

relación de todos los días; pero para ello es preciso un poco de introspección. No es un libro de Karate-Do, es un libro de conocimiento a través del Karate-Do que no debe de faltar en la biblioteca de ningún artista marcial ni desde luego en la de ningún apasionado del mundo del pensamiento.



Kárate superior 1. Compendio **Kárate superior 2. Fundamentos**

Por Masatoshi Nakayama

Madrid: Ediciones Tutor, 2005

144 páginas cada volumen. 17x24 cm.

Ilustraciones

I.S.B.N.: 84-7902-545-X, 84-7902-546-8 • 12 € cada volumen

Disponibile en:

Ediciones Tutor

C/ Marqués de Urquijo, 34, 2º Izda

28008 Madrid (España)

Tel.: +34 91 559 98 32

Fax: +34 91 541 02 35

E-mail: info@edicionestutor.com

http://www.edicionestutor.com

Revisión por Juan María García Díez

Hablar de la obra del Maestro Nakayama implica, necesariamente, hacer referencia a una de las mejores labores de investigación científica sobre los principios cinéticos que rigen el Karate.

Discípulo directo del Maestro Gichin Funakoshi, el Maestro Nakayama recoge el testigo del que fuera el principal impulsor del Karate, analizando este arte marcial como disciplina sometida a parámetros fisiológicos y estudiándola desde un punto de vista claramente diferenciado respecto a otros textos clásicos en la materia.

La obra que presenta la Editorial Tutor supone una reedición de los textos del Maestro Nakayama, anteriormente editados por la Editorial Fher en el año 1980, y cuya presentación en su día supuso un claro avance en lo que a textos técnicos de Karate se refiere.

Sin grandes complicaciones, el Maestro Nakayama expone en esta obra (*Karate Superior* en español, *Best Karate* en inglés, *Super Karate* en italiano), compuesta en su origen por ocho

volúmenes editados en español y otros tres en otros idiomas, una estructura didáctica que va desde el tratamiento de los fundamentos técnicos en los cuales se basa el Karate (Volumen 2), hasta la pormenorización de las formas rituales o Katas (Volúmenes 5 a 11 inclusive). De igual modo, se presenta el tratamiento del Kumite o combate y su diferente tipología en los volúmenes 3 y 4, ubicando en el volumen que abre la obra una recopilación, de manera esquemática, un compendio de los conceptos básicos de este arte marcial

En lo que concierne a los dos primeros tomos de la colección, *Compendio* y *Fundamentos* respectivamente, se aprecia un claro intento de renovar los conceptos que en el año 1966 fueron ya expuestos por el propio autor en sus dos volúmenes titulados *La Dinámica del Karate*, libro de cabecera sin lugar a dudas de muchos de los, aún hoy, practicantes de Karate.

Respecto a esta última obra, *La Dinámica del Karate*, y reconociendo en la actual edición de *Karate Superior* un claro esfuerzo por facilitar la comprensión de los conceptos que desarrolla, se hubiera agradecido, al menos por los estudiosos menos iniciados en el mundo del Karate, una exposición ligeramente más detallada de algunos de los contenidos, sobre todo en lo que se refiere a la corrección y posibles errores de ejecución en las técnicas, tal y como el antiguo texto de *La Dinámica del Karate* recoge en sus páginas.

Sin llegar a realizar clasificaciones técnicas del tipo de las llevadas a cabo en algunas de las grandes obras clásicas sobre Karate, como pueda ser el caso de *Karate Do Kyohan* del Maestro Gichin Funakoshi (1935, 1ª edición; 1956, 2ª edición), sí hubiese sido bien recibido por el lector un tratamiento más exhaustivo sobre aspectos técnicos tradicionales del Karate y su proyección en la práctica diaria, sobre todo a efectos didácticos.

Sin embargo, el autor probablemente quiso presentar una obra rigurosa en lo relativo a un tratamiento científico de los movimientos básicos y gestos técnicos fundamentales del Karate, sin pretender ahondar en otras conceptualizaciones, por otro lado tan comunes en todo arte marcial, ya reflejadas en textos anteriores.

Con una breve reseña a contenidos de carácter histórico y una escueta referencia a lo que pudiesen considerarse opiniones subjetivas respecto a la materia objeto de estudio, el autor trata con precisión todos los asuntos relacionados con las técnicas específicas de Karate y, lo que resulta más interesante para el lector experimentado en el tema, su tratamiento con bases biomecánicas. Este aspecto hace del Maestro Nakayama uno de los principales impulsores del Karate basado en aspectos científicos, resultando gratificante para todo aquel que se acerca a una obra referente a las artes marciales con inquietudes que van más allá de los conocimientos de las técnicas tradicionales propias de la disciplina.

A través de la lectura de estos dos primeros volúmenes, podremos entresacar conclusiones válidas tanto para el practicante inicial de Karate, cuyo primer acercamiento a un texto serio y riguroso posiblemente le animará en su práctica, como para el profesional del Karate que encontrará en la obra del Maestro Nakayama un referente de necesaria consulta en numerosas ocasiones.

En relación con el formato elegido para la actual presentación de los volúmenes de *Karate Superior*, agradecer el ligero aumento del tamaño de los mismos respecto a su anterior edición, a la vez que se mantiene toda su claridad visual y manejabilidad.

Compendio (Vol. I) y *Fundamentos* (Vol. II) representan el inicio de una serie de volúmenes necesarios en la biblioteca de todo practicante de Karate. Si bien se ciñen en su estructura técnica al estilo de Karate Shotokan, las bases biomecánicas que abordan de manera clara y simple contribuyen a observar la ejecución de las técnicas de Karate desde una óptica enriquecedora para todo aquel lector, practicante o no de Karate, interesado en los aspectos básicos de la fisiología y cinética relacionados con gestos deportivos de la especialidad. No en vano, el Maestro Nakayama formó parte del claustro de profesores de la Universidad de Takushoku, en un primer momento como ayudante del Director de Educación Física de la misma (1952), y posteriormente como responsable directo del departamento,

impulsando todo tipo de estudios e investigaciones relacionados con el tratamiento del Karate como disciplina científica dentro y fuera de Japón.

Es de esperar que la Editorial Tutor saque a la luz la totalidad de volúmenes que componen la colección *Karate Superior* en un breve espacio de tiempo, ya que la acogida que en su día tuvo la edición inicial entre los practicantes de Karate fue de absoluto reconocimiento de la misma.



El libro del Aikido

Por John Stevens

Barcelona: Editorial Kairós, 2002

144 páginas. 14x22 cm. Ilustraciones

I.S.B.N.: 84-7245-523-8 • 10 €

Disponible en:

Editorial Kairós

C/ Numancia, 117-121

08029 Barcelona (España)

Tel.: +34 49 494 40

Fax: +34 41 051 66

E-mail: info@editorial.com

<http://www.editorialkairos.com>

Revisión por José Santos Nalda Albiac

Este libro de John Stevens se estructura en cuatro partes que tratan de dar una visión del Fundador del Aikido y de su obra.

En la primera parte describe los rasgos mas notables de la biografía de Morihei Ueshiba, cuyo nacimiento en la villa de Tanabe, situada a unos 300 kilómetros de la montaña sagrada de Kumano, parece determinar el carácter religioso que habría de marcar a este hombre, y del que hizo gala a partir de la época en la que conoció al monje Onisaburo Deguchi de la secta Omoto-Kyo.

Relata Stevens que Ueshiba tuvo una infancia enfermiza, pero en la adolescencia su férrea voluntad le llevo a realizar toda suerte de trabajos y ejercicios para fortalecer su cuerpo. Ya adulto quiso ser soldado y alistarse para la guerra ruso-japonesa, pero fue rechazado en el examen físico al no alcanzar la estatura mínima requerida. Quería ser soldado y servir a su país, así que se col-

gaba de los árboles con grandes pesos atados a sus piernas para estirarse, y con tan rudimentario sistema logró su propósito, ya que al presentarse a un nuevo reconocimiento fue admitido y destinado a un regimiento de infantería. Era habitual en él esforzarse al máximo en todas las tareas, buscando sobrepasar y ampliar sus límites físicos y mentales, y en cierto modo lo consiguió dada la fama de hombre extraordinario que le atribuían sus coetáneos.

Morihei Ueshiba, después de haber frecuentado numerosas escuelas de Bu-Jutsu, dijo en cierta ocasión: “practiqué mas de treinta artes marciales, la mayoría durante menos de tres meses”. John Stevens juzga este hecho de manera muy benevolente, afirmando que le bastaba este tiempo para dominar los estilos de tantas escuelas. Nuestro juicio, mas prudente, nos lleva a reflexionar sobre lo que hoy aprende un aikidoka en tres meses, y la realidad nos demuestra que es bien poco...

La búsqueda de Ueshiba fue siempre más espiritual que marcial, y aunque había logrado una gran destreza y eficacia en el Aiki-Jutsu, buscaba algo mas allá de lo físico y lo táctico para resolver los conflictos; buscaba encontrar el comportamiento idóneo ante la agresividad ajena. Así, en Ayabe conoció a Onisaburo Deguchi, y quedó cautivado por los conocimientos esotéricos de este monje, o chamán, de la secta Omoto-Kyo, hasta el punto de afiliarse a ella y seguir por mucho tiempo las enseñanzas de esta religión. Empatizó tanto con Onisaburo que no dudó en acompañarle en un largo y peligroso viaje a Mongolia con fines altamente utópicos, pero fracasó estrepitosamente. Fueron capturados y estuvieron a punto de perder la vida.

John Stevens continúa exponiendo a grandes rasgos los hechos mas sobresalientes de la vida de Morihei, que por otra parte el lector encontrará en muchos de los libros que se han escrito sobre los primeros tiempos del Aikido. Ueshiba presumía en sus mejores años, de estar siempre alerta, y les decía a sus alumnos: “Si alguna vez me sorprendéis desprevenido os daré una licencia para enseñar...”. En la última etapa de su vida, ocupaba su tiempo en meditar, estudiar y rezar, además de practicar o enseñar Aikido cuando sus

achagues se lo permitían, y sus explicaciones eran tan “esotéricas” que los alumnos se quejaban de no entenderlas y aburrirse con ellas...

Sintetizando al extremo sus enseñanzas, les proponía a sus seguidores optar por:

- El entendimiento, en vez de la confrontación.
- Hacer de cada momento de la vida ordinaria un acto de culto.
- Llevar una vida sana, y darse un tiempo para meditar.
- Cuidar el medio ambiente porque el Universo es una única familia.

La segunda parte del libro describe la parte técnica del Aikido, cuyo objetivo es múltiple: fortalecer el cuerpo, usar racionalmente la energía, disciplinar la mente, y pulir el espíritu... Es un noble propósito, pero la dificultad estriba en que después de Ueshiba, nadie enseña de manera práctica como conseguir todas esas metas.

Todos pueden practicar Aikido, no se discrimina a nadie, ni por la edad, el sexo, la condición física, la experiencia, etc. porque es susceptible de adaptarse a las posibilidades de cada persona, y en consecuencia, su aprendizaje se puede prolongar hasta edades avanzadas.

Muchas de las técnicas de este arte marcial tienen su origen en el antiguo Ken jutsu, o formas de atacar y defenderse con una katana, y sus bases se estructuran en torno a:

- La guardia o, *Kamae* (la postura del cuerpo, y la actitud de la mente).
- La distancia de seguridad o, *Ma ai*.
- El momento oportuno para actuar, o *De ai*.
- La atención permanente, y la disponibilidad inmediata, o *Zanshin*.
- El *atemi*, sin el cual muchas técnicas no serían posibles
- El control del tono muscular
- La sincronía respiración-movimiento, o *Iki ai*.

La actitud mental libre de pensamientos y emociones, o *Mushin*.

El autor del libro sigue exponiendo, el modo en que comienzan y acaban los entrenamientos, con un saludo de ritual, las formas de prepararse para la clase (el calentamiento o *Aiki-Taiso*), la alternancia de los practicantes en el rol de *Uke* y de *Nage*, la nece-