

Revisiones bibliográficas y de medios audiovisuales

Kárate superior 7. Katas Jitte, Hangetsu y Empi

Por Masatoshi Nakayama
Madrid: Ediciones Tutor,
2007

143 páginas. 23,50x18,5 cm.
Ilustraciones

I.S.B.N.: 978-84-7902-628-8

• 13 €

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

En el séptimo de los volúmenes de la colección *Karate Superior*, el Maestro Nakayama hace una recopilación de tres de los Katas del estilo *Shotokan*, considerados técnicamente superiores, realizando una mezcla de fundamentos técnicos respecto a los mismos.

De esta manera, podemos considerar una verdadera innovación a efectos didácticos, la inclusión de dos ejercicios tales como *Jitte* y *Hangetsu* (pertenecientes a la escuela o sistema *Shorei*), junto al Kata *Enpi* (perteneciente al sistema *Shorin*).

Resulta importante, a estas alturas de la colección, resaltar las diversas diferencias de estilo respecto a estos tres Katas y comentar que la mezcla que el Maestro Nakayama plasmó en este

séptimo volumen nos aporta un importante caudal de conocimiento técnico acerca de los diferentes estilos, escuelas o sistemas de ejecución de la disciplina del Karate.

Comenzando con el Kata denominado *Jitte* (“diezmanos”), el instructor de la *Japan Karate Association*, Norihiko Iida, nos demuestra con la claridad que es común en los textos de la colección las características principales de este ejercicio de Karate, perteneciente al estilo *Tomari-te* y encuadrado en el sistema *Shorei*.

Por lo tanto, y siguiendo los parámetros y características propios de esta orientación de Karate, el Maestro Iida hace hincapié en los puntos esenciales de esta Kata, mostrando toda su fuerza y asentamiento posicional en cada técnica.

Posteriormente el Maestro Hiroshi Shoji ejecuta con detalle la Kata denominada *Hangetsu* (“media luna”) en el estilo de Karate *Shotokan*, ya que en otros estilos se identifica como *Seishan*, cuya principal característica es su adscripción al estilo *Naha-te*, poco habitual en los compendios de Katas del estilo de Karate *Shotokan*, estilo que plasma la colección de Karate Superior.

Esta Kata *Hangetsu* se enraíza en el sistema denominado *Shorei* (estilo con características de fuerza y asentamiento) y es una de las escasas muestras de respiración concentrada que aparecen en las didácticas sobre temas de Karate *Shotokan*. Por ello resulta especialmente importante en este punto, los deta-

lles iniciales acerca del ritmo de ejecución que contempla este volumen en sus páginas iniciales.

La visión cenital de la línea de realización del Kata (*Embusen*), así como los planos frontales y laterales de la misma, ayudan al lector a concebir una imagen adecuada de los detalles más importantes objeto de estudio.

Con respecto al Kata denominado *Enpi* (“vuelo de la golondrina”), el Maestro Tetsuhiko Asai muestra con su especial plástica este ejercicio, perteneciente al sistema o escuela *Shorin*, mediante una secuencia de rápidos y veloces movimientos enlazados a través de un ritmo de ejecución que nos traslada a la metafórica idea de una golondrina, alzando y descendiendo su peculiar vuelo.

La raíz del Kata *Enpi* dentro del estilo *Tomari-te* nos da explicación a muchos de los movimientos del mismo, muchos de los cuales combinan la mano abierta y el puño cerrado (característico de los Katas del estilo *Tomari-te*), en secuencias rítmicas de movimientos lentos, pausado y coordinados, junto a otros de una velocidad e intensidad máximas.

Igualmente, el ritmo de esta Kata se halla recogido puntualmente al comienzo del volumen, con lo que el detalle de su ejecución se completa junto a las instantáneas del maestro ejecutante.

El comentario más apropiado que, en mi modesta opinión, puede hacerse de este volumen séptimo de la colec-

ción *Karate Superior* es que, a medida que la obra se va completando, parece como si su autor, el fallecido Maestro Masatoshi Nakayama, hubiese pretendido transmitir a sus lectores un legado de madurez progresivo, a través de la lectura de sus páginas, desde el inicial y detallado primer volumen, hasta los más complejos, pero no por ello menos ricos en detalles técnicos, volúmenes dedicados a los Katas más superiores.

Sin duda, la inestimable experiencia que el Maestro Nakayama poseía respecto a la didáctica del Karate, le hizo plantearse esta colección como una reseña fundamental de todo el Karate *Shotokan* y un referente necesario para cualquier practicante de esta disciplina.

No debemos olvidar en ningún momento que, a través de las adaptaciones que el Maestro Nakayama realizó respecto de la biomecánica del Karate, la ejecución de los gestos técnicos de esta disciplina oriental, adaptada a la distinta morfología del hombre occidental, dio como resultado un excepcional desarrollo en el mundo occidental del Karate moderno concebido bajo estructuras científicas.

El séptimo volumen de la colección objeto de comentario es un paso más dentro de la sistematización de los contenidos fundamentales del Karate, siendo previo a los restantes tomos de la colección *Karate Superior* en los que, esperemos que en un plazo breve, Ediciones Tutor nos proporcione aún más si cabe,

la visión más técnica de los ejercicios rituales de Karate, denominados Kata, en sus expresiones más avanzadas.

Echar de menos, una vez más, un desarrollo más en profundidad de la explicación práctica de las diferentes técnicas de los Katas tratados o *Bunkai*, máxime teniendo en cuenta el nivel de los ejercicios plasmados en el texto, ya que las breves indicaciones a este respecto que al final de cada Kata se reproducen resultan manifiestamente insuficientes para la mayoría de los lectores que acceden a un conocimiento técnico de cierto nivel, como es el caso de los Katas *Jitte*, *Hangetsu* y *Enpi*.



Aikido, un arte marcial (acceso a otro modo de ser)

Por André Protin
Barcelona: Ibis, 1998 (3ª ed.)
326 páginas. 21,50x15 cm.
Ilustraciones
I.S.B.N.: 84-86512-34-4
• 15,36 €

Disponible en:
Edicitorial Ibis
C/ Andorra, 25.
Pol. Fonollar Sud
08830 Sant Boi de Llobregat,
Barcelona (España)
Telf.: 630636363

Revisión por
José Santos Nalda Albiac

El autor advierte desde el principio que éste no es un libro técnico, y por tanto su enfoque es, ante todo, filosófico, religioso, psicológico y social, acorde con el objetivo del Aikido, como disciplina del Budo que trasciende el ámbito deportivo para convertirse en un "DO" o camino de formación holística. La práctica del Aikido se ocupa, además, del aspecto técnico y estratégico

de las acciones de combate, de la adquisición de actitudes psicológicas y valores éticos, cuyo objetivo es la realización integral del individuo.

Las artes marciales deben abordarse respetando su contexto cultural y sobre todo el pensamiento y la enseñanza de sus creadores, sin que ello suponga encadenarse a formas caducas o inconvenientes. Es importante que pueda establecerse la mayor armonía posible entre la tradición que preserva la esencia de lo universalmente válido y la evolución que añade nuevas aportaciones y adecua lo heredado a las exigencias y necesidades del hombre de hoy. Protin nos recuerda que las raíces religiosas, filosóficas, éticas y sociales del aikido se encuentran en el Shintoísmo, el Budismo, el Taoísmo, el Confucianismo, el Bushido, etc. etc.

Del Shintoísmo ha tomado el respeto a las divinidades de la naturaleza, a los antepasados de la familia, a las autoridades del Japón Imperial, y también la práctica de ciertos rituales de purificación como el Misogi. Del Budismo ha aprendido que todo pasa, y lo único permanente es el cambio, por tanto es inútil atarse a las cosas, siendo preferible el desapego al egoísmo. Del Taoísmo selecciona los conceptos de armonía, paz, serenidad, y los principios del Yin y del Yang... Del Confucianismo asimila los principios éticos y las normas de respeto y cortesía que es preciso observar en el cumplimiento de los deberes. Del Bushido adopta las tradiciones y las virtudes de los samuráis y su código de honor, transmitidas oralmente de una generación a otra, hasta el siglo XV cuando el samurái Yamaga Soko las escribió en el rollo de transmisiones de su

clan, al objeto de dar forma al arquetipo ideal del soldado.

En el capítulo III explica sucintamente cómo se produjo la evolución del Bu-Jutsu, o conjunto de artes guerreras cuyo objetivo era estrictamente militar y utilitario, al Budo como sistema de formación personal, dado que las actitudes y valores de las disciplinas que lo conforman también pueden ser válidos para la vida cotidiana.

El autor cita las escuelas Kito Ryu, Yagyū Ryu y Takeda Ryu en las que se formó el maestro Ueshiba, sobre el que expone los datos más destacados de su vida que, por otra parte, todos los aikidokas conocemos, pues si algo se repite hasta la saciedad en casi todos los libros de Aikido es la biografía de este gran hombre.

La segunda parte del libro comienza con la pregunta ¿Qué es el Aikido?, ¿un deporte?, ¿un arte marcial?, ¿un sistema de autodefensa?, ¿una vía de formación integral?... Una cuestión interesante porque todavía hoy, la gran mayoría de practicantes no sabemos dar una respuesta acertada, tal es la extensión de las implicaciones o exigencias de su enseñanza y aprendizaje.

No es un simple deporte, no admite la competición, y enseña que lo importante no es derrotar al otro, sino establecer la armonía con sus intenciones y actos... Sí es un arte marcial, pero basado en la no resistencia y la práctica de actitudes como *Mushin*, *Zanshin*, *Fudoshin*, etc. También es un sistema de autodefensa cuyo ideal inculca en el adepto la necesidad de entrenar hasta ser capaz de "impedir herir, sin herir...". Pero, sobre todo, es una vía de formación integral porque solicita la participación de todos los recursos del ser en

cada acto del entrenamiento y de la vida.

Enfatiza el valor de la no-resistencia como estrategia superior al uso de la fuerza bruta, dejando claro que "no-resistir" no significa pasividad, dejar hacer, resignación o indiferencia ante los sucesos, sino saber abordarlos desde la lucidez y la mejor disposición psicósomática.

La tercera parte del libro también tiene un buen comienzo, dando una definición muy acertada de lo que es el Dojo, y lo que representa en la práctica del Aikido, y lo considera como el lugar al que se acude dos o tres veces a la semana, para perfeccionarse en múltiples aspectos, y no solo en el deportivo, por ello tal espacio merece todo el respeto de los budokas.

No olvida tratar el valor de los símbolos en Aikido, heredados de las tradiciones antiguas japonesas, como por ejemplo el círculo, el sable, el espejo, la joya, el agua, la montaña, el vacío, el sol, la flor de cerezo, etc. etc. cuyas raíces se encuentran en la mitología oriental, buscando recordar al hombre que forma parte del Universo.

La cuarta parte de esta obra se ocupa de la dimensión humana y social del Aikido, perfilando las principales diferencias entre el arte marcial y los deportes de competición, y puede que al lector le resulte un poco reiterativa.

La psicósomática y el Aikido es el tema que ocupa la quinta parte del libro, en la que da unas pinceladas en torno a la concepción dualista del ser humano compuesto de cuerpo y mente, y la necesidad de su fusión y armonía. También expone algunas ideas acerca del concepto del "hara" (zona abdominal),