

tos en profundidad en la disciplina Zen. Entiendo, sin duda, que son muchos los que desean acercarse a la comprensión de los principios fundamentales de este antiguo saber y precisamente para ellos va dirigida esta otra lectura.

La obra, cuyos textos han sido seleccionados por Paul Reys y Nyogen Senzaki, se compone de cuatro libros, a saber: "101 Historias Zen", "La entrada sin puerta", "10 Toros" y "Centrarse". De todas ellas "101 Historias Zen" ocupa la mayor parte del libro, y es de agradecer por parte del público no versado en las teorías Zen. De lo contrario, el libro podría haberse convertido en algo exclusivo para unos pocos. Las historias Zen que se describen son una auténtica joya. Lo son por erigirse en algo comprensible y aleccionador para la vida de todos los días, esa que se libra a diario desde las fábricas, el hogar, y en cualquier tipo de actividad humana y social. Son historias aleccionadoras que hacen encararse al lector con la auténtica realidad de las cosas. Auténticas parábolas desarrolladas para hacer entender al hombre la verdadera esencia de la condición humana; por supuesto el complicado mundo de las relaciones interpersonales. Son historias cortas pero no por ello poco intensas, tanto es así que a muchos les parecerán excesivamente cáusticas por el simple hecho de que enfrentan al lector con la auténtica realidad de las cosas, y eso a veces no gusta. No en vano, tal y como prologa Paul Reys, son experiencias de autodescubrimiento interior que quizá el lector pueda llevarlas a cabo en su vida diaria. Estoy convencido de ello.

"La entrada sin puerta" se trata de un texto de Zen puro y complejo en el que se exponen los famosos Koan que tan conocidos han sido por los orientalistas en general. Ya lo advierten los prologuistas antes de que el lector se introduzca en ellos: "Si te agradan los caramelos y la vida fácil aparta este libro, pues trata sobre el tremendo intento de los hombres de renacer, trata del satori, de la iluminación. Te puede ocurrir a ti. En un momento algo se abre y eres alguien nuevo. Ves el mismo mundo distinto con ojos nuevos".

La experiencia de la iluminación era conocida, desde hace muchos siglos, entre los maestros avanzados de Zen como "Intento". El "Intento" es pues la capacidad del practicante para alcanzar de manera espon-

tánea la iluminación –no confundir con otras interpretaciones ajenas al Zen si bien han sido extraídas del mismo–. Digo espontánea porque, coincidiendo con los grandes estudiosos Zen, "no hay método". Ni tan siquiera el Koan es un método. El prólogo ya lo afirma: "¿La respuesta correcta aun Koan? El mismo Koan es la respuesta, y en el momento que exista una respuesta correcta el Zen muere". La misión del Koan es precisamente concentrar la mente para que no se deje atrapar por la ilusión. Cuando el practicante se deje llevar por el "camino del corazón" es cuando puede surgir la iluminación, pero tampoco el Koan es un requisito para alcanzarla. Esa es la magia, la complejidad y paradójicamente sencillez del Zen.

El tercer libro, "10 Toros", es una joya existencialista y fenomenológica coincidente en el pensamiento con Husserl, Heidegger y Kierkegaard –para ello propongo la lectura de estos autores modernos–. En ella se describen los diez pasos por los que transcurre la consciencia en su camino hacia la iluminación. Pasos que otros ya han transitado y que se muestran como guía; compleja, por otra parte, si no se dispone del maestro adecuado. "10 Toros" se erige en un texto complicado y de difícil interpretación si no se dispone de una base existencialista adecuada. Aún con todo ello me parece un acierto dentro del contenido global de la obra. Los profesionales de las Artes Budó han de conocer que el sistema Dan (de 1 a 10) se basa, existencialmente, en estos "10 Toros". Cada una de las etapas (Danes) va, o debería ir acompañada, además de los conocimientos técnicos del Arte de que se trate, de su correspondiente enseñanza de la consciencia hasta alcanzar el último grado que supondría la iluminación.

Por último nos encontramos con el último texto titulado "Centrarse". Para mí un auténtico tratado sobre el manejo y conducción de energía, claro está, para el que quiera y sepa entenderlo. Ya nos aclara el prologuista que el Zen existe mucho antes de los clásicos orientales; en India ya se conocía tal y como revela este texto que se sustenta en una conversación entre Devi y Shiva. El Zen, Tao, Padre, Nirvana coinciden en algo básico: "la no-cosa", "el vacío", "el espíritu"; una vez tocados la vida se clarifica.

El texto aclara que Shiva ya estaba iluminada. Devi formula las 112 preguntas para que otros seres del Universo puedan recibir las enseñanzas de Shiva. A diferencia de los dos textos precedentes "Centrarse" es de fácil lectura y asimilación. La comprensión posterior ya depende de la formación del lector.

En suma, *Zen Colección de escritos Zen y Pre-Zen* se erige en una obra mágica, bien presentada, que en 171 páginas acerca al lector al mundo tan fascinante del Zen y lo hace de tal modo que todos los que se acerquen a sus propuestas puedan obtener beneficio con su lectura.

Hace muchos años cuando residía en Burdeos un Maestro me preguntaba ¿Qué es el Zen? Sólo sonreí. La verdad es que no sé porqué lo hice pero el maestro dio por válida mi respuesta que tomó forma de sonrisa. Nunca supe el porqué. La lectura de este libro me ha ofrecido la respuesta y para mí es algo muy hermoso. Estoy seguro que a ustedes les proporcionará, queridos lectores, las mismas satisfacciones que personalmente he experimentado.



## Judo infantil. Educación integral

Por José Santos Nalda.

Barcelona: Editorial Alas, 2003.

205 páginas. 24x17 cm. Ilustraciones.

I.S.B.N.: 84-203-0423-9 • 12 €.

*Disponible en:*

Editorial Alas

C/ Villarroel, 124

08011 Barcelona (España).

Apartado 36.274 - 08080 Barcelona

Tel.: +34 93 453 75 06 - + 34 93 323 3445

Fax: +34 93 453 75 06

E-mail: sala@editorial-alas.com

<http://www.editorial-alas.com/>

*Revisión por Óscar Luis Veiga Núñez*

Este sencillo libro, como su propio autor indica, no pretende aportar nada en el terreno de técnica del Judo ni de su enseñanza. Intenta recordarnos, sin embargo, que aquellas personas que nos dedicamos a su enseñanza tenemos un compromiso educativo con nuestros alumnos más allá de la

enseñanza de la técnica de nuestro deporte, especialmente si nuestros pupilos son niños y jóvenes. El autor intenta de este modo traer a nuestra memoria el proyecto educativo que Jigoro Kano elaboró cuando en 1882 fundó una nueva escuela de jiu-jitsu, el Judo, a la que precisamente cambió su nombre para hacer evidente que se trataba de algo distinto. Mas allá que un simple arte de lucha el Judo debía ser una escuela para la vida.

El autor propone a los profesores de judo recobrar ese reto educativo de educar para la vida a través de Judo, en una sociedad donde los valores y las normas éticas parecen haberse relativizado tanto que casi han desaparecido. Sin hacer grandes discursos, es posible percibir en el trato diario con nuestros alumnos una cierta desorientación vital, causada por escasez de claros referentes de conducta. Una especie de *todo vale*, de nada es mejor que cualquier otra cosa, de es lo mismo esto que aquello. Pero, no es así. Independiente de las posiciones individuales de cada uno, lo cierto es que los valores, unos más individuales y otros mancomunados con los demás, son importantes para el crecimiento individual y social.

El Judo, que como también cita el propio autor, ha sido recomendado por la UNESCO por sus valores educativos, es un buen camino para ofrecer a nuestros alumnos alguna ayuda en el camino de la vida. Y esto es algo que los profesores de Judo no deberíamos olvidar. Sin embargo, no se puede esperar que los valores se aprendan y se desarrollen porque sí. El Judo es un buen vehículo, pero todo vehículo necesita un conductor que sepa dónde dirigirlo. Este es el reto para el profesor de Judo. Según nos propone José Santos Nalda, el profesor de Judo debería hacer explícita esta tarea educativa en actitudes y valores e incorporarla a su programa de enseñanza junto con las habilidades físicas y técnicas. Para ello nos propone en su libro un conjunto de objetivos para la educación en actitudes y valores vinculados a cada etapa del aprendizaje en judo y una metodología de trabajo para tratarlos de forma explícita durante las clases de judo e incluso fuera de ellas con el apoyo de las familias. Este es sin duda el interés y la aportación de su libro.

Sin embargo, algo resulta un tanto desconcertante en la lectura de este sencillo libro, es que resulta difícil descifrar para

qué lector está realmente escrito, pues parece que a lo largo del libro el autor se dirige indistintamente a los profesores de Judo y a los propios niños. Tal vez hubiera sido más acertado escribir un libro sólo para profesores o sólo para niños. O dos libros, uno para cada componente del tándem educativo profesor-alumno.



### **Budo Mind and Body: Training Secrets of the Japanese Martial Arts**

Por Nicklaus Suino  
Boston: Weatherhill, 2006  
160 páginas, 14x18,5 cm. Ilustraciones.  
I.S.B.N.: 08-3480-568-5 • \$16.95  
Idioma: Inglés

#### *Disponible en:*

Shambhala Publications  
P.O. Box 308 Back Bay Annex  
Boston, MA 02117-0308  
Toll-free Tel: 888.424.2329  
Tel: 866.424.0030  
Fax: 617.236.1563  
E-mail: [custserv@shambhala.com](mailto:custserv@shambhala.com)  
[www.shambhala.com](http://www.shambhala.com)

#### *Revisión por John Donohue*

Nicklaus Suino se ha afirmado como un practicante y acreditado escritor de la tradición marcial japonesa. Escribe trabajos reflexivos y equilibrados sobre budo, y su último trabajo no es una excepción. *Budo Mind and Body* [Mente y cuerpo en el Budo], es, de hecho, una versión modificada de su trabajo de 1996 *Arts of Strength, Arts of Serenity* [Artes de Fuerza, Artes de Serenidad]. El libro actual contiene cinco capítulos cortos: Entrenando el Cuerpo, Entrenando la Mente, Cultura del Budo, Tres Virtudes Marciales, y Entrenando el Espíritu. En estas pequeñas secciones, Suino proporciona un análisis sensato y convincente del proceso de recorrer el camino marcial en las artes modernas japonesas. A pesar del entrecortado subtítulo editorial que insinúa los “secretos del entrenamiento”, Suino hace un buen trabajo expresando cómo el estudio del budo es un proceso que requiere de disciplina, paciencia y esfuerzo. Los

resultados pueden ser profundos y transformadores, como Suino cree claramente, pero su convicción de que estos resultados se consiguen a través del riguroso entrenamiento viene a ser un buen correctivo a las ideas populares sobre las artes marciales y las habilidades “como por arte de magia”.

El autor hace unos acertados pequeños esbozos de varias artes marciales modernas como ayuda para los individuos que están considerando el dedicarse a estudiar una u otra. Este libro es, de hecho, una bonita introducción al budo para los individuos nuevos en el mundo del dojo. Tiene poca hipérbole y mucho sentido común y experiencia. Lo recomendaría como un trabajo apropiado para los estudiantes principiantes, aunque la claridad de la prosa de Suino y la sinceridad de sus convicciones en relación con los beneficios del estudio del budo lo recomendarían para cualquier lector que comparta algo con su experiencia y sus creencias.

Suino también proporciona una pequeña bibliografía al final del libro. Aunque compuesta con los títulos favoritos del autor, la lista se habría beneficiado de la inclusión de algunas referencias adicionales –hay, por ejemplo, trabajos introductorios más modernos y más logrados sobre kendo que el viejo libro de hace 40 años de Sasamori y Warner–, y los aficionados a la lectura se han beneficiado del trabajo de calidad sobre kyudo realizado por Deprosperos.

Como última objeción, aunque felicito a Weatherhill por su firme y continuado éxito produciendo trabajos de calidad en temas marciales, espero que consulten con la gente (así como con sus propios autores) antes de diseñar las cubiertas del libro. El magnífico libro de Suino tiene como portada la fotografía de un individuo vistiendo una armadura completa de kendo, y sosteniendo una espada de madera. Los practicantes de kendo usan el bokken, pero no hacen esto vistiendo el guante protector conocido como kote. E incluso el principiante más novel, en cualquiera de las artes con espada, podría haber dicho al fotógrafo que la espada de práctica se sostiene con el filo cortante hacia arriba. Estos tipos de errores probablemente hacen que un individuo experto, como Suino, rechine los dientes de frustración, pero debería descansar seguro de que, cualquiera que sean los