honre las expectativas de los lectores sobre la técnica y su presentación y evite sorprenderles; la inconsistencia causa distracción. Los lectores nativos ingleses [al igual que los españoles] siempre observan una página de izquierda a derecha y de arriba a abajo. Cualquier secuencia fotográfica que no siga este patrón será inesperada.
- **Facilitación:** Ayude a los lectores a procesar la información visual y textual utilizando todas las convenciones disponibles en los textos impresos: colocando cerca las fotografías relacionadas, dibujando flechas en las fotografías, añadiendo patrones de movimientos de pies debajo de las fotografías, utilizando encabezamientos informativos, etc.
- **Diferenciación:** Ayude a los lectores a mejorar la comprensión del movimiento, contrastándolo con movimientos o explicaciones relacionadas pero diferentes. La diferenciación también aparece como la necesidad de contraste visual que ayude a los lectores a distinguir la figura del fondo.

Algunos términos y conceptos útiles

En realidad, el movimiento no puede mostrarse en un texto impreso. En vez de ello, puede inferirse comparando una serie de posiciones registradas a lo largo del tiempo. Las fotografías seriadas son aquellas que documentan el conjunto de movimientos de la técnica. La mayoría de las veces son tomadas con la cámara en una posición fija y única (Fig. 1). Sin embargo, puesto que los artistas marciales a menudo se mueven en un espacio tridimensional, las fotografías seriadas a menudo no capturan todos los movimientos importantes de la técnica. Por ello, normalmente son necesarias fotografías complementarias tomadas desde diferentes ángulos o distancias (esto es, en primer plano y gran ángulo) para capturar las posiciones que se pierden en las fotografías seriadas (Fig. 2).



La disposición antropocéntrica es lo que yo llamo asumir que el mejor modo de grabar el movimiento es desde la perspectiva de una persona de pie e inmóvil, pensando como que él o ella estuviese viendo el movimiento. Esta disposición tiene valor, y, de hecho, la recomiendo para la mayoría de las técnicas porque proporciona una importante continuidad visual global. Sin embargo, raramente es suficiente, por lo que casi siempre se necesitan fotografías y explicaciones suplementarias para mostrar todas las partes importantes del movimiento.

Figura 1

Fotografías seriadas típicas mostrando una proyección sencilla desde un único punto de vista (la perspectiva antropocéntrica). Las sombras no son obvias como resultado de la iluminación superior y el posicionamiento de los actores lejos de la pared. El agarre del actor principal sobre el final de la empuñadura del bastón puede no ser obvio, indicando la necesidad de tomar una foto suplementaria.

Figura 2

Una fotografía suplementaria para la figura 1b desde un ángulo diferente (y de un conjunto de fotografías diferente). La fotografía ha sido recortada para enfatizar el agarre de la mano izquierda sobre el final del bastón. Mostrando el final del gancho en el agarre haría la fotografía más efectiva, porque sin él el bastón parece más bien un palo. La manga negra contrasta bien con la manga blanca, pero el bastón plateado no contrasta bien con la manga blanca o con el fondo beige.



Tipos de fotografía

Actualmente existen tres opciones ampliamente disponibles para fotografiar las técnicas de artes marciales: fotografías de actores posando; “fotografías en serie” digitales, en las cuales se toman una serie de fotografías de actores moviéndose a intervalos cortos pero regulares; y películas cinematográficas, especialmente en grabaciones digitales y de vídeo, donde se graba a los actores moviéndose de manera continua. Aquí me ocuparé fundamentalmente de la fotografía por las razones que explico seguidamente.

Además del hecho de que pueden imprimirse, las fotografías de actores posando invitan al estudio y a la reflexión sobre las posiciones fundamentales durante el movimiento. Esto es, dirigen la atención del lector más fácilmente que la grabación cinematográfica. Las fotografías proporcionan el mayor grado de control sobre la imagen final, y tanto las fotografías seriadas como complementarias se obtienen más eficientemente de lo que se obtienen las imágenes individuales del vídeo o de las fotografías en serie.

Aunque pudiera parecer que filmar a los actores en movimiento sería la manera preferida para comunicar dicho movimiento, y aunque esto tiene ventajas obvias, estas ventajas no superan al texto impreso. Más aún, las películas no focalizan la atención necesariamente de un modo correcto; pueden grabar el movimiento, pero, sin ayuda, no lo enseñan necesariamente. Tanto la película como las fotografías en serie graban la acción desde un único punto de vista que permanece estático durante la técnica (la perspectiva antropocéntrica), y por tanto no pueden capturar en una sola toma todos los movimientos importantes si el actor gira, cambia de dirección, o cae. Las tomas repetidas desde diferentes ángulos presumen que la técnica será hecha consistentemente, y el número de ángulos requerido puede ser grande.

En la fotografía seriada, las fotografías se obtienen a intervalos cortos pero regulares que raramente capturan el momento exacto de interés; la sincronización se pierde inevitablemente, significando que se necesitarán varias tomas para conseguir la fotografía correcta.

Las grabaciones de video digitales estándar vienen en uno o dos formatos. En el formato de escaneo entrelazado, las imágenes son escaneadas como conjuntos de líneas alternadas: las líneas impares se escanean, luego las pares, luego las impares de nuevo, etc. Un conjunto de líneas pares o impares es un “campo”, y dos campos consecutivos pares-impares son una “imagen”. En el formato entrelazado, a menudo una sola imagen estática no puede extraerse claramente porque los dos campos que la componen son ligeramente diferentes, aunque a pesar de todo estén interpolados digitalmente, lo que produce una imagen desenfocada (Fig. 3). En el formato de escaneo progresivo, cada imagen es distinta, con los campos pares e impares idénticos, y por tanto las imágenes estáticas son claras. Como resultado, las videocámaras de escaneo progresivo tienden a ser más caras que las cámaras de escaneo entrelazado. También graban aproximadamente a 30 imágenes por segundo, una ratio similar al de las películas (24 o 25 imágenes progresivas por segundo).

Figura 3

Una imagen de una grabación de video digital mostrando el desenfoco y el oscurecimiento creado por el formato de escaneo entrelazado usado por algunas cámaras digitales. Aparte de eso, la imagen está enfocada, aunque muestra algún efecto de movimiento. La iluminación era la misma que la de la Figura 1. Las imágenes de grabaciones con cámaras de formato de escaneo progresivo deberían estar más claras.



La fotografía de películas cinematográficas a alta velocidad puede proporcionar un número mucho mayor de imágenes individuales por segundo que las cámaras cinematográficas estándar y puede obtener la imagen exacta que interese con buena resolución. La perspectiva antropocéntrica permanece fija cada vez, pero las oportunidades de capturar la imagen exacta que se necesita para mostrar la postura mejoran en gran medida.

El estudio de fotografía

En lo que yo llamo la distribución estándar del estudio, la cámara se dirige a lo largo del escenario contra el fondo. Puesto que los actores generalmente se mueven de un lado a otro, paralelos al fondo, una cámara puede girar radialmente sobre su trípode para mantenerlos enfocados, o el trípode puede moverse con los actores, manteniendo el ángulo de la cámara perpendicular al fondo. En ambos casos, el fondo necesita ser lo suficientemente ancho como para cubrir el campo visual de la fotografía, una anchura más grande de lo que normalmente se piensa.

En mi opinión, la disposición ideal para tomar fotografías de artes marciales sería un suelo grande y plano de al menos 20 pies de anchura [6 m.] y 15 pies [4,5 m.] de profundidad. El muro trasero sería un “fondo infinito” que se curve lisamente con un suelo del mismo color neutral, para minimizar la “línea del horizonte”. El fondo sería de 8 a 10 pies de alto [2,4 a 3 m.] y libre de distracciones visuales (tales como enchufes eléctricos, soportes estructurales, costuras de fábrica, manchas, etc.).

Las líneas de referencia en el suelo son útiles para indicar la longitud y dirección de cada paso. En el libro del *jo*, nosotros utilizamos una línea de referencia en forma de T para indicar la línea original y la distancia entre los actores, y el actor principal empezaba cada técnica centrado en el cruce de la T.

Un problema recurrente con la toma de fotografías suplementarias desde diferentes ángulos en la disposición estándar del estudio es que incluso aunque se pueda mover la cámara, el fondo habitualmente no. Los actores tienen que ser reposicionados frente al fondo, lo que significa recrear la posición deseada, y lo que es peor, las líneas de referencia también puede que tengan que ser movidas o eliminadas, lo cual es siempre un inconveniente. Por tanto, un tablero giratorio grande, de quizá 8 pies de diámetro, colocado al ras de un suelo rectangular mayor y frente a un fondo alto profundo y central como se ha descrito, sería muy útil para obtener buenas fotografías complementarias. Con tal tablero giratorio, la cámara y el fondo pueden permanecer fijos, y los actores pueden girarse en el tablero hasta el ángulo deseado, manteniendo sus posiciones relativas a las líneas de referencia y sin tener que moverse ellos o el fondo.

No recomiendo tomar fotos en el exterior si su propósito es documentar técnicas. El fondo está a menudo demasiado desordenado visualmente (Fig. 4), y la iluminación cambia con el tiempo, haciendo difícil retomar fotografías perdidas de una secuencia realizada en un momento diferente; las sombras tampoco concuerdan. Los libros de entrenamiento de defensa personal, policial, y militar a menudo utilizan fotografías exteriores para mostrar la técnica en el entorno en que ésta será usada. Estoy de acuerdo con que tales técnicas deben ser practicadas en un entorno relevante, pero no recomiendo fotografiarlas allí. El fondo sólo añade potencial de distracción y no contribuye al valor de instrucción, aunque pueda tener valor de mercado.



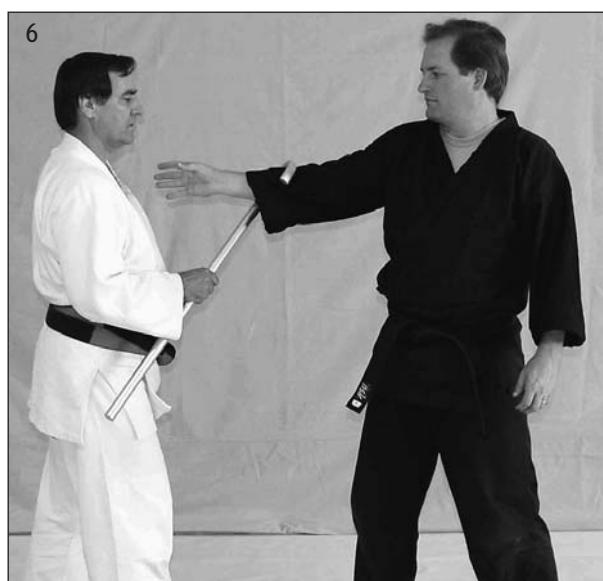
Figura 4

Las fotografías en exteriores habitualmente tienen fondos que distraen visualmente demasiado. Las sombras no pueden controlarse, y la iluminación cambia con el tiempo, haciendo difícil retomar una fotografía y hacerla parecer como parte de la secuencia original. Esta fotografía también muestra el bronceado de las pantorrillas y los pálidos pies de los actores, que pueden ser un detalle que distraiga, de la de otro modo, fotografía de calidad profesional.

Figura 5
 Las sombras pueden distraer seriamente del foco de la fotografía. Una adecuada iluminación debería proporcionar suficiente iluminación como para mostrar los detalles sin producir sombras que distraigan. Una iluminación superior y difusa, y posicionar a los actores lejos del fondo, reducirá las sombras.

Iluminación

Una buena iluminación es esencial para obtener buenas fotografías técnicas. El truco es iluminar adecuadamente a los actores sin provocar sombras que desmejoren la imagen pretendida. Un caso al respecto es una serie de fotografías de dos artistas marciales filipinos demostrando el uso de los palos dobles. Si los actores son iluminados desde el frente con focos brillantes, y las sombras generadas por los palos son fácilmente perceptibles en el fondo, en vez de cuatro palos parecerá que hay ocho, lo que empeora seriamente la claridad de las fotografías. Véase la sombra de la espada en la Fig. 5.



Aunque puedan causar tanta distracción (extrañamente, a veces no lo hacen), las sombras son necesarias para dar textura a la fotografía. Nunca recomiendo tener a un actor vestido de negro porque el negro esconde las sombras que proporcionan esta textura. El efecto es mismo que eliminar el área negra de la fotografía (Fig. 6). (No he utilizado aquí la fotografía en color porque el color es más caro de imprimir. La mayoría de los libros de artes marciales no generan el suficiente beneficio como para hacer eficiente el costo de las fotografías en color).

La iluminación de fluorescentes estándares por encima de la cabeza puede proporcionar una iluminación difusa pero adecuada sin crear sombras marcadas (Fig. 1). Además, las sombras, si hay alguna, se proyectan en el suelo, donde son menos propensas a ser advertidas. Los actores también pueden posicionarse tan lejos del fondo como sea posible, de tal modo que cualquier sombra caiga sobre el suelo y sea aclarada por otras luces superiores.

Figura 6
 En las fotografías en blanco y negro, los uniformes negros a menudo crean grandes "agujeros" visuales en la imagen que no tienen contraste o "textura". Las arrugas en el fondo y en el tapiz de esta fotografía también distraen, como también lo hace la accidentada "línea de horizonte" donde el fondo se une al tapiz.

Ángulos de fotografías

Con pocas excepciones, la mayoría de las fotografías de técnicas de artes marciales son fotografías a nivel de los ojos tomadas en ángulos correctos, reflejando la perspectiva antropocéntrica descrita arriba. Cuando se planea tomar fotografías, sin embargo, considere la técnica desde 360° en cada uno de los tres planos de movimiento. En particular, considere 10 ángulos: frontal, posterior, ambos lados, las cuatro esquinas, encima, y debajo. De hecho, los ángulos más productivos son normalmente las esquinas ya que muestran al actor más completamente de lo que puede hacerse en las cuatro direcciones.

El libro de Kazuo Kudo de 1967, *Judo en Acción*, contiene fotografías de técnicas de lucha en el suelo tomadas por debajo de un tablero de cristal para mostrar más claramente la posición de las manos del actor principal. En el libro del *jo*, nosotros fotografiamos el golpe vertical hacia abajo (esencialmente un corte de espada) desde arriba y por detrás de la cabeza del actor para mostrar la apertura inicial de los codos y cómo se reducía por el movimiento de giro de las manos sobre el bastón durante el corte. Finalmente, las fotografías directamente cenitales (sobre la cabeza) pueden ser enormemente útiles. Ya que, supongamos, una proyección de cadera parece mover al oponente a través de un arco vertical en el plano frontal; entonces las fotografías cenitales revelarán la importante rotación horizontal de los actores que acompaña a la proyección.

El equipo de fotografía

Creo que son necesarias al menos cuatro personas para tomar fotografías de calidad: el actor principal que demuestra la técnica, el actor secundario (el oponente), el fotógrafo, y un entrenador para la postura. Cada miembro del equipo tiene que aprobar cada posición desde su propia perspectiva si la fotografía quiere salir como se ha planeado.

Yo recomiendo mostrar al oponente en las fotografías de modo que el propósito o efecto de la técnica sea evidente. Las fotografías de un solo actor realizando los movimientos pierden importantes puntos de referencia que les dan, en primer lugar, su naturaleza esencial.

Los actores deberían practicar juntos hasta que puedan demostrar la técnica adecuadamente; usted no querrá que tenga que practicarse durante la toma. El actor principal debe saber exactamente qué hacer durante la técnica, tanto los movimientos esenciales de la técnica como los errores más comunes. El actor secundario necesita saber dónde va la técnica, pero no debe anticipar el próximo paso. El actor secundario puede añadir mucho a la técnica expresando sorpresa, dolor, y reacciones posturales ante los golpes (Fig. 7).

Las normas sociales pueden influenciar en cómo de bien aceptarán los lectores a los actores. Si el actor principal es un hombre, para bien o para mal, su oponente debería ser posiblemente otro hombre, y uno de aproximadamente su mismo tamaño. Cuando interrogué a mis colegas de artes marciales sobre el uso de una mujer como actor secundario para añadir equilibrio de género al libro sobre el palo y el bastón (en el que un hombre era el actor principal), la idea fue rechazada universalmente. La imagen de un hombre perpetrando violencia sobre una mujer, incluso en el contexto de una demostración de artes marciales, simplemente no era aceptable socialmente.

Las fotografías en las que un actor principal es mucho más grande que el actor secundario pueden evocar fuertes emociones de intimidación o de fuerza excesiva. Las técnicas de defensa personal tienden probablemente a ser mejor recibidas si el asaltante es mayor que el defensor y si el asaltante es masculino y el defensor es femenino. Usando un oponente más grande que el actor principal también puede cambiar el modo en el que se realizan algunas técnicas, lo cual puede ser inconsistente con el propósito original de documentar la técnica.

Sospecho que cuestiones similares pueden surgir de las diferencias de edad y quizá también de raza. Encontramos algunos equipos padres-hijos como familia unida haciendo artes marciales, pero un hombre mayor aplicando técnicas a un adolescente puede no ser una imagen aceptable.

El fotógrafo necesita hacer algo más que enfocar la cámara y apretar el disparador. Él es la única persona que ve lo que ve la cámara, y por tanto tiene la decisión final sobre cuándo tomar la foto. Por ejemplo, el fotógrafo puede ser el único que vea que un actor está empujando aparentemente un palo sobre la nariz del otro, y reparar este problema mediante un pequeño cambio de ángulo.

Para el libro del palo y el bastón, utilizamos un entrenador para las posturas con el fin de prevenir errores técnicos. El fotógrafo ve solamente el estrecho campo que ve la cámara, y los actores sólo se ven el uno al otro. Por tanto, una tercera parte (en este caso, un artista marcial veterano con grandes habilidades) era responsable de aprobar el conjunto de la pose antes de tomar la fotografía. Además de la postura y distancia apropiadas, él (y el fotógrafo) comprueban cosas tales como la condición del pelo del actor, si una manga está cubriendo una muñeca que necesita estar visible, la condición del tapiz, la presencia de sombras, etc.; incluso la condición de los pies de los actores (la línea de bronceado de las sandalias y las plantas sucias pueden causar distracción).



Figura 7

El actor secundario puede añadir mucho a la técnica expresando sorpresa, dolor, y reacciones posturales a los golpes. Aquí, simplemente aplanando la mano para indicar que ha sido golpeado comunica más sobre el ataque que la posición del actor principal.

Tomando las fotografías

El equipo de fotografía debería primero realizar un recorrido a lo largo de cada técnica para determinar el mejor ángulo desde el cual fotografiarla. Si es posible, la fotografía debería moverse en el escenario de izquierda a derecha para que correspondiese con la secuencia de fotografías impresa, que también debería ir de izquierda a derecha. Tome una fotografía de cada uno de los cambios marcados en las posiciones de cada actor a lo largo de la técnica; es mejor tener todas estas fotografías intermedias y no usarlas que necesitarlas y no tenerlas. La fotografía digital ha eliminado la necesidad de limitar el número de fotografías para ahorrar dinero.

Considere tomar una “fotografía de presentación” inicial que marque el principio de cada técnica. Tales fotos separan las técnicas y las hacen más fáciles de encontrar cuando se revisan las pruebas on-line o como impresiones en miniatura. Durante el recorrido, busque los primeros planos y las fotografías desde diferentes ángulos que serán necesarias. Pero tome estas fotografías después de que la secuencia principal haya sido fotografiada, ya que habitualmente se necesitará mover la cámara, los actores, o a ambos.

Fotografiando armas o implementos

Las armas y otros implementos pueden causar problemas en las fotografías. Haga que los actores lleven mangas cortas de tal modo que puedan verse sus muñecas. Utilice armas mayores que puedan verse fácilmente. Las finas y brillantes hojas de cuchillos o espadas pueden desaparecer enteramente de las fotografías o reflejar la luz, causando destellos; mientras que las armas de madera o plástico son más fáciles de ver (Fig. 8). Si usted tiene que utilizar un arma de filo, considere el marcar la punta con cinta negra y blanca para mejorar su visibilidad. El contraste es la clave: el palo negro en la Figura 1 es más fácil de ver que el palo plateado de la Figura 2. Las armas con finales en negro mate no reflejarán la luz, mientras que los finales esmaltados si lo harán.

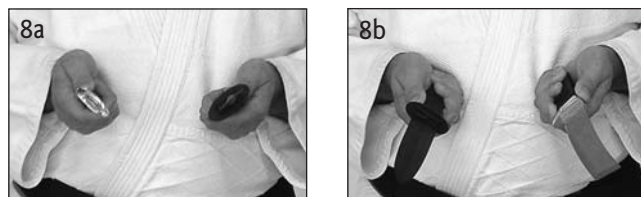
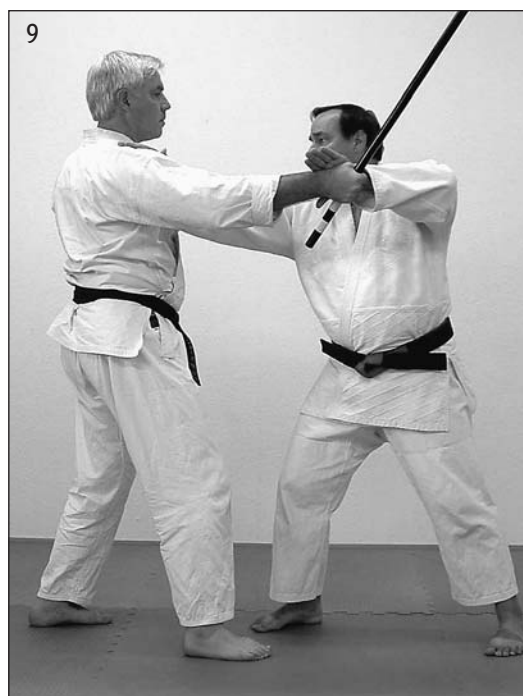


Figura 8

- a) Las armas de filo finas pueden desaparecer cuando son fotografiadas desde ciertos ángulos.
- b) Las armas de madera o de color negro mate son más visibles que las hojas de metal y no causan reflejos de puedan arruinar una fotografía.

Figura 9

El palo negro es fácilmente visible contra un fondo que contrasta, y uno de sus extremos ha sido encintado de tal modo que los cambios de mano puedan ser seguidos durante la secuencia. El ángulo de esta fotografía impide mostrar el golpe de la palma al hombro; esta información se ofrece en el encabezamiento. Cualquier enchufe eléctrico en el fondo debería ser eliminado con un programa gráfico o evitado realizando las fotografías contra un fondo liso.



Para armas de palo y bastón que empleen giros y cambios de mano, el marcar uno de los extremos del palo puede ayudar a los lectores a estar al tanto de sus movimientos (Fig. 9).

COMUNICANDO EL MOVIMIENTO EN EL TEXTO

Resulta extraordinariamente difícil describir en un texto una serie de movimientos complejos y simultáneos. Lo mejor que puede esperarse es que un lector que conoce la técnica te diga que sí, que el texto describe la técnica adecuadamente. Es mucho más difícil escribir de modo que un lector que no conoce la técnica pueda realmente realizarla, aunque sea de un modo global.

Los movimientos consisten en acciones múltiples y simultáneas que suceden en un espacio tridimensional, donde la escritura está limitada a presentar una cadena secuencial de ideas en el espacio abstracto del lenguaje. Lo que la escritura puede hacer bien, sin embargo, es:

- Explicar o verificar el objeto del movimiento: “El oponente trata evitar la extracción de su espada presionando con su palma la empuñadura hacia abajo”.
- Centrar la atención en un aspecto del movimiento: “Eleve la punta hasta la altura del ojo”.
- Describir las características no visibles del movimiento: “Empuje hacia arriba el jo con su mano izquierda, no lo haga con la derecha”.
- Decir al lector qué tiene que buscar en las fotografías: “El hombro no asciende durante el puñetazo, sino que se mantiene atrás por la acción de los músculos de la espalda”.
- Relacionar el movimiento con otros movimientos más familiares para los lectores: “Cuando corte con la katana, sus manos deben “retorcer” la empuñadura como si fuese un trapo de cocina”.
- Llamar la atención sobre la sincronización del movimiento con otros movimientos, tanto del actor principal como secundario: “No empiece a caminar hasta que haya completado el cambio de manos”.
- Identificar “señales” del movimiento que ayuden a los lectores a realizarlo: “Mantenga sus codos adelantados respecto a sus hombros o no será capaz de contrar la Full Nelson”.

Resultan útiles algunas convenciones cuando se escribe sobre movimientos. Haga al lector sujeto de la oración, más que nombrar a los actores: “[Usted] Mantenga sus codos hacia abajo durante el movimiento” mejor que “Tori debería mantener sus hombros hacia abajo durante el movimiento”. “Tori” a menudo tiene que llegar a ser “él” o “ella” más tarde en la oración, lo cual puede ser confuso porque el oponente también puede ser “él” o “ella” en la misma oración.

Utilice la voz activa; haga del ejecutor de la acción el sujeto de la oración: “Lleve la hoja atrás hacia su cintura” mejor que “La hoja se lleva después hacia atrás hacia la cintura”. La mayoría de lectores prefieren la voz activa, y también ayuda a evitar algunos errores gramaticales más serios.

Evite usar “nominalizaciones” en su escritura; no transforme verbos en nombres o adjetivos. Escriba: “Golpee la sien de su oponente”, en vez de “Envíe un golpe a la sien del oponente”. “Golpear” es un verbo en el primer ejemplo y un nombre en el segundo. Hacer de “golpear” un nombre significa que tiene que añadir un nuevo verbo para completar la oración, y “envíe”, el nuevo verbo, es menos específico que “golpear”.

Considere el realizar un listado de movimientos de la técnica como forma de hacer más específica su opinión. Una vez recopilé más de doce descripciones de una proyección de judo (*hane goshi*) para ver el grado de consistencia que tenían los autores al describir los detalles fundamentales de la proyección. Simplemente, no existía ninguna consistencia porque no había muchos detalles. Esto es, las descripciones contenían fundamentalmente información perceptiva, alguna información de cómo hacer, y casi ninguna información sobre los principios.

Diferenciar los movimientos correctos de los incorrectos es una importante estrategia para comunicar el movimiento. Recuerde que “una diferencia, para ser una diferencia, debe marcar una diferencia”. Mostrar o describir la diferencia es también importante para centrar la atención en el movimiento correcto. Tanto el libro del *jo* como el del palo y el bastón incluyen fotografías y descripciones de los errores más comunes asociados con los movimientos fundamentales. Estos errores fueron recopilados durante años observando cómo aprendían los estudiantes a ejecutar nuevos movimientos. Afortunadamente, la mayor parte de los estudiantes cometen los mismos errores, pero tienen que observarse con atención para poder apreciarlos.

Finalmente, trate de organizar el contenido constructivamente. El libro del *jo* estaba organizado esencialmente en tres partes. En la primera parte describíamos, fundamentalmente en palabras, las cuatro acciones generales del uso del *jo*: golpear, pinchar, barrer, y esquivar. En la segunda parte, presentábamos algunas aplicaciones específicas de estas acciones. El número de fotografías era mayor y menor la cantidad de texto porque los detalles de las acciones ya habían sido expuestos en la primera parte. Finalmente, en la tercera parte presentábamos dos katas casi enteramente en fotografías. Las acciones generales y las aplicaciones específicas que abarcaban las katas ya habían sido descritas anteriormente.

Otras formas comunes para organizar el texto incluyen el agrupamiento de técnicas por tipo de ataque (agarre, puñetazo, patada), por respuesta (escape, control, proyección), por dificultad de ejecución (las más sencillas primero), por antigüedad (las formas más antiguas primero), por el efecto sobre el oponente (dañar, lisiar, matar), etc. Organice las técnicas y comente a los lectores esta organización.

COMUNICANDO EL MOVIMIENTO EN LA PÁGINA IMPRESA

Los buenos textos y las buenas fotografías necesitan integrarse en un buen diseño gráfico y de instrucción si se quiere presentar efectivamente la información del movimiento. Sin embargo, muchos artistas gráficos –las personas que diseñan los libros y organizan el texto y las figuras en cada página– están más orientados a la estética visual que al diseño de contenidos. Esto es, pueden diseñar una página visualmente atractiva, pero que no comunica la información que se pretende tan bien como debiera.

Muchas cámaras realizan fotografías en un formato rectangular (Fig. 10a). Sin embargo, el espacio que se requiere para mostrar a dos personas en combate es habitualmente más cuadrado que rectangular. Entre un tercio y la mitad de una típica fotografía se deja por tanto para el fondo. Recortar las fotografías para eliminar este espacio sin información significa que podremos colocar más fotografías en la página, mejorando la claridad de la presentación (Fig. 10b). Sin embargo, usted puede tener que preparar sus propias fotos; algunos editores no se tomarán el tiempo para recortar, cambiar el tamaño, o retocar las fotografías (Fig. 10).

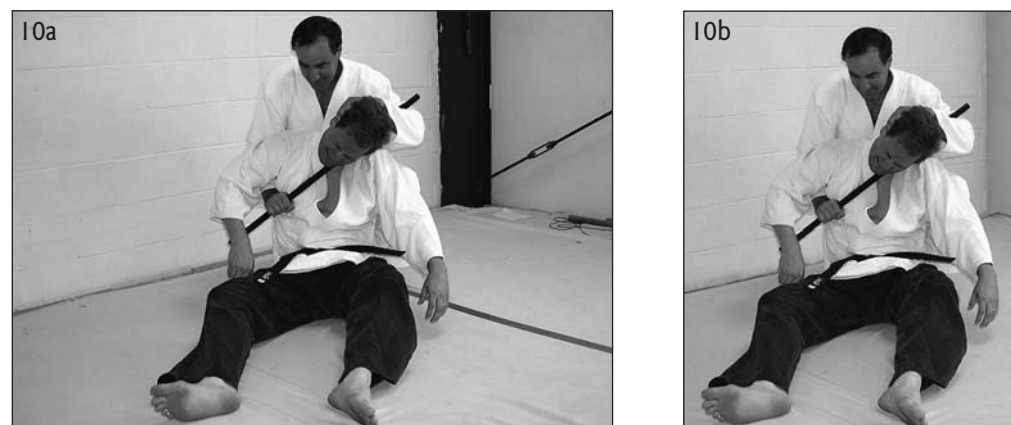


Figura 10

- a) Una inusualmente pobre fotografía, pero que ilustra la necesidad de recortar y retocar.
- b) La fotografía cortada y retocada.

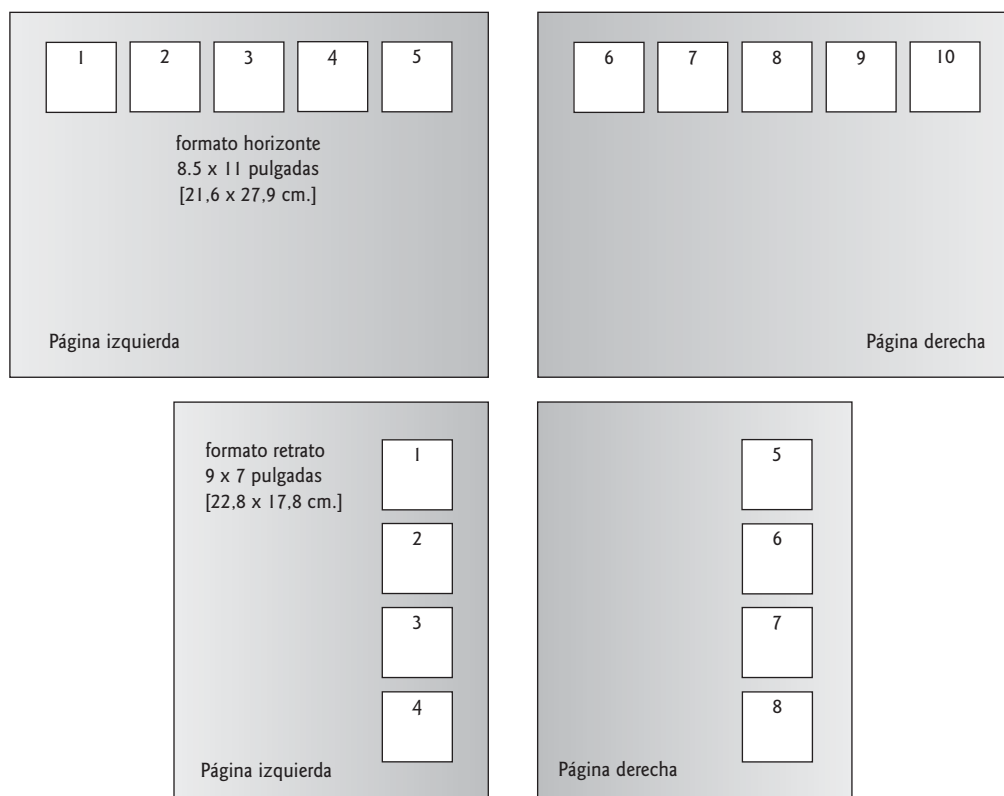
Muchos diseñadores, especialmente aquellos que no están especializados en diseño editorial, diseñan por página más que a dos páginas. (A dos páginas consiste en dos páginas enfrentadas, separadas por el “canal”, la parte interior de cada página). El resultado es que la secuencia fotográfica se sitúa habitualmente en vertical, hacia abajo de la página. Recuerde que no podemos retratar el movimiento, sólo podemos presentar una secuencia de posiciones desde la cual pueda inferirse. Para realizar esta inferencia, los lectores tienen que comparar cada posición con la precedente, y el mejor modo de facilitar esta comparación (al menos para lectores nativos ingleses [y españoles]) es situar las fotografías de lado a lado, de izquierda a derecha, en la misma dirección en la que leemos. El diseño a dos caras permite presentar secuencias de lado a lado más largas (Fig. 11).

La mayoría de libros están diseñados en lo que se denomina formato “retrato”, significando que el libro es más alto que ancho. Este formato es preferido por tradición debido a que el formato retrato es más fácil de exponer en las estanterías de libros. Sin embargo, el formato “horizonte”, en el que la anchura del libro es mayor que su altura, en conjunción con el diseño a dos caras, pueden presentar las secuencias más largas de fotografías horizontales (Fig. 11).

El texto y las fotografías interactúan; tienen que trabajar juntos si el diseño quiere ser efectivo. En particular, las figuras deberían colocarse tan cerca como sea posible a su descripción en el texto, y los encabezamientos de las figuras deberían aparecer bajo o adyacentemente a sus fotografías asociadas. Estos dos aspectos de diseño no fueron incorporados en mi libro de palo y bastón (Lang, 2006). El resultado es que, aunque a primera vista el diseño gráfico del libro parece ser típico, el diseño de contenidos es defectuoso: el lector tiene que retroceder y avanzar entre la figura y el texto, algunas veces en varias ocasiones para cada una de ellas, mientras trata de aprender una técnica.

Figura 11

La mayoría de libros están diseñados en formato “retrato” y a una página, significando que las secuencias de fotografías se presentan hacia abajo en cada página. Para mostrar movimiento, un formato en horizonte y un diseño a dos páginas, a lo largo de páginas enfrentadas, es más efectivo.



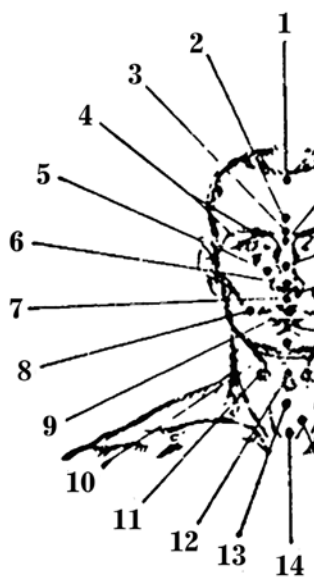


Figura 12

Un dibujo puede comunicar más efectivamente que una fotografía cuando los detalles del fondo de la foto distraerían del foco principal. Este dibujo muestra la localización de varios puntos de golpeo (*kyusho*) identificados por varios autores en una revisión que realicé sobre el tema hace muchos años.

Diagramas y dibujos

El añadir diagramas a las fotografías puede ayudar a tender puentes entre fotos adyacentes, indicando el recorrido de un movimiento. Los puntos fundamentales y los errores pueden ser anotados de varias formas.

Los diagramas de pies son especialmente buenos cuando es importante comunicar posiciones precisas, como cuando se documentan las katas japonesas. Una convención común es mostrar la colocación de los pies en esos momentos como dos huellas negras, y la siguiente colocación como dos huellas blancas

Los dibujos pueden ser útiles cuando eliminan aspectos que distraen en una fotografía. Por ejemplo, el mostrar dónde golpear en un rostro se hace mejor con un dibujo que con una fotografía (Fig. 12). Sin embargo, sorprendentemente, los dibujos son utilizados a menudo cuando serían preferibles las fotografías, tanto por razones de instrucción como económicas. Sugiero que las razones artísticas no justifican este desafortunado trueque. Habitualmente, un dibujo simplemente no comunica la suficiente información como para ser útil.

Consideraciones contractuales

Tradicionalmente, el editor de la compañía editorial tiene la responsabilidad global del libro, incluyendo el tamaño, formato y el diseño; por lo tanto usted necesitará trabajar al menos con el editor, e incluso con el artista gráfico también, para crear un sólido diseño de contenidos.

Recuerde, sin embargo, que los editores quieren mantener bajos los costes, y por tanto tienen pocos incentivos para extralimitarse, especialmente cuando publican libros de artes marciales en los que el margen de beneficios es habitualmente pequeño. Los contratos de publicación están redactados para proteger a los editores, no para dar facultades a los autores; por tanto, incluso si usted tiene un contrato que especifique los aspectos de diseño y la implicación del autor que usted desea (que habitualmente no verá en un contrato original, según mi experiencia), el editor aún puede violar el contrato a voluntad. Usted puede tener una compensación legal, pero casi con toda certeza le costará mucho más que su valor. Así, la confianza es un gran tema en la realización de una publicación. Antes de firmar un contrato, recomiendo unirse al Gremio de Autores (www.authorsguild.org), que ofrece a sus miembros modelos de contrato, ayuda con las negociaciones del contrato, asesora legalmente de forma gratuita, realiza cursos de entrenamiento, y otros servicios de interés para los autores. Recuerde, también, que no hay algo así como un “contrato estándar”. Usted puede proponer las cláusulas que quiera y rechazar aquellas que ofrece el editor. Sencillamente, esté preparado para negociar por su posición.

Reflexión final

Mi estudio de jujutsu siempre ha incluido la necesidad de tener un cuaderno de notas donde cada técnica se describa en detalle. Estos cuadernos de notas se requerían para cualquier promoción hasta cinturón negro de cuarto grado, y por buenas razones. Pensar sobre cómo describir adecuadamente una técnica es otra forma de práctica. Tienes que visualizar la técnica desde el principio hasta el final, recordar los movimientos específicos y el orden en que éstos suceden, e imaginar el efecto que cada movimiento tiene en el oponente. Las grietas en su conocimiento pronto se vuelven aparentes: ¿El agarre era con el dedo hacia arriba o hacia abajo? ¿Dónde está la otra mano de mi oponente cuando aplico la luxación?

Además de mejorar sus propias habilidades, pensar y escribir sobre cada técnica ayuda a preservar la integridad y consistencia de la técnica tal y como es transmitida de profesor a alumno. Cuanto mejor mantengamos esta transmisión, mejor serán las artes, y tanto más intactas sobrevivirán. Considere la utilización de algunas de las técnicas descritas en este artículo para preservar su arte, cualquiera que sea. Encontrará que este es un ejercicio agradable y valioso, incluso aunque nunca publique los resultados.



RESUMEN DE ORIENTACIONES

► **ORIENTACIONES PARA PLANEAR EL LIBRO**

- Conozca los puntos fundamentales de cada técnica que tengan que ser documentados. Haga una lista para ayudar a la realización de las fotografías y de las descripciones.
- Intente determinar previamente qué puede distraer del énfasis en los aspectos fundamentales.
- Intente identificar la información de “cómo hacer” y de los “fundamentos” que será presentada para cada técnica o forma.
- Asegúrese de que el actor principal puede demostrar los aspectos fundamentales.
- Asegúrese de que los actores han practicado las técnicas y que el actor secundario sabe lo que pasará en cada técnica
- Muestre a un oponente en las fotografías, a menos que haya necesidad de no hacerlo.
- Utilice un oponente del mismo sexo, altura, y peso al actor principal, a menos que haya necesidad de no hacerlo.
- Utilice un oponente con la suficiente habilidad dramática para indicar impactos y sumisiones con expresiones faciales y cambios posturales apropiados.
- Utilice un fotógrafo que esté familiarizado con las técnicas, que tenga ojo para la composición visual, y un sentido de continuidad de fotografía a fotografía.
- Utilice un entrenador de la postura para comprobar el ajuste del conjunto de cada pose y para buscar posibles distracciones en el disparo.
- Tome la fotografía sólo cuando todos los miembros del equipo estén de acuerdo con la pose.
- Planee gastar mucho tiempo tomando fotografías y tomando muchas fotografías.
- Planee gastar mucho tiempo revisando las fotografías.
- Planee retomar aquellas fotografías pobres o perdidas.

► **ORIENTACIONES PARA REALIZAR FOTOGRAFÍAS**

- Utilice una cámara digital; le ahorrará considerable tiempo y dinero sobre la tradicional película fotográfica.
- Tome las fotografías en el interior, a no ser que exista la necesidad de realizarlas en el exterior.
- Utilice un estudio con un fondo ancho (de al menos 20 pies [6 m.] de espacio visualmente continuo) y alto (al menos 8 pies [2.4 m.]) que se curve sin marcas sobre el tapiz (el fondo “infinito”).
- Utilice un tapiz ancho, profundo y de color neutro, que no tenga marcas distintivas.
- Utilice una iluminación difusa y superior para reducir las sombras.
- Posicione adecuadamente a los actores frente al fondo para reducir las sombras.
- Utilice líneas de referencia sobre el tapiz para mostrar la longitud y dirección de cada paso.
- Recuerde mover (o eliminar) las líneas de referencia si cambia la posición de los actores para tomar fotografías desde diferentes ángulos.

- Evite uniformes negros, que eliminan la textura visual, pero considere utilizar colores que contrasten para distinguir a cada actor.
- Presente cada fotografía en la secuencia para tener la imagen correcta, en el momento correcto, desde el ángulo correcto.
- Avance en la técnica y determine el mejor ángulo para capturar la mayor parte del movimiento desde un único punto de vista antes de tomar las fotografías. Observe la técnica desde el frente, la parte posterior, los lados, las esquinas, desde arriba, y desde abajo.
- Para técnicas direccionales, intente tener la secuencia desde la izquierda a la derecha, para que concuerde con el diseño de la página impresa.
- Tome una “fotografía de presentación” para ayudar a distinguir una técnica de la siguiente cuando se revisen las fotografías. Esto es, deje claro el comienzo de cada técnica.
- Tome una serie de fotografías desde la perspectiva antropocéntrica para proporcionar una visión general de la técnica.
- Tome una fotografía después de cada uno de los grandes movimientos de cualquiera de los actores; cuantas más fotografías en la secuencia, mejor.
- Tome fotografías suplementarias cuando sea necesario. Considere las diferentes direcciones, primeros planos y grandes planos, y las fotografías que requieran ajustes en los actores o en el escenario.
- Utilice armas de madera más grandes, pintadas en negro mate si es posible, para mejorar su visibilidad.
- Cuando use armas con hojas de metal, vigile los reflejos y la visibilidad en las fotografías; marque la punta con cinta de contraste si es necesario.
- Marque con cinta uno de los extremos de las armas de palo y bastón para ayudar a los lectores a interpretar la orientación del bastón durante la técnica.
- Tome fotografías de movimientos circulares al menos en cada cuarto del círculo o desde un ángulo que distinga el comienzo del final del círculo.

► **ORIENTACIONES PARA DESCRIPCIONES EN TEXTO**

- Explique el propósito y las líneas generales de la técnica.
- Explique el movimiento asemejándolo a otro con el que esté familiarizado el lector (e.g., “Muévase como si...”).
- Explique a los lectores qué tienen que buscar en las fotografías; llame la atención sobre los aspectos fundamentales de la pose o del movimiento en cuestión.
- Diga a los lectores qué más está pasando en la técnica pero que no es visible en la fotografía.
- Explique a los lectores la sincronización de la técnica y de los movimientos que la componen. Indique cuándo comienzan y finalizan los movimientos y describa su relación con otros movimientos.
- Identifique “marcas” para ayudar a los lectores a seguir los movimientos y las posiciones (“Cuando el palo esté horizontal, extienda su mano hacia el exterior”).

- Escriba desde la perspectiva del lector (e.g., “Usted retrocede”).
- Utilice la voz activa; haga que la persona que realiza la acción sea el sujeto de la oración.
- Utilice verbos claros: evite usar nominalizaciones (transformar un verbo en un nombre).
- Utilice listas gráficas o numeradas para describir cada movimiento; estas listas pueden ser el encabezamiento de la figura.
- Identifique errores comunes en la ejecución de la técnica.
- Organice lógicamente el texto (por ataque, respuesta, complejidad, etc.) y explique a los lectores dicha organización.

► **ORIENTACIONES PARA DISEÑAR EL LIBRO**

- Utilice un formato en horizonte.
- Utilice un tamaño más grande de modo que pueda presentar secuencias más largas de fotografías.
- Diseñe las páginas por parejas de modo que las fotografías puedan organizarse horizontalmente para una comparación más sencilla.
- Recorte las fotografías para eliminar espacios vacíos.
- Añada diagramas y llamadas a las fotografías para ilustrar la acción o los puntos fundamentales.
- Realice diagramas de pies cuando sea necesario.
- Un dibujo puede comunicar mejor que una fotografía cuando los detalles del fondo en la fotografía distraerían del foco central.
- Contraste fotografías del movimiento correcto con otras mostrando fallos habituales.
- Mantenga próxima la información relacionada: las descripciones con sus fotografías y los encabezamientos con sus imágenes.

► **ORIENTACIONES PARA FIRMAR UN CONTRATO**

- Únase al Gremio de Autores para el asesoramiento experto y gratuito sobre contratos, publicaciones y negociación con las compañías editoriales.
- Cuando considere un contrato, pregúntese qué es lo que usted quiere y no tenga miedo de cuestionar las cláusulas que considere por ser “estándar” para el editor.
- Asegúrese de que su contrato editorial formaliza 1) su implicación en todas las fases del diseño y procesos de edición y 2) su revisión y aprobación de las galeradas finales antes de la publicación.

BIBLIOGRAFÍA

- Lang T. (2006). *The stick and cane in close combat: Jointlocks, takedowns, and surprise attacks*. Orange, CA: Amateur Publications Group/Unique Publications.
- Zier, D. & Lang, T. (1985). *Jo: The Japanese short staff*. Burbank, CA: Unique Publishing. Publishing.