

posteriormente por su ubicación en el cuerpo (cabeza, tronco, extremidades). Todos los puntos vienen nombrados en castellano y también en japonés y la mayoría de ellos con los diversos nombres que pueden tener dependiendo de la escuela que los nombre, así como su "traducción poética". Encontramos diversos dibujos que localizan perfectamente los puntos, uno general (anterior y posterior) y otros por bloques (cabeza, tronco y extremidades superiores e inferiores). Igualmente las fotos existentes en cada explicación sobre un punto son bastante claras y realizadas desde una perspectiva adecuada a lo que el autor quiere explicar.

Algo muy importante en este tema, y que la mayoría de los capítulos de otros libros omiten, son los efectos fisiológicos que pueden tener las distintas formas de ataque sobre un punto. Aquí nos encontraremos que los efectos son explicados concisamente y con gran claridad. Otro detalle que enriquece en gran medida el libro son las fotos que se insertan de diversos Maestros, a nivel internacional, realizando técnicas sobre kyusho como son el Maestro Kai Kuniyuki (8° Dan Kobudo, Ju Jutsu, etc.) o el Maestro Roland Hernaez (9° Dan Tai Jitsu).

Por último aparecen una serie de fotografías con aplicaciones prácticas de los Kyusho en formas de defensa personal y algunas reflexiones del autor sobre los Kyusho. De entre sus reflexiones para mí la más importante es, y cito textualmente,

*"el profundo conocimiento de los Kyusho no debe servir para lesionar gratuitamente a los adversarios de forma gratuita, sino que existe la obligación de utilizar los conocimientos de los puntos vitales para,*

*en caso de necesidad, escoger siempre la posibilidad de ataque menos grave para el adversario. Siguiendo esta norma practicaremos el espíritu de las artes marciales tradicionales japonesas".*

De esta magnífica obra solo me cabe destacar como aspecto que se podría mejorar los dibujos que ubican los puntos en el cuerpo, haciéndolos más precisos y algo más estéticos. Aunque el hecho de su sencillez hace que veamos lo importante (el kyusho) y no el dibujo en sí.

Esta obra es un referente básico para cualquier budoka que quiera tener una formación completa, ya que en ella se intenta dar una visión completa de los puntos vitales tocados en la mayoría de las artes marciales japonesas y desde el punto de vista japonés. Como ya he citado en otras revisiones de obras con temáticas similares los kyusho son un complemento de las disciplinas japonesas y no una disciplina en sí. Existen otros puntos aparte de los nombrados en esta obra, pero estos están autorizados a enseñarse por escrito y otros no, ya que se encuentran dentro del nivel *okuden* (secreto) de las artes marciales y solo se enseñan oralmente de Maestro a Alumno.



#### **La espada de taiji.**

#### **Estilo Yang clásico.**

Por Yang Jwing-Ming.  
Móstoles (Madrid): Arcano Books, 2005

220 páginas. 24x17 cm.

Ilustraciones.

I.S.B.N.: 978-84-96111-34-9. •

12 €

Disponible en:

Distribuciones y Ediciones

Alfaomega

C/ Alquimia, 6. P.I. Los Rosales

28933 Móstoles, Madrid (España)

Tel.: +34 91 617 97 14

Fax: +34 91 617 97 14

E-mail: [editorial@alfaomega.es](mailto:editorial@alfaomega.es)

<http://www.alfaomega.es/>

Revisión por Juan Pan González

El *tai chi chuan* o *taijiquan* (*tai chi* o *taiji*) se ha convertido en una práctica popular en todo el mundo desde la segunda mitad del s. XX. Este arte marcial chino se ha difundido gracias a sus atribuidas cualidades terapéuticas. Sin embargo, no podemos perder de vista su esencia marcial, y por eso son cada vez más las personas que buscan expresiones más puras de este arte, aunque su profunda comprensión procede solamente de la práctica, el estudio, y de un pensamiento correcto, continuo y regular. La espada de tai chi es un paso más que el practicante ha de dar si realmente quiere profundizar, entender y comprender este arte. Y es que la espada se ha considerado desde tiempos remotos como uno de los niveles más elevados del tai chi, así como el más popular de sus estilos con armas.

Esta completa guía acerca del método de la espada de tai chi contiene además diversos ejercicios de *qi gong* específicos para la espada, ejercicios en pareja, aplicaciones de lucha con espada y diferentes entrenamientos que apenas han sido enseñados y dados a conocer al gran público. Esta serie de conocimientos transmitidos habitualmente de forma oral, se recogen en esta interesante obra.

El primer capítulo del libro nos aporta una introducción general, que incluye una breve historia de la espada y el fundamento filosófico de su práctica. Desde sus orígenes, la espada ha gozado de gran respeto en China, ya que la moralidad y el espíri-

tu del practicante debían de ser muy elevados para alcanzar una gran destreza. El autor nos enseña cómo llevar la espada, cómo seleccionarla e inspeccionarla, y unos sencillos consejos acerca de su cuidado. La espada china es recta, de dos filos y de hoja estrecha. No confundir con el sable, ni con las dagas. Adquiere diferentes nombres en función del origen, de su propietario o del estilo de lucha para el que estaba diseñada. Sus más de 4.000 años de historia provocaron la evolución de la espada, tanto en su diseño, longitud, materiales empleados en su construcción (jade, cobre, bronce, hierro, acero...), e incluso los diferentes elementos decorativos. Todos estos factores influyeron considerablemente en el manejo y la evolución de sus técnicas. Algunas de las más famosas son la espada del erudito, la espada marcial, la espada con gancho, la espada de lengua de serpiente o la espada con dientes de sierra. Todas ellas tienen una estructura básica: el mango, la guarda, la hoja, la borla y la vaina.

En el segundo capítulo se trata el entrenamiento básico para trabajar tanto los aspectos externos como los internos de la técnica de espada. Los aspectos externos incluyen las diferentes maneras de agarrar la espada, las posiciones básicas y un apartado acerca de cómo entrenar la fuerza. El manejo de la espada requiere saber proyectar la energía del cuerpo hacia la punta del arma. Es fundamental el entrenamiento de las muñecas que han de ser fuertes y flexibles. A este proceso se le añade el entrenamiento de precisión, tanto en el corte como en la estocada.

Por otro lado, los aspectos internos se desarrollan por medio del *qi gong*. Diferentes ejercicios de respiración y movimiento enfocados en dirigir y proyectar el *qi* hacia la espada, y equili-

brando el flujo de energía con la mano de espada secreta (dedos índice y corazón extendidos, el pulgar doblado sobre los dedos restantes). Así se evita que el practicante genere energía solamente en un lado de su cuerpo, y los posteriores desequilibrios. Por último, podemos aprender los conceptos y técnicas clave para el manejo de la espada: cortar, estocada, deslizar, cimbrear, barrer, interceptar, tirar hacia arriba, tirar hacia atrás, colgarse, expandirse, punzar, tocar, limar, envolver, sostener, bloquear, impedir, lavar, taladrar, picar o explotar. Son los conceptos y las técnicas básicas, para que el aprendizaje posterior de la secuencia sea fácil de entender.

En el tercer capítulo se presenta la forma tradicional de espada del tai chi estilo Yang, así como las aplicaciones de sus movimientos. Analizando movimiento tras movimiento, primero al aire y luego su aplicación con un compañero. Acompañado de explicaciones detalladas y sus correspondientes fotografías.

En el cuarto capítulo encontramos varios ejercicios en pareja, que tienen la misma función que el *tui shao* (empuje de manos), pero que se realizan con la espada. La función de estos ejercicios es desarrollar los diferentes tipos de *jin* o manifestaciones de energía (ascendente, descendente, en espiral...). El autor presenta cuatro ejercicios con neutralización a la derecha y ataque por la izquierda, y seis con neutralización a la izquierda y ataque por la derecha. Para esta fase de entrenamiento se emplean espadas de madera, hasta que la compenetración con el compañero se hace natural y cómoda.

Más que un libro de iniciación a la espada de tai chi, se trata de una guía que contiene novedoso material acerca de su teoría, historia y práctica, para

poder aplicar los principios y fundamentos inherentes a cualquier estilo de tai chi. Contiene más de 400 fotografías explicadas con detalle, con un lenguaje claro y sencillo. Aporta gran cantidad de valiosa información, tanto para practicantes como lectores, que descubrirán un buen número de pormenores y detalles que pueden aprender. En conclusión, la espada de tai chi es una rama más profunda de estudio de todo el gran árbol del tai chi. Es como interpretar una compleja pieza musical, siendo su fin el alcanzar un profundo nivel de entendimiento y comprensión, para que el artista tenga la libertad de expresar su arte y vivir una vida plena, percibiendo la grata sensación de la autoexpresión del individuo.



#### **Estrategias samurais**

Por Boyé Lafayette de Mente  
Madrid: Tutor, 2006  
142 páginas. 19,5x13,5 cm.  
I.S.B.N.:84-7902-621-9 • 12 €

Disponible en:  
Ediciones Tutor  
C/ Marqués de Urquijo, 34,  
2º Izda.  
28008 Madrid (España)  
Telf.: +34 91 559 98 32  
Fax: +34 91 541 02 35  
E-mail: info@edicionestutor.com  
<http://www.edicionestutor.com>

Revisión por  
José Santos Nalda Albiac

En 1974 la editorial Overlook Press (Nueva York) publicó una traducción del libro *Go Rin Sho*, escrito en 1644 por un extraño y célebre samurái llamado Miyamoto Musashi. Poco tiempo después, un columnista del magazine *Advertising Age* sugería que las tácticas expuestas en el citado libro eran aplicadas por los

hombres de negocios japoneses en sus relaciones comerciales y en los métodos de producción de muchas empresas. Este simple comentario convirtió a este libro en un best-seller en la ciudad de Nueva York. Durante los años y décadas siguientes un buen número de escritores especializados en estos temas se han ocupado de estudiar el libro de Miyamoto Musashi, con la pretensión de extraer fórmulas magistrales válidas para los negocios, la sociología, la formación de líderes, las competiciones deportivas, etc. Es una tentación permanente en esta sociedad que ya no sabe dónde buscar algo nuevo, desconocido o impactante.

La obra de Boyé Lafayette comienza con una introducción en torno a la vida y las hazañas del personaje en su contexto social, cultural y guerrero, relatando los duelos a muerte más significativos en los que Miyamoto salió siempre vencedor, utilizando la táctica del desconcierto. Narra la difícil relación que desde la niñez mantuvo con su progenitor, un samurái autoritario y de vivo temperamento y, que en una ocasión lanzó dos cuchillos a Miyamoto con intención de matarlo, solo porque un niño como era entonces, se atrevió a decirle a su padre que no le agradaba cómo manejaba el *jitte*. Tras una vida azarosa y sangrienta, Musashi decidió retirarse del mundo y se recluyó en una cueva donde ocupaba su tiempo en la meditación, la escritura y el dibujo. Fue en este lugar donde redactó el libro *Go Rin Sho*, objeto de los comentarios y enseñanzas extraídas por Boyé Lafayette de Mente.

A esta introducción siguen cuarenta y dos capítulos muy breves, con idéntica estructura, de modo que en cada uno de ellos se exponen las propuestas de Miyamoto y se extrae la correspondiente enseñanza, aunque sin

mencionar el modo de adaptarla a las necesidades actuales. Siguiendo el hilo del libro, y comenzando por el primer capítulo, citaré de manera sucinta las principales pautas de conducta extrapoladas por el autor, aunque como se verá no constituyen una gran novedad.

Recomienda fijarse una meta y realizar todos los esfuerzos necesarios para alcanzarla, sujetándose a una disciplina y un entrenamiento permanente sin desfallecer a pesar de las contrariedades que pudieran surgir. Conviene prepararse por anticipado para cada tarea y prever los posibles obstáculos, así como los propios límites y posibilidades.

No descuidar el respeto de las reglas de etiqueta, o las normas sociales, pues según el autor, cuando en un contexto social, sujeto a unas formas de comportamiento por todos conocidas y respetadas, alguien deja de seguirlas, crea desconcierto, y hace que sus actos sean imprevisibles. Servirse del engaño, la sorpresa, la duda, o el desconcierto para despistar al adversario en un duelo a muerte puede tener su justificación, pero en las relaciones sociales es poco ético.

Nos recuerda que la práctica de la meditación afina todos los sentidos, favorece el acceso a un estado de calma, y desarrolla la intuición, o capacidad de presentir y adivinar las intenciones o pensamientos de otras personas.

No hay que apegarse a la propia forma de hacer las cosas, porque ello supone encadenarse a comportamientos aprendidos, que a veces pueden resultar ineficaces frente a situaciones nuevas.

En todo proceso de toma de decisiones, conviene introducir lapsos de tiempo vacíos, no para "reflexionar mejor", sino simplemente como una pausa en