

EL BUDOKA 2.0

DE ARTES MARCIALES Nº48 año VIII

Entrevista a Hanshi

Jean-Paul Bindel



Agustín Martín Zazo



Bastón "Ba Xian Gun"

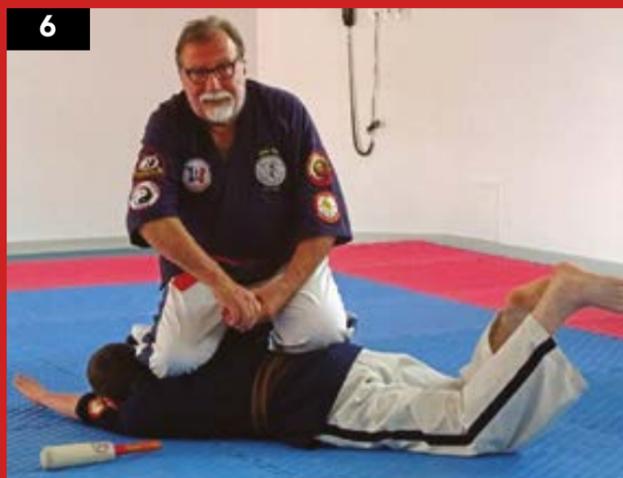
Terapia con ventosas

Natori Ryû. Escuela de samurai

Kyusho policial con T. Montana

MORIO HIGAONNA: Karate de Okinawa

EL BUDOKA 2.0



6



62



20



76



86



106



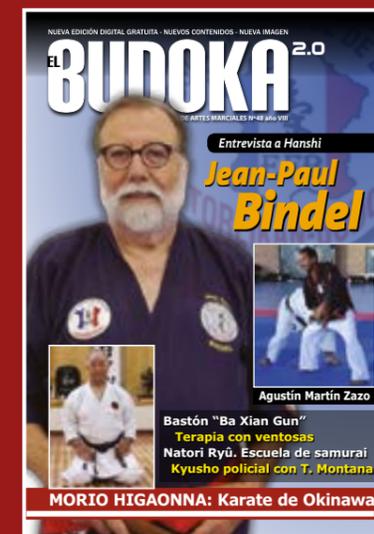
40



68

Sumario

- 4** Noticias
- 6** Entrevista a Hanshi Jean-Paul Bindel
[Por Shihan Pedro Hidalgo]
- 20** Morio Higaonna. La tradición del Karate de Okinawa
[Por J. A. García Ruiz, A. Camacho Arcas y J. M. Domínguez García]
- 34** X Gala Benéfica de Artes Marciales
[Por CHADM]
- 40** Entrevista a Agustín Martín Zazo
[Por Miguel A. Ibáñez Espinosa]
- 52** Congreso nacional de Nihon Tai Jitsu en Burjassot (Valencia)
[Por Javier Moreno]
- 56** El Aikido al servicio de la no violencia (método Aiki-control)
[Por José Santos Nalda Albiac]
- 62** Terapia con ventosas. Un legado nómada para los deportistas de élite
[Por José Patricio Andreu]
- 68** Las páginas del Departamento Nacional de Kenpo
Un kenpoka estadounidense en Madrid
[Por Pilar Martínez]
- 76** Ba Xian Gun. El Bastón de los Ocho Inmortales
[Por Pablo Salas]
- 86** Natori Ryû. Escuela de samurai y shinobi
[Por Luis Nogueira Serrano]
- 96** Puño de la Gran Compasión, el libro que fusiona dos mundos
[Por el Dpto. de comunicación Wushu Sanchai Beijing-Barcelona]
- 102** La caligrafía china
[Por Sebastián González]
- 106** Kyusho policial
[Por Tony Montana]
- 112** Espacio Feng Shui: La importancia de la limpieza y el orden
[Por Meritxell Interiors & Feng Shui]



Dirección, redacción,
administración y publicidad:

EDITORIAL ALAS

C/ Villarroel, 124

08011 Barcelona

Tel y Fax: 93 453 75 06

info@editorial-alas.com

www.editorial-alas.com

La dirección no se responsabiliza de las opiniones de sus colaboradores, ni siquiera las comparte. La publicidad insertada en "El Budoka 2.0" es responsabilidad única y exclusiva de los anunciantes. No se devuelven originales remitidos espontáneamente, ni se mantiene correspondencia sobre los mismos.

Director: José Sala Comas

Jefe de redacción: Jordi Sala F.

Secretaria de redacción: R. González

Diseño portada: El Budoka 2.0

Diseño y maquetación: Víctor Périz

Depósito Legal: B-42328-2010

ISSN: 2014-0053

Nº 48 / Noviembre - Diciembre 2018

Toreikan-Budo en Seimar Dojo

Seminario a cargo de Hanshi J.P. Bindel



Se celebró en **Seimar Dojo** (Santa Coloma Gramenet) un Seminario de **Toreikan Budo** a cargo de Hanshi **Jean-Paul Bindel**, maestro francés de refutado prestigio internacional y fundador del Toreikan Budo. La expedición francesa también estuvo integrada por el Maestro **Claude Gaudon** y Sempai **Bernadette Bouchez**, ambos asistentes del Maestro.



Hanshi Jean-Paul Bindel estructuró el seminario en tres partes, durante la primera, dedicada al **Kyushojitsu** y su aplicación en defensa personal, se explicó el ciclo de destrucción, y tras una breve introducción a los meridianos energéticos de la MTC (Medicina Tradicional China) se profundizó en los principales puntos de kyusho de los brazos, piernas y cara, desarrollando a continuación diferentes técnicas relacionadas con estos puntos.

En la segunda sesión dedicada al **Toreikan Tantojitsu**, se practicaron varias técnicas instruccionales de defensa ante cuchillo, así como diferentes ejercicios pertenecientes al programa técnico de Shodan de la escuela.

En la última sesión se explicaron los tres tipos de trabajo que contiene el método del **Toreikan Nihon-To** (sable japonés): **Iai**, **Kenjutsu** y **Battojutsu**. El maestro desarrolló los conceptos fundamentales del **Iai** y **Kenjutsu**, mostrando al finalizar una interesante aplicación del kata **Ken Happpo** junto al Sensei **Claude Gaudon**.

Destacar la presencia en el curso del Shihan **Juan Ma-**

nuel Gallego, director técnico de la IKO Seishin, Shihan **Pedro Hidalgo**, el profesor **Rubén Ferreres**, el Sensei **Juan Manuel Peña** que se desplazó desde Jerez de la Frontera para asistir al seminario o el Sempai **Hernán Pinto** que llegó al curso directamente desde Madrid. Agradecer así mismo la visita al seminario del Sr. **Diego Arroyo**, tte de alcaldesa del Ayuntamiento de Santa Coloma de Gramenet.

Durante el curso se hizo entrega del **Diploma de Bushi de Honor del Dojo Seimar al Sensei Juan Manuel Peña** como reconocimiento a su incansable dedicación al estudio de las artes marciales.

Agradecer a todos los asistentes por el gran nivel que demostraron durante toda la sesión y felicitar al Maestro **Jean-Paul Bindel** por el excelente curso que impartió. Al finalizar el curso pudimos disfrutar de una excelente comida servida en el Restaurante **Can Armengol**, fundado en el año 1923, y compartir una interesante so-

bremesa con el Maestro en la que pudimos conversar sobre su extensa experiencia en las artes marciales.



SEIMAR DOJO
Artes Marciales
Shihan Pedro Hidalgo
www.seimardojo.com



KYUDO

ESPIRITUALIDAD ZEN EN EL TIRO CON ARCO

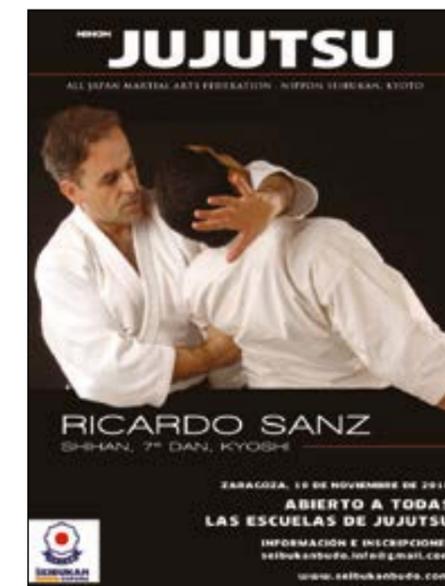
Por **Javier Parrilla Romero**
166 páginas / ISBN 9788420306209

La historia del arco japonés como instrumento de guerra durante la época samurái está asociada al pensamiento del budismo zen, ya que esta casta guerrera encontró su fortaleza en valorizar el momento presente del aquí y ahora, y en contemplar la realidad de las cosas desde su fugacidad existencial, dotándose así de unas herramientas poderosas para afrontar con determinación el miedo al dolor y la muerte que anunciaban los campos de batalla. Con el advenimiento de los tiempos de paz, el arco japonés dejó de tener enemigos que abatir, pero siguió utilizándose como una disciplina encaminada al perfeccionamiento interior, pues el dominio de la técnica del tiro al arco no puede hacerse sin dedicación constante y revisión de los fallos de carácter y pensamiento que dificultan el progreso. De esta manera, el tiro con arco japonés se convierte ahora en una vía o camino —éste el significado del término **Kyudo**— que el practicante, combatiendo dificultades, sigue hacia el encuentro de la Verdad, la Belleza y el Bien, valores éstos que desde antiguo han ennoblecido los ideales de la humanidad.

Más información:
EDITORIAL ALAS
info@editorial-alas.com
www.editorial-alas.com

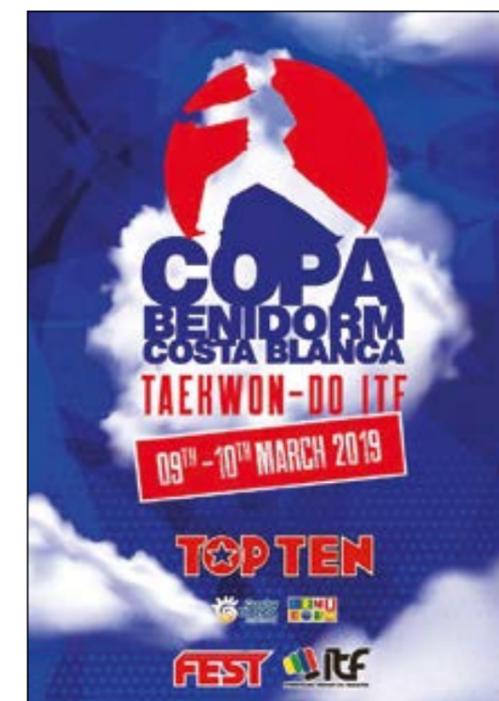
NIHON JUJUTSU

A cargo del **Ricardo Sanz**, Shihan, 7º Dan, Kyoshi, en Zaragoza. Abierto a todas las escuelas de Jujutsu. Info: seibukanbudo.info@gmail.com



COPA TAEKWON-DO ITF

Días 9 y 10 de marzo de 2019 en Benidorm. Más información: <https://www.taekwondoitf.es>



Entrevista a Hanshi Jean-Paul Bindel

Por Shihan Pedro Hidalgo
seimardojo@seimardojo.com
Traducción: Sensei Miguel Á. Ibáñez Espinosa



Hace cerca de diez años, durante un curso en Barcelona, conocí al maestro **Jean-Paul Bindel**. En aquel momento me sorprendió su cercanía y humildad, algo que en muchas ocasiones resulta difícil de encontrar, más aún cuando el maestro dispone de un currículum marcial tan abrumador como el que le avala...

Desde aquel día han sido decenas de cursos en los que he participado con el maestro Bindel, en ocasiones como compañero de tatami y en otras en cursos impartidos por el mismo. No es difícil que se desplace más de 300 km para asistir a cursos de 3 horas. Continúa con la ilusión de un aprendiz pero con los conocimientos que ha acumulado durante más de cincuenta años de práctica con los mejores expertos de todo el mundo.

El pasado mes de octubre, previo al curso de Goshin-Kyusho que impartió en Seimar Dojo (Santa Coloma Gramenet), una delegación de Seimar Dojo nos despla-

zamos a la población francesa de Théza (Francia) para participar en un Seminario de Nihon-To (Sable Japonés) que el maestro impartió en su Dojo. Al término del mismo se prestó muy amablemente a que le hiciéramos esta entrevista.

¿Cómo y cuándo conoció usted las artes marciales? ¿Qué le llevo a practicarlas?

Comencé la práctica de las artes marciales con el Judo en el Club Mazamet (Tarn, Francia) en 1966, después en Toulouse durante diez años descubrí otras artes marciales como Karate, Aikido, Taekwondo y Yoseikan

Budo. A continuación en París practiqué Full-Contact y Kick-Boxing, entre otras artes marciales. A día de hoy estoy en posesión del cinturón negro en veintidós disciplinas marciales.

A las artes marciales me llevó mi hermano Alain, quien me incitó a practicar Judo, pero él lo dejó en el cinturón naranja mientras que yo he continuado algo más.



El maestro Jean-Paul Bindel

Usted ha practicado muchas artes marciales, ¿Quiénes han sido sus principales maestros?

Los principales maestros con los que he aprendido son:

- Jean Luc Levannier (8° Dan de Judo)
- Hiroo Mochizuki (10° Dan de Karate y de Yoseikan Budo)
- Minoru Mochizuki (10° Dan de Aikido)
- Dominique Valera (9° Dan de Karate-Contact)
- Daniel Blanchet (10° Dan de Jiu Jitsu)
- Serge Degore (7° Dan de Batto Jitsu)
- Dave Castoldi (10° Dan de Jiu Jitsu)
- Leon Jay (10° Dan de Small Circle Jujitsu)
- George Dillman (10° Dan Kyusho Jitsu)
- Robert Pautrel (Experto en Def. Personal y antiguo instructor del RAID – Research, Assistance, Intervention et Dissuasion)
- Gabriele Roloff (Maestro de Tapi Tapi de Modern Arnis)
- Song Park (Experto en Kiaido)
- Pau-Ramon Planellas (7° Dan Nihon Tai Jitsu y Tanbo Jutsu)



Minoru Mochizuki y Jean-Paul Bindel en Torino en 1989.

Usted conoció y entrenó con el maestro Minoru Mochizuki, ¿Cuándo lo conoció?

Hice mi primer curso con el maestro Minoru Mochizuki en Toulouse en 1972. Él estaba acompañado por su hijo Hiroo, al que yo no había visto tampoco antes. En esa época yo era 2º Dan de Judo y 1º Dan de Aikido Yoseikan. Tuve el honor de hacerle de asistente durante el curso, algo de lo que estoy muy orgulloso.

¿Qué recuerdo le ha quedado del maestro Minoru Mochizuki?

Minoru Mochizuki ha sido el mejor maestro que yo he conocido. Hice cursos con él durante una veintena de años en Francia y en Italia, donde su alumno Shoji Sugiyama se instaló. Él me otorgó el 7º Dan al principio de los años 90.

Usted también fue alumno de Hiroo Mochizuki, obteniendo un grado alto. ¿Cómo fue la práctica con él?

Estudí durante más de veinte años con Hiroo Mochizuki y fui su asistente durante casi diez años. Él me otorgó el 4º Dan de Yoseikan Budo, siendo el primer francés y el primer europeo en obtener ese grado.

Sus enseñanzas eran muy especiales y poco tradicionales. Nos hacía trabajar de vez en cuando con música y nos tenía muchas semanas trabajando sin hacer técnicas tradicionales, haciendo únicamente movimientos para desarrollar el trabajo de las caderas. En esa época él estaba totalmente en contra de la competición deportiva y de las técnicas poco realistas como los golpes de piernas altos o saltando, él estimaba que eran imposibles de hacer en combate real. Desgraciadamente el lado deportivo fue acogido en el seno de la Escuela y pienso que él lo lamenta ya que él ha vuelto en sus últimos cursos a un trabajo un poco más cercano al Aikido.

De hecho, los alumnos más cercanos de su club éramos sus auténticas "cobayas". Él probaba con nosotros sus técnicas, conservaba algunas y desechaba otras. Yo he visto numerosas variaciones técnicas a nivel de los Kata, que cambiaban sin cesar y daban una gran diferencia de nivel entre los alumnos más próximos y los más alejados.

¿Qué tipo de música usaba en sus clases el maestro Hiroo Mochizuki?

Eliane, la esposa de Hiroo, cuando yo era su asistente en los años 80 en París, era profesora de danzas africa-

nas. Fue ella quien influenció a su marido en esta materia. Inicialmente el maestro Hiroo se contentaba con el ritmo del "tam tam" para los Kata o los Kihon. Después pasamos a músicas africanas y sudamericanas simplemente para coger el ritmo del movimiento de las caderas. Era para desbloquear nuestras caderas, nos decía. Esto duró más de un mes y numerosos alumnos dejaron el club diciendo que pagaban para hacer Karate y Yoseikan Budo y no danza. Hiroo me preguntó qué pensaba de ello y yo le repetí lo que decían los alumnos. Por consiguiente, él cesó los ejercicios de este tipo y los alumnos volvieron.

¿Qué tipo de trabajo de caderas practicaban? ¿Con qué objetivo?

Todos los movimientos de cadera que puedes hacer calentando y bailando.

El objetivo era desbloquear las caderas para enviar mejor la onda de choque en los golpes.

¿Era muy diferente el método de enseñanza del maestro Minoru Mochizuki de la metodología del resto de maestros que tuvo?

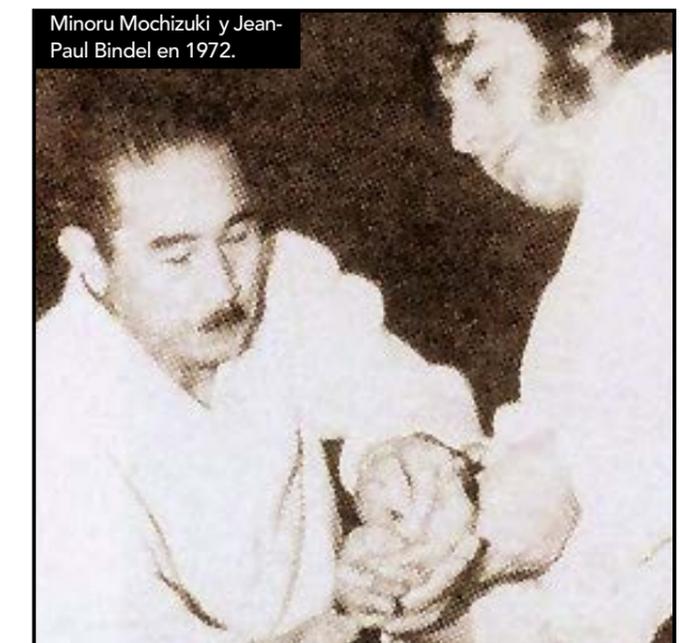
La gran diferencia entre el maestro Minoru Mochizuki

"Minoru Mochizuki ha sido el mejor maestro que yo he conocido. Hice cursos con él durante una veintena de años en Francia y en Italia..."

y los otros expertos, es que él "dominaba" perfectamente muchas artes marciales. Era uno de los pocos japoneses de la época que había practicado boxeo francés, disciplina que él apreciaba mucho y que aconsejó a su hijo Hiroo que practicara cuando estuviese en Francia.

Usted ha practicado una buena variedad de artes marciales, con diferentes maestros de gran nivel.

El más completo para mí ha sido el maestro Mochizuki, su hijo Hiroo conocía igualmente muchas cosas pero el Yoseikan Budo actual está demasiado orientado hacia el lado deportivo y deja de lado ciertas técnicas exóticas que hace una treintena de años se practicaban. Para mí los expertos más polivalentes en artes marciales con los que yo he trabajado y que quiero citar son los americanos Dave Castoldi, Ken Smith y Will Higginbotham; del lado europeo Robert Paturel y Pau-Ramon Planellas, y por supuesto Hiroo Mochizuki.



Minoru Mochizuki y Jean-Paul Bindel en 1972.

¿Ha variado mucho la práctica de las artes marciales desde los años 60?

En los años 60 el Judo y el Karate eran todavía artes marciales, posteriormente se han vuelto simples deportes de oposición con reglas de arbitraje cada vez más complejas sin ningún sentido de realidad hacia la eficacia en el combate real. Igualmente los deportes de combate que quieren ser más viriles como el Boxeo Thai, las MMA, etc., están obligados a obedecer ciertas reglas de seguridad muy estrictas.

Usted ha sido un destacado practicante de Judo ¿Cree que la práctica actual del Judo es la misma que la que usted practicaba?

Cuando yo comencé a practicar el Judo en los años 60 en el Colegio Nacional de Cinturones Negros, no había categorías de peso, nada de Koka o Yuko... y trabajábamos muchas técnicas hoy en día prohibidas como las técnicas de luxación a pierna o codo. Los Kuatsu eran obligatorios para cinturón negro.

Se insistía mucho en el trabajo de suelo y el hecho de abandonar gradualmente esa materia permitió el desarrollo del Jujitsu brasileño. El Jujitsu "defensivo" era



Hiroo Mochizuki acompañado por Jean-Paul Bindel y señora.

“En los años 60 el Judo y el Karate eran todavía artes marciales, posteriormente se han vuelto simples deportes de oposición con reglas de arbitraje cada vez más complejas sin ningún sentido de realidad...”

parte integrante de los cursos de Judo junto con el trabajo de atemi. Todo esto ha cambiado...

¿Cree usted que las artes marciales se están acercando en exceso a la deportivización en detrimento del Budo?

Marte es el Dios de la Guerra, y un arte marcial en la lógica está hecho para destruir al enemigo. Los únicos auténticamente marciales hoy en día son los militares de combate. La policía está sometida a reglas estrictas para evitar herir a los delincuentes que detiene y de igual manera a las reglas que la legítima defensa le impone.

El Budo permite combinar la noción de arte marcial que promueve el lado humanista de nuestra civilización. La práctica del Budo es también excelente para la salud como todos los deportes pero se tratan de dos cosas diferentes. El deporte permite una confrontación sin dañar por lo que es atrayente y útil para algunos.

¿Cree usted que el Budo tiene cabida en la sociedad actual?

Sin lugar a dudas ya que enseña entre otras cosas el respeto por los valores tradicionales.

¿Conoció usted a Henry Plée? ¿Tuvo relación con él?

Nunca he trabajado con Henry Plée pero hemos intercambiado algunas cartas y hemos estado de acuerdo en muchas cosas.

¿Cuándo comenzó a ejercer de profesor de Artes Marciales?

En 1971, en Toulouse, como profesor de Judo, después en 1972 de Aikido y un poco más tarde como profesor del Yoseikan Budo que acababa de crear el maestro Hiroo Mochizuki.

¿Cuáles fueron los motivos que le llevaron a la difusión de las Artes Marciales?

Siempre me ha parecido natural compartir los conocimientos cualesquiera que sean, tanto dentro de las artes marciales como de la vida corriente. Es de esta manera que la humanidad progresa (en principio).

¿Cree usted que la relación alumno-maestro ha cambiado mucho en la actualidad comparándola con las artes marciales tradicionales?

Sí, ya que para muchos profesores, e incluso para mu-



Jean-Paul Bindel rodeado por Claude Gaudon y Pedro Hidalgo.

chos alumnos, la relación de hoy en día es la de clientes. Compramos el saber marcial al igual que los grados. Conozco profesores de Judo y de Karate que no han formado ningún cinturón negro en 20 años de enseñanza. Se contentan con tener "clientela" de niños de 3 a 5 años que se renuevan cada año. Y estos "profesores" solo han tenido un deseo: llegar a su retiro lo antes posible. Solo después de muchos años uno se convierte en un buen maestro. De ahí la noción de Sensei (él que nació antes).

Es usted uno de los pioneros del Kyusho Jitsu en Europa, ¿cómo y cuándo conoció el Kyusho Jitsu?

Conocí el Kyusho Jitsu en mis inicios en el Judo, en Toulouse, con el maestro Pierre Nectoux que era (en 1967)

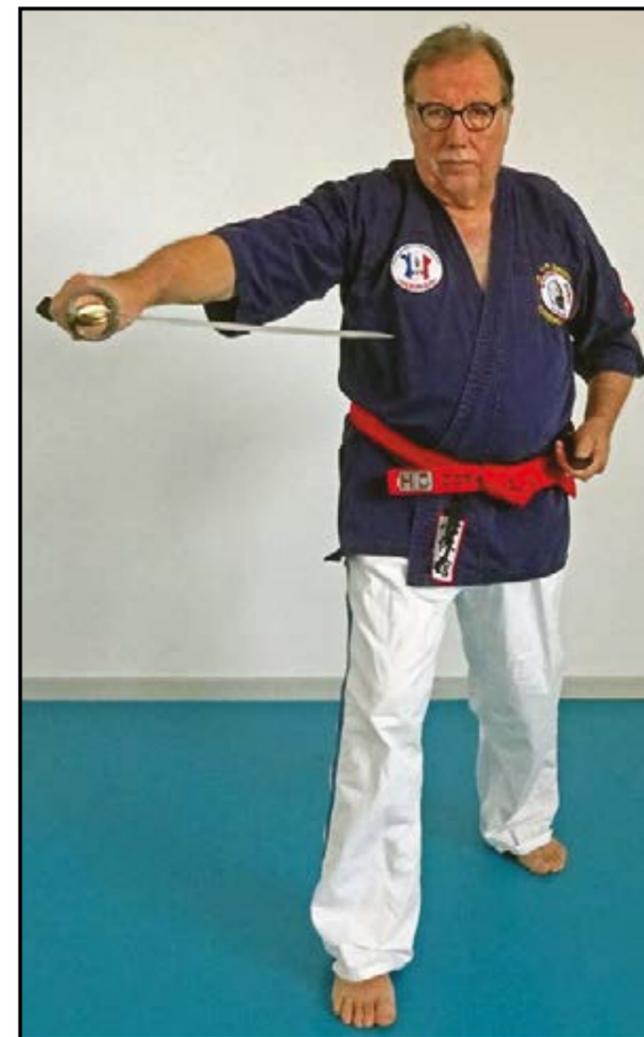
cinturón negro de Judo, Karate, Kendo y diplomado en Yoseikan por el maestro Murakami. En esa misma época también estaba en Toulouse Robert Lasserre, que hacía venir expertos japoneses y había escrito muchos libros incluso uno sobre "el arte de atacar los puntos vitales". Posteriormente tuve la ocasión de trabajar un poco esta materia con Hiroo Mochizuki y algunos otros expertos pero jamás en profundidad. Todos los expertos presentaban algunos puntos vitales pero sin dar la teoría de esta materia. El libro de Henry Plée sobre "el arte último de los puntos vitales" relanzó el debate pero sin darnos igualmente la teoría. Fue por esta razón que me aproximé a los americanos que había descubierto por internet y que me parecían mucho más avanzados.

Usted calificaría el Kyusho Jitsu dentro del grupo de las Gendai Budo o de las Koryu.

Yo diría que dentro de las Koryu, pero sería difícil de clasificar. Es como el Kiai Jitsu que practico también...

Usted es un alto grado en la organización del maestro George Dillman ¿Cómo conoció a este maestro?

Había visto durante un curso en Italia, hace una treintena de años, un video de él que me impresionó y busque encontrarle, pero no era fácil en esa época. Cuando conseguí contactar con él para traerlo a Francia fui rechazado. Yo supe después que había venido a París algunos años antes y que había sido mal recibido. Su esposa de esa época, Kim, campeona de USA de Karate me aconsejó entonces hacer venir a Mark Kline, un joven 7º Dan y asistente de Dillman. Le hice venir para un primer circuito por Francia. En Perpignan, en una intervención para profesores de Karate locales, la dirección del departamento para la juventud y los deportes



hizo prohibir el primer curso bajo la excusa de que el Kyusho Jitsu era muy peligroso. Conseguí levantar la prohibición y el curso tuvo lugar finalmente en Elné. Se desplazaron profesores de toda Francia y España, y esto fue para ellos y para mí una revelación. Ellos no habían visto jamás un KO efectuado con poca fuerza y los ejercicios de energía fueron increíbles para estos neófitos. Hicimos a continuación un curso en París y muchas entrevistas para todas las revistas de artes marciales.

Marc Kline volvió para una nueva gira al año siguiente y yo le devolví la visita en su dojo de Nueva York para un curso, antes de ir a Deer Lake al célebre campo de entrenamiento construido por Mohamed Ali. Allí fui recibido de manera muy fría por George Dillman cuando le dije que venía del dojo de Mark Kline. Ignoraba en efecto que este último había dejado la DKJ, organización de Dillman, con numerosos altos grados algunos días antes.

Posteriormente y durante una decena de años he hecho venir a muchos expertos americanos en Kyusho Jitsu, Karate, Arnis y Small Circle Jujitsu para cursos y giras por Europa, al igual que he vuelto todos los años a Deer Lake para los seminarios de altos grados. He hecho igualmente una gira como profesor por muchos dojos de grandes ciudades americanas.

He tenido la ocasión de encontrarme con el maestro Song Park, experto de Kyusho Jitsu y creador del método Kiaido. Lo he hecho venir muchas veces para cursos y giras europeas.

Durante este periodo he introducido el Kyusho Jitsu no solo en Francia, sino igualmente en Bélgica, España, Alemania, Suiza, Argelia, Marruecos y Madagascar.

Existe alguna controversia sobre el Kyusho Jitsu. Algunos expertos no lo consideran como un arte marcial independiente sino como un complemento a profundizar dentro de sus propios estilos. ¿Qué piensa al respecto?

El Kyusho Jitsu es una "caja de herramientas" que podemos utilizar en todas las artes marciales, si usamos los puntos para hacer técnicas se llama Tuite, si golpeas, eso es Kyusho. Podemos utilizar las manos desnudas, armas no letales, objetos cotidianos e igualmente con la ropa.

¿El estudio del Kyusho Jitsu se limita a la aplicación de los puntos vitales en situaciones de com-



Hanshi Jean-Paul Bindel (París, 1947) es el fundador de la Escuela Francesa de Budo (www.ecolefranaisedebudo.fr), creador de **Toreikan Budo** y un pionero de Kyusho Jitsu en Francia. Experto en artes marciales, ha trabajado y trabajado durante más de cuarenta años con expertos de primer nivel internacional, especialmente de Japón y Estados Unidos. Su creación, Toreikan Budo, es un arte marcial reconocido en Francia por la Federación Francesa de Karate y Disciplinas Asociadas (FFKDA), y a nivel mundial por la Federación Internacional de Nippon Budo (IFNB) y la Asociación Internacional Budo (IBA).

Hemos visto en diferentes demostraciones cómo el maestro George Dillman, y algunos otros maestros, realizan KO sin tocar al adversario. ¿Estos KO son reales?

Sí, yo mismo los he hecho y lo practico de vez en cuando. Es necesario saber que nunca estamos seguros de los resultados porque cada individuo reacciona de forma diferente. Por lo tanto, no se recomienda usar esto como forma de defensa personal si se quiere estar seguro del resultado. Además la proyección de la energía que se produce en estos ejercicios es peligrosa tanto para Tori como para Uke. Se recomienda encare-

han dejado en un momento dado a George Dillman para crear su propia organización. Existe también alguna divergencia técnica, algunos sólo buscan la eficacia y otros sólo el lado mental.

Es usted el fundador del estilo Toreikan Budo. ¿Puede explicarnos brevemente en qué consiste? ¿Qué le motivó a crear su propio estilo?

Soy cinturón negro de una veintena de disciplinas marciales diferentes y he pasado la mayor parte de mis grados delante de tribunales de alto nivel. He trabajado durante más de veinte años con Hiroo Mochizuki, del



Stage a cargo de Hiroo Mochizuki en París (1980) con la presencia de Jean-Paul Bindel.

cidamente no hacerlo con demasiada frecuencia.

Hemos visto diferentes escisiones de grupos a partir de DKI del maestro George Dillman. ¿Esto se debe a diferencias técnicas u organizativas?

George Dillman es un gran profesor pero también un gran hombre de negocios, como todos los profesores americanos que son profesionales y viven únicamente de su enseñanza. Todos los grandes expertos del DKI

que he sido asistente. He estado con él en la creación del Yoseikan Budo, que es una disciplina muy completa. Lamenté la creación de demasiados kata en esta Escuela, katas que evolucionaban sin cesar y dificultaban a los practicantes elegidos. Por ello decidí crear mi propia Escuela, la Toreikan, e integrar las técnicas que yo juzgaba más eficaces tanto de golpeo como de proyección o de control. Para el trabajo de armas yo cree un

“Decidí crear mi propia Escuela, la Toreikan, e integrar las técnicas que yo juzgaba más eficaces tanto de golpeo como de proyección o de control. Para el trabajo de armas yo cree un kata muy simple”

kata muy simple de ocho movimientos, el HAPPO, que se practica tanto con armas cortas como largas, cortantes o flexibles. El esquema era siempre con el mismo principio pedagógico de un arma contra otra sin ningún problema.

Vemos que las raíces del Toreikan Budo son las artes marciales japonesas ¿Puede explicarnos un poco qué disciplinas componen el Toreikan Budo?

He incluido todas las disciplinas que conozco bien: Judo, Karate-Kenpo, Aikijitsu, Kobudo (con diversas armas), pero también técnicas provenientes del arnis-esgrima (cuchillo y bastón corto). El programa es grande pero también he hecho la creación de los Happpo (Katas de armas) que son idénticos en todas las armas para una mejor memorización.

¿Cuál es la estructura del Toreikan Budo?

Existe en Francia una federación denominada Unión Nacional de Toreikan Budo con clubs por toda Francia y una Comisión Técnica. Hay también clubs en España, Argelia, Alemania y Marruecos.

¿Cuántos practicantes tiene?

Alrededor de un millar, 4 sextos danes, 8 quintos danes y otros...

BIBLIOGRAFÍA

Hace unos años que practica las disciplinas de Tanbo Jutsu y Yubibo de la Escuela Shintaikan del maestro Pau-Ramon. ¿Cómo conoció al maestro? ¿Qué le hizo practicar estas dos disciplinas?

Fui invitado por un amigo español a participar en un curso del maestro Pau-Ramon hace ocho o nueve años y desde entonces vengo cada dos meses a Sta Coloma de Gmnet para seguir sus cursos. Yo había practicado ya Tanbo y Kubotan, pero de otros estilos diferentes.

Nos consta que es usted un practicante incansable además de un excelente docente ¿En cuantos países ha impartido cursos?

EUROPA: Inglaterra, Alemania, Bélgica, España, Suiza, Italia, Escocia, Portugal, Rumania y Holanda. **ÁFRICA:** Argelia, Marruecos, Madagascar, Islas Reunión. **ASIA:** China. **AMÉRICA USA:** Pensilvania, Illinois, Indiana, Arizona.

Seguro que muchos de nuestros lectores se mostrarán interesados en practicar con usted. ¿Dónde imparte clases habitualmente?

Yo doy clases en tres salas alrededor de Perpiñán (Francia): en Bages, en Elne y en Théza. Y dirijo cursos casi todos los fines de semana.

Muchas gracias maestro Bindel por su hospitalidad y la atención que nos ha prestado.

Muchas gracias a vosotros.



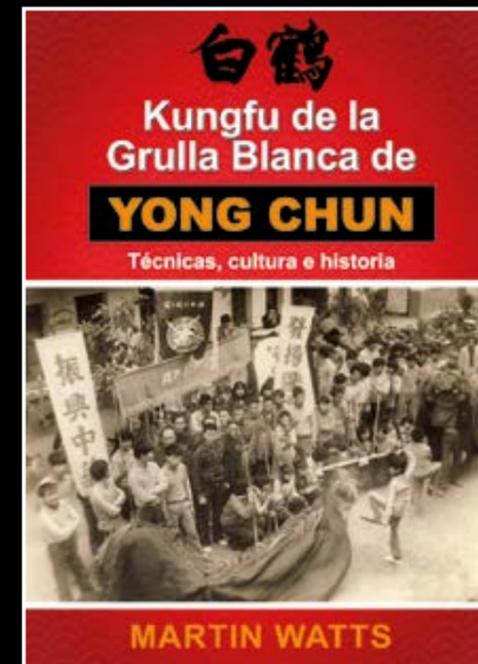
www.ecolefrancaisedebudo.fr



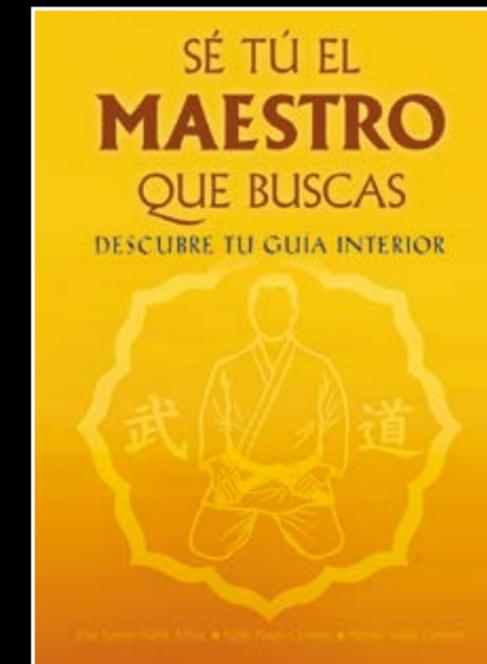
JO-JUTSU EN CÓMIC
148 páginas | pvp 15€



TANBO-JUTSU EN CÓMIC
134 páginas | pvp 15€



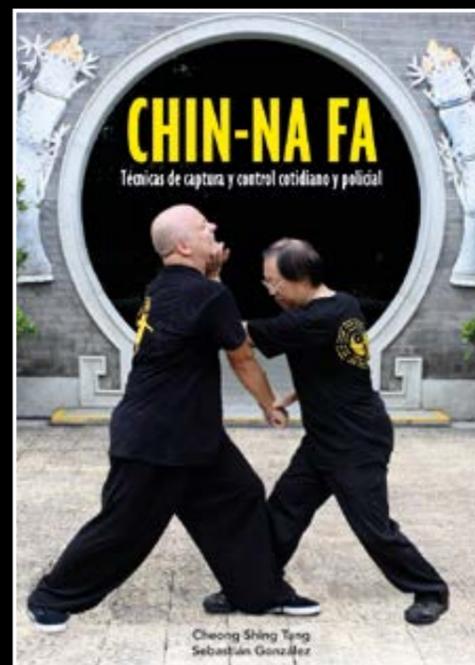
KUNGFU DE LA GRULLA BLANCA DE YONGCHUN
166 páginas | pvp 22€



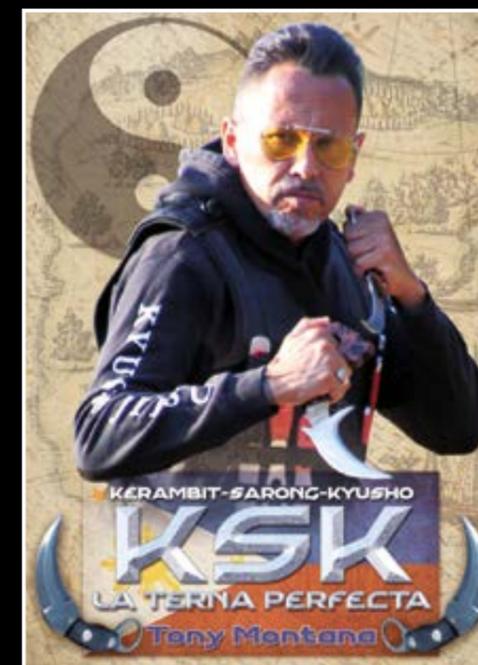
SÉ TÚ EL MAESTRO QUE BUSCAS
Descubre tu guía interior
226 páginas | pvp 18€



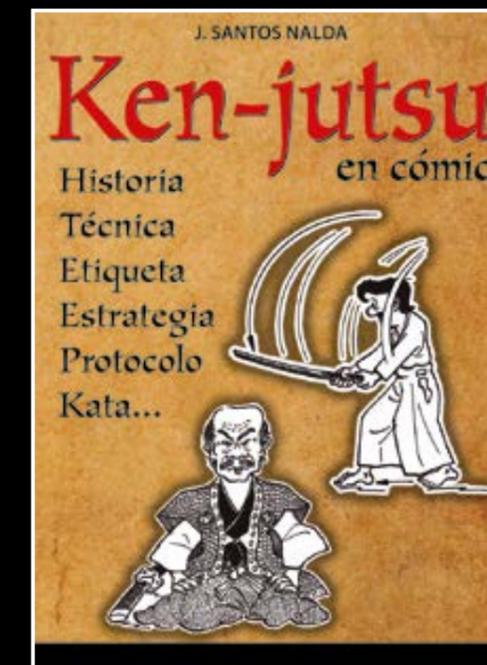
KYUDO
Espiritualidad zen en el tiro con arco
166 páginas | pvp 22€



CHIN-NA FA
Técnicas de captura y control cotidiano y policial
126 páginas | pvp 16€



KERAMBIT, SARONG Y KYUSHO
La terna perfecta
148 páginas | pvp 16€



KEN-JUTSU EN CÓMIC
158 páginas | pvp 15€



WAMAI

UNIVERSIDAD ONLINE

Cursos Wamai de artes marciales y fitness

EDUCACIÓN
CURSOS COACH
CURSO COMERCIAL CENTROS
DEPORTIVOS

**PROGRAMAS
TÉCNICOS**
CURSOS DE ARBITRAJE
CURSOS PRIMEROS AUXILIOS
EXÁMENES DANES

ADMINISTRACIÓN
SEGUROS DEPORTIVOS
R. CIVIL INSTRUCTORES
1 LICENCIA PARA TODAS
LAS DISCIPLINAS

COMPETICIÓN
INDIVIDUAL Y POR GRUPOS
CAMPEONATOS REGIONALES
CAMPEONATOS NACIONALES
CAMPEONATOS MUNDIALES
RANKING COMPETIDORES

www.wamai.net

CONSULTA
PRECIO



Personal Trainer de
Artes Marciales y
Fitness

CONSULTA
PRECIO



Primeros auxilios en
Artes Marciales y
Fitness

CONSULTA
PRECIO



Nutrición deportiva en
Artes Marciales y
fitness

CONSULTA
PRECIO



Árbitro Nacional de
Campeonatos OPEN

CONSULTA
PRECIO



Árbitro Cronometrador
de Campeonatos
OPEN

CONSULTA
PRECIO



Suplementación
Deportiva en Artes
Marciales y Fitness

<http://campus.wamai.net>

La universidad de formación online
especializada en artes marciales

CURSO 2018/2019

Pre-inscripciones abiertas
MUGENDO MARTIAL ARTS

Os recordamos que tenemos abiertas las Pre-inscripciones para Septiembre! Haz tu reserva hoy mismo y benefíciate de la súper promoción que tenemos preparada. Plazas limitadas.

Más información: <https://mugendo.es>

**PRE-INSCRIPCIONES ABIERTAS
CURSO 2018/2019**

Es tu momento!!!



RESERVA TU PLAZA Y BENEFÍCIATE DE
GRANDES DESCUENTOS



MUGENDO NIÑOS

**VALORES,
DISCIPLINA,
ANTI-BULLYING,
CONFIANZA**

MUGENDO JUNIORS/ADULTOS

**DEFENSA PERSONAL,
PÉRDIDA DE ESTRÉS,
TONIFICACIÓN**



Morio Higaonna

La tradición del Karate de Okinawa

Por Juan Antonio García Ruiz
Antonio Camacho Arcas
José Manuel Domínguez García
www.budoblog.es

Hacía mucho calor. En Okinawa, en agosto, las temperaturas son muy elevadas, pero además el altísimo grado de humedad hace que el ambiente sea casi insoportable. Por eso, en el pequeño Honbu Dojo de la **International Okinawa Goju ryu Karate Federation** se suele interrumpir la práctica cada media hora para rehidratarse y poder seguir con el entrenamiento...

 国際沖縄剛柔流空手道連盟
INTERNATIONAL OKINAWAN GOJU-RYU KARATE-DO FEDERATION



Web de la International Okinawa Goju ryu Karate Federation (<http://www.iogkf.com>).



Se trata de un espacio reducido, sin recepción ni vestuarios, con acceso directo de la calle a la zona de práctica. Según desde dónde nos acerquemos, desde fuera ni siquiera nos daríamos cuenta de que es una escuela de Karate. Ese día, como el anterior, dirigía la práctica un exigente **Kuramoto Sensei**, que tras el calentamiento y los ejercicios de nigiri game se disponía a comenzar el trabajo de Kata. Realizamos el saludo correspondiente e iniciamos la ejecución de Shisochin, pero después de los primeros movimientos el maestro miró por encima de todos nosotros y se cuadró para saludar hacia la puerta. Allí esperaba **MORIO HIGAONNA SENSEI**, Cinturón Negro 10º Dan y fundador e Instructor Jefe de la **International Goju ryu Karate Federation**. Acababa de bajar desde su casa, en el piso de arriba, para relevar al maestro Kuramoto al frente de la clase. A pesar de los años, su presencia es imponente. Se puede adivinar su físico poderoso, pero recubierto ahora de un halo de serenidad formado a través de la experiencia. Había visto muchas veces en diferentes videos lo gruesos y robustos que son los dedos de sus manos, encallecidos por la práctica de makiwara y dando la impresión de ser capaces de agarrarte un brazo para no soltarte jamás, del



En el centro del grupo: Higaonna Sensei y Kuramoto Sensei.



Entrevista Higaonna Sensei

mismo modo que los dedos de sus pies parecen preparados para agarrar al suelo y echar raíces.

Tras las presentaciones nos pusimos rápidamente manos a la obra. Flexiones y técnica básica. ¡Y no he sudado tanto en mi vida!

Luego, más relajados y con el dojo ya vacío, y asistidos por **Miguel Da Luz**, responsable de la **Oficina de Información del Karate de Okinawa**, pudimos hablar largo y tendido con Higaonna Sensei. El clima era más distendido y el maestro, toda una leyenda del Karate, nos acogía en su dojo, en su casa, con sorprendente humildad y sencillez y con una permanente sonrisa. Una sonrisa sencilla, cómplice y tremendamente jovial pese a sus casi 80 años de edad, pero que permite leer en sus ojos un fondo inteligente y un punto de picardía. En este ambiente distendido y sobre la misma madera en la que el maestro ha ido forjándose y forjando a sus alumnos en el arte del Karate, rodeados de los maki-

wara, los chishi y los nigiri game y bajo la mirada del retrato de Chojun Miyagi, procedimos a realizar la siguiente entrevista:

Maestro Higaonna ¿cómo comenzó a practicar Karate?

Hace mucho tiempo, cuando tenía 14 años, mi padre, que fue policía y practicaba Shorin ryu, estaba enseñando Karate a su amigo en el cuarto donde estaba el tatami (rokujyoo). Entonces este edificio (refiriéndose al Hombu Dojo que es también su casa) era solamente una planta con techo de chamizo. Estaba mirándoles cuando estaban practicando Kata (tsuki, keri, uke...) y me emocioné, y me entraron ganas de practicar Karate. En ese momento, el amigo de mi padre me llamó y me ofreció practicar con él.

Antes de esa historia, cuando tenía 13 años, mi padre siempre me llevaba a las competiciones de Karate en

el teatro de Naha. La competición era una convivencia de Goju ryu, Shorin ryu y Uechi ryu. El teatro de Naha estaba donde hoy está el mercado que está situado en la parte izquierda de la avenida de Heiwa. Allí se hacían las mejores demostraciones de Karate. Después me enteré de que mi padre quería que aprendiese Karate.

Y luego cuando tenía 16 años, **Shimabukuro Tsunetaka San** (Shorin ryu) me llamó para practicar con él cerca de la calle Yamuchin y me enseñó Gekisai Dai y makiwara y kihon en su jardín. Él practicaba Matsubayashi ryu y Goju ryu también, por eso pudo enseñarme Gekisai. Un día, Shimabukuro Sensei me dijo: "Estás dotado para el Goju ryu. A cinco minutos de camino desde aquí está un gran maestro que se llama Miyagi Chojun. Ve a seguir aprendiendo con él".

La primera vez que entré en su jardín, que era el lugar donde se practicaba, fue con 17 años en el momento de mi ingreso en el Instituto de Comercio de Naha, y para entonces el maestro **Miyagi Chojun** ya había fallecido, así que no llegué a conocerle. Allí encontré a **Miyagi Anichi**.

Un día, Shimabukuro Sensei me dijo: "Estás dotado para el Goju ryu. A cinco minutos de camino desde aquí está un gran maestro que se llama Miyagi Chojun. Ve a seguir aprendiendo con él".

¿Era diferente su forma de enseñar en esa época y ahora?

Yo enseñé de la misma forma que lo hacía **Miyagi Chojun**. **Miyagi Anichi** decía que hay que empezar a hacer movimientos amplios y dibujar como con un lápiz. Y poco a poco, cuando va mejorando el nivel, ir haciendo movimientos más cortos. **Miyagi Anichi** enseñaba por etapas. Observaba si practicábamos seriamente, mirando también el carácter de cada uno, si aceptábamos obedientemente sus consejos o no... Ahora pienso que me enseñaba a través de la observación de mi carácter.

Miyagi Chojun empezó a enseñar en 1946, pero fue a partir de 1948 que lo hacía de una forma sistematizada. Hubo un tiempo en que solamente se hacían ejercicios de Hojo Undo (ejercicios de preparación) durante seis meses. Se puede tardar una hora si se hacen correctamente los ejercicios de **Miyagi Chojun**. Tienen tres aspectos que son medicinal, técnico y físico. Es la forma de enseñar **Miyagi Chojun**. Él se sentaba en la



silla, observaba mientras sus alumnos formaron un círculo y hacían Hojo Undo. Y luego empezaba a enseñar Kata uno a uno. Yo estoy enseñando la misma forma que **Miyagi Chojun**.

¿Hay algún otro maestro que haya influido en su Karate?

Antes de morir, **Miyagi Chojun** le dijo a **Miyagi Anichi**: "Miyazato Eiichi me va a suceder y tú debes ayudarlo. Ahora está practicando Judo con la policía, pero después volverá a tener el Karate en su cabeza. Ahora tú le ayudarás". Y antes de que se produjera la sucesión falleció **Miyagi Chojun** en octubre de 1953. El Jundokan que creó **Miyazato Sensei** no es el Jundokan de ahora. Entonces era solo de un piso en Asato. Había más o menos 8 personas que practicaban en el jardín de **Miyagi Chojun** y todos se trasladaron al Jundokan. Allí se practicaba de forma directa maestro alumno, no en grupos como ahora. Practicábamos Sanchin durante dos horas...

Entonces **Miyazato Eiichi** era profesor de Judo en la academia de policía, y también enseñaba en otro lugar, así que volvía muy tarde. Por eso **Miyagi Anichi** era quien enseñaba principalmente en el Jundokan.

¿Es por esa forma de enseñar tan cercada y directa entre alumno y maestro por lo que los dojos de Okinawa son tan pequeños?

La manera de enseñar de **Miyagi Chojun** era la manera de enseñar tradicional de Okinawa. Los alumnos entrenaban en el jardín, hacían técnica básica y hojo undo y esas cosas en círculo, y después el maestro llamaba a un alumno y le invitaba a hacer una Kata. La Kata se transmitía solamente de persona a persona. Esa manera de enseñar es la que utilizaba también **Miyagi Anichi Sensei** y es la que yo aprendí en el Jundokan.

Usted enseñaba en Tokio ¿Cómo fue la experiencia de enseñar fuera de Okinawa?

Yo empecé a practicar Karate porque era débil mentalmente, muy tímido, no me gustaba hablar delante de la gente, así que no iba al colegio. Iba y a mitad de camino me volvía y me iba a la playa.

Fui a Tokio para estudiar en la universidad, pero en esa época era muy pobre y tuve que enseñar delante de gran número de alumnos... así que la vida de esa etapa fue dura. El Yoyogi Dojo que antes era un apar-

camiento, lo construyó **Aragaki Ryuzo**, que es de Okinawa. Y me dijo que enseñara ahí. Era el año 60 y en esa época hubo una película de Bruce Lee y unos 120 o 130 alumnos llegaron al Dojo en un mes durante la primavera. Hacíamos junto a los alumnos los ejercicios de preparación, sin explicar mucho, porque había mucha gente.

Sato Katsuaki, que luego sería campeón del mundo Kyokushinkai, vino a Yoyogi Dojo después de practicar Judo. Estuvo una hora haciendo tsuki en shiko dachi, pero se marchó a Kyokushinkai. Kyokushinkai incluía Kumite y fue más interesante para él. Ahora somos buenos amigos.

Usted tiene también una relación muy especial con el gran maestro de Shotokan Hirokazu Kanazawa ¿no es así?

(Risas) Cuando entré a la universidad de Takushoku no había club de Karate porque un miembro de un club había matado a otra persona y lo cerraron. Como no pudimos practicar Karate dentro de la universidad, **Kanazawa Sensei** y yo entrenamos en distintos sitios fuera de la universidad.

Un amigo mío, llamado **Ota**, por entonces estaba en un club de Judo. Él me dijo que había una residencia de estudiantes y que enseñara Karate allí. **Kanazawa Sensei** montó su club en otro lugar.

Más tarde me di cuenta que estábamos enseñando Karate muy cerca en aquel tiempo. Conocía su nombre, aunque no teníamos relación en ese momento.

Pero hace años hubo un seminario en Las Vegas. Vino **Ozawa Sensei**. Nos reunimos gente de Shotokan ryu, Shito ryu... y hubo una cena donde coincidimos muchos maestros japoneses que estábamos en los EE.UU. Ese día conocí a **Kanazawa Sensei**.

Yo viví en EE.UU. durante 20 años. Cuando había algún curso de Budo invitaba a **Ozawa Sensei**. Después de su fallecimiento, invité a **Kanazawa Sensei**.

¿Qué diferencia hay entre el Karate de Okinawa y el Karate de Japón?

Son diferentes estilos, diferentes escuelas. Nosotros practicamos básico. En esa época hubo un

campeonato de Kyokushinkai en la Nihon Budokan. Al principio las bases eran las mismas: kihon y Kata. Pero se desarrolló el kumite y el Karate empezó a hacerse popular como deporte en Japón, como competición, a través de Kyokushinkai, Nihon Karate Kyokai.... El eje del Goju ryu, sin embargo, es el Kata. Esa es la diferencia.

¿Qué opina entonces sobre la práctica de Kumite (combate) en Karate?

No es importante. Lo más importante es el Kata. El Kata tiene una historia de más de mil años. **Miyagi Chojun** le dijo a **Miyagi Anichi**: "si cambia la Kata, se pierde la cultura tradicional del Karate en Okinawa".

Yo les digo a mis alumnos "yo no puedo doblar mi rodilla porque me duele... pero vosotros tenéis que doblar más". Trato de ser sincero, no cambiar nada, enseñar Kata tal como me enseñó. Kata es muy importante.

En 1930 **Miyagi Chojun** tenía a sus mejores discípulos. Una vez hicieron kumite entre ellos porque dijo que Kata es importante, pero tenía interés en hacer kumite con alumnos jóvenes. Probaron con unas protecciones parecidas a las de béisbol. Y salieron varios heridos. Entonces estableció el Yaku-soku kumite.

¿Por qué se fue de Japón a EE.UU. y por qué volvió a Okinawa a pesar de su éxito allí?

Había una persona que se llamaba **Ani Breniki**. Él trabajaba en la base americana y entrenó en el Yoyogi Dojo durante dos años. Luego se marchó a Spokane en USA. En 1968 estuve en Spokane durante dos meses. Esto lo recuerdo bien porque en ese año asesinaron a Kennedy. Después del regreso a Japón, me escribió una carta diciendo que necesitaba un maestro de Karate para Spokane. Se lo comenté a **Chinen Teruo** (dos años más joven que yo y que practicó Karate conmigo en el instituto), y se fue a Spokane en 1969 para enseñar Karate. Finalmente fui yo mismo a enseñar allí.

Después estuve en San Diego durante 15 años, tenía un pequeño Dojo en San Diego, pero una gran organización.

Arriba: Kuramoto Sensei y Uehara Sensei.
Abajo: IOGKF Honbu Dojo.



Entonces **Rion Vandhich**, nuestro Instructor Jefe en Israel, me dijo que Okinawa era la cuna del Goju ryu, que era mejor enseñar en Okinawa. Y por eso volví. Pero me acuerdo mucho de mis viajes por el extranjero, porque a eso le debo que haya tanta gente practicando con nosotros.

También estuve dos meses en Sudáfrica, porque la gente de Shotokan de allí quería cambiar a Goju ryu. Recuerdo que en 1981 hicimos un campeonato de Karate en el Kenritsu Budokan. Se reunieron 17 países. En aquel tiempo estaba pensando de hacer un seminario internacional para el intercambio entre personas. Pero **Nakamoto Seiji** Sensei me dijo: "Es mejor hacer también una competición internacional. Voy a consultar para ver quién contribuye y voy a preparar el escenario, así que organízalo, por favor". Pero nos llamaron del ministerio de justicia. Estaba prohibido el intercambio cultural con Sudáfrica por la ONU debido al *apartheid*. **Nakamoto** Sensei tenía un amigo en el departamento de inmigración, por eso, después de muchas negociaciones, conseguimos que participaran con dos condiciones: que practicaran con disimulo y que lo que hicieran en público no apareciera en ningún periódico. No era una competición, sino un torneo amistoso con 17 países. Salió en los periódicos, pero sin nombrar a Sudáfrica. En ese momento, Sudáfrica fue el equipo más fuerte en el campeonato.

A mí no me gustaba la competición, pero vino mucha gente, incluso el gobernador y el alcalde de Naha. Fue un gran torneo, el primer campeonato internacional de Karate en Okinawa.

¿Cómo surgió la International Okinawa Goju ryu Federation?

En 1971 o 1972 salió el tema de la federación cuando estuve en Yoyogi Dojo. Hasta entonces yo estuve costeando mis viajes con mi propio dinero durante 10 años. Era mucho gasto, así que nos organizamos para repartir los gastos entre todos y poder seguir enseñando Karate en el extranjero. A partir del año 1981, me pasaba más de medio año enseñando en el extranjero.

¿Cuál es el objetivo de la práctica de Karate?

El motivo de practicar Karate es fortalecer el espíritu y el cuerpo, y ser humilde y respetuoso. La humanidad,



Lo más importante son los Katas, que tienen más de mil años de historia. Si cambias los Katas, se muere la cultura. Uno tiene que transmitir lo que recibe, y lo más importante es el Kata.

entrenar el corazón a través de practicar Kata. Empezamos con la cortesía para entrar en el Dojo. Y es importante no pedir a los alumnos que hagan cosas que uno no hace. Luego respetamos también al oponente. Respetamos al oponente de cualquier lugar, ante todo entramos con el corazón.

Yo me digo siempre a mí mismo que practicar sólo Kata es una lucha contra uno mismo. Si practico una Kata durante una hora, tres horas... me canso, me entra hambre, y así puedo conocer mi debilidad.

Pero lo más importante es que hay que entrenar desde el corazón.

Entonces ¿es importante que el Karate sea práctico en combate real?

Lo más importante son los Katas, que tienen más de mil años de historia. Si cambias los Katas, se muere la cultura. Uno tiene que transmitir lo que recibe, y lo más importante es el Kata. Miyagi Chojun sabía que los jóvenes querían practicar kumite, así que usaban las protecciones de béisbol o de kendo, aunque no se podía golpear la cara. Pero no es bueno para la salud. Por eso se desarrolló el ippon kumite y el yakusoku kumite. Pero los brazos y las piernas deben ser como armas. No es un juego. **Miyagi Chojun** desarrolló también el kakie como método de enseñanza. Para mí éste es el verdadero kumite, aplicar las técnicas de las Katas en el kakie o el yakusoku kumite.

Cuando hablamos de Kata ¿hablamos solo de las técnicas al aire o de las técnicas y su aplicación?

Kata es Kata. Cuando me preguntan el significado de los movimientos no me parece una pregunta pertinente. Yo digo: "sigue practicando". Si se piensa en el significado sin trabajar la forma, la Kata se transforma y se convierte en otra cosa. Hay que practicar no dos veces, sino dos mil veces, para que el cuerpo se mueva sin pensar (mushin). Hay que entrenar y entrenar hasta que el movimiento se realice inconscientemente. Todo tiene sentido. Yo estuve practicando Suparimpei seis horas diarias durante todo un año. Ésta es la única manera de tener mushin. Si piensas en el significado de lo que haces, el Kata no es bueno. Hay que hacerlo sin pensar, y se convierte en natural. Ése es el Kata bueno. Otro aspecto muy interesante de los Katas es que tienen una historia muy antigua, que se remonta a la India, a Bodhidharma. Hablando con **Uechi Kai** Sensei de Uechi ryu

decíamos que son estilos diferentes pero siguen los mismos patrones de movimiento. Ahora bien, **Miyagi Sensei** utilizó *El Bubishi* para investigar, por ejemplo, sobre los kyusho y entender así los Katas. Hay toda una teoría de los kyusho que no es solamente golpear el ojo o la nariz. Es mucho más universal y hay que estudiarlo. Esto es porque las Katas tienen una larga historia y por eso no se deben cambiar las técnicas. **Miyagi Chojun Sensei** conocía a un médico de la policía que estudiaba los cadáveres y **Miyagi Sensei** le veía trabajar para aprender. Y con todas sus investigaciones **Miyagi Chojun** creó el Goju ryu. Todas las técnicas que hay en una Kata deberían poder utilizarse, no solamente hacerlas al aire y para eso hay que acondicionar el cuerpo.

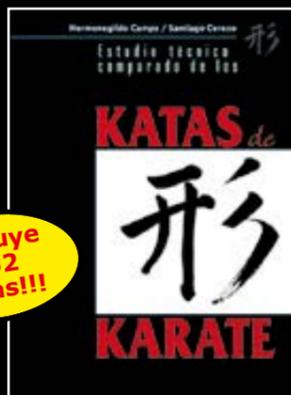
¿Qué opina sobre la competición actual y la inclusión en los Juegos Olímpicos de Tokio?

El deporte está bien para disfrutar. Pero para participar en los Juegos Olímpicos no es necesario cambiar el Karate tradicional. Yo tengo muchos amigos del Karate deportivo. El Karate deportivo está bien. Pero cuando se termina, me gustaría que se siguiera practicando un Karate que se pueda disfrutar durante toda la vida. Que nadie se retire del Karate. El Karate tradicional es para practicar toda la vida. Uno no se retira. A mí todavía me hace falta entrenamiento.

Con estas palabras como muestra de humildad por parte de **Higaonna Sensei** dábamos por concluida la charla con el maestro, que nos invitaba a practicar una vez más en las sesiones posteriores con **Uehara Sensei** y **Kuramoto Sensei**. En los días que estuvimos en Naha no tuvimos la ocasión de volver a verle, pero aún hoy tenemos muy presentes sus palabras, sus consejos y su ejemplo.

Debemos dar las gracias a Sensei **Luis Nunes** de IOGKF España por posibilitar nuestra práctica en el Honbu Dojo, a **Rika Kurimoto** por su ayuda en la traducción y al maestro **Miguel Da Luz** por la excelente labor que está haciendo al frente de la Oficina de Información del Karate de Okinawa. A todos aquellos que tengan intención de viajar a Okinawa les recomendamos que contacten con él a través de <http://okic.okinawa/es> y tal vez puedan, como nosotros, disfrutar de la práctica con el maestro **Morio Higaonna**, uno de los guardianes de la tradición del Karate de Okinawa.

BIBLIOGRAFÍA



Incluye
132
katas!!!

ESTUDIO TÉCNICO COMPARADO DE LOS KATAS DE KARATE

Por Hermenegildo Camps, Santiago Cerezo
P.V.P. 42 euros
Formato: 21x29,5 cm. Págs: 688



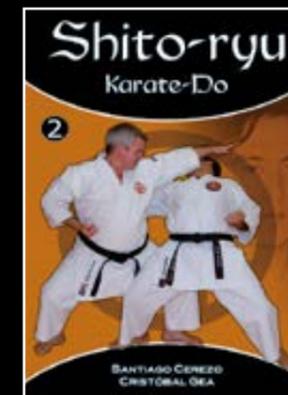
ENTRE EL CIELO Y LA TIERRA LUGARES HISTÓRICOS DEL KARATE EN JAPÓN

Por Salvador Herráiz Embid
P.V.P. 28,50 euros
Formato: 21x21 cm. Págs: 162



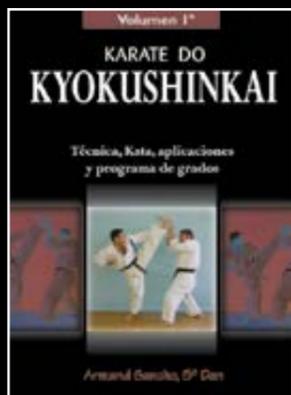
SHITO-RYU KARATE-DO VOL 1 - INTRODUCCIÓN

Por Santiago Cerezo Arias, Cristóbal Gea Gea
P.V.P. 12 euros
Formato: 14x21 cm. Págs: 136



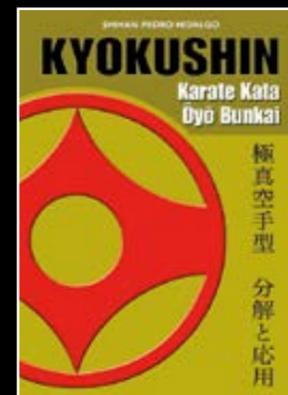
SHITO-RYU KARATE-DO VOL 2 - PRIMEROS PASOS

Por Santiago Cerezo Arias, Cristóbal Gea Gea
P.V.P. 15 euros
Formato: 14x21 cm. Págs: 178



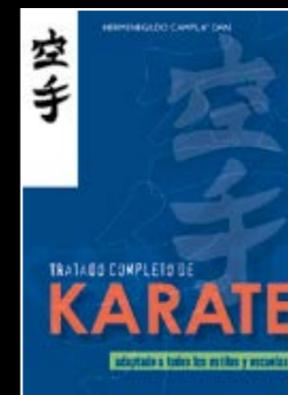
KARATE KYOKUSHINKAI VOLUMEN 1º. TÉCNICA, KATA, APLICACIONES Y PROG. DE GRADOS

Por Armand Sancho Illa
P.V.P. 18,75 euros
Formato: 17x24 cm. Págs: 320



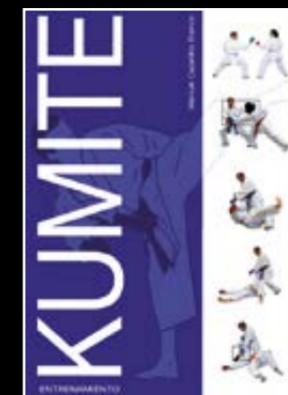
KYOKUSHIN KARATE KATA ÔYÔ BUNKAI

Por Hermenegildo Camps Meseguer
P.V.P. 20 euros
Formato: 17,5x23,5 cm. Págs: 162



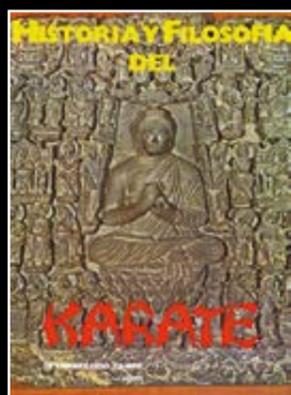
TRATADO COMPLETO DE KARATE ADAPTADO A TODOS LOS ESTILOS Y ESCUELAS

Por Hermenegildo Camps Meseguer
P.V.P. 12 euros
Formato: 17x24 cm. Págs: 224



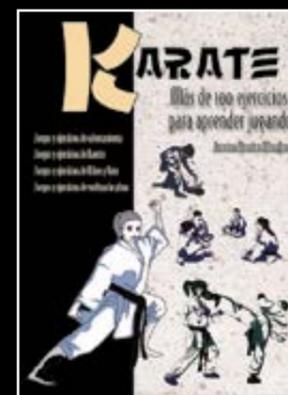
KUMITE. ENTRENAMIENTO

Por Manuel Capetillo Blanco
P.V.P. 28 euros
Formato: 17x23,5 cm. Págs: 188



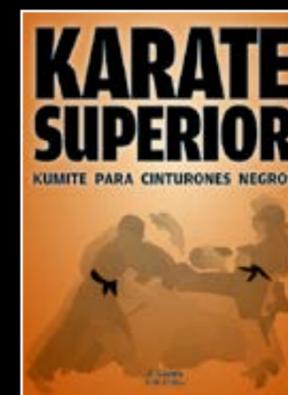
HISTORIA Y FILOSOFÍA DEL KARATE

Por Hermenegildo Camps Meseguer
P.V.P. 14 euros
Formato: 15,5x21,5 cm. Págs: 352



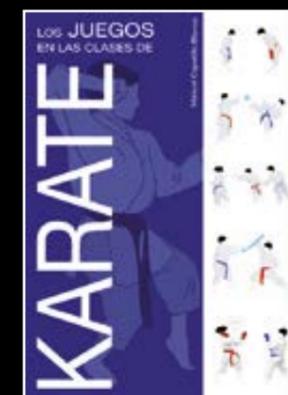
KARATE. MÁS DE 100 EJERCICIOS PARA APRENDER JUGANDO

Por Jonatan Huertas
P.V.P. 30 euros
Formato: 17x23,50 cm. Págs: 206



KARATE SUPERIOR KUMITE PARA CINTURONES NEGROS

Por Hermenegildo Camps Meseguer
P.V.P. 20 euros
Formato: 17,5x23,5 cm. Págs: 220



LOS JUEGOS EN LAS CLASES DE KARATE

Por Manuel Capetillo Blanco
P.V.P. 26 euros
Formato: 17x23,5 cm. Págs: 138

CATALUNYA HAPKIDO ASSOCIACIÓ I D.M.

Rbla. Marina, 264
08907 L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)



합기도



chapkidoadm@gmail.com
Tf 670 537 106
<http://catalunyahapkido.blogspot.com/>

<http://catalunyahapkido.blogspot.com.es/>

Haidong Gumdo

Camino de la espada del mar del este



Badalona

C/ Sant Ramon, 7-9
93 399 22 04

Barcelona

Passatge Toledo, 12-14
687 537 955

Hospitalet

Rbla. Marina, 264
670 537 106

St. Pere de Ribes

Jaume Balmes, 25
672 682 102

Ullastrell

Prat de la Riba, 14 bis
687 527 714

Más información

www.haidonggumdocat.org

hdgumdocat@gmail.com



DOJO AFILIADOS A AESNIT

CATALUNYA Club Esportiu d'Arts Marcials Banyoles - Banyoles (Girona). Prof. Oscar Monistrol, 3er. Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu. Tel: 636001925 # Barcelona. Prof: Àngel Pallejà, 3er. Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu. Tel: 656456308 # Budokan La Mar Bella-Barcelona. Prof: José Checa, 5º Dan Nihon Ju-jutsu, 4º Dan Nihon Tai-jitsu/Kobudo. Tel: 666784164 # PAVELLÓ MUNICIPAL-Cunit (Tarragona). Prof: Miguel Morales, 1º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu. Tel: 653911357 # CLUB DE JUDO ASPA - El Masnou (Barcelona). Prof: Jordi de Alfonso, 7º Dan Nihon Tai-Jitsu/Jutsu. Tel: 676615949 # GIMNÀS SPORT FITNES-El Vendrell (Tarragona). Prof: Juan Hernández, 2º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu. Tel: 620298831 # COLEGIO JAIME BALMES - Hospitalet de Llobregat (Barcelona). Prof: Rafael Delgado, 3º Dan Karate-jutsu. Tel: 630662257 # GIMNÀS SQUASH-Igualada (Barcelona). Prof: Raúl Gámez, 5º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 606563715 # GIMNÀS HIRAYAMA - Mont-ras (Girona). Prof: Antoni Díaz, 4º Dan Karate-jutsu. Tel: 615944646 # La Pineda (Tarragona). Prof: Julián Rivera, 3º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 606039920 # GIMNÀS DE LA PISCINA-Sitges (Barcelona). Prof: Joan Martínez, 5º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu. Tel: 600604093 # ASOCIACIÓ JARATE JUTSU PALAUTORDERA - Sta. Ma. de Palautordera (Barcelona). Prof: Critóbal Miranda 4º Dan Karate-jutsu. Tel: 619986323 # BUDOSHIN TARRAGONA -Tarragona. Prof: José-Luis Infante, 6º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 653920684 # BUDOSHIN TARRAGONA. Prof. Jordi Amorós, 5º Dan Aikido.Tel:

www.aesn.it

AESNIT

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE NIHON TAI-JITSU

NIHON TAI-JITSU NIHON JU-JUTSU NIHON KOBUDO AIKI JUTSU TANBO JUTSU DEFENSA POLICIAL KARATE JUTSU

653920684 # CLUB BUDOKAN PENEDES - Vilafranca del Penedès (Barcelona): Prof: Pere Calpe, 7º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 686128518 # DOJO AITAI-Premià de Mar (Barcelona). Prof. Jaume Segura, 4º Dan Aikido. Tel: 937516313 # CENTRE DHARMAKAYA - Barcelona (Sant Gervasi). Instructor: Ricard Portolés, 2º Dan. Tel:932 418 742 # DOJO BUDO SENSEI - Barcelona. Sempai: Javi Gijón, 1º Dan. Tel: 934 906 209.

ASTURIAS Avilés- Gimnasio TOA, Prof. Jaime Pérez García 1º Dan Nihon Tai-jitsu/Jujutsu/Kobudo. Tel: 667450560 # La Felguera- Gimnasio Felix Shotokan. Prof. Félix Bargados, 3º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu # Oviedo-Gimnasio Sport Viti. Prof. José Manuel Navarro, 5º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 667450560 # Gijón-TAOASTUR. Prof. José Manuel Navarro, 5º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 667450560.

BALEARES Palma de Mallorca-Gimnàs Es Dojo. Prof. José Luís García, Prof. 4º Dan Nihon Tai-Jitsu/Ju-jutsu/Kobudo.Tel: 971244311 # Palma de Mallorca-CENTRO DE CULTURA JAPONESA ASUNARO. Prof. Melchor Barrientos 3º Dan Nihon Tai-Jitsu. Tel. 635619796.

MADRID Prof. José Luís Rivera, 6º Dan Nihon Tai-jitsu/Ju-jutsu/Kobudo. Tel: 655857766.

Para información: pcalpe@wanadoo.es. Tel: 686128518

X Gala Benéfica de Artes Marciales



X Gala benéfica de
Artes Marciales

En recuerdo de Manel Rodríguez y a favor de 

Organizan: 

**Sábado 6 de octubre
de 10:30 a 13:30h**

Av. Mare de Déu de Bellvitge 7
L'Hospitalet de Llobregat

Poliesportiu Municipal de Bellvitge
"SERGIO MANZANO"



El día 6 de octubre celebramos la X GALA BENÉFICA DE ARTES MARCIALES, este año a favor de Animals sense sostre/Animales sin techo (<http://animalsensesostre.org>). También fue una magnífica oportunidad para homenajear a nuestro compañero, amigo y Maestro de la vida MANEL RODRÍGUEZ que nos ha dejado hace poco, el cual participó en todos los eventos, y en este también, por que estuvo en nuestros corazones.

En la gala de este año participaron disciplinas tan dispares como KARATE, HAPKIDO, ESGRIMA, BODY COMBAT, TAEKWONDO, HAI-DONG GUMDO y WING CHUN. También hubo una actuación especial de la cantautora MON FEIJOO con temas muy emotivos.

Tras la celebración de la Gala, podemos anunciar que en total se recaudaron 788 euros.

Por CHADM
<http://catalunyahapkido.blogspot.com>



Muchas gracias a todos los que habéis contribuido a su realización, ya sean participantes, público, patrocinadores... CHADM somos una asociación pequeña en miembros pero con un GRAN CORAZÓN.

En el poco tiempo que llevamos funcionando hemos realizado X GALAS BENEFICAS, V MARATONES, recaudando más de 25.000 euros , sus beneficiarios AECC, HOSPITAL SANT JOAN DE DEU, ALZHEIMER,

CREU ROJA, AMPA ESTEL CAN-BORI, ANIMALS SENSE SOSTRE... Han sido muchas las personas y entidades involucradas en que todo fuera posible.

Las artes marciales no solo son golpes, luxaciones... son también un vínculo de unión y solidaridad como ha quedado demostrado.

Muchas gracias a todos!





www.judo-condal.cat

**MÁS DE MEDIO SIGLO
FORMANDO PERSONAS**

JUDO - AIKIDO - DEFENSA PERSONAL - KARATE

Consell de Cent, 44 | 08014 Barcelona

T. 933 254 934 | judo.condal@gmail.com

Editorial
ALAS



Editorial Alas
c/ Villarroel, 124 - bajos
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com
www.editorial-alas.com

BIBLIOGRAFÍA



CHIN-NA FA

TÉCNICAS DE CAPTURA Y CONTROL
COTIDIANO Y POLICIAL

C.S. Tang y Sebastián González

P.V.P. 16 euros
Número de páginas: 126
ISBN: 9788420306117

Chin-Na, que puede traducirse como control y agarre, es el conjunto de técnicas empleadas en la defensa personal china. Este libro muestra numerosas técnicas de autodefensa clasificadas según su orden de actuación: técnicas de muñeca, de codo y de hombro; además de luxaciones, roturas, estrangulamientos, desequilibrios, contra-patadas y ejercicios para entrenar y fortalecer el cuerpo hasta convertirlo en una poderosa arma de autodefensa que reportará seguridad y confianza en uno mismo.

Se describen también los puntos vitales empleados en el Chin-Na, las zonas vulnerables de ataque, su entrenamiento, localización y efectos. El libro incluye un capítulo sobre recomendaciones y aplicaciones para los cuerpos de seguridad, siguiendo las normas y recomendaciones de las leyes vigentes. Todo el conocimiento expuesto, ya sea la parte teórica y las técnicas en sí, provienen de una sabiduría antigua que se ha utilizado para proteger la seguridad de personas que viajaban de una ciudad a otra para comerciar, épocas en las que la seguridad era escasa y cada uno debía velar por su integridad.

CURSO DE TAI CHI CHUAN (TAIJIQUAN) ESTILO YANG Y CHI KUNG (QIGONG)
a cargo del **Maestro HANLIANG ZHU** en Granollers (Barcelona)

Días 24 y 25 de noviembre de 2018 | Más información: info@acanda.org

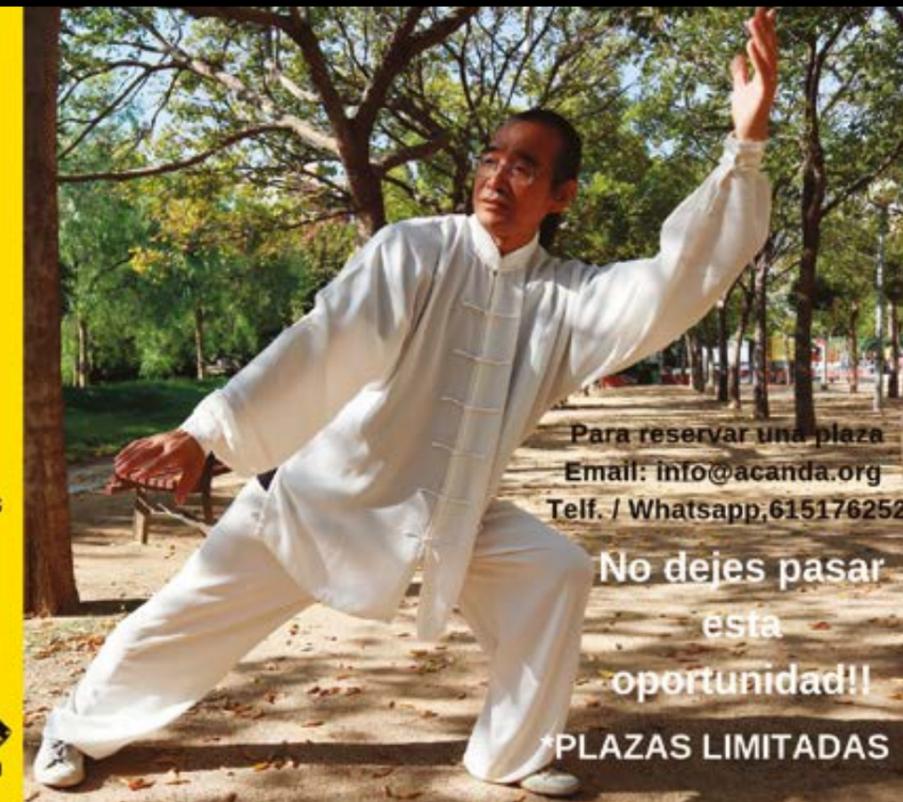
Curso de
**TAI CHI CHUAN (Yang)
Y CHI KUNG**

EL MAESTRO HANLIANG ZHU
EN GRANOLLERS
Maestro en estilos Wu y Yang de Taijiquan
tradicional

24 Y 25 de Nov. 2018

Para principiantes y practicantes con
experiencia que quieran profundizar en las
formas tradicionales del Tai Chi
Chuan Yang y Chi Kung (Qigong)

Organizan:



Para reservar una plaza
Email: info@acanda.org
Telf. / Whatsapp: 615176252

No dejes pasar
esta
oportunidad!!
PLAZAS LIMITADAS

Entrevista a
**Agustín
Martín Zazo**

8° Dan Nihon Tai Jitsu

Por Miguel A. Ibáñez Espinosa
Godan Aiki Jujutsu Kobukai
Godan Nihon Tai Jitsu

Dentro del marco de actividades que el departamento de Nihon Tai Jitsu de la Real Federación Española de Karate y D.A. está realizando para celebrar el 40 aniversario del Tai Jitsu / Nihon Tai Jitsu en nuestro país, hemos querido aprovechar para entrevistar al Maestro **AGUSTÍN MARTÍN ZAZO** (8° Dan Nihon Tai Jitsu) como practicante en activo más antiguo de nuestro país y el grado más alto de Nihon Tai Jitsu dentro de la RFEKDA.





Agustín Martín demostrando Tai Jitsu no Kata Sandan junto a Javier Moreno (7º Dan NTJ).

Maestro ¿Cuándo y con quién comenzó a practicar Artes Marciales?

Como otros muchos de mi generación, comencé a practicar "Artes Marciales" los sábados por la noche frente a la pequeña pantalla viendo a David Carradine recorrer el salvaje Oeste; tenía por entonces 12 años y la Gimnasia Deportiva era mi deporte. Sin embargo, después de ver esos episodios que se me hacían tan apasionantes, empecé a buscar un gimnasio donde practicar Karate. Para mi desgracia esta modalidad no estaba permitida en aquellos tiempos a menores de 16 años y tuve que esperar hasta cumplir los 14 para que una afortunada coincidencia me permitiera empezar a entrenar esta disciplina.

Yo estudiaba en el Colegio Chamberí de los Hermanos Maristas donde impartía clases de Judo el Maestro Álvaro Pastoriza para los alumnos del colegio. En sep-

tiembre de 1975 se abre el club al público en general y una tarde, pasando por delante de la nueva puerta de acceso habilitada al efecto, veo el cartel "CLUB CHAMBERÍ Judo / Karate". Ni corto ni perezoso entré a preguntar si podía recibir allí clases y, cuál fue mi sorpresa al recibir una respuesta positiva del Sr. Pastoriza. Eso fue un lunes de octubre; el miércoles recibía mi primera clase de mano del que luego fue un magnífico compañero y amigo, Armando Rúa, alumno de Carlos Vidal.

Después de esta primera clase, D. Carlos Vidal de Castro ha sido y será siempre mi principal Maestro.

¿En qué momento conoce el Tai Jitsu?

Pues desde el primer momento que llega a España. El Maestro Vidal buscaba en las Artes Marciales lo que aún no había encontrado ni en el Judo ni el Karate de clara orientación deportiva; buscaba una aplicación más real

"Nuestra disciplina se basa en un espíritu de colaboración para la superación: tu actúas de Tori para aprender a aplicar correctamente las técnicas que estudias y a continuación ejerces de Uke para que tu compañero pueda también aprender"

de las mismas. De alguna manera esa idea me fue calando. Nunca me ha atraído la confrontación deportiva que se establece en una lucha cuerpo a cuerpo. Por eso, cuando tuve el gran honor de poder observar tras el ventanal del gimnasio Chamberí las evoluciones de los Maestros Roland y George Hernaez en su primera visita a Madrid en Semana Santa del 1977, me "enamoré" de esa nueva disciplina.

¿Cuáles fueron sus primeras impresiones al respecto del mismo?

Con todo mi cariño para los practicantes de Karate, yo llevaba ya dos años en esta magnífica disciplina con un grado de cinturón verde; tenía aún mucho que aprender y en ella seguí varios años después, pero en su práctica encontraba unas limitaciones que no vi en el Tai Jitsu. Me pareció éste mucho más variado, más "acrobático" (recordad que yo procedía del mundo de la Gimnasia Deportiva), más completo. Vi proyecciones como había observado hacer a mis amigos practicantes de Judo pero sin la "rigidez" del agarre formal de éste, vi cómo hacían caídas de una forma muy dinámica y continua, vi algo que me resultaba sorprendente: los practicantes se retorcían los brazos y piernas y parecía algo muy efectivo por los gestos de dolor que hacía el que recibía la técnica.

Entre su currículum puede "presumir" de haber participado con bastante éxito en las primeras

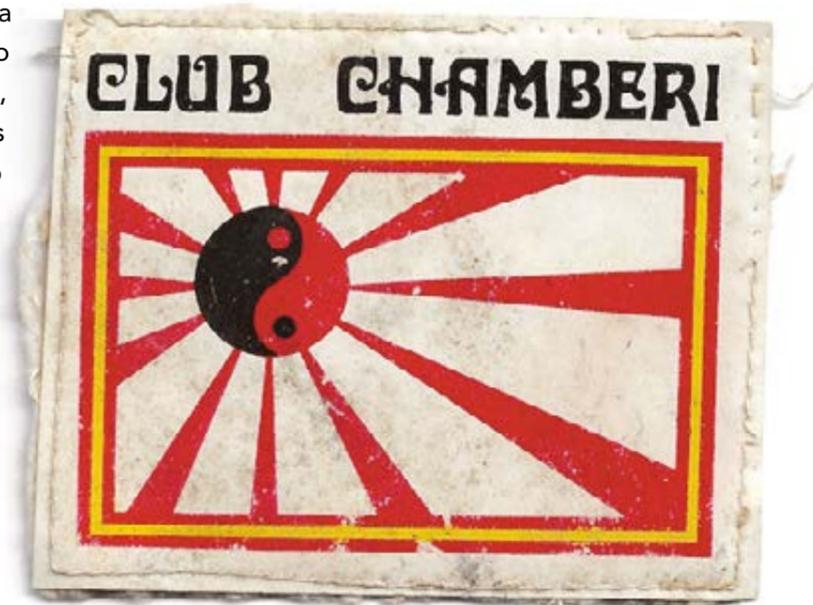
competiciones de la disciplina a nivel internacional. ¿Cómo recuerda aquellas competiciones?

Apasionantes; fue toda una aventura y todo un reto, una responsabilidad. Con anterioridad ya había participado en varios Stages internacionales en Francia donde no solo el Maestro Hernaez participaba como ponente. Saber que ese año no solo íbamos a repetir la experiencia de compartir los conocimientos de grandes Maestros internacionales sino que además éstos iban a valorar nuestra actuación como taijitsukas representando a nuestro país, fue fantástico. Si posteriormente a esto le sumas la gran satisfacción que supuso ser designados como vencedores de aquel primer encuentro internacional, la gratificación fue doble. El refrendo que para el nivel técnico del Tai Jitsu nacional supuso aquella competición creo que no fue bien valorado.

Y lo mejor de todo fue que al año siguiente revalidamos triunfo con un magnífico segundo puesto (nuestros amigos franceses se "pusieron las pilas").

El Maestro Hernaez en sus inicios se mostró bastante contrario a la competición, ¿qué cree que le llevó a ceder finalmente y a realizar esas competiciones?

El Maestro Hernaez siempre se ha manifestado opuesto a un tipo de competición que vaya contra los Principios Fundamentales del Nihon Tai Jitsu enfrentando abiertamente a un taijitsuka contra otro para ver "quien es el más fuerte".



Escudo del Club de Artes Marciales "Chamberí" primer dojo donde se impartió un curso de TJ en España.

Nuestra disciplina se basa en un espíritu de colaboración para la superación: tu actúas de Tori para aprender a aplicar correctamente las técnicas que estudias y a continuación ejerces de Uke para que tu compañero pueda también aprender. En la situación real un taijitsuka nunca te va a atacar si no es para defenderse; por eso no tiene sentido un enfrentamiento "cara a cara" entre taijitsukas.

Sin embargo, la competición técnica en la que dos parejas (en cualquiera de las modalidades de competición que practicamos hoy en día) se enfrentan entre sí para demostrar cuál es su nivel de conocimientos y el dominio de los mismos es una magnífica oportunidad para que el público en general conozca nuestra disciplina. Además, no podemos olvidar la inagotable fuente de aprendizaje que supone la competición deportiva sobre todo para los jóvenes.

Pienso que, más o menos, estas son las razones para que el Maestro Hernaez terminara aceptando cierto tipo de competición en el Nihon Tai Jitsu

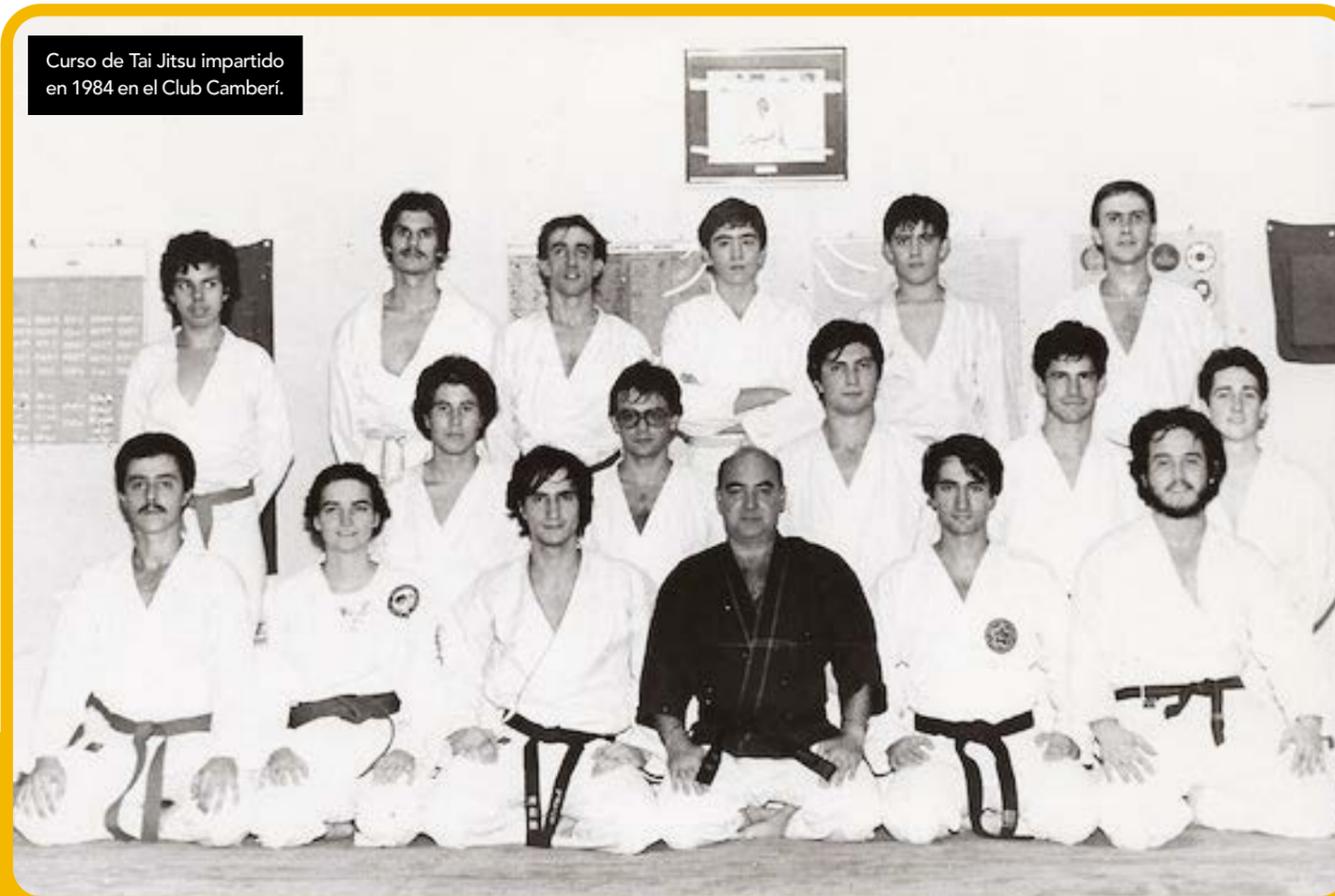
¿Ha cambiado mucho la competición del Nihon Tai Jitsu en estos años?

Sí y para mejor en la mayoría de los casos. Las primeras competiciones que se organizaban (sin faltarles la seriedad que siempre hemos querido que tengan nuestras actividades) eran más "improvisadas", contando siempre con la buena voluntad tanto de los organizadores como de los jueces que participaban en las mismas. Hoy en día están mucho mejor formalizadas con reglamentos definidos, organizadores y jueces mejor cualificados.

¿Cómo ve la competición española de Nihon Tai Jitsu hoy en día?

Pues en estado de progresión y mejora. Tenemos aún que puntualizar muchos aspectos de la misma, lo que no es una tarea fácil debido a la complejidad que implica valorar una actuación técnica tan variada. Lo bueno del tema es lo viva que está y la dinámica de intercambio de opiniones que genera en nuestro colectivo. Y lo mejor el comprobar cómo el nivel técnico de nuestros deportistas progresa convocatoria tras convocatoria.

Curso de Tai Jitsu impartido en 1984 en el Club Camberí.



"Nuestra disciplina se basa en un espíritu de colaboración para la superación: tu actúas de Tori para aprender a aplicar correctamente las técnicas que estudias y a continuación ejerces de Uke para que tu compañero pueda también aprender"

Durante los últimos años usted ha sido secretario de la Fed. Mundial de Nihon Tai Jitsu. ¿Para cuando una competición internacional de Nihon Tai Jitsu?

Si coordinar y poner de acuerdo en el ámbito nacional es tarea complicada, llevar esta coordinación al plano

internacional es aún más difícil. Durante el tiempo que he sido Secretario General, la FMNITAI ha estado entretenida en cuestiones más de fondo que ha permitido desarrollar unos estatutos actualizados, diversos reglamentos y otros documentos importantes para el buen funcionamiento de la misma. Esperemos que en este nuevo mandato, el Comité Director dé un impulso a estas actividades internacionales que pueden dar un mayor desarrollo al Nihon Tai Jitsu.

En otro orden de cosas, usted ha sido parte muy activa del proceso de unificación de los departamentos de Tai Jitsu (RFKEDA) y Nihon Tai Jitsu (RFJYDA). ¿Por qué cree que se llegó a este proceso?

¿Por necesidad? ¿Por conveniencia? ¿Por oportunidad?. Pienso que ha sido un proceso que ha llegado al fin por naturalidad. Salvando los escollos que obligaron en el pasado a que hubiera dos grupos separados en dos Federaciones oficiales, parecía algo natural que en cierto momento las dos fuerzas se unieran ¿Cuándo? Cuando ha sido oportuno.

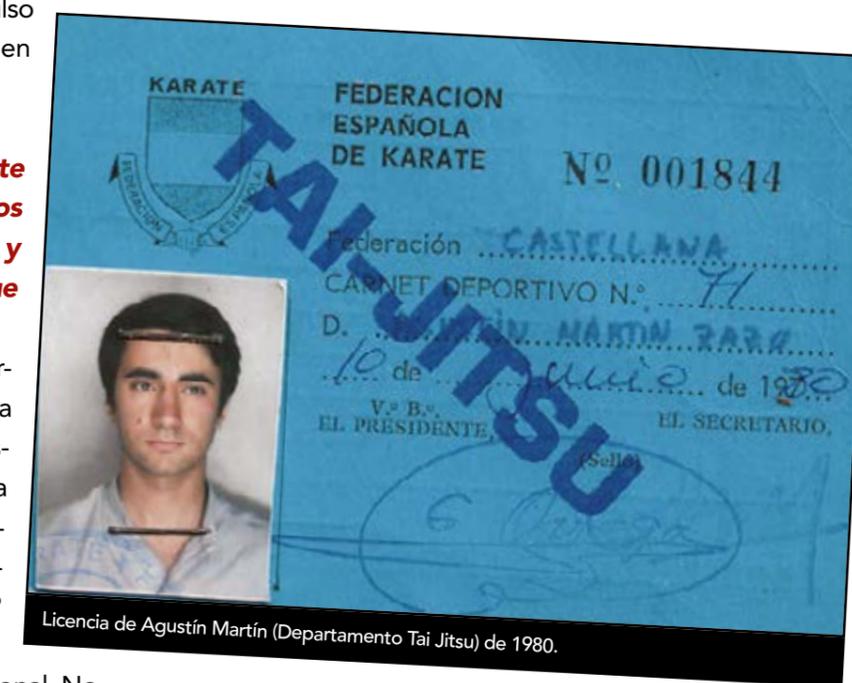
Y permíteme aquí, Miguel, una opinión personal. No

importa cómo se llegó a esto; lo que importa es que hemos llegado a ello y, una vez más, nuestro colectivo ha desaprovechado una oportunidad de oro. Estamos acostumbrados a que en las Artes Marciales haya constantemente disgregaciones de grupos que se separan en tal o cual Asociación ¿Cuándo ha ocurrido que dos departamentos de Federaciones Oficiales hayan fusionado sus fuerzas y terminado en un solo grupo? Creo que no hemos sabido sacar suficiente jugo a este hecho.

Por otro lado quiero aprovechar esta líneas para agradecer muy sinceramente tanto al presidente de la RFEJYDA, D. Juan Carlos Barcos, como al presidente del la RFEKYDA, D. Antonio Moreno, la altura de miras y la generosidad que ambos mostraron para facilitar que este proceso llegara a buen fin.

¿Podemos decir dos años después del inicio del mismo que ya está consolidado?

Cuando algo está consolidado se vuelve estático e inútil. Pienso que los cimientos están echados y son fuertes, la estructura del edificio es sólida y poco a poco vamos construyendo todo lo necesario para que la casa sea segura, confortable y duradera. Las generaciones futuras se lo merecen; nuestra tarea como actuales responsables del desarrollo del Nihon Tai Jitsu nacional es proporcionar a nuestros practicantes un entorno técnico, humano y legal que les permita seguir trabajando para el futuro con confianza.



Licencia de Agustín Martín (Departamento Tai Jitsu) de 1980.



Agustín Martín junto a Carlos Vidal (introducido del Tai Jitsu en España) y el Presidente de la RFEKDA D. Antonio Marqueño durante la entrega de una placa conmemorativa del 40 aniversario del Tai Jitsu en nuestro país.

El Maestro Hernaez nos manifestó en nuestra última entrevista su deseo de que todos los practicantes de Nihon Tai Jitsu estén unidos ¿Cree que algún día los practicantes que se encuentran fuera del marco federativo se integrarán en este departamento?

Las redes sociales nos permiten hoy en día estar al tanto de "todo" lo que ocurre en nuestro entorno. Cuando veo a través de ellas el tremendo potencial, la pasión que también sienten por este Arte Marcial, el magnífico trabajo que realizan Maestros que un tiempo atrás fue-

ron compañeros comparto los mismos deseos del Maestro Hernaez.

El problema está en la forma organizativa que queremos dar a nuestro deporte y creo que es ahí donde se encuentra el principal obstáculo para una futura integración.

En cualquier caso, la casa común que con esfuerzo estamos construyendo tiene espacio para todos. Yo no descarto que en un futuro pueda darse esa integración pero esto no deja de ser un deseo personal también.

Volviendo la mirada hacia atrás en el Nihon Tai Jitsu, ¿por qué cree que arrancó con tanta fuerza como método de defensa personal y después se estancó?

Estoy convencido que el Tai Jitsu sufrió en nuestro País un "ataque de éxito". No estoy muy seguro de ello, creo que fue en el curso que se hizo en el INEF de Madrid en el año 1980. Lo que sí recuerdo perfectamente es cómo se desbordaron todas las expectativas de asistencia: la sala de Judo del INEF se quedó pequeña, hubo que habilitar la sala de Lucha Libre contigua y el aula de Psicomotricidad (toda de parqué) que se encontraba en la planta baja. No hubo diplomas para todos, mucha gente se fue disgustada de ahí por no haber podido entrenar en condiciones. Karatekas, judokas, taekwondokas, etc. Y a partir de ahí, problemas de política deportiva en la Federación de Karate, Judo crea su Departamento de Jiu Jitsu, algunos "iluminados" crean sus propios métodos (basándose muchos de ellos en la idea metodológica del Maestro Hernaez)... y ahí nos quedamos los taijitsukas, otros llevándose la tierra para sus huertos y nosotros sin tierra bajo nuestros pies.

Después de 40 años de práctica continuada con el Maestro Hernaez, nos puede decir en qué ha cambiado el Nihon Tai Jitsu.

Pues podría decirte que básicamente, en esencia, sigue siendo lo mismo, se sigue basando en las mismas pequeñas cosas. Lo que el Maestro Hernaez nos "regaló" a los artistas marciales no fue un conjunto de técnicas ni de formas de atacar o defender; eso ya existía, es común a muchas disciplinas orientales de combate.

Lo que el Maestro Hernaez y sus colaboradores desarrollaron fue una Idea, un Método para transmitir aquellos conocimientos que durante años los maestros japoneses habían ido fraguando. Y a ese método técnico de enseñanza lo envolvió en unos Principios Fundamentales que, desde un punto de vista moral, marca nuestro comportamiento como artistas marciales. Eso es lo que define el Nihon Tai Jitsu y lo identifica como una Arte Marcial "pacífico", no agresivo.

Sin perder nunca ese punto de vista, el Nihon Tai Jitsu ha evolucionado y se ha enri-

quecido técnicamente en estos años con las aportaciones de los practicantes de alto nivel que investigan y perfeccionan sus técnicas día a día.

Desde la idea original que motivó el desarrollo del Tai Jitsu, el Maestro Hernaez ha continuado a lo largo de los años su contacto con Maestros japoneses que han ido ampliando el bagaje técnico del mismo incorporando nuevos katas (que ya eran antiguos en otras Escuelas de Ju Jutsu tradicional). La incorporación de nuevas formas de trabajo para desarrollar el Kihon amplió la Metodología original permitiendo alcanzar el reconocimiento como la disciplina de origen japonés que ahora practicamos: el Nihon Tai Jitsu.

Usted es licenciado y profesor de educación física, cómo ve el Nihon Tai Jitsu metodológicamente desde esa visión. ¿Qué puede aportar a nuestra juventud?

En general, los sistemas de enseñanza en Japón y en Europa son bastante diferentes. Frente a la "incontes-



Recibiendo el título de "experto" de manos del Maestro Roland Hernaez.

table" guía de un experto oriental, los alumnos occidentales lo cuestionan todo: ¿Y eso por qué? ¿Y por qué tengo que hacerlo así?, Esto ya me lo sé ¿y ahora qué viene?, etc.

Frente a la forma de enseñanza de las escuelas tradicionales japonesas de Ju Jitsu, el Maestro Hernaez desarrolló un Método Cartesiano (como él muchas veces remarca) que progresivamente va dando respuestas al por qué, al cómo, al para qué de nuestros alumnos.

Su experiencia como profesor de Educación Física en Francia debió tener también mucho que ver en esta forma de reestructurar la enseñanzas aprendidas de sus maestros; y, aunque esto es una suposición personal, haber sido alumno directo del Gran Maestro Kawaiishi también debió influir en esta nueva visión de la enseñanza de este Arte Marcial.

Por lo que se refiere a lo mucho y bueno que el Nihon Tai Jitsu puede aportar a nuestra juventud, compartimos los mismos beneficios que cualquier Deporte al que el chico o la chica se entregue con pasión aporta, los mismos que la práctica sincera de cualquier Arte Marcial conlleva.

Pero si quisiéramos destacar lo que podría aportar de especial la práctica del Nihon Tai Jitsu yo apostaría por el Espíritu de colaboración necesario que se dan entre Tori y Uke, el grado de confianza que hemos de alcanzar con el otro para ser un mejor Yo.

Sabemos que actualmente está realizando un proyecto de desarrollo del Nihon Tai Jitsu infantil. ¿Cómo ve la situación nacional e internacional al respecto?

Es un proyecto en ciernes, una idea que me lleva rondando desde hace años y que planteé al nuevo Comité Director de la FMNITAI como una forma de continuar mi colaboración con esta entidad al terminar mi trabajo como Secretario General de la misma.

Toda mi trayectoria como técnico deportivo ha estado relacionada con la infancia y la juventud. Esta experiencia me ha llevado a cuestionarme en muchas ocasiones lo idóneo de la enseñanza del Nihon Tai Jitsu a los niños y niñas o, mejor dicho, la forma en la que ésta se produce.

Vaya por delante mi convicción de que el Nihon Tai Jitsu es el Arte Marcial más adecuado para el correcto



Competidores en el Campeonato Internacional del 1982 (1er puesto con Santiago Martín).

“el Nihon Tai Jitsu es el Arte Marcial más adecuado para el correcto desarrollo del individuo desde su más tierna infancia en todas sus facetas: físico, psicológico, social y moral”

desarrollo del individuo desde su más tierna infancia en todas sus facetas: físico, psicológico, social y moral. La aplicación práctica de los Principios Fundamentales hace que nuestra forma de entender el Arte Marcial quede lejos de planteamientos más agresivos que se manifiestan en otras disciplinas. Nuestras formas de competición favorecen la colaboración frente a la oposición. La variedad que el bagaje técnico de nuestra Disciplina conlleva permite un abanico de trabajo más amplio, adaptando este bagaje a la edad de los jóvenes practicantes cuyo desarrollo motor está en plena evolución.

Pero toda esta adaptación se realiza en la actualidad de una forma intuitiva; cada profesor con niños a su cargo desarrolla sus conocimientos de forma individualizada.

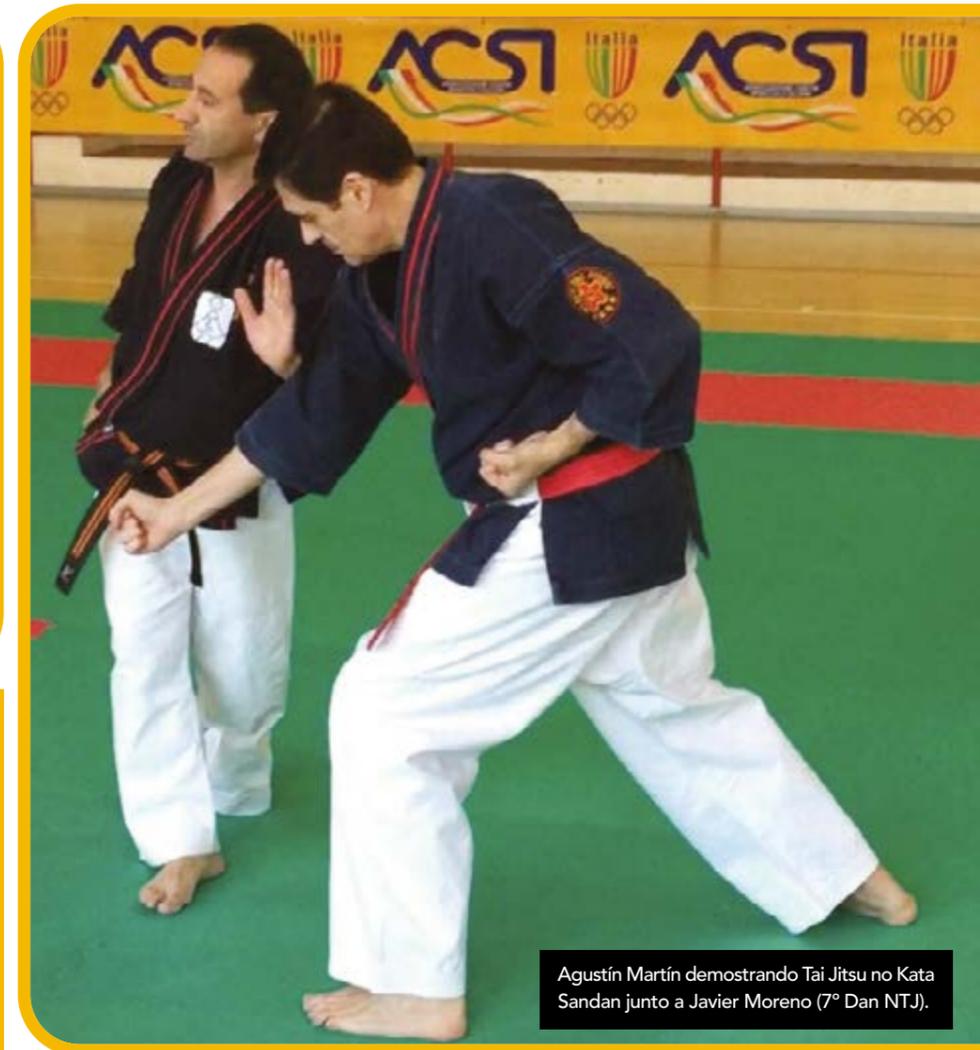
Mi intención con el proyecto del que estamos hablando es reunir la experiencia obtenida por los técnicos de nuestra Disciplina en el espacio más amplio

posible y sacar conclusiones comunes respecto a la mejor forma de desarrollar un futuro Programa técnico y pedagógico de Nihon Tai Jitsu Infantil.

¿Qué le parece que otras disciplinas más agresivas como el boxeo o el Kick Boxing estén realizando competiciones infantiles?

Creo que mi opinión al respecto ya está contestada. Practico Nihon Tai Jitsu porque me siento muy identificado con los Principios que defiende; si estos fueran otros, practicaría Boxeo o Kick Boxing o vete a saber qué y entonces tal vez te podría justificar el porqué de la pregunta.

En el Nihon Tai Jitsu las luxaciones no se trabajan a nivel infantil pero nos encontramos por el contrario que otras disciplinas como el Aikido, muy marcado por las luxaciones, que también están desarrollando estos últimos años programas de



Agustín Martín demostrando Tai Jitsu no Kata Sandan junto a Javier Moreno (7º Dan NTJ).

desarrollo infantiles. ¿Cree que esto es adecuado para esas edades?

Te contesto desde el punto de vista del Nihon Tai Jitsu; efectivamente, la recomendación que hacemos a nuestros técnicos es que hasta la edad de 12-14 años no inicien a sus alumnos a la práctica técnicas de luxación (ni, por supuesto, de estrangulación) y que éstas no empiecen a ser trabajadas de forma intensiva hasta los 14-15 años.

Como te he comentado antes, cuidar el desarrollo motor de nuestros jóvenes practicantes es una responsabilidad fundamental para nosotros como formadores de personas sanas. Incidir de forma temprana y repetitiva en las zonas de crecimiento óseo que se localizan en la parte del hueso cercana a las articulaciones puede causar a largo plazo un perjuicio. Y las técnicas de luxación o de control articular van dirigidas precisamente a esas delicadas zonas. Por eso las evitamos.

Con todo mi respeto hacia los Maestros que imparte

Aikido a los niños, supongo que ellos también tendrán en cuenta esto.

Usted que ha estado presente durante toda la historia del Nihon Tai Jitsu español, ¿como vivió el cambio de nombre de TJ a Nihon Tai Jitsu?

Pues con la misma naturalidad que hemos ido adaptándonos a todo aquello que el Maestro Hernaez nos ha ido proponiendo como una forma de crecimiento y mejora. Nos abrió nuevos horizontes y dio más sentido a lo que hasta entonces habíamos trabajado.



En esos años (1985) se produjo también la ruptura con la entonces RFEK y su inscripción como otra disciplina en la Federación de Judo. Cree que esto condicionó el desarrollo del TJ.

Con esto nos metemos en asuntos muy escabrosos en los que cada uno tendrá una visión muy personal.

La ruptura del colectivo mayoritario que practicaba Tai Jitsu en la FEK de entonces se produjo antes del cambio de denominación y años antes de la creación del Departamento de Nihon Tai Jitsu en la RFEJYDA. Por motivos complejos de explicar en una entrevista como esta, la relación entre los practicantes de Tai Jitsu y los estamentos de la FEK de aquellos tiempos llegaron a una situación insostenible que supuso que el Departamento de Tai Jitsu quedara vacío.

El colectivo mayoritario de taijitsukas de entonces



“Que cada Budo os aporte lo que cada uno esté buscando y os ayude a ser mejores personas y a hacer este Mundo un poco mejor cada día.”

continuó su evolución al margen de entidades federativas bajo diversas organizaciones deportivas entre las que destaco la Unión Española de Tai Jitsu- Ju Jitsu promovida por el Maestro Dossio y el mismo Carlos Vidal (introducido de esta Disciplina en España) y de la que tuve el honor de formar parte como miembro de la Junta directiva.

Esta asociación llegó a agrupar el mayor número de taijitsukas que se ha dado en la historia de nuestro deporte en un mismo grupo y continuó sus contactos con la entonces Federación Internacional de Tai Jitsu presidida por el Maestro Hernaez. Fue por entonces cuando el colectivo adoptó el cambio internacional de denominación por el de Nihon Tai Jitsu. Y posteriormente, agotada ya la vía de la Unión Española, la inquietud del colectivo por pertenecer a un estamento oficial (reflejada en su pertenencia desde el momento de su nacimiento a la FEK) nos lleva a aceptar la invitación de la RFEJYDA a crear un Departamento propio en su organigrama.

Hemos oído muchas veces motivos de toda índole al respecto, nos podría dar su visión personal de aquel momento.

Mi visión personal de aquel momento es la de un joven ilusionado con aquello que practica, que le lleva a hacer del deporte su profesión (fui antes Monitor de Karate que Licenciado en el INEF) y que ve con tristeza como los “responsables” de todo aquel barullo no hacen más que “pelear” por ver quién se queda con el pastel.

Los celos profesionales, los celos personales se anteponían al bien del colectivo y el trabajo estaba por hacer. La criatura crecía, el colectivo se iba haciendo más grande pero cuanto más grande se hacía, mas se dispersaba. Hasta que quedamos repartidos en diversos “reinos de taifas”.

¿Motivos? Podríamos buscar muchas justificaciones pero el hecho es que, después de todos los avatares acontecidos ahora formamos una nueva familia, fuerte y preparada para un mejor futuro. El pasado nos ha de enseñar.

El Nihon Tai Jitsu ha ido evolucionando de la mano del Maestro Roland desde un simple método de defensa personal hasta convertirse en una disciplina marcial totalmente reconocida en Japón y en otros muchos países. ¿Cree que cuando el maestro Hernaez no esté presente seguirá evolucionando?

Esa es la máxima responsabilidad de los que actualmente dirigimos nuestra Disciplina. No tengo duda de que será así. Hemos trabajado mucho para que el reconocimiento del Nihon Tai Jitsu tenga su mayor grado en el ámbito Nacional y también en el Internacional. La labor de creación del Maestro Hernaez está ya hecha; muchas veces comentamos entre responsables técnicos que no tenemos claro si el Maestro es consciente del alcance de su “creación”, pero nosotros sí debemos tenerlo claro y ayudar a que futuras generaciones continúen su legado.

Para todos los Taijitsukas el Maestro Hernaez es una figura de referencia, ¿podría darnos su visión personal del Maestro?

Si para mi Carlos Vidal es mi “padre” en el ámbito deportivo, Roland Hernaez es el “abuelo” en la distancia con el que siempre te hubiera gustado pasar más tiempo. De su mano aprendí todo lo que sé sobre Nihon Tai Jitsu y esto se ha convertido en una parte fundamental de mi vida.

Por lo tanto, como comprenderás, mi visión personal no es nada objetiva; con sus aciertos y sus errores (que también los ha habido) Roland Hernaez es para mí un referente en la forma de entender este complejo mundo que forman las Artes Marciales y este complejísimo proceso que es la Vida en general.

Por último Maestro, ¿un deseo de futuro para los budokas españoles?

En mis tiempos jóvenes me gustaba mucho hacer montañismo. En esa época aprendí que hay muchas montañas, cada una diferente con sus atractivos, sus retos y sus dificultades. Y que en cada una de las montañas incluso existen distintas sendas por la que subir. El objetivo final en todos los casos es disfrutar.

Que cada Budo os aporte lo que cada uno esté buscando y os ayude a ser mejores personas y a hacer este Mundo un poco mejor cada día.

Congreso nacional de Nihon Tai Jitsu Burjassot (Valencia)

Por Javier Moreno
Secretaría Nihon Tai Jitsu - RFEKDA

La localidad valenciana de Burjassot acogió en su Polideportivo Municipal, durante el pasado 6 de octubre, el Congreso Nacional de Nihon Tai Jitsu de la Real Federación Española de Karate y Disciplinas Asociadas. La Federación de Karate y Disciplinas Asociadas de la Comunidad Valenciana se hizo cargo de la organización del evento. Tanto su presidente, D. Miguel Ángel Gómez, como el director del departamento autonómico de Nihon Tai Jitsu, D. Francisco José Gómez Serrano, se volcaron con sus respectivos equipos de trabajo en la organización de un congreso que salió a la perfección.

Cada congreso del departamento nacional de Nihon Tai Jitsu tiene un propósito. El de este año era mostrar distintas formas de trabajo ante varios grupos de ataques, de manera que los participantes, más de cien de diferentes Comunidades Autónomas, pudiesen apreciar el enfoque que cada uno de los ponentes técnicos invitados le daba a cada uno de ellos. Siendo todo Nihon Tai Jitsu, nuestra disciplina permite aplicar soluciones defensivas que se adaptan a las características de cada practicante y así, cada uno de los profesores ponentes pudo dar su visión personal sobre

cómo defenderse en determinadas situaciones de agresiones por golpe, agarre frontal, agarre lateral y agarre dorsal. En una segunda sesión de trabajo asignada a cada ponente o en las sesiones infantiles, ya cada uno realizó un trabajo libre de preferencia personal.

Los profesores invitados fueron los maestros **Darío Dossío** (Asturias - 8° dan), **Agustín Martín** (Madrid - 8° dan), **Javier Moreno** (Madrid - 7° dan), **José Giner** (Valencia - 7° dan), **Manuel Caballero** (Andalucía - 7° dan), **Francisco J. Gómez** (Valencia - 6° dan), **Pere Soler** (Cataluña - 5° dan), **Miguel A. Ibáñez** (Aragón - 5° dan) y **Vicente Antequera** (Castilla la Mancha - 5° dan).



Los participantes, venidos desde diferentes lugares del territorio nacional, se dividieron en tres grupos. El primero de alumnos infantiles, el segundo de adultos hasta cinturón marrón y el tercero de adultos a partir de cinturón negro primer dan.

Los profesores fueron impartiendo sus enseñanzas en los diferentes tatami asignados, con trabajos adaptados a cada uno de los niveles, realizando a demás del solicitado por la dirección técnica del Departamento para una de las sesiones, trabajos tan variados como **Taiki Hò Waza** o técnicas de no resistencia aplicadas al Nihon Tai Jitsu, trabajos sobre **desequilibrios** durante la aplicación de diferentes técnicas de luxación y proyección, **encadenamientos** aplicados en forma de Randori, trabajos sobre las diferentes **distancias** en la defensa personal y formas de cubrirlas con desplazamientos varios, **timing** en la aplicación de las defensas, combinados con **desplazamientos** para obtener ventaja en las formas go no sen, sen no sen y sensen no

sen, trabajo sobre **proyecciones** de base y encadenamientos entre ellas, estudio de algunos **sutemi** tradicionales, aplicaciones prácticas ante agresiones muy violentas con desequilibrio del defensor y defensas contra diferentes intentos de llevarlo al suelo, estudio de encadenamientos ante reacción del adversario, combinaciones desde Kote Gatame con controles, **conducciones** y proyecciones, atemis y proyecciones partiendo del 5° y 6° agarre de base para infantiles y así un conjunto de trabajos de lo más variado que hicieron las delicias de los asistentes.

El congreso finalizó con la entrega de diplomas a los participantes y una cena de gala en un restaurante cercano durante la que se proyectó un vídeo conmemorativo y en la que se hizo entrega a los profesores participantes de un obsequio de parte de la Federación de Karate y D.A. de la Comunidad Valenciana.

El próximo congreso nacional se celebrará en Madrid a mediados del mes de noviembre del próximo año.



武 SOLO
ARTESMARCIALES.COM

Guantes, Sacos, Dummies,
Punching
¡¡ A Precios Geniales !!



Material Profesional para Gimnasios

Con el Servicio que tu te Mereces
¡¡ EL MEJOR !!

SoloArtesMarciales.com

Editorial
ALAS

Editorial **ALAS**

Editorial Alas
c/ Villarroel, 124 - bajos
08011 Barcelona
info@editorial-alas.com
www.editorial-alas.com

BIBLIOGRAFÍA

Jose Santos Nalda Albiac



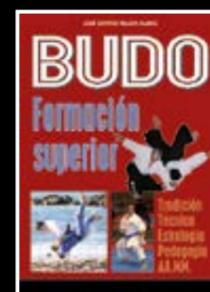
JO-JUTSU
EN CÓMIC

P.V.P. 15 euros
Número de páginas: 148
ISBN: 9788420306186

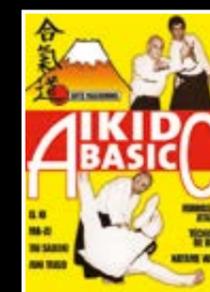


TANBO-JUTSU
EN CÓMIC

P.V.P. 15 euros
Número de páginas: 134
ISBN: 9788420306223



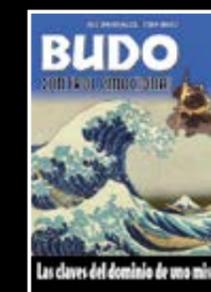
BUDO
Formación superior
178 páginas | pvp 15€



AIKIDO BÁSICO
112 páginas | pvp 10€



ENTRENAMIENTO INVISIBLE PARA BUDOKAS
160 páginas | pvp 15€



BUDO
Control emocional
186 páginas | pvp 18,50€



SÉ TÚ EL MAESTRO QUE BUSCAS
Descubre tu guía interior
226 páginas | pvp 18€

www.editorial-alas.com

EL AIKIDO

AL SERVICIO DE LA **NO VIOLENCIA** (MÉTODO AIKI-CONTROL)

Por José Santos Nalda Albiac
5º Dan Aikido

En el ámbito del Budo ¿de dónde procede la idea de "impedir herir sin herir", o de "impedir el combate"? El kanji japonés "BU" se compone de dos signos. Uno significa: lanza, y el otro significa: detener o dominar. "JUTSU" significa: arte.

Bu-jutsu 武術 significaría entonces el arte de detener la lanza del adversario, y también la propia, buscando la pacificación exterior a partir de la armonía interna.

Si bien para ser capaz de detener estas dos lanzas, no basta con la intención, es imprescindible aprender a hacerlo. La finalidad de las primeras escuelas de Bu-jutsu era adquirir conocimientos y destrezas para destruir al enemigo del modo más rápido posible, sin consideraciones éticas de ningún tipo.

La actitud y la intención de los guerreros sólo tenía por objeto la destrucción, y casi siempre el resultado

era Ai-Uchi, es decir uno moría en el transcurso del combate y el otro quedaba malherido y moría unos días después.

La experiencia de la muerte segura en combate indujo a los samuráis a comprender las ventajas de solventar sus conflictos de otro modo según la norma "Saya no uchi no kachi", es decir, ser capaces de controlarse ante el provocador y saber proteger la integridad física y el honor sin necesidad de desenvainar la



espada, así es como optaban por la actitud de protección mutua o Ai Nuke.

El famoso Yagyu Munemori (1571-1646) maestro de Ken-jutsu del Shogun Tokugawa Ieyasu, y que a su vez había sido instruido por Takuan, enseñaba:

"Es un error pensar que el Bu-jutsu tiene por objeto destruir al enemigo, no se trata de eliminar al adversario sino de exterminar el mal que hay en él"

A partir de 1868 las artes marciales o Jutsu son transformadas por Jigoro Kano, Gichin Funakoshi y Morihei Ueshiba en disciplinas o métodos de superación personal, aunando la enseñanza de técnicas de combate con principios humanistas y éticos.

El maestro Jigoro Kano (1860-1938) lo expresaba así:

"El mejor uso que se puede hacer de una espada es no emplearla. Lo peor, servirse de ella".

El maestro Gichin Funakoshi (1868-1957) enseñaba:

"Karate ni sente nashi", es decir que el karateka ni provoca ni es el primero en atacar.

El maestro Morihei Ueshiba (1883-1969) advertía:

"Aquellos que buscan la lucha cometen un grave error, golpear, lastimar, o destruir es el peor error que un ser humano puede cometer".

Más recientemente el maestro André Nocquet 8º Dan de Aikido (1914-1999) fue sin duda el primero en lanzar la idea de **impedir herir sin herir** aun sabiendo que puede ser una utopía, pero convencido de que:

"Oponiendo la violencia a la violencia, duplicamos la agresividad, aumentando así lo que queríamos destruir".

**YO CREO QUE IMPEDIR HERIR SIN
HERIR SOLO ES POSIBLE SABIENDO
EVITAR EL COMBATE... PORQUE SI TE
ATACAN... NO VEO LA MANERA...**



Si queremos ser consecuentes con estas orientaciones y con estas enseñanzas deberemos buscar, **cómo**, **cuándo** y **de qué manera** ponerlas en práctica.

Primer objetivo: Disipar la agresividad del atacante, desanimarle a seguir, haciéndole ver que sus ataques son inútiles

¿Cómo debemos entrenar para conseguir tal resultado? ¿Desde qué actitudes? ¿Cómo aplicar las técnicas de manera que se respete la integridad física del atacante?

Por ejemplo: Un agarre **no se considera ataque peligroso**, aunque venga acompañado de la amenaza de un golpe, por tanto requiere una respuesta proporcionada con este triple objetivo:

- Protegerme del agarre o de otros ataques inmediatos (Ai nuke)
- No causar daño al atacante al reducirle (Ai nuke)
- No humillarle, desde la prepotencia o el orgullo de vencedor

En muchos libros, revistas, vídeos y entrevistas, todos los maestros y alumnos dicen que el Aikido es: Un arte de paz. Un arte de armonía. Una vía de reconciliación. El arte de la no violencia. Pero... ¿de verdad lo practicamos como un arte de paz, de armonía, de entendimiento y de no violencia...? la forma de entrenar habitual en la mayoría de los dojos ¿nos prepara para ser capaces de impedir herir sin herir?

¿Cómo debemos entender estas enseñanzas de Morihei Ueshiba?

“El verdadero camino del guerrero es aprender a evitar o impedir la lucha y buscar la paz”.

“Aiki es la victoria por la paz. No se busca vencer, sino convencer, persuadiendo al agresor de que su ataque es inútil”

Podemos proceder de alguna de estas formas:

- 1.- Soltarse sin golpear ni inmovilizar al atacante
- 2.- Soltarse inmovilizando al atacante si amenaza con golpe

El Aikido es el arte marcial más ético y susceptible de adaptarse a las necesidades de protección mutua, pero tal como se practica hoy en la mayoría de dojos, todos somos **portadores de una contradicción** en mayor o menor medida.

Nos gusta decir que practicamos un arte de paz pero ejecutamos las técnicas de la manera más potente, violenta y destructiva de la que somos capaces de emplear, solamente por satisfacer el ego que nos hace creer que poseemos una gran técnica.

Basta ver cualquier video de los muchos que se encuentran en las redes, para descubrir que aplica mayor violencia el que se defiende (Tori) que el que ataca (Uke), ignorando la enseñanza de Ueshiba al respecto:

“La utilización sin restricciones de una técnica es tan peligrosa como inaceptable”.

Una advertencia que debiéramos tener en cuenta para examinar si hay otras formas menos lesivas de aplicar las técnicas de Aikido, por supuesto si seguimos creyendo que el Aikido es un arte de paz.

El año 1991 la ONU declaró el Aikido como el arte de la paz por tres motivos:

- Porque busca la protección mutua
- Porque es respetuoso con las exigencias de las Leyes civiles
- Porque enseña a resolver los conflictos sin recurrir a la violencia

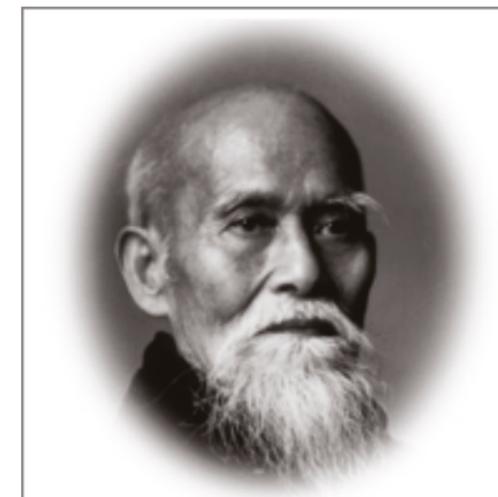
Si nos viéramos enfrentados a una agresión real, **¿cuántos de nosotros sabríamos comportarnos respetando su ideal de impedir herir sin herir?** Seguramente que aplicaríamos las técnicas de la misma manera que lo hacemos en cada entrenamiento. Por tanto vivimos en la contradicción hasta que aprendamos y pongamos en práctica los valores, los principios, las actitudes y las formas que realmente hagan coherente lo uno con lo otro.

El aikidoka enfrentado a una agresión injusta y no provocada, si quiere ser coherente con la filosofía del Aikido, y con las exigencias de la Ley, adaptará su comportamiento y sus actitudes a la evolución del encuentro, y en este orden:

- 1.- Conducta preventiva mediante el diálogo conciliador
- 2.- Conducta evasiva, no provocar, y evitar la pelea si le es posible
- 3.- Conducta impeditiva: Defenderse según enseñaba el maestro Nocquet

“La victoria no violenta combina la potencia y la firmeza de las técnicas defensivas, con la benevolencia del corazón y el respeto hacia el adversario”

El esquema de impedir herir sin herir se basa en seguir el orden de estas acciones: **Disuadir, esquivar, neutralizar, respetar, dialogar.**



Practicar el Aikido desde la perspectiva de Impedir herir sin herir, requiere adquirir un buen nivel técnico, junto al entrenamiento de las actitudes Budo que refuerzan el carácter y el temple del aikidoka frente a las dificultades

"Para ser capaz de actuar desde la no violencia, es preciso saber servirse de las técnicas de auto-defensa, y al mismo tiempo saber cómo no deben ser aplicadas"

Maestro André Nocquet 8º Dan

"Herir al adversario, es herirte a ti mismo, controlar una agresión sin causar ninguna lesión, es el arte de la paz"

M. Ueshiba

El objetivo del Aikido es aprender técnicas de combate, pero sobre todo contribuir a la transformación y mejora de todas las cualidades y competencias del practicante como ser humano, cambiando sus esquemas de resistencia, oposición y supremacía por los de

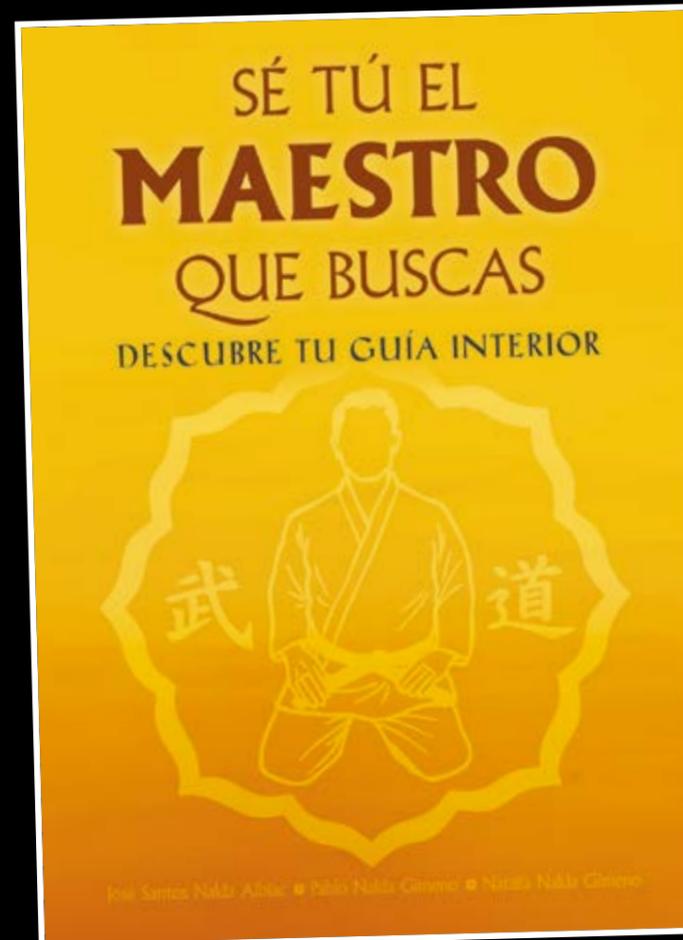
Si de verdad queremos que el Aikido sea un arte de paz en el siglo XXI necesitamos revisar la manera de entrenar, y de transmitir este arte a las nuevas generaciones, porque hasta la fecha, hay una gran incoherencia entre lo que hacemos y lo que predicamos.

entendimiento, cooperación y progreso mutuo en sus relaciones interpersonales.

Si de verdad queremos que el Aikido sea un arte de paz en el siglo XXI necesitamos revisar la manera de entrenar, y de transmitir este arte a las nuevas generaciones, porque hasta la fecha, hay una gran incoherencia entre lo que hacemos y lo que predicamos.



Bibliografía



Sé tú el
MAESTRO
que buscas

Descubre tu guía interior

José Santos Nalda Albiac,
Pablo y Natalia Nalda Gimeno

P.V.P. 18 euros
Número de páginas: 226
ISBN: 978-84-203-0609-4

¿Qué conocimientos debe adquirir un profesor de artes marciales en el siglo XXI? Porque no podemos seguir enseñando como se hacía hace 50 años, el mundo evoluciona sin

parar y también las necesidades, expectativas y motivaciones de las nuevas generaciones. Conscientes de la importancia que tiene la buena formación de los profesores de artes marciales por la influencia que tienen sobre sus alumnos, hemos escrito este libro con el deseo y la esperanza de poner al alcance de todos aquellos que aspiran a esa meta, una metodología capaz de enlazar de manera coherente pautas físicas, técnicas, mentales, anímicas, estratégicas y éticas, de carácter común a todas las disciplinas del Budo, y expuestas de una manera sencilla, sin ninguna pretensión intelectual, con un lenguaje y una orientación eminentemente práctica y actual. El lector encontrará, en estas páginas, muchas ideas sobre la manera de insertar en las clases o entrenamientos aquellos elementos "invisibles" que contribuyen a lograr la mayor eficacia en las acciones, y a conformar el carácter de un auténtico budoka.

Por **José Patricio Andreu**
T.S. en Nutrición y Dietética
Medicina Tradicional China
5° Dan Uechi-ryu Karate
www.hyozan.es

Terapia con ventosas

Un legado nómada para los deportistas de élite



El pasado veintiocho de agosto, el peleador de artes marciales mixtas, **Connor McGregor**, aparecía en su perfil oficial de Instagram con los eritemas normales después de haber sido sometido a una sesión de terapia con ventosas, durante su preparación de regreso al UFC. Su rival, el ruso **Khabib Nurmagomedov**, afirmaba haber hecho uso de la

misma desde que era un adolescente. En los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro, grandes deportistas como **Michael Phelps** o **Alexander Naddour** fueron captados por las cámaras luciendo diferentes círculos en la piel consecuencia de la misma terapia, pero, ¿qué es realmente la terapia con ventosas y cuáles son sus beneficios?

Algo de historia

Se pueden encontrar las primeras referencias al uso de las ventosas como método terapéutico ya en los Aforismos de Hipócrates, en los *Tacuinum Sanitatis*, inspirados en las *Tablas de la Salud* del árabe Ibn Butlan, en

el *Canon de Avicena*, o en la *Medicina Castellana* del médico judío Musa Ben Sasún.

Muy empleadas en la medicina de la Edad Media e impulsadas por los médicos árabes, caerían en desuso en Europa tras abandonarse las teorías humorales en beneficio de la creciente teoría celular. Más tarde, se-

rían rescatadas por médicos ilustres como los alemanes Christoph Wilhelm Hufeland y Auguste Bier, o el francés Gaston Lyon, tal y como quedó reflejado en sus escritos.

A pesar de los esfuerzos de algunos médicos en Europa, fue en las tradiciones asiáticas donde supo con-

servarse, practicándose de forma habitual en los sistemas de salud oficiales de países como China, donde es conocida como **Ba Guan**, o **Me Bum** en la tradición médica tibetana. Ambas tradiciones, china y tibetana, han bebido la una de la otra, pero es en el Tíbet donde, seguramente por su posición estratégica, su medicina ate-



Ambas tradiciones, china y tibetana, han bebido la una de la otra, pero es en el Tíbet donde, seguramente por su posición estratégica, su medicina atesora, salvaguarda y aún diferentes técnicas ancestrales...

energía y la sangre, acompañadas por el uso de aceites especiales, o de otras técnicas como la acupuntura, en contraposición con el uso fijo y sin masaje que se le dio en Europa.

Usos tradicionales y evidencia científica

Tradicionalmente, la aplicación de ventosas fijas o rodadas se ha usado en lesiones traumáticas de los tejidos blandos, como hematomas, esguinces y roturas fibrilares; en traumatismos articulares, para la rigidez que acompaña a los miembros tras la inmovilización y curación después de una fractura, en forma de masaje activador; en lesiones no traumáticas como las rigideces y dolores cervicales, dorsales y lumbares; o en otros procesos dolorosos como ciática, fibromialgia y contracturas musculares, gracias a sus efectos provocando vasodilatación y favoreciendo la circulación de la sangre.

El doctor Josep M. Gil Vicent, médico especialista en medicina y cirugía ortopédica, traumatología manual y del deporte, rehabilitación y medicina naturista, en su libro *El masaje con ventosas* dice: *“La aplicación de ventosas en la vecindad de las articulaciones tiene además un efecto antiálgico, pues el dolor en las articulaciones artrósicas siempre es secundario a la contractura y a la inflamación periarticular. Además, el masaje con presión*

sora, salvaguarda y aún diferentes técnicas ancestrales provenientes de las tradiciones balnearias europeas, del Ayurveda de la India y de los pueblos nómadas de Mongolia. De este modo, han sido los diferentes pueblos nómadas extendidos a lo ancho y largo de la amplia meseta tibetana, alejados y mal comunicados, bajo unas condiciones de vida extrema, quienes más han reclamado la utilización de la terapia por su simplicidad y efectos inmediatos.

De forma curiosa, fue también en ambas tradiciones médicas donde primero se utilizaron las ventosas en forma rodada o de masaje, posiblemente influenciadas por la teoría de los canales de circulación de la

“Estudiar lo antiguo es comprender lo nuevo, lo nuevo y lo antiguo son solo cuestión de tiempo”. (Gichin Funakoshi)

negativa provocada por el vacío con ventosa tiende a dispersar la concentración del dolor en un punto fijo, tanto por la movilización de los tejidos como por la infiltración en los mismos por las endorfinas que allí mismo se generan”.

Por su parte, el Dr. Leonid Kalichman, profesor asociado en la Universidad Ben-Gurion de Negev en Israel, destacado experto en fisioterapia y reumatología, afirma que la inflamación local causada por la aplicación de las ventosas ayuda a desencadenar la producción de citocinas, unas proteínas reguladoras del mecanismo de la inflamación y que modulan la respuesta del sistema inmune.

Respecto a la evidencia científica actual, en el año 2013, se publicaba en la revista *PLOS ONE* un estudio que destacaba el beneficio de la terapia con ventosas frente a la relajación muscular progresiva¹. Un año más tarde, en 2014, un análisis comparaba dieciséis estudios concluyendo un beneficio más alto de las ventosas frente al dolor en comparación con los medicamentos² y, dos años más tarde, en 2016, un nuevo estudio indicaba que las ventosas reducían de forma significativa el dolor de cuello y espalda comparadas con la no intervención³. Además, a pesar de lo que pueda parecer, la terapia con ventosas tiene otros usos distintos al trata-

miento antiálgico y, en 2012, un meta análisis que recogía quinientos cincuenta estudios, también publicado en *PLOS ONE*, concluía que la terapia con ventosas era benéfica y significativamente superior a otros tratamientos no solo en los casos de dolor, incluidos los de herpes zóster, sino también en el alivio de la tos y disnea⁴.

Contraindicaciones

A pesar de su efectividad y grandes beneficios documentados, médicos ilustres de la Edad Media, como Avicena o Maino de Maineri, ya recomendaban en sus escritos no hacer uso de las ventosas en personas muy debilitadas, haciéndose extensivo a menores de corta edad y ancianos. En esta línea, se debe tener precaución y evitar su uso en momentos de ayuno, anemias, inmediatamente después de grandes esfuerzos, en momentos de fiebres muy altas con convulsiones o espasmos, sobre úlceras, cortes o fracturas, y en las zonas lumbosacra y abdominal en mujeres embarazadas o durante la menstruación, además de en algunos otros supuestos. No hay que olvidar que para que el cuerpo pueda hacer uso de sus mecanismos de regulación y reparación debe encontrarse en posesión de la necesaria energía vital, pues la aplicación de ventosas en la piel no es más que un medio para poner en marcha estos mecanismos.

En conclusión

Nos encontramos ante el uso creciente de una de las técnicas terapéuticas más antiguas, sencillas y eficaces en el tratamiento del dolor y otros supuestos, conser-



vada por razones empíricas en tradiciones médicas ancestrales, como pueden ser la china y la tibetana, avallada por la investigación científica actual, que puede ser un recurso valioso en aquellas personas que deseen una recuperación óptima por medio de recursos naturales que potencien la homeostasis. Decía el maestro **Gichin Funakoshi**, al que se conoce como el padre del Karate-do moderno, que: “Estudiar lo antiguo es comprender lo nuevo, lo nuevo y lo antiguo son solo cuestión de tiempo”.



1. PLOS ONE. 2013 Jun 7;8(6):e65378. Effectiveness of home-based cupping massage compared to progressive muscle relaxation in patients with chronic neck pain—a randomized controlled trial.
2. Journal of Traditional Chinese Medical Sciences July 2014; 1(1): 49-61. Cupping therapy for acute and chronic pain management: a systematic review of randomized clinical trials.
3. Evid Based Complement Alternat Med. 2016;2016:7358918. The Effectiveness of Cupping Therapy on Relieving Chronic Neck and Shoulder Pain: A Randomized Controlled Trial.
4. PLOS ONE 2012; 7(2): e31793. An Updated Review of the Efficacy of Cupping Therapy.

BIBLIOGRAFÍA

白鶴

Kungfu de la
Grulla Blanca de

YONG CHUN

Técnicas, cultura e historia



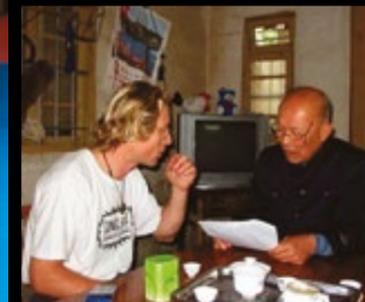
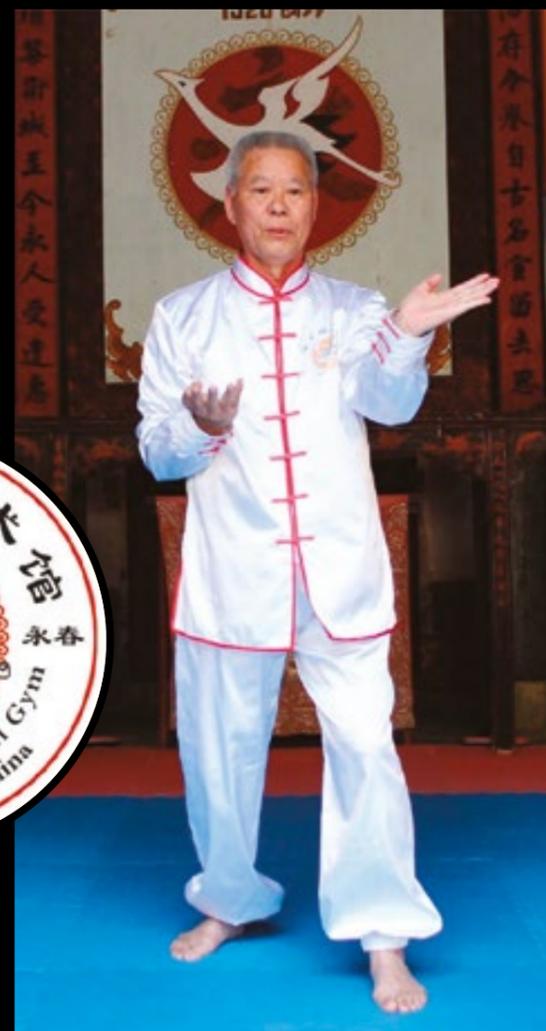
MARTIN WATTS

永春白鶴拳

Kungfu de la grulla Blanca de
YongChun

Martin Watts

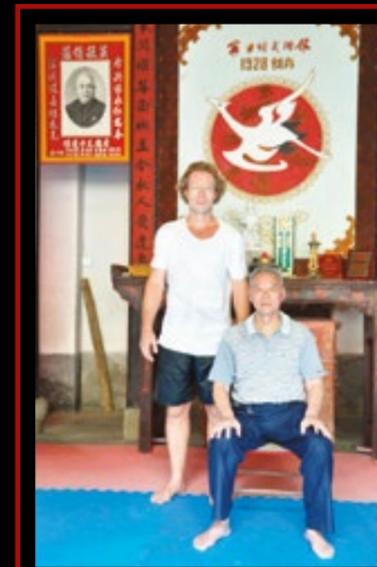
P.V.P. 22 euros
Número de páginas: 166
ISBN: 9788420306193



El Kungfu de la Grulla Blanca fue ideado por Fang Qi Niang, que comenzó a enseñarlo en el siglo XVII en YongChun, Fujian, China. Sin apenas modificación, se practica desde entonces ampliamente en esa zona.

Martin Watts ofrece en este libro una panorámica del sistema de Kungfu de la Grulla Blanca detallando las prácticas, las teorías y los ejercicios del sistema incluyendo un minucioso estudio de "San Zhan" (el origen de Sanchin).

El autor estudia su influencia en otros estilos en el contexto de la geografía, la historia y la inercia demográfica trabajando con traducciones originales de escritos que no han sido publicados en occidente hasta ahora.



Martin Watts entrena en exclusiva Grulla Blanca de YongChun desde 1993, cuando visitó China por primera vez. En 2013, la Asociación de Boxeo de YongChun y la Sociedad de Estudio del Boxeo de la Grulla Blanca de YongChun le otorgaron el 7º Duan. Está considerado como uno de los más experimentados practicantes occidentales de Grulla Blanca de YongChun.





*Las páginas
del*

Departamento Nacional de **KENPO**

Un kenpoka estadounidense en Madrid

Nacido en Nueva York, Estados Unidos de América, pero de corazón español, **DANILO JUDE BARDISA** es uno de los competidores internacionales de Kenpo que se encuentra en los primeros puestos del ránking mundial de esta disciplina.

Entrena en España bajo la dirección del **MAESTRO VIDAL**, Director de grados de la IKF (International Kempo Federation) y del DNK (Departamento Nacional de Kenpo).

Este gran competidor es muy conocido en el DNK por su participación en nuestras competiciones y su implicación con el Departamento Madrileño de Kenpo, donde es uno de los promotores de la liga infantil.



Danilo compitiendo en el pasado Mundial de Kenpo IKF en Budapest.



Por Pilar Martínez
Dtra Dpto. Comunicación DNK

¿Cuántos años llevas practicando Kenpo?

Llevo 24 años practicando artes marciales, y soy el propietario de la Escuela de Artes Marciales de Madrid: El Dojo. Puedo decir con certeza que le debo la vida en más de un sentido a las Artes Marciales, en concreto al Kenpo.

¿Cómo fueron tus comienzos en el Kenpo?

Empecé practicando Kenpo Karate a los 4 años en Miami. Nací "ochomesino" y con bastantes problemas de salud. Mis padres tenían todo un plan de ataque, y además de las visitas frecuentes al hospital, y la medicina china, estaba hacer artes marciales con el convencimiento de que me ayudarían a crecer como una persona fuerte, sana y equilibrada. De hecho, los "culpables" de todo esto de las artes marciales son mis padres, y nunca les estaré lo suficientemente agradecido.

¿Cuándo viniste a España y tu inclusión en el Kenpo español?

Me mudé a España en el año 1999 y traté de continuar mi formación en las artes marciales. Anduve peloteando en diferentes disciplinas, Judo, Sambo, Taichi... pero a pesar de estar unos años en Goshindo y en Taekwondo no terminaba de sentir que era para mí.

Al empezar la Universidad, encontré un club de Kenpo-Kai. Coincidió en una época en que mi madre cayó enferma y en mi familia pasamos por una vorágine de cambios familiares y económicos, y encontré, en que una vez más, el Kenpo me proporcionaba un pilar en el que asentarme. El Kenpo-Kai es una escuela de Kenpo tradicional japonés y en ella encontré una segunda familia.

¿Cómo ha sido tu evolución desde que viniste a España?

Me volqué en el Kenpo-Kai todo lo que pude, tratando de compensar los años que lo tuve apartado, y empecé en el mundo de la competición. Puedo decir con orgullo que, tras conquistar varios Campeonatos de España desde el 2009 con el DNK también, participé en uno de los primeros intentos del Departamento Nacional de Kenpo en trabajar por un Kenpo unido bajo Federaciones Internacionales, en el Campeonato del Mundo de Venezuela de 2011.



Con el Seleccionador Nacional de USA, el Maestro Robert Zingg, con el Maestro Brian Duffy de Kenpo-Karate y con su Maestro el Shihan Vidal (director de grados IKF), en Budapest.

El logro más reciente, dentro del Kenpo Federado, ha sido en el Campeonato del Mundo de Kenpo IKF (International Kenpo Federation) en Budapest este año, al que fui convocado por la selección de EE.UU. de la mano de Robert Zingg, y en el que obtuve el segundo puesto, en 4 categorías diferentes. Fue mi primer Campeonato de la IKF y espero que no sea el último. Fue espectacular compartir la experiencia con la selección española de Kenpo, con deportistas de

tan alta categoría como Sandra Ajates, Emilio Mínguez, Ángel Ruiz, Wellington Castro y mi buen amigo y compañero Alain Isasa.

Fuera del DNK he participado en mundiales de Kenpo-Kai celebrados en Japón como miembro de la selección de Estados Unidos de Kenpo Kai, así como en la Copa del Mundo de Nippon Kenpo en Alsacia (Francia); quiero destacar que mi evolución como Kenshi (Practicante de Kenpo-Kai) y deportista,

"El Kenpo-Kai es una escuela de Kenpo tradicional japonés y en ella encontré una segunda familia..."

se lo tengo que agradecer a mis Maestros el Shihan Vidal y la Shihan Pilar Martínez, sus conocimientos y dedicación son un ejemplo de lo que es ser un auténtico Maestro.

¿Qué momento considerarías importante en tu vida deportiva?

Fue durante el Campeonato de España de Guadalajara de 2017, en el que nos juntamos Javier Gadea, Adrián Alcaraz y yo para participar en la categoría de Kata por equipos. No solo éramos de clubes diferentes, sino que éramos de escuelas de Kenpo diferentes. Trabajamos en un kata que uniese nuestros estilos: el "Kenkai kata". Ken significa "puño" y kai significa "reunión". Para nosotros era el kata que reunía nuestros conocimientos del Kenpo. A pesar de las críticas, competimos y quedamos segundos en 2017, y primeros en el Campeonato de España en 2018.

Daniilo ¿Qué puedes decirnos de tus impresiones sobre el DNK?

En el Departamento Nacional de Kenpo se trabaja mucho para que los practicantes de diferentes escuelas crezcan juntos. Se busca fomentar el que nos centremos en nuestros puntos en común, más que en nuestras diferencias. Unidos somos más fuertes. Juntos vamos más lejos. Creo que eso es algo que, sobre todo los que enseñamos, deberíamos tratar de inculcar a las generaciones que vienen detrás, que todo es posible. Hay que cuidar y valorar nuestras tradiciones, y que en nuestras diferencias reside nuestra identidad, pero no podemos dejar que eso impida



Danilo con Colin Duffy, otro de los miembros de la Selección de Estados Unidos en el Mundial IKF de Budapest.



En el pódium recogiendo una de las medallas ganadas en el Mundial IKF.



Copa Mundial de Nippon Kenpo.



Danilo compitiendo en Japón.



Formando parte del equipo de Madrid de Kenpo, en el Campeonato de España.



que trabajemos juntos para crecer. Nuestras diferencias son, precisamente, lo que enriquece a nuestra comunidad.

¿Qué nos puedes decir de la competición de Kenpo?

Hay algo muy bonito que se comparte en la competición. Es una forma de ponerte a prueba a ti mismo en cada evento, siento que he aprendido algo más de mí mismo, no solo a nivel marcial, sino a nivel personal. Es curioso, porque si lo das todo, realmente todo, ocurre algo... casi mágico. Lo mejor es que no lo vives solo. Desde aquel con el que compartes el tatami: tu compañero, tu contrincante, tu maestro, tus amigos o tu familia... ven realmente una parte de ti que no ve cualquiera. Es como si vieses de qué pasta estas hecho realmente, y sí, a veces tememos mostrarnos como somos realmente, por miedo a ser vulnerables; en ese momento es como si esa vulnerabilidad fuese tu mayor fortaleza. Es muy bonito, y si encima es con gente de otros rincones del mundo con los que solo compartes eso, es tan intenso que creas lazos de amistad de por vida.

¿Entonces para ti, la competición no es solo conseguir ser campeón o campeona?

En el Campeonato del mundo de Kenpo Kai en Japón de 2016, otros competidores nos acogieron en sus casas y nos enseñaron sus tradiciones, cultura y gastronomía; con la misma hospitalidad de un familiar. Y hasta cierto punto es casi normal que alguien que también practique y comparta esa pasión por el Kenpo te trate con ese cariño y te abra las puertas de esa manera. Al fin y al cabo compartimos algo, a

pesar de no conocernos. Y quizás a cada uno nos haya aportado algo diferente, pero seguro que es igual de significativo. Y así, con esa facilidad, a través de un arte marcial tan bonito, consigues una segunda familia repartida por el mundo. Y si no es por el mundo, es por toda España, oye, que no hace falta competir para tener ese vínculo y relación con otros practicantes.

¿Tu preparación está enfocada a la competición?

Además de estar entregado a la competición, desde hace 5 años enseño Kenpo-Kai, en mi Gimnasio "EL DOJO" en la Calle Agustín Rojas 1 (PROSPERIDAD-MADRID), tratando de transmitir los valores que me han inculcado, esperando ser capaz de aportar a los alumnos un lugar en el que crecer y evolucionar dentro y fuera del tatami.



Daniilo ¿Cómo encauzas la enseñanza del Kenpo, como profesor?

A los alumnos siempre les digo "Fuera del tatami, a veces los problemas no se pueden cambiar en ese momento. Sin embargo, dentro del tatami siempre podemos mejorar. Y quizás no ahora, pero al mejorar nosotros, más adelante seamos capaces de solucionar esas cosas que ahora mismo no podemos. Entrena y esfuérzate hoy, para ser mejor mañana."

Mi grupo de Kenpo Kai empezó hace cinco años en un espacio en desuso en una escuela de inglés, medio a escondidas del ojo público. El año pasado ya abrimos lo que sería el primer DOJO, de apenas

"...dentro del tatami siempre podemos mejorar. Y quizás no ahora, pero al mejorar nosotros, más adelante seamos capaces de solucionar esas cosas que ahora mismo no podemos. Entrena y esfuérzate hoy, para ser mejor mañana."



Aparición en una de las fotos que la prensa japonesa publicó del Mundial de Kenpo-Kai de 2016.



En el curso de perfeccionamiento de Full Kenpo, impartido por el Maestro Eric LaRoca (Secretario IKF).



Daniilo (el niño rubio de la izquierda), practicando Kenpo-Karate en Miami.

40m² y en tan solo la primera semana había gente de todas las edades y perfiles apuntándose a las clases de Kenpo-Kai. A todos los alumnos se les encauza con los principales valores de Kenpo-Kai: formar a una persona completa, sana, y equilibrada. Algo tenemos que estar haciendo bien, porque en menos de un año hemos tenido que cambiar de local a un sitio 4 veces más grande, el cual inauguramos el 1 de oc-

tubre. El grupo original que empezó hace 5 años y ahora hay más de 60 alumnos de Kenpo-Kai, desde 4 a 50 años de edad. Sigo compitiendo, pero me apasiona enseñar e intento cuidar al máximo las enseñanzas a los diferentes grupos de Kenpo-Kai. Mientras, veo cómo va creciendo en Madrid, siento que cada vez es más necesario, que vean un camino a seguir, al igual que para mí lo hizo Kenpo-Kai, en

su día. En verdad gran parte de lo que hago que tenga que ver con el Kenpo es por mostrar a los que vienen detrás que todo es posible. Si luchas por lo que quieres, sea por lo que sea, a nivel físico, marcial, personal... todo. Esforzarse por ello en el tatami, repercute en todos los ámbitos de tu vida. Yo lo he vivido y vivo, tengo alumnos que lo están viviendo, y creo que es algo que al menos yo, he sentido que puede cambiarte la vida.

Ba Xian Sun



El Bastón de los Ocho Inmortales

Por **Pablo Salas** (海誠德)
Wudang Traditional Martial Arts Coach
wudang-tao.com
wudangspain.es
wudangcatalunya.com

El Palo Largo o Gun (棍)

En las artes marciales chinas, el palo largo, bastón o vara, denominado *gùn* (棍), se considera el arma más antigua y popular de todas las utilizadas en confrontaciones marciales. Se trata de un arma de tradición más rural que militar, al contrario que otras armas largas como la lanza o la alabarda. La ausencia de piezas de metal, mangos y otros componentes, hace que el palo haya sido un arma recurrente en la historia de la marcialidad en China. De hecho, se le suele considerar el *padre* de todas las armas largas, no solo por su antigüedad, sino porque el resto derivan en gran medida de las técnicas y movimientos del palo.

Wudang Gun (武当棍)

Dentro de los estilos de kungfu que podemos encontrar en China, el que principalmente destaca por el manejo del palo es el kungfu de Shaolin. De hecho, es común escuchar la expresión "Palo de Shaolin, Espada de Wudang". Sin embargo, al contrario de esta concepción tan extendida, en las montañas de Wudang también se trabaja el palo, es más: se le otorga una gran importancia y se enseña a estudiantes que tienen experiencia en el manejo de otras armas como la espada o el sable. El palo en Wudang se practica principalmente a través de dos formas o *taolu*, correspondientes a los dos linajes principales: *Xuan Wu Gun* (El Palo del Guerrero Oscuro) es la forma perteneciente al linaje de *Xuan Wu Pai*; y *Ba Xian Gun* (El Palo de los Ocho Inmortales) es la forma que se trabaja en el linaje de *San Feng Pai*. Dos formas magníficas, espectaculares, muy completas y bellas en su ejecución, pero bien distintas en su enfoque y estructura.

Ba Xian Gun, la rutina de la que nos ocuparemos en este artículo, se basa en la leyenda de los *Ocho Inmortales del Taoísmo*.

Los Ocho Inmortales

Ba Xian o 八仙, Los Ocho Inmortales, son un elemento central dentro de la mitología taoísta y de la cultura po-

pular china. Los podemos encontrar tanto en pinturas y esculturas, como en el mundo de la literatura, las artes marciales y el taoísmo religioso. Las referencias a ellos son frecuentes tanto en la cultura tradicional china como en el mundo moderno (teleseries, cine de artes marciales o *wu xia*, etc.), y ello se debe a que las deidades en China son una parte fundamental del imaginario colectivo: representan la culminación de los ideales mundanos desde la perspectiva taoísta, la consecución de los objetivos últimos del proceso alquímico. En un pasado remoto, ellos también fueron mortales, pero por sus méritos consiguieron trascender el ámbito terrenal y ascender a los cielos.

Cada uno de ellos tiene su propia historia donde se narra la transición de humano a deidad, con su propia moraleja, ensalzando los más importantes principios filosóficos y morales del taoísmo. Cada uno de los Inmor-



tales proyecta sus atribuciones divinas mediante un artilugio o «instrumento de poder» (法器) que lleva siempre consigo.

La forma

Ba Xian Gun proviene de un antiguo clan taoísta llamado *Ba Xian Men* (Escuela de los Ocho Inmortales). A principios de los años 80, una época conocida como «el renacimiento de Wudang», se añadieron dos magistrales formas de este clan al linaje de *San Feng Pai*: *Ba Xian Jian* (espada) y *Ba Xian Gun* (palo). Todo ello gracias a la labor del Gran Maestro *Zhong Yun Long*¹ (es famosa la historia de cómo conoció al maestro de este clan, pero da para otro artículo).

Las técnicas de la forma se corresponden con las características de cada uno de los Ocho Inmortales, que van apareciendo a lo largo de la forma consecutivamente. Las técnicas clásicas de palo se alternan con elementos teatrales y trucos orientados al engaño y el despiste, movimientos rápidos y lentos, posiciones altas y bajas, saltos, equilibrios, barridos, golpes secos y certeros, incluso tropiezos fingidos y caídas controladas.

1. *Zhong Yun Long* es un sacerdote taoísta (de nombre taoísta *Qin Wei*) de la 14ª Generación del Linaje *San Feng Pai*, máxima autoridad de dicho linaje y formador de los actuales maestros de toda la 15ª Generación de *San Feng Pai*.

Los inmortales en la secuencia

El primer inmortal que aparece en la secuencia es *Zhongli Quan* (también llamado «*Zhongli de la dinastía Han*»), antiguo militar y segundo más anciano –considerado líder del Grupo– rasgándose la túnica y preparándose para el combate.

Poco después aparece *Lü Dongbin*, el más icónico de todos y líder *de facto*, con un movimiento parecido a desenvainar una espada (solía llevar una con la que «espantaba a los malos espíritus») y, justo después, haciendo honor a su fama de bebedor –nótese la botella de vino tradicional con forma de calabaza en el dibujo–, se balancea con movimientos similares al «estilo del borracho» (*Zui Quan*).

En tercer lugar entra en escena *Li Tieguai*, también conocido como «*Li, el del bastón de hierro*», descrito como un viejo cojo y despeinado, irascible y rabioso, que camina con la ayuda de un bastón. Bajo su apariencia desarrapada, se esconde un ser bondadoso con los pobres y con los enfermos, a los que sana con el brebaje medicinal que lleva siempre consigo. Cuenta la leyenda que en su vida mortal era un joven y bello médico de éxito, obsesionado con alcanzar la inmortalidad. En una de sus meditaciones extracorpóreas, dejó su cuerpo vacío a cargo de una de sus discípulas que debía vigilarlo hasta que el espíritu del joven Li regresara de su viaje astral, avisándole de que si no volvía antes de siete días, el cuerpo debía ser incinerado. Transcurridos seis días y medio, la pupila tuvo que regresar urgentemente a su hogar familiar debido a la repentina muerte de su madre, y en vista de que el espíritu no había retornado, decidió quemar el cuerpo. Cuando el espíritu de Li regresó, viendo que su cuerpo había sido cremado, se vio en la urgencia de ocupar el primer cuerpo que hubiera disponible, o de lo contrario su espíritu se disolvería en el vacío. En esa tesitura, se vio forzado a ocupar el cuerpo inerte de un mendigo que había fallecido por inanición al borde de un sendero. De esta manera, el joven y hermoso médico superó el requisito final para alcanzar la inmortalidad: desprenderse de su ego. La vanidad y la arrogancia habían arraigado en él, y solo en la piel de un sucio men-



Lü Dongbin



Li Tieguai



Postura 29. (铁拐李) 独步下云梯 Tie Guaili du bu xia yun ti. Tie Guaili cae del cielo y descansa en una pierna.



Postura 33. (韩) 湘子吹笛 (hán xiāng zǐ chuī dí. *Han Xiang Zi* toca la flauta.



Han Xiang Zi

digo, medio calvo y de orejas puntiagudas, podría despegarse de su idolatrada apariencia externa. Su misión como deidad taoísta es defender a los marginados de la sociedad por toda la eternidad, desde la empatía y la humildad, siendo él mismo uno de ellos.

A continuación, aparece *Han Xiangzi*, conocido por llevar una flauta de bambú china denominada *dizi* (que se toca en horizontal, al contrario que la otra flauta china, *xiao*, que se toca hacia delante en posición descendente), y cuyas técnicas de combate consisten en ataques lineales y certeros utilizando ambos extremos del palo.

En quinto lugar, *Lan Cai He*, el hermafrodita, hace una breve aparición. Cuenta la leyenda que cambió de género en sus años mozos, quizá por ello aparece en la

secuencia girando la cabeza compulsivamente, mirando a ambos lados, como representando una cuidada ambigüedad.

La segunda sección de la forma arranca con *He Xiangu*, la única mujer de los Ocho Inmortales. Su símbolo es la flor de loto, que mejora la salud física y mental, y de ahí la colocación de los dedos de las manos que indica la forma de una flor, como se puede observar en la pintura y en la fotografía.

En séptimo lugar, llega la posición «*Zhang Guo Lao* se cae del burro», ya que *Zhang Guo Lao*, que representa a los ancianos, solía aparecer siempre montado en un burro, que curiosamente montaba mirando hacia atrás (quizá por su afición al licor de hierbas). Y ya por último, llega el movimiento de «*Cao Guo Jiu* lanza el



He Xiangu



Postura 41. 美女献花 (měi nǚ xiàn huā) Mujer presenta las flores.

libro». En su existencia mortal, Cao pertenecía a la familia política del Emperador Renzong, cuarto emperador de la Dinastía Song (960–1279), por lo que llevó una vida acomodada, pero abochornado por la conducta disoluta y deshonesta de su hermano abandonó su carrera política en la corte para recluirse en las montañas y cultivar el Tao. De ahí, Cao Guo Jiu «lanza el libro».

En resumen, se trata de una forma larga (dos secciones), de muy bella ejecución, que ayuda a desarrollar la flexibilidad, la fuerza en las piernas y el movimiento corporal unificado a través del *Dan Tian* (centro energético del cuerpo) gracias al desarrollo de la energía centrífuga generada con los movimientos circulares del palo.

Y además, una gran manera de honrar la memoria de los Ocho Inmortales del Taoísmo.

Postura 58 (铁拐李) 独脚登天 (tiě guǎi lǐ) dú jiǎo dēng tiān
«Li Tieguai sube al cielo con una pierna»

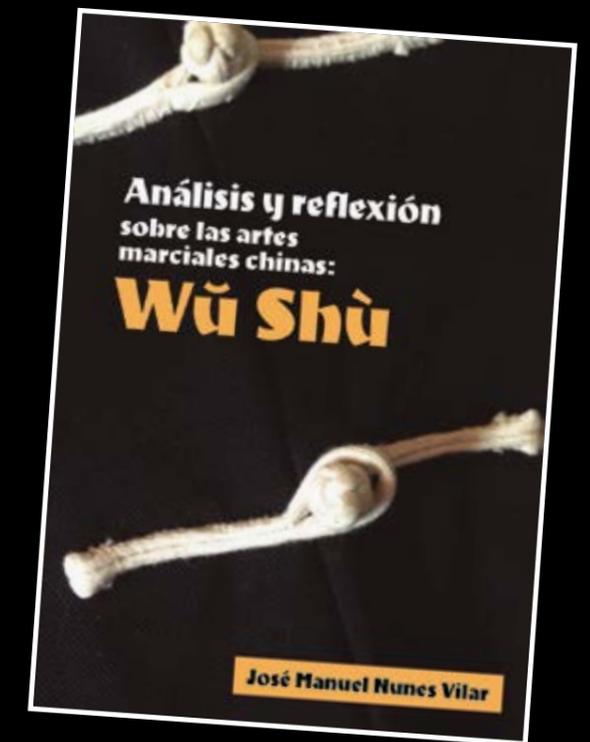
棍



Postura 11
玉兔弹腿 yù tù tàn tuǐ
El conejo blanco levanta las piernas

BIBLIOGRAFÍA

www.editorial-alas.com



ANÁLISIS Y REFLEXIÓN SOBRE
LAS ARTES MARCIALES CHINAS

Wǔ SHÙ

Por José Manuel Nunes Vilar

120 páginas / Formato: 14,8 x 21,0

ISBN: 978-84-203-0605-6)

P.V.P. 16€

Una génesis contaminada de mitos y leyendas. China, el gran referente cultural de asia. Comprensión del arte marcial. Federaciones y Asociaciones. Estudio académico del arte marcial. Reflexiones sobre la docencia. Entrenamiento funcional para cualquier lugar y circunstancia. Diferentes boxeos, diferentes boxeadores. Shàolín. China, el gran referente cultural de asia. Artes marciales: ¿deporte o ciencia del combate? Entrenamiento en adversidad de condiciones. Entrenamiento con armas. Empleo de nuevas tecnologías.

www.editorial-alas.com

Jordi Pagès

SEMILLAS DEL BUDÔ

BUDÔ NO TANE 武道の種



Estamos ante una obra muy bien documentada en la cual se aprecia la preparación de varios años de trabajo con una información de primera mano y más aun con la experiencia y la buena labor de su autor, cosa que la enriquece y le da más valor. Quien lea este libro entenderá que las virtudes del guerrero son parte de la tradición marcial japonesa.

Miguel Ángel Polo Santillán Ph. D.
*Profesor de la Cátedra de Filosofía Oriental
Universidad Nacional Mayor de San Marcos*

“El contenido de este libro es el fruto de un trabajo de estudio e investigación de la cultura, tradición y vida marcial del Japón”

SEMILLAS DEL BUDÔ

Budô No Tane – 武道の種

Por **JORDI PAGÈS**

292 páginas | pvp 22€
ISBN: 978-84-203-0608-7

EDITORIAL ALAS

info@editorial-alas.com
www.editorial-alas.com



Natori Ryū

Escuela de samurai y shinobi

Por **Luis Nogueira Serrano**

Presidente European Bugei Society 欧州武芸連盟
Director Fūryūkan Bugei Dōjō 風龍館武芸道場



Texto escrito por Luis Nogueira bajo la supervisión de **Antony Cummins** (www.natori.co.uk)

名取流

Natori Ryū es una escuela de guerra samurai fundada en el siglo XVI por Natori Yoichinojo Masatoshi...

Sus estudios originales estaban centrados en sus propias tácticas militares (*gungaku* 軍樂) así como en tratamientos médicos. Estas tácticas fueron desarrolladas al servicio del propio **Takeda Shingen**. Tras la muerte de éste y la posterior caída del clan Takeda en 1582, la familia Natori se separó en diferentes ramas, recayendo una de ellas en Kishû, actual Wakayama, al servicio de la casa de Kii de Tokugawa Yorinobu, décimo hijo del mismo **Tokugawa Ieyasu**.

Natori Sanjuro Masazumi, cuarto hijo de Natori Yajiemon Masatoyo, nació en la primera mitad del siglo XVII y fue el más influyente maestro de todo el linaje, además de consejero del propio Yorinobu. Durante su formación se codeó con una plétora de viejos maestros que habían vivido la época de guerras y sus hijos, que habían sido formados para afrontarlas. En su formación aglutinó los conocimientos de Kusunoki Ryû, donde aprendió del mismo Kusunoki Fuden las artes del *shinobi*, y de Kôshû Ryû. Además de su labor expansiva, realizó una colosal labor de catalogación y transmisión escrita del acervo militar japonés. Por indicación de Yorinobu, se cambió el nombre de la escuela a Shin-Kusunoki Ryû, o nueva escuela de Kusunoki, y por ello este nombre aparece en algunos de los manuales.

Su trabajo más conocido en la actualidad es el *Shôninki* 正忍記, uno de los manuales referentes de *Ninjutsu* 忍術. No obstante su obra se extiende a alrededor 25 documentos donde recopila el vasto conocimiento del linaje de Natori Ryû. Entre ellos podemos resumir:

- Una colección de 10 volúmenes manuales sobre estudios militares *gungaku*
- Un tomo con varios pergaminos dedicado a asuntos de guerra
- Tres pergaminos dedicados a las artes del *shinobi*
- Una enciclopedia de diez tomos dedicados a equipamiento y medios para la guerra
- Nueve pergaminos heredados dedicados a secretos profundos

Masazumi, también conocido como Issui Sensei, se retiró en 1685 a la villa de Ôno, en las cercanías del



Tumba Issui Sensei.

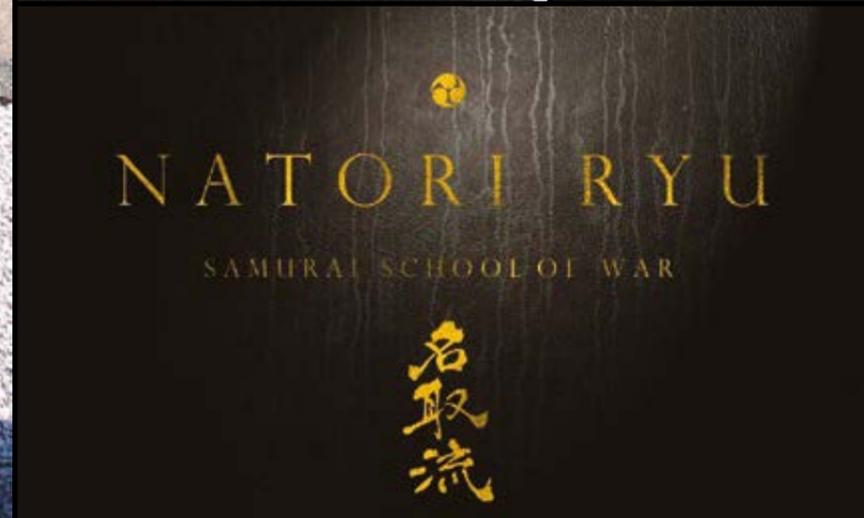
monte Kôya, falleciendo el 5 de mayo de 1708, descansando sus restos en el templo Eiunji en Wakayama. Desde entonces la escuela continuó su existencia hasta el final del periodo *samurai*, quedando huérfana, siendo el árbol genealógico completo el siguiente:

1. Natori Yoichinojo Masatoshi
2. Natori Yajiemon Masatoyo
3. Natori Sanjuro Masazumi
4. Natori Hyozaemon Kuninori
5. Natori (Unobe) Matasaburo
6. Kohata Kihachiro
7. Natori Kusujuro
8. Yabutani Yoichi
9. Tomiyama Umon
10. Yabutani Yoichiro

Antony Cummins



Yamamoto Jyuhô



Yoshie Minami

Hoy día está siendo revivido por la intensa y férrea labor de **Antony Cummins**, la traductora **Yoshie Minami** y sus colaboradores, bajo el permiso de los descendientes de la propia familia Natori y del monje **Yamamoto Jyuhô**, guardián de la tumba y promotor de los estudios clásicos en el templo de Eunjí.

Los cimientos de toda escuela tradicional se fundamentan en axiomas integrales que desarrollan toda su razón de ser. De estos axiomas emanan todos los principios que justifican la totalidad de sus métodos, sus técnicas, pero también su código moral.

En Natori Ryû estos axiomas provienen de los conceptos taoístas del I Ching y no es extraño encontrar en multitud de sus enseñanzas los conceptos de dualidad (*in* 陰 y *yô* 陽) o de los 5 elementos (*gogyô* 五行).

Uno de los principios que se enuncian en la escuela

es el *goshi* 五始, los cinco orígenes o fundamentos. Los introducimos brevemente a continuación:

1. Dô 道 – El camino

Es el curso natural y está presente en todo el universo y consecuentemente en los asuntos cotidianos del ser humano.

2. Toku 徳 – La virtud

Es la consecuencia del camino. Cuando se actúa en concordancia al camino se consiguen los objetivos. La virtud es la razón de lograr los objetivos por grandes o insignificantes que sean.

3. Jin 仁 – La benevolencia

Siempre regirse por el afecto y la compasión a las personas. Estas son la clave de alcanzar la virtud.



名
取
流

Natori-Ryu

4. Gi 義 – La justicia

El honor, la honradez, la forma de expresar la bondad. En la justicia existe la razón y la verdad. Con la mentalidad de la justicia el logro puede ser alcanzado.

5. Rei 禮 – La cortesía

Es la base de la moralidad humana. Siempre se debe practicar el decoro y la atención activa para vigilar nuestros pensamientos y acciones.

En estos enunciados podemos observar que existe un código de conducta que enlaza la “ley del cielo” con los comportamientos humanos. Y este código es clave para desarrollar a los militares bajo el mando de la familia Natori.

Un elemento que debemos remarcar es que Natori Ryū no es una escuela de técnicas, sino de estudios militares. Cuando nos referimos a estudios militares nos referimos a la formación en cuidados a tener, recomendaciones y usos que afectan al militar en toda su extensión.

En ese sentido podemos encontrar el *Jūnitoku* 十二徳 – 12 virtudes, refiriéndonos a 12 elementos o artículos comunes entre los militares que pueden tener multiplicidad de usos. Por ejemplo el *kaginawa* 鍵繩 (cuerda con gancho en el extremo) puede ser empleado para fijar la silla de montar (*kura* 鞍), como *hayanawa* 早繩

(cuerda rápida en el *hojōjutsu* 捕縄術), como cuerda de ascenso o descenso a muros, como ayuda al embarque o desembarque, o para fijar el equipaje entre otros usos.

Los doce elementos tan polivalentes de ser reseñados y descritos en los pergaminos de la tradición son los siguientes:

1. *Kaginawa* 鍵繩 – cuerda con gancho
2. *Gantai/fukumeobi* 含帯 o *tenugui* 手拭 – trozo de tela
3. *Sageo* 下緒 – cordel de la *katana*
4. *Kozuka* 小柄 – puñal alojado en la vaina (*saya* 鞘) de la *katana*
5. *Sensu* 扇子 – Abanico plegable
6. *Yumizuru* 弓弦 – Cuerda del arco
7. *Tsukagashira* 柄頭 – Pomo de la empuñadura de la *katana*
8. *Shinobizashi* 忍指 – Daga escondida
9. *Kōgaizashi* 笄指 – Horquilla del pelo
10. *Udenuki* 腕抜 – Correa braquial
11. *Mochigusuri* 持薬 – Medicinas
12. *Nanten* 南天 – Planta de nandina

Pero las enseñanzas transmitidas por Natori Masazumi son tan completas que también pronto nos en-



El autor con Yamamoto junto a la tumba de Natori Masazumi.

seña un conjunto de pequeños artículos que siempre debe llevar un samurai en la vida cotidiana, además de las *daishō katana* bien afiladas, conocido como *nichiyō dōgu* 日用道具 (lit. utensilios de uso diario) que son:

1. *Hayanawa* 早繩 – cuerda rápida para apresar criminales.
2. *Jishaku* 磁石 – brújula magnética
3. *Sankaku Jōgi* 三角定規 – escuadra
4. *Sekihitsu* 石筆 – tiza, lápiz de pizarra
5. *Kingin* 金銀 – dinero, oro y plata
6. *Kagami* 鏡 – espejo
7. *Kenuki* 鑷 – pinzas
8. *Kushi* 櫛 – peine
9. *Nugugami* 拭紙 – tela textil o de papel para limpiar la *katana*
10. *Uchiko* 打ち粉 – bolsa de polvo para limpiar la *katana*
11. *Mekuginuki* 目釘抜き – martillo para extraer los remaches que engarzan la hoja de la espada en la empuñadura
12. *Kusuri* 薬 – medicinas para enfermedad repentina o asfixia, ya sea para persona o para el caballo
13. *Hiuchi* 火打 – pedernal
14. *Tsukegi* 付木 – yesca, cerilla
15. *Goō* 牛王 – papel sellado por un templo o santuario que puede ser usado para escribir juramentos

Todo ello dentro de un bolso llamado de *kinchaku* 巾着 o enrollado en una tela *sanjaku tenugui* 三尺手拭.

Además de estos pequeños consejos, las enseñanzas relatadas se extienden también a un código ético y una formación del carácter que tanto preocupaba a coetáneos. Por encima de todo sitúa la siguiente sentencia:

‘Durante el estado de paz tienes que considerar y prepararte para la guerra, y en tiempos de guerra hay que pensar en la mejor forma de traer la paz’

Una paráfrasis de la archiconocida sentencia latina “*si vis pacem para bellum*”.

Tras esta frase son muchas las alusiones éticas en su texto entre ellas:

- *Shūshin* 終身 (ética, práctica moral): El primer carácter se lee también *osameru* y significa también disciplina y el segundo también es leído como *mi*, significando cuerpo o persona. Hace clara alusión a disciplinarse tanto internamente como externamente, para ser un buen caballero o guerrero no solo vale con ser un buen artista marcial (algo obligatorio de un digno *samurai*), también hay que cultivar la mente y la ética.

- *Enryo* 遠慮 (discreción, modestia/ previsión, precaución): Un *samurai* debe evitar lugares o entornos indecorosos o conflictivos salvo que su señor se lo ordene. En caso de encontrarse con un problema debe prevenir que la situación se acreciente y resolver el problema cuanto antes. En cuanto a la discreción, se nos recomienda *Shichisan no gengo* 七三之言語, refiriéndose a que hablamos una décima parte de lo que pensamos y de esa décima, tres décimas partes deben quedarse sin decir.

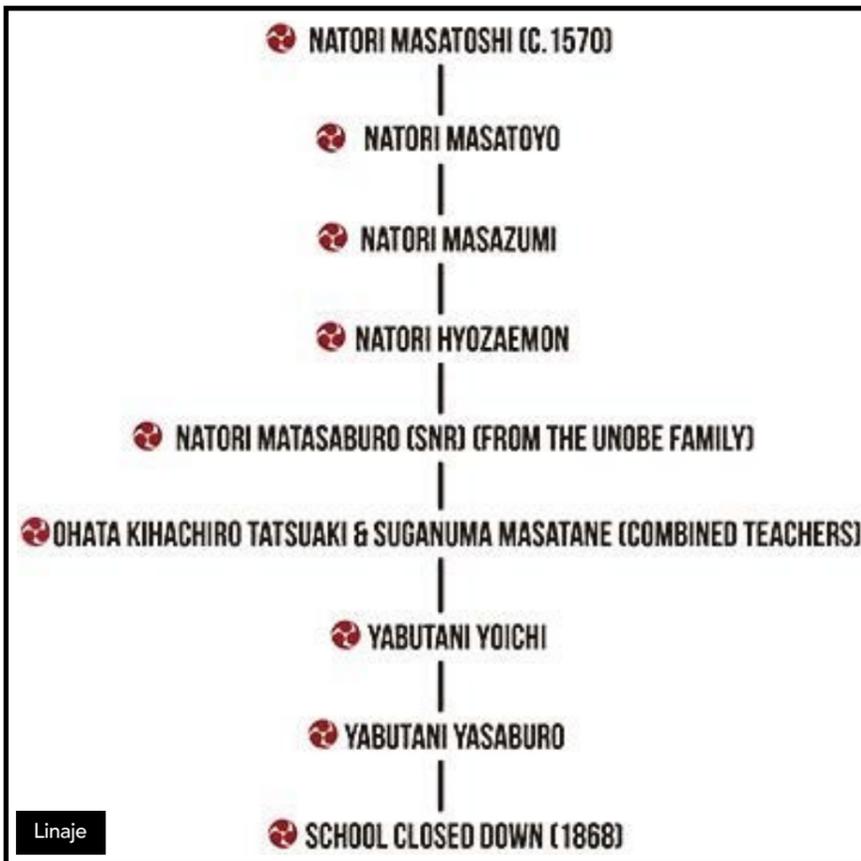
- *Aigyō* 愛敬 (amor y respeto): Se trata de un arcaísmo que se refiere a una actitud amigable. El *samurai* jamás debe mostrarse arrogante o ufano de su condición. La queja, la crítica, la calumnia o difamación no deben estar jamás presentes, así como tampoco codiciar dinero o sexo.

No obstante, y aunque el lector pueda encontrarse confuso por los contenidos presentados, los textos tampoco escatiman en habilidades guerreras, pues Natori Ryū no deja de ser una escuela militar. Presentamos algunos contenidos a continuación:

Al respecto de los **golpes de gracia** *todome mitsu-dokoro* 留又三所 se señalan tres puntos:

- La tráquea
- El plexo solar o alrededor del corazón
- La planta del pie o la femoral

Al respecto de **desenvainar la espada** *katana nuku* 刀抜 se recomienda hacerlo cuando el enemigo este lo suficientemente cerca para ser golpeado con la empuñadura. Además añade las siguientes enseñanzas:



- Tres décimas partes corresponden a la mente
Otras tres décimas a la mano
Otras tres décimas, de nuevo, a la espada
Y una última parte es el momento, el impulso.
Esto quiere decir que aunque poseas la mejor de las espadas, se requiere de una mente y mano entrenada, además de saber capturar bien el momento del saque

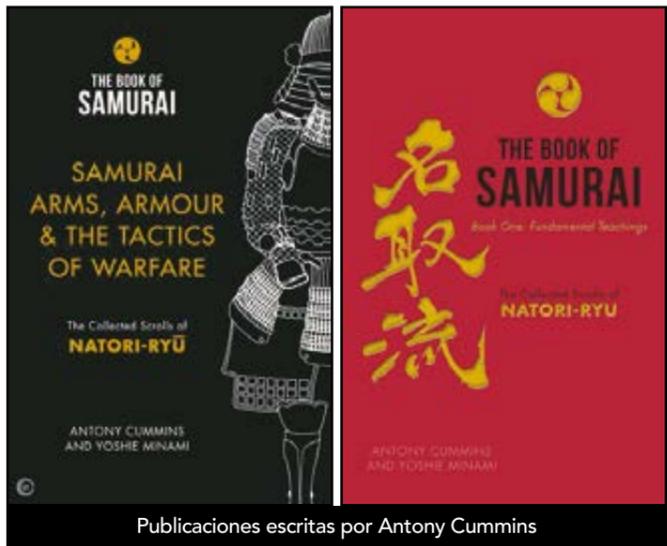
- Cuando se desenvaina, se debe mantener la palma de la mano relajada, manteniendo la empuñadura con los dedos posteriores, se empuja ligeramente hacia delante para después cortar cuando se retrae, manteniendo la respiración. Trata de que esta acción permanezca en tu mente como una sensación vívida.

- Hay que recordar que cuando el oponente se acerca a tu encuentro, se realizará un corte más profundo de lo esperado, mientras que si se encuentra en retirada, apenas será tocado con la punta

Hay que reafirmar que la obra de Natori Masazumi es ingente. Lo presentado en este artículo son unas bre-



ves pinceladas apenas de la introducción y de los primeros capítulos del tomo el *Heika Jōdan* 兵家常談 (Conversaciones sobre las familias militares) que se compone de enseñanzas, consejos y comentarios al respecto de los tiempos de paz, casas *samurai*, viajes, situaciones

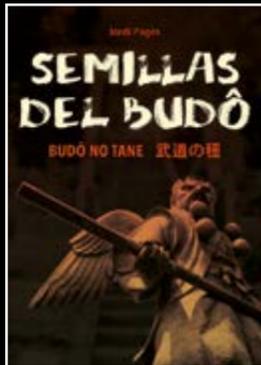


nocturnas, emergencias, combates, venganzas, acusaciones y fuerza. Y junto con el documento *Ippei Yōkō* 一兵要功 (Puntos esenciales para el soldado independiente) componen el libro *The Book of Samurai Book One: Fundamental Teachings*, escrito por Anotny Cummins y Yoshie Minami.

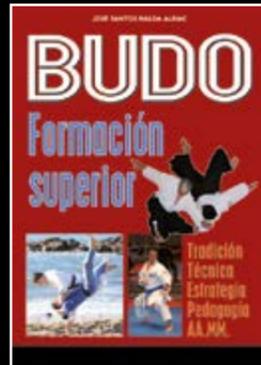
Desde el 23 de octubre de 2018 se encuentra también disponible el segundo volumen de la serie *Samurai Arms, Armour & the Tactics of Warfare: The Collected Scrolls of Natori-Ryu (Book of Samurai)* que contiene los documentos *Heigu Yōhō* y *Heiki Yōhō* de los mismos autores.

Entender la completa dimensión de su vasta obra es comprender la visión integral de un erudito sobre los asuntos samurai durante el transitorio siglo XVI.

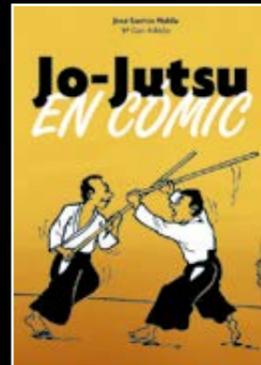
Bibliografía



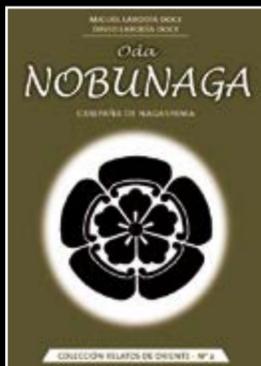
SEMILLAS DEL BUDŌ
Budō no tane
292 páginas | pvp 22€



BUDO
Formación superior
178 páginas | pvp 15€



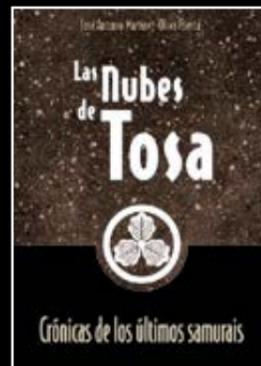
JO-JUTSU EN CÓMIC
148 páginas | pvp 15€



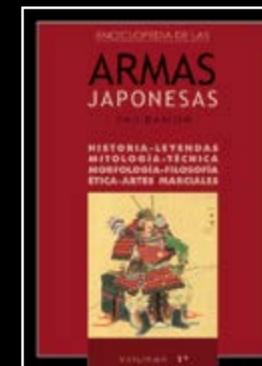
ODA NOBUNAGA
Campaña de Nagashima
86 páginas | pvp 10€



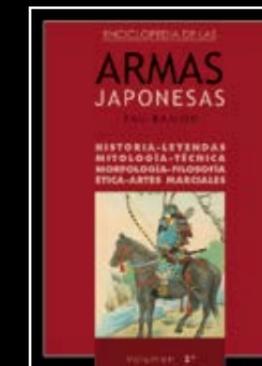
EL VIENTO DIVINO
Crónicas de los últimos Samurais
152 páginas | pvp 14€



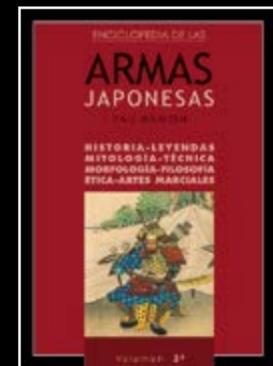
LAS NUBES DE TOSA
Crónicas de los últimos Samurais
140 páginas | pvp 18,50€



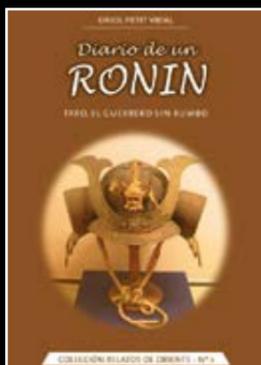
VOLUMEN 1º
200 páginas | pvp 22€



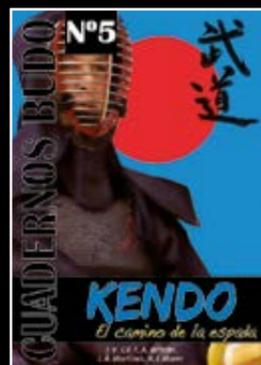
VOLUMEN 2º
256 páginas | pvp 25€



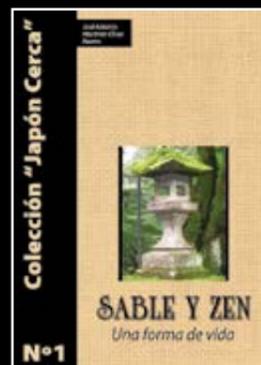
VOLUMEN 3º
256 páginas | pvp 25€



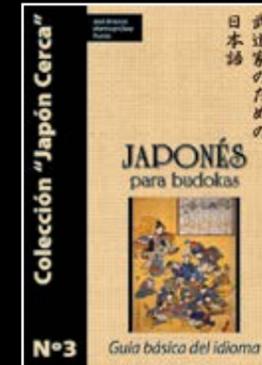
DIARIO DE UN RONIN
Taro, el guerrero sin rumbo
84 páginas | pvp 10€



KENDO
El camino de la espada
52 páginas | pvp 9,50€



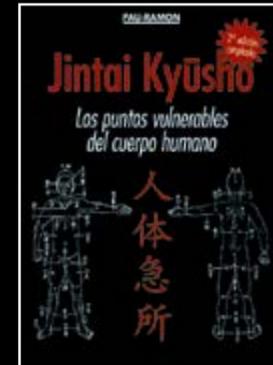
SABLE Y ZEN
Una forma de vida
124 páginas | pvp 12,50€



JAPONÉS PARA BUDOKAS
Guía básica del idioma
186 páginas | pvp 14€



EL SABLE JAPONÉS
Manual del coleccionista
192 páginas | pvp 26€



JINTAI KYUSHO
Los puntos vulnerables del cuerpo humano
196 páginas | pvp 18€

ENCICLOPEDIA DE LAS ARMAS JAPONESAS

Historia, leyendas, mitología, técnica, morfología, filosofía, ética, artes marciales...

Por Pau-Ramon Planellas

Esta enciclopedia es la obra más extensa en lengua castellana en cuanto a las armas japonesas se refiere, tratando esta temática con la máxima profundidad, como nunca se había hecho en occidente. En esta enciclopedia, editada en tres volúmenes, puede encontrarse gran cantidad de información sobre todo lo relacionado con las armas orientales: artes marciales, historia, leyendas, mitología, técnicas, morfología, filosofía, ética, esoterismo, suici-

dio ritual, armaduras, puntos vulnerables y un largo etcétera. Historia del Japón. Origen y evolución de la sociedad japonesa. Nihon Token: los sables japoneses. La técnica del sable. Los sables de entreno, Bokken y Shinai. Tameshigiri y otros tipos de sable (Nodachi, Hachiwari, Mamori gatana). Las lanzas: Hoko y Yari. Otras armas largas: Sasumata, Kumade, Mojiri, Tsukubo y Sode garami. El Naginata: los sables largos.

Puño de la Gran Compasión

El libro que fusiona dos mundos

Departamento de comunicación
Wushu Sanchai Beijing-Barcelona
<https://wushusanchai.org>

大悲拳

DÀBĒIQUÁN

El pasado mes de agosto tuvo lugar en la capital de China, Beijing, la presentación del libro DÀBĒI QUÁN (Puño de la Gran Compasión - Boxeo Suave de Shàolín), editado por Editorial Alas y escrito por el gran maestro Zhang Zhong Yi y Laoshi Carlos García, quien firma la siguiente crónica del evento y de los acontecimientos que lo han precedido.

Barcelona, 12 diciembre de 2017. Ya tengo en mis manos, por fin publicada, mi obra más reciente sobre artes marciales chinas: *El Puño de la Gran Compasión*, denominado en términos chinos **DABEIQUAN**, un estilo muy poco conocido en el mundo marcial y que de bien seguro no dejará indiferente a la comunidad marcial china.

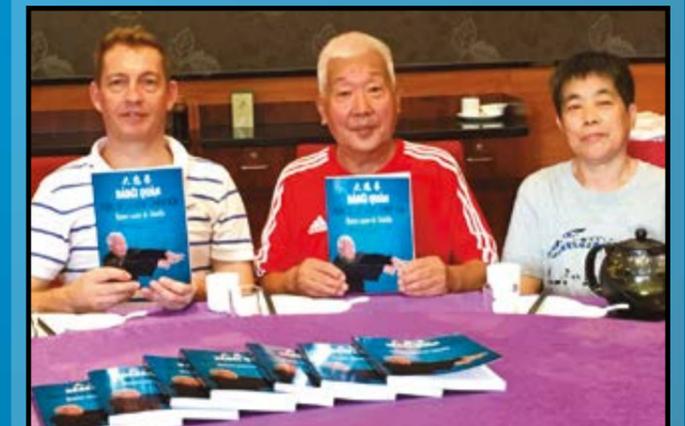
Ve el resultado final de nuestro proyecto y no tengo más que palabras de gratitud para el equipo que trabajó de manera ardua y con espíritu firme año tras año... Me estoy refiriendo a mí querida hermana Pilar García, a Jingwen y, muy en especial, a la propia editorial, que lleva algo más de una década confiando en mis artículos y libros para el mercado al cual ambos nos debemos.

En cuanto tengo el libro en mi poder, me pongo en contacto con mi abuelo, el gran maestro Zhang, y le co-

munico el resultado final de nuestro preciado proyecto. Tal como me pide, le envío inmediatamente imágenes de la obra por la aplicación *WeChat*, pues sé que es un momento muy especial para ambos. Una vez puede contemplar algunas de las páginas, incluida la portada, su rostro muestra una gran felicidad, presagio de lo que sucederá en Beijing, su ciudad natal, meses más tarde...

Efectivamente. Pasado medio año desde que le envié fotos y texto del libro ya editado, emprendo el que será mi decimosegundo viaje a Beijing. A petición expresa de mi abuelo Zhang, llevo 20 ejemplares para efectuar la presentación y entrega de la obra –su verdadero legado marcial, que quedará de por vida en la historia de las artes marciales chinas– a sus descendientes más directos. Con más peso en el equipaje que normalmente, pero con la misma ilusión de siempre, embarco en el avión rumbo a Beijing. Tengo más de 10h y una distancia de casi 10.000 kilómetros para preparar lo que deberá ser mi parlamento ante mi abuelo, maestros y hermanos de kungfu.

Un gran recibimiento por parte de mi amada familia marcial me espera cuando aterrizo. Como los años anteriores, mi amado padre/maestro Wangqi me recibe con los brazos abiertos y muy felizmente, así como también mis hermanos marciales, tíos y amigos de Beijing.



Maestro Zhang Zhong, flanqueado por su esposa y por Laoshi C. García.

Mi abuelo no está allí. Me transmiten que quiere recibirme en nuestro lugar habitual de estudio durante estos doce años, el parque. Sin tiempo prácticamente para deshacer las maletas, espero con emoción el abrazo de mi abuelo, mientras saludo a un montón de personas que año tras año he ido conociendo.

Por fin llega el momento: en la puerta del parque, el gran maestro Zhang se acerca a mí con paso firme e intensa mirada; me dedica una sonrisa, un abrazo y cari-

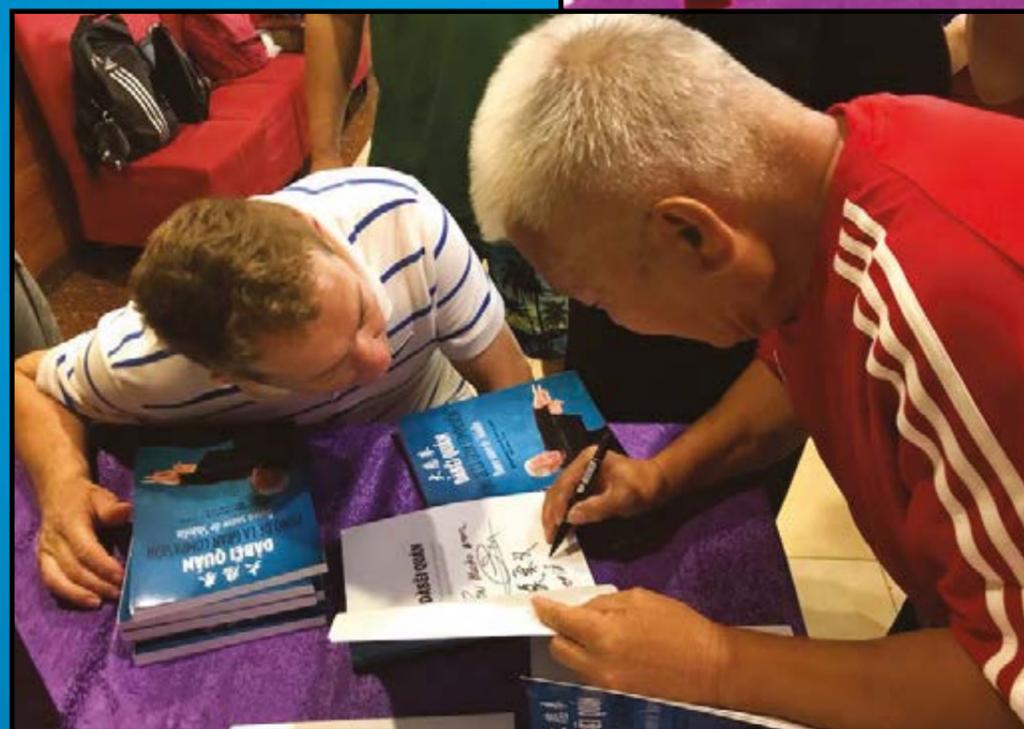
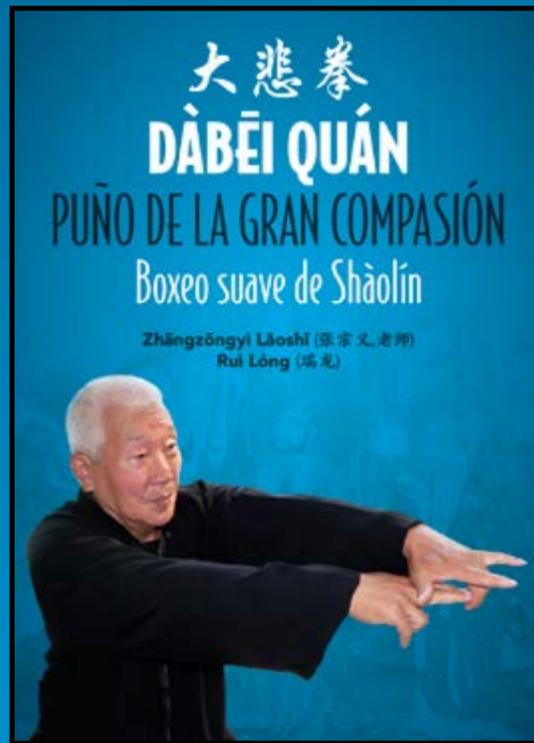
ñosas palabras de bienvenida, que se repiten durante la apetitosa comida que compartimos a continuación.

6:00am de la mañana siguiente a mi llegada. Un año más, un día más, me dirijo al parque del Templo del Cielo a practicar. Pensando que la hora y el lugar no serían los más apropiados para presentar en sociedad un libro elaborado con gran esfuerzo por parte de tantas personas, no he querido traer ningún ejemplar. ¡Gran equivocación! Mi abuelo está impaciente por echarle un vistazo al libro justo en esos momentos. Le pido disculpas por no llevar ningún ejemplar encima, prometiendo traerlo al día siguiente sin falta. Asiente y con una amplia sonrisa me invita a que la entrega de los libros sea en su casa, ya que su familia de sangre quiere darme la bienvenida.

Aclarado el plan para el día siguiente, paso a centrarme en mi práctica de Baguazhang con mi otro amado maestro/padre **Nirunhua** (6º descendiente del linaje) y de los estilos del Puño de Cañón de los Tres Emperadores con el gran maestro **Wangqi**. Así pasará todo el mes de agosto, de maestro en maestro, pues soy discípulo de ambos y tengo el compromiso de estudiar de por vida con ellos dos, más, claro está, con mi abuelo Zhang.

El momento tan esperado tanto por el maestro Zhang como por mí acontece por fin al día siguiente. Cargado con los 20 libros de la Gran Compasión, recibo, nada más llegar a la casa del maestro, abrazos por doquier y alegres muestras de bienvenida por parte de esta preciosa familia de Beijing que desde hace más de 10 años me acoge como uno de ellos. Tras las pastas y el té, entrego a mi abuelo los 4 paquetes de libros. Dejo que sea él mismo quien abra el envoltorio, tome un ejemplar y reconozca su figura ilustrando la portada... Sus ojos se agrandan como los de un tigre y explota de júbilo. Su expresión lo dice todo. Me abraza y siento que esta vez se ha creado algo muy profundo que nos conectará para siempre como maestro y alumno.

Fotos para inmortalizar el momento y, tras posar con el libro, mi abuelo empieza a regalar ejemplares a todos los presentes, que empiezan a consultar y valorar su contenido: "¡Hen Hao! ¡Hen Hao! Ruilong..." (muy bien, muy bien Ruilong). Asiento con la cabeza y les respondo que si una obra así ha sido posible es gracias a nuestro venerado abuelo, quien nos transmite con tanto amor estas sagradas enseñanzas...



La entrañable presentación del libro en ese entorno familiar no es óbice para una celebración más solemne, a la que puedan asistir todos los discípulos y discípulas del maestro Zhang en un espacio más acorde a la gran ocasión. Él parece opinar lo mismo, porque me acompaña cuando me marchó y me conduce a uno de los restaurantes más conocidos de la zona donde elegir el reservado adecuado para acoger una presentación más oficial, como la que realizamos en Barcelona nada más publi-

carse el libro. Reservamos un amplio salón para la tarde del siguiente día. Después, me acompaña hasta el hotel, dándome una y otra vez las gracias por la escritura de la obra, mientras yo no dejo de pensar "si supiera lo feliz que me ha hecho durante todos estos años. Si verdaderamente supiera que me devolvió la vida marcial..."

Y por fin, el día del evento: presentación solemne del libro y posterior cena para los asistentes. Mi abuelo y yo llegamos un poco antes, con los libros, para supervisarlos todo y recibir uno a uno a los invitados.

Una vez acomodados los asistentes, el maestro Zhang es el primero en tomar la palabra. En su discurso

agradece mi esfuerzo y el de todos los colaboradores, explicando la importancia de desvelar para el mundo occidental este "secreto" llamado Dabeiquan. Mi abuelo destaca cómo uniendo esfuerzos se ha hecho realidad lo que hace más de tres años comenzó con la primera idea a la sombra del mismísimo templo del cielo.

Agradece de corazón a Editorial Alas su compromiso en la difusión de la cultura tradicional china, y subraya lo mucho que le ha gustado el diseño y las cubiertas que, según sus palabras, "han sido un acierto total".



Zhāngzōngyì, Wángqí, Nírùnhuá y Ruìlóng, Beijing 2017.

Y acaba su parlamento dedicándome unas bellas palabras:

"Ruìlóng es desde hace ya varios años un miembro más de mi amada familia, y no solo marcial. Es un occidental con alma de chino. En él he encontrado a alguien en quien confiar. He experimentado lo que es el respeto por su parte, tanto personalmente como también hacia sus maestros de las sexta y novena generación; ambos, transmisores de los estilos Baguazhang y Sanhuangpao-chuiquan. Cuando me pidió aprender el boxeo de la gran compasión, tuve la seguridad de que nunca caería en saco roto, y accedí a su petición. Un año más tarde

me sugirió que trabajáramos conjuntamente en la elaboración de este libro. Yo sabía de su dificultad, pero por otro lado había visto el excelente resultado final de su obra "El kungfu de los guardaespaldas de Beijing", que junto a mi sobrino, su padre de kungfu Wangqi, habían elaborado.

Hoy tenéis en vuestras manos un conocimiento, que aunque esté en español, de seguro podréis intuir el esfuerzo y trabajo que conlleva escribir acerca del Puño de la Gran Compasión y sus numerosos vericuetos, materia que forma un entramado de autentica y genuina sabiduría de Budismo Vajrayana.

Espero que a raíz del alumbramiento de este libro técnico, tanto ustedes como el mundo occidental alcance los tres secretos del Mizong para el cuidado del cuerpo de "adentro" y el cuerpo de "afuera". En los tiempos en que vivimos, el mundo necesita adquirir el estado de compasión y paz, debiendo reflexionar, como bien indico en este libro, acerca de nuestros propios actos.

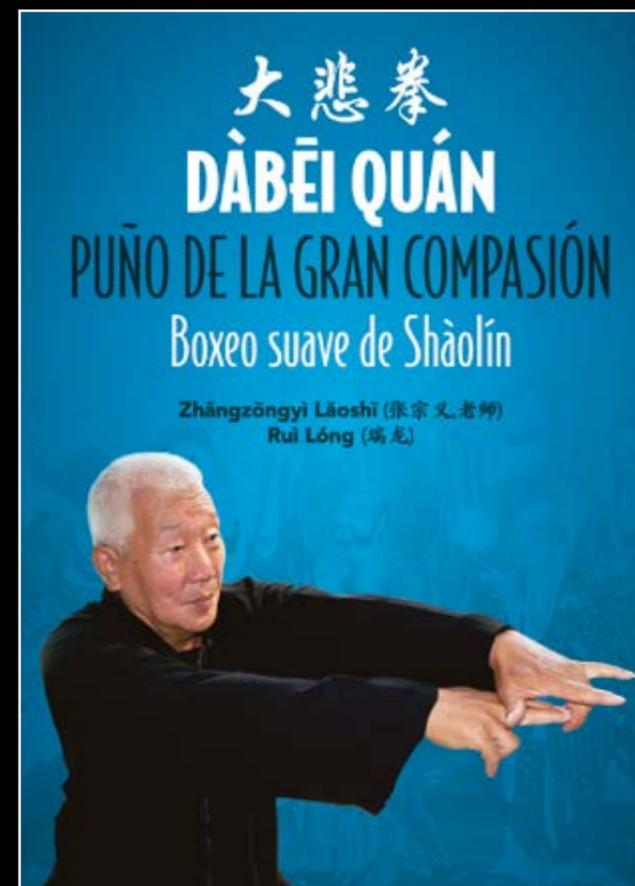
Gracias Ruìlóng por plasmar con tanta fidelidad mi idea, la de transmitir a toda la humanidad el verdadero tesoro de la Gran Compasión".

A continuación, mi abuelo me cede el testigo y comienzo con mi parlamento. Dado que mi dominio del idioma chino no es para "tirar cohetes", intento explicar que durante el tiempo que me llevó su escritura pude ser consciente de la gran sabiduría que permanecía oculta para la comunidad marcial china de España y que, a través de este legado escrito que recoge tanto el aspecto histórico como el técnico, va a ser desvelada. Añado que, gracias a mi amado abuelo, he podido creer mucho más, espiritual y marcialmente.

Agradeciendo la confianza depositada en el proyecto por mi abuelo como coautor del sagrado libro del Boxeo Dabeiquan (Puño de la Gran Compasión), concluyo mi discurso: "este trabajo conjunto aviva mucho más el sincero amor que maestro y alumno nos profesamos".

Todos los presentes responden con un amplio y caluroso aplauso mientras ambos nos fundimos en un abrazo, tras el que pasamos a firmar y entregar los libros.

En la cena posterior a la presentación, los diferentes capítulos de la obra pasan a ser el tema principal de conversación. No hoy mejor final para tan especial jornada: **El Puño de la Gran Compasión** se convierte en el protagonista indiscutible de la velada.



DÀBĒIQUÁN

PUÑO DE LA GRAN COMPASIÓN

BOXEO SUAVE DE SHÀOLÍN

Zhāngzōngyì Lǎoshī (张宗义, 老师)

Ruì Lóng (瑞龙)

P.V.P. 26 euros

Número de páginas: 170

ISBN: 978-84-203-0613-1

toma conciencia de ellas, puede evitar pensamientos innecesarios y entrar en un estado de absoluta tranquilidad. El practicante que se mantiene firme en la práctica, no solo obtendrá la relajación corporal, sino también experimentará paz, desapego y calma interior. Debe mantenerse siempre en un estado flexible, siendo esta la razón del Shàolín rǒu quán o "Puño suave de Shàolín".

La manera correcta de practicar el Boxeo de la Gran Compasión es suave, reduciendo así el desgaste físico; al cabo de un tiempo, la energía aumentará y mejorarán las funciones del sistema defensivo y vegetativo del cuerpo, lo que ayudará a los practicantes a vencer enfermedades, ganar fuerza y, a su vez, ralentizar el envejecimiento, razón por la cual esta técnica es extraordinaria para ancianos y pacientes con enfermedades crónicas.

Su prioridad es mejorar la constitución corporal de sus practicantes y proporcionar habilidades de defensa. La metodología del aprendizaje original combina la manifestación de las series de movimientos con el recitado del Mantra de la Gran Compasión, la realización de los poderosos mudras y la meditación en las imágenes de los Púsà y Luóhàn, destacando en su método de entrenamiento los diversos aspectos esotéricos.

Dàbēiquán o "Boxeo de la Gran Compasión" es un patrimonio marcial de la cultura tradicional china. Originario del budismo "Mizōng" (o Vajrayāna), Dàbēiquán es una técnica que estudia tanto la energía interna como la fuerza externa, por lo que supone una magnífica y eficaz herramienta para los seguidores de esta escuela budista. Basado en el Mantra de Gran Compasión (dàbēi zhòu), las fotografías de los movimientos que usted verá en este tratado se corresponden con cada uno de los cánticos de los 84 mantras.

Dàbēiquán es un estilo con posturas elegantes y hermosas, con movimientos ligeros y con una conciencia absolutamente budista. Debido a que sus movimientos están basados en aspectos de esta doctrina y en las figuras de buda del mítico templo de Shàolín, cuando el practicante

Por Sebastián González
sebastian@kungfuweb.org

La caligrafía china



La caligrafía es una parte importante de las artes tradicionales Chinas que consiste en la representación de los caracteres chinos, los cuales provienen de las formas de la naturaleza.

La caligrafía puede realizarse sobre ideogramas modernos o con los más antiguos, como la conocida escritura del sello (篆書, zhuànshū) cuyos trazos son más figurativos, relativamente libres y artísticos.

Para la práctica de la caligrafía china son necesarios los siguientes utensilios: Papel, pinceles, tinta y la piedra para hacer la tinta. Además de estos componentes, también puede ser útil una alfombrilla que se coloca debajo del papel para evitar que la tinta manche o se corra, un soporte para los pinceles y una piedra o un peso para sujetar el papel y evitar que se mueva.

El papel es uno de los cuatro mayores inventos de la China. Hay muchos tipos de papel, pero el producido en el condado de Xuan es muy famoso en toda China por su calidad, pues es uno de los más elegantes y está diseñado para mostrar los trazos de la caligrafía.

La tinta tradicionalmente estaba hecha con la ceniza de ramas de árbol o con el humo de alquitranes, pero actualmente proviene de productos químicos. Su presentación se hace en una barra rectangular que se mezcla con el agua a través de su fricción o ya viene preparada en forma líquida.

La piedra para hacer la tinta es otro de los elementos necesarios. Normalmente es una piedra lisa como la pizarra que permite su fricción sin dejar residuos o arenilla.

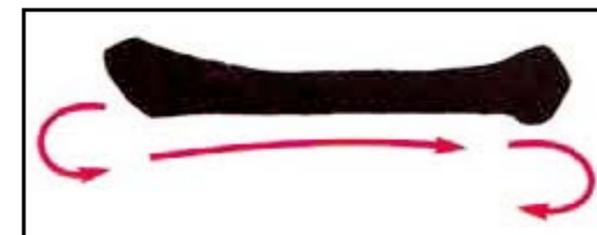
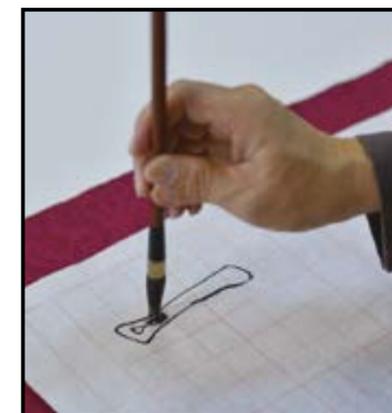
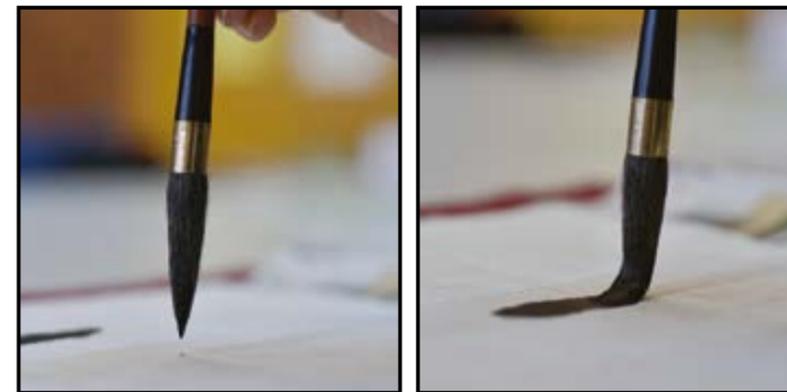
Y los pinceles, que los hay de muchas calidades, pero entre los mejores destacamos los que están hechos de pelo de animal para que sean suaves y flexibles. Una característica especial es su punta, ya que por su presión y control, al levantar o hundir el pincel, el calígrafo conseguirá mostrar sus sentimientos en la confección de la caligrafía china.

Los criterios por los que se valora una buena caligrafía son: que los ideogramas estén escritos correctamente, que la caligrafía sea legible, concisa y que su diseño se adapte al papel para que sea agradable y estético. Todos estos criterios son

los que deben estar presentes en cada caligrafía, siendo el diseño, emplazamiento y presentación los más importantes.

Para comenzar a crear una caligrafía China, el primer paso es aprender a confeccionar la tinta china y a utilizar el pincel.

Para la confección de la tinta China se necesita una barra de tinta que se mezclará con agua. En la piedra de pizarra se pondrá una o dos cucharadas pequeñas de agua y se comenzará a frotar la barra sobre la piedra para mezclarla. Por término general, nos llevará de unos diez a quince minutos, dependiendo de la cantidad de agua que hayamos puesto.



Cuando notemos la tinta pastosa, estará lista. Una comprobación que podemos hacer para saber si la tinta está a punto, es la de dibujar un trazo sobre el papel. Si al realizarlo la tinta se va corriendo hacia fuera como si invadiera el papel, nos indica que tiene demasiada agua, por lo que tendremos que continuar frotando hasta que esté más pastosa y compacta.

El uso del pincel: debe sujetarse el pincel con el pulgar y el dedo índice. Con el dedo corazón hay que presionar el pincel hacia el dedo anular para fijarlo.

El primer tipo de trazo a practicar es el horizontal y, para realizarlo, se debe mantener el pincel vertical. Después debe tocarse el papel suavemente con la punta y mover ligeramente el brazo hacia la izquierda y abajo. Acto seguido, manteniendo el pincel presionado sobre el papel, se levanta el pincel muy suavemente para volverlo hacia el lado derecho. Como si se dibujara un número "ocho" sobre el papel.

Los trazos no se retocan y son una expresión del estado mental. Cada trazo debe llevar unos diez segundos aproximadamente. Después de terminarlo, no hay que empezar otro inmediatamente, sino que hay que disfrutar, divertirse y relajarse...

Cuando hayamos practicado bastante, podemos in-



tentarlo con otros trazos como el vertical, el punto o el de forma de gancho, hasta que ya estemos listos para dibujar ideogramas chinos.

El uso del pincel tiene muchos puntos en común con las artes marciales, Karate, Kungfu, Aikido, Taichi... como la concentración, la visualización del trazo o movimiento, la postura y la respiración. Y su práctica puede ayudar a mejorarlas.

Agradecimiento por el 35º Aniversario del vínculo Sifu Wong-Esteban Bagué

Con esta pequeña nota quiero agradecer a mi maestro, Sifu Wong Ping Pui, los 35 años de amistad y enseñanza, que se iniciaron en el Pabellón Municipal de Barcelona. Allí fue la primera vez que tuve contacto con este maestro, con el que entré en este linaje, que me ha proporcionado muchos años de práctica y dedicación.

Deseo agradecer a mi si-hing Francesc Girona su colaboración hacia a mi, así como a mis alumnos su probada lealtad. Igualmente quiero agradecer a mi sifu-maestro Wong Ping Pui su dedicación y maestría hacia mi.



Vilanova i la Geltrú
4 Campionat internacional d'Arts Marcials Xineses

TAIJIQUAN
KUNG-FU
WU-SU

8 de Desembre 2018 9h
Pavelló de les casernes 8/n

Amare

UNA OBRA SOBRE EL KUNGFU DE WUDANG Y SU CULTURA.
Contiene una gran información para los amantes del wushu de Wudang y el KUNG-FU tradicional, con su alquimia, sus maestros importantes, leyendas, ejercicios, etc...
No te puede faltar esta obra en tu biblioteca.

- Historia y Cultura de Wudang y sus templos.
- Las escuelas de Wushu de Wudang.
- Las reglas monásticas de los templos taoístas.
- Los métodos de entrenamiento de los monjes y discípulos.
- Origen y evolución del Wushu. El Waijia quan.
- Las formas tradicionales y sus nombres ancestrales, y mucho más que podrás consultar y aprender en esta obra única en Europa y en castellano, realizada por el Shifu Serrato, en sus viajes e investigaciones en las montañas de Wudang y tras consultar con los monjes y maestros del kungfú de Wudang.

El Wushu de Wudang
1 Volumen

武当 武术
Por Juan C. Serrato

P.V.P 25€

Solicita tus pedidos aquí:
Escuela Superior Wudao
c/ Almansa, 47 c.p. 28039 - Madrid
Email: secretaria@wudao.es

915 342 029
656 627 300

www.wudao.es / www.wushusport.es

THE WOODEN DUMMY

PATROCINADORS

EDITORIAL ALAS
[libros de artes marciales]
www.editorial-alas.com

FUJI MAE

Generalitat de Catalunya
esportcat

AJUNTAMENT DE Vilanova i la Geltrú

Kyusho policial

Por **Tony Montana**
Montana Training System
Maestro de Artes Marciales Filipinas y Kyusho



Mucho se ha escrito sobre qué arte marcial es el más propicio y adecuado para que un agente lo aplique con garantías. La pregunta es, ¿de qué garantías hablamos?



Lo más importante es ser consciente de la desigualdad entre un policía y un delincuente. Mientras el policía tiene un protocolo y unas limitaciones en el uso excesivo de la fuerza y el uso de sus armas, el delincuente por un lado utiliza esa situación a su favor, y no duda en enfrentarse utilizando sus armas naturales y en ocasiones palos, cuchillos, pistolas, etc., pero esto no termina aquí, frente a un caso flagrante de defensa propia y cumpliendo el protocolo, el delincuente puede denunciar al agente poniéndole en un serio compromiso.

Aquí es dónde el arte del kyusho, es decir el conocimiento de los meridianos energéticos y el sistema nervioso, juegan a favor del agente.

Voy a exponer una serie de puntos de presión junto a algunos nervios del

cuerpo que ayudarán a reducir y a controlar a un agresor con el mínimo de fuerza. Son conceptos que apoyan a los movimientos técnicos que cada uno de nosotros hemos aprendido en las escuelas de artes marciales o en la academia.

En la parte anterior del brazo se localizan tres meridianos energéticos y tres nervios.

En la línea del dedo pulgar se localiza el nervio radial y el meridiano del pulmón, sobre la parte interna de la muñeca, a dos dedos de la mano, podemos presionar o golpear estos puntos, que dirigiendo el ataque hacia la mano provocará entumecimiento y un exceso de energía en la mano, provocando que se abra.

Se puede conseguir el mismo efecto golpeando o presionando sobre el meridiano de Maestro Corazón número 6, en el nervio mediano entre los tendones del músculo palmar menor y el músculo palmar mayor, es un punto muy doloroso, sencillo de localizar, y poco protegido.



Presión con el Kubotan sobre el meridiano de Pericardio.



Presión con el bastón extensible sobre el meridiano de Pericardio y Pulmón. Con la defensa extensible, se pueden presionar y ejercer un gran control del brazo y del cuerpo.



Presión con el Kubotan sobre Pulmón 7.

Otro punto genial se sitúa sobre la misma línea del Pericardio, justo encima del bíceps. Es muy sencillo golpear esta área, provoca una retracción del brazo y pérdida de fuerza y movilidad; además puede causar un desvanecimiento leve.



El Punto de Pericardio nº 2 solo responde al golpe, debilita toda la estructura energética del brazo, es un golpe muy severo.

En la parte trasera del brazo se localizan dos puntos de los más usados por los agentes. Se trata del Triple Recalentador número 11 y 12, entre el codo y el hombro, se ejerce presión sobre el número 11 conocido como órgano receptor tendinoso de Golgi, y así evitamos un exceso de presión en el codo, de este modo no habrá posibilidad de lesión. La dirección debe ser hacia el hombro y hacia el codo a modo de fricción con la mano o el bastón extensible.

Utilizando una técnica de serpiente sobre el brazo, con el bastón extensible friccionamos el tri-



ple recalentador 11, también llamado Órgano receptor tendinoso de Golgi. En la segunda foto observamos cómo podemos friccionar el mismo punto con los nudillos, para poder estirar el brazo, sin ejercer demasiada presión sobre el codo.

Un poco más arriba, en el centro del músculo tríceps podemos golpear sobre el triple recalentador número 12: cuando queremos hacer una palanca de codo, presionamos sobre la muñeca en los puntos antes mencionados y con el antebrazo golpeamos este punto para relajar la estructura del brazo y así aplicar la palanca, evitando hacer presión sobre el codo.



Golpe sobre el triple recalentador 12. Simultáneamente presionamos sobre la muñeca en los puntos de Pericardio 6, o Pulmón 7 y 8.

Los dos mejores puntos, los más vulnerables y desprotegidos de los brazos son Intestino Grueso nº 10 y Pulmón nº 5. Sobre la parte Yang del brazo, es decir, la externa, se sitúa el punto de Intestino Grueso nº 10: a dos dedos por debajo del codo en la línea central, se puede friccionar o golpear, provoca dolor y disfunción severa del brazo. Si queremos romper su guardia podemos golpear fácilmente con dirección descendente, el brazo quedará entumecido, sin energía.

Una combinación para abrir las manos de alguien que sujeta el volante o la muñeca de un agente, es presionar Intestino Grueso 10 cerca del codo o pulmón 5 en la parte interna, a la misma altura y simultáneamente el meridiano de Pulmón 7 o pericardio 6, en direcciones opuestas.



El meridiano de Intestino Grueso nº 10 se puede presionar o golpear.



Presionar simultáneamente los puntos de Pulmón 7 y Pulmón 5 en direcciones opuestas, provoca el debilitamiento del brazo y de la mano, estos puntos son muy apropiados si tenemos intención de desarmar un cuchillo.

Sobre el nervio radial, un dedo por debajo del codo, en la parte interna del antebrazo, se sitúa el nº 5 del meridiano del Pulmón. Se localiza en el pliegue articular del codo, en la depresión radial del tendón del músculo bíceps braquial. Reacciona bien a la presión o al golpe, en dirección al codo o a la mano. Golpear en una u otra dirección determinará la respuesta del oponente. Si golpeamos hacia su mano, tonificaremos el meridiano y su cuerpo se doblará hacia nosotros, en cambio si el golpe es hacia el codo, lo alejaremos ganado distancia.

Ante un agarre doble de cuello podemos debilitar totalmente sus brazos aplicando presión sobre ambos puntos con rotación hacia al exterior, las piernas también se doblarán, gracias al efecto la energía utilizará un camino descendente hasta tierra.



Presión simultánea sobre ambos brazos, en el meridiano de Pulmón nº 5.

Para terminar el recorrido del brazo, vamos a ver el punto de Corazón nº 2, se sitúa 3 Tsun por encima del pliegue del codo, en la parte interna del brazo, en el canal interno del músculo bíceps, responde a la presión y al golpe, entumeciendo el brazo y provocando la retracción del mismo. Golpear este punto en ángulo ascendente provoca un dolor intenso y coloca el brazo en ángulo de

Kyusho policial

90°, facilitando la palanca de hombro muy utilizada por las fuerzas y cuerpos de seguridad del estado.



Punto del meridiano del Corazón n°2 entre los músculos bíceps y tríceps.

El último punto de estudio es el punto n° 3 del meridiano del Corazón, se sitúa por debajo del codo y del epicóndilo interno del húmero. Golpearlo en ángulo descendente puede provocar un desvanecimiento, también responde generosamente a la presión, pero para causar un mayor efecto, podemos presionar simultáneamente los puntos del interior de la muñeca con la otra mano, a modo de activación.

Presión simultánea sobre el meridiano de Corazón n° 3, cerca del codo y con la otra mano, presión sobre Pericardio n° 6 sobre la muñeca.



Sobre la mano, localizamos el punto de Intestino grueso n° 4, se puede presionar en dirección al hueso y debilita tanto la mano como la muñeca, es un punto idóneo para presionar antes de ejercer una palanca articular, evitando así lesiones articulares.



El Punto de intestino Grueso 4, se puede presionar con la mano, con el kubotan o con el bastón extensible.

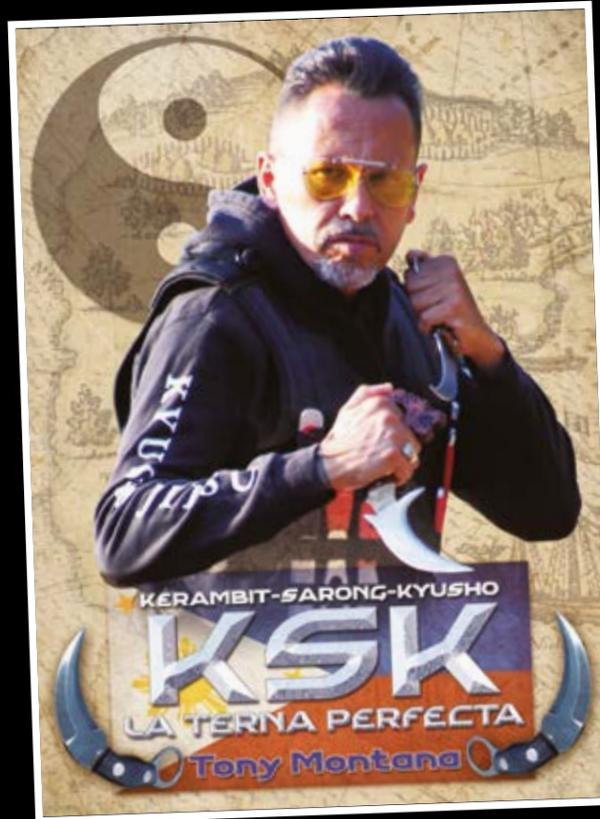
BIBLIOGRAFÍA

**KERAMBIT,
SARONG Y KYUSHO**

La terna perfecta

Tony Montana

P.V.P. 16 euros



Este libro representa un mensaje lanzado al mar en una botella, con la esperanza que llegue a buen puerto. A un puerto donde el lector descubrirá un mensaje que tal vez cambie o mejore su vida, como me sucedió a mí. En esta obra encontrará parte de mí, parte de mi experiencia de vida, parte

de mi conocimiento. La filosofía marcó claramente mi vida y mi carrera marcial, y aquí descubrirá una filosofía práctica y a poner esa filosofía en acción. Como vehículo, en esta ocasión utilizo un arma destructiva, elegante y versátil, el KERAMBIT, y junto a él su aliado perfecto, el SARONG o scarf (bufanda) que a modo de serpiente envuelve y captura, y como un látigo puede golpear y proyectar. El KYUSHO nos abrirá las puertas hacia el interior del cuerpo, mostrando su fragilidad y a la vez su fortaleza. Descubriremos los canales energéticos y su aplicación marcial. A los largo de las páginas del libro, estos cuatro elementos juntos entran en una simbiosis perfecta formando una unidad armónica y equilibrada. Y, por encima de todo en esta obra no hay ningún ingrediente secreto, sólo se trata de ser uno mismo, buscando al guerrero interior y ese, está dentro ti.

**SEMINARIO INTERNACIONAL Y PRESENTACIÓN DEL LIBRO
"KERAMBIT, SARONG Y KYUSHO. LA TERNA PERFECTA"**

Sábado 24 de noviembre en "The Rock Gym", Canet de Mar (Barcelona). Organiza sifu Jaime Rossell (635.128.774).

**SEMINARIO INTERNACIONAL Y PRESENTACIÓN DEL LIBRO
KERAMBIT-SARONG-KYUSHO
KSK**
Guro Tony Montana
24 NOVIEMBRE
- DE 10H A 13H Y DE 15H A 18H -
THE ROCK GYM
Ronda Josep Anselm Clave Nº2,
Canet de Mar, BARCELONA
ORGANIZA: Sifu Jaime Rossell
Inscripciones: 635128774

Feng Shui

La importancia de la limpieza y el orden en Feng Shui

Meritxell Interiors & Feng Shui
meritxellinteriorsifengshui@gmail.com
<http://meritxellinteriorsifengshui.blogspot.com.es/>



Antes de realizar un estudio positivo de Feng Shui, es imprescindible crear un fuerte “vendaval” en nuestra CASA que se lleve toda la cantidad de cosas inútiles, rotas, inservibles y que ya no nos aporten nada. Esta acción favorecerá un nuevo estilo y perspectiva a nuestra vida actual.

Existe una asociación real entre limpiar y poner en orden nuestras pertenencias con nuestros asuntos personales, profesionales o saludables. Una vez hecha esta difícil tarea, veremos con más claridad lo que debemos o no hacer en nuestros asuntos.

Realmente la perfección no existe y tampoco ella convive en nuestras CASAS, y al igual que nos sucede en nuestro devenir y conocimiento interior, el desapego para con los objetos personales es un trabajo sin fin y continuo a lo largo de nuestras vidas. Ese hacer es personal e intransferible, y los consultores de Feng Shui, pueden dar pautas y consejos de cómo realizar un buen vacío, pero las decisiones finales del cliente son suyas y el resultado de ellas es el cómo desea vivir esa alma.

Cuando pones en orden tu CASA, es cuando tus muebles y la decoración adquieren vida propia y en armonía contigo y la misma CASA. Ese es un estado fantástico e ideal.

Primero se hace una buena limpieza, y no sólo se trata de la selección de qué me quedo, qué regalo, qué tiro, qué vendo..., nos referimos a la limpieza de agua y jabón. La suciedad estanca la energía y no permite que ésta fluya bien. Es importante que tengamos las CASAS limpias, con ello lograremos un cambio de energía significativo sólo con el mero hecho de pasar la escoba y el trapo del polvo.

El desorden sería el segundo elemento a tener en cuenta. Suele suceder que intentar mantener una organización espacial está asociado con una organización mental, y lo más importante: este orden llegará a la vez emocionalmente.

Este proceso nos acerca al tercer nivel: debemos poner cosas en estanterías, armarios, cajones. Por nuestras manos pasan decenas de objetos y entonces sucede: hemos de decidir!!!???, qué ponemos y qué no, y seguidamente desechar lo inservible. Si somos capaces de realizar este tercer paso, es un éxito total.

Lo ideal es hacer estos tres pasos relativamente rápido, el objetivo es establecer el nuevo patrón de vida ajustado a nuestra realidad actual. Recomendamos la lectura del best-seller “La Magia del Orden”, de Marie Kondo, para quien quiera profundizar en el tema. En él se dan un sinnúmero de consejos y metodologías para conseguir el equilibrio en la propia CASA. La esencia de ese libro es rodearse de cosas que hablen a nuestro corazón, y que al mirar a nuestro alrededor nos llegue la alegría en CASA.

NUEVA EDICIÓN DIGITAL GRATUITA - NUEVOS CONTENIDOS - NUEVA IMAGEN

EL BUDOKA 2.0

REVISTA BIMESTRAL DE ARTES MARCIALES

Descarga gratuita en

www.elbudoka.es



EL BUDOKA^{2.0}

REVISTA BIMESTRAL DE ARTES MARCIALES

Nueva edición digital gratuita

Nuevos contenidos

Nueva imagen



www.elbudoka.es

info@elbudoka.es



<https://twitter.com/editorialalas>



<http://www.facebook.com/pages/El-budoka-20/171547462873439>

Editorial Alas

www.editorial-alas.com