

# EL CAMINO

## THE WAY

Martial Arts Magazine

ENE/FEB 2025 - N° 37

**EL MUNDO DE LAS ARTES  
MARCIALES ESTA CAMBIANDO**

**Entrevista al GM Ernst Jan Rolloos  
por GM Guy E. Larke**



**PERROS y GATOS**  
Sbn Javier Acosta

**LUCHA POR UNA  
VIDA FELIZ**  
SBN Mary  
Cayte Reiland

**GARZA HAPKIDO**  
Sabon Carlos G.  
Arocena

**EL SHAOLIN  
DONGWU KEXUE**  
SHIFU Alexei Perez

**AÑO NUEVO 2025,  
META NUEVA**  
SBN Ramón Navarro

**EL MATE y EL KARATE**  
Ksn Renso Perez

**EMPEZANDO  
A ENSEÑAR (C9)**  
Sensei Cecilia  
Salbuchi

**LAS ARTES  
MARCIALES  
Y YO (CAP. 29)**  
Prof. Carlos  
Damasco

**CELULOIDE:  
GLADIADOR 2**  
Mstro J. Ricardo Félix

**HISTORIAS DEL DOJO**  
Sensei G. Balves

**LAS AM: MÁS ALLÁ DEL  
COMBATE FÍSICO**  
SBN Daniel Oviedo

**LA IMPORTANCIA DE  
TENER UNA META**  
Sabon Carlos G. Arocena



# EL CAMINO

**THE WAY**  
Martial Arts Magazine



El Camino Martial Arts Magazine, nace con el objetivo de promover las artes marciales y llegar al mayor número de personas de modo digital, acorde a los tiempos y tecnologías. Esperemos sea de tu agrado y nos acompañes en este hermoso universo marcial, con el cariño de siempre:

Dirección Gráfica:

Mario Segnini Fursa.

Dirección Comercial:

Mario Segnini Fursa.

Dirección Editorial:

Javier Acosta Serrano.

Editor En Jefe (Versión en Inglés):

GM Guy E. Larke.

Las opiniones vertidas en esta revista son responsabilidad de cada persona que se publica y promueve; es realizada y distribuida con No.25 01/02 desde Montevideo Uruguay para los meses de Enero y Febrero.  
Gracias.

## INDICE:

02 - Empezando a Enseñar IX- Sensei Cecilia Salbuchi

04 - Celuloide: Gladiador 2 - Maestro Jesús Ricardo Felix

05 - Centro Tradicional de Artes Marciales

06 - Perros y Gatos - SBN Javier Acosta

07 - Lucha por Una Vida Feliz - SBN Mary Cayte Reiland

08 - La Importancia de tener Una Meta - Sabon Carlos Garcia Arocena

10 - Año Nuevo 2025, Meta Nueva - SBN Ramón Navarro

12- Judo Para la Vida - Sensei Marcelo Ehrlich

14 - El Mundo de las Artes Marciales esta Cambiando.

Entrevista al GM Ernst Jan Rolloos - GM Guy Edward Larke  
(COVER STORY)

22 - El Shaolin Dongwu Kexue - Shifu Alexei Pérez

24 - Garza Hapkido - Sabon Carlos Garcia Arocena

29 - El Mate y El Karate - KSN Renso Perez

30 - Historias del Dojo - Sensei Gerardo Balves

38 - Las Artes Marciales: Más Allá del Combate Físico - SBN Daniel Oviedo Santander

42 - Las Artes Marciales y Yo (C29) - Prof. Carlos Damasco

44 - Tang Soo Do MDK Uruguay - SBN Mario Segnini



## EMPEZANDO A ENSEÑAR IX: Programa de Enseñanza Avanzado Sensei Cecilia Salbuchi

Posiblemente pasarán varios años hasta que podamos llegar a graduar de cinturones negros a nuestros alumnos. La mayoría de las escuelas tradicionales de karate estipula entre 3 y 5 años como la “media” en tiempo para acceder a la posibilidad de examinarse para Dan.

Mucho camino habremos transitado hasta llegar aquí, mucho esfuerzo, errores y aciertos. Pero al fin para quién persevera todo llega y el o los primeros alumnos de rango de Dan se harán ver en algún momento. Y con ello, nuevos desafíos.

Cuando un alumno alcanza el grado de Dan no significa que su instrucción finalizó, sino que, por el contrario, pasa a una etapa de aprendizaje más profundo.

Si la “escalera” de Kyu (colores) está diseñada para que el estudiante incorpore ciertas habilidades fundamentales, como el conocimiento básico de las técnicas, manejo del propio cuerpo en función de nuestro objetivo, introducción al dominio de la mente y las emociones, introducción a la filosofía e historia de nuestra disciplina, etc; la “escalera” de Dan (lit. “peldaño”) debería guiar al estudiante en la maestría de lo

antes mencionado, añadiendo la incorporación de nuevos elementos técnicos y de nuevas propuestas, como ser la formación como instructor, coach, árbitro, etc.

Las técnicas básicas deben ser practicadas por todos, principiantes y avanzados. Pero nunca un avanzado puede tener la misma mirada sobre dichas técnicas que un principiante, caso contrario no habrá avanzado nada, valga el juego de palabras.

La disyuntiva de este cambio de mirada de las mismas cosas tiene que ver en cómo enseñaremos nosotros los contenidos y en qué momento habremos de aplicar diferentes métodos.

Enseñar una técnica mostrándola de principio a final con una nueva interpretación, es un modo de transmisión directo que no deja mucho lugar a dudas, es directo. Podemos dejar un espacio para que el practicante encuentre cómo adaptarla a situaciones complejas y eso le dará un valor agregado a su crecimiento.

Pero también podemos guiar al practicante en cierta dirección sin mostrar puntualmente el objetivo final, simplemente arrojando

pistas. El estudiante, en su camino de resolución, se encontrará con SU PROPIA manera de resolver los problemas y quizás llegue a resultados distintos que los nuestros, pero no menos interesantes.

Las formas (kata) mas avanzadas de cada estilo se reservan al grado de Dan por la complejidad de sus técnicas y principios. Pero en casi todos los casos nos encontraremos con que dichas cuestiones ya se empezaban a practicar y revisar, de manera simplificada, en la técnica básica y en las primeras formas. Lo que refuerza nuestro punto de que la diferencia con la que un estudiante avanzado debe observar su trabajo. No es aprender cosas nuevas lo que lo mejorará, sino encontrar SU MEJOR forma de hacer lo de siempre, lo básico.

Para cerrar este punto en particular quiero dejar algo bien claro: Un maestro nunca deja de aprender. Hoy nos toca estar en el rol de Sensei, pero siempre hay personas mas experimentadas que pueden seguir haciéndonos aporte de un valor inconmensurable. Tanto nuestro maestro directo, como sus compañeros o Sensei de otras escuelas (¡incluso de otras artes marciales!) tienen información valiosa si sabemos cómo trabajar con ella. Es imperioso que sigamos aprendiendo.

El otro punto importantísimo a tocar es que a partir de cinturón negro muchas escuelas en Latinoamérica nos autorizan a enseñar y eso implica un desafío impresionante, ya que debemos proveer a nuestro alumno de las herramientas básicas para que pueda iniciar un grupo si lo desea.

Antiguamente un practicante desarrollaba cierto nivel de habilidad marcial y en algún punto su propio maestro lo habilitaba a

que empiece a dar clases. De algún modo hemos estado replicando ese modelo hasta hace no mucho tiempo, en donde el método de enseñanza se pasaba de maestros a alumnos durante la clase misma de manera eminentemente práctica, sin mayores intermediarios.

Los que corrían con cierta ventaja en conocimientos a la hora de dar clases de AAMM eran los Profesores de Educación Física o Gimnasia, porque tenían una base docente mas firme en este campo. El resto dependía de lo que su Sensei le transmitiera y de lo que su experiencia y criterio le fuera dejando.

Hace al menos 30 años empezaron a surgir en Occidente variedad de instructorados, diplomaturas, tecnicaturas de nivel terciario y/o universitario, ofreciendo un marco teórico a los futuros docentes de las disciplinas marciales y deportes de contacto. De igual modo las federaciones y asociaciones han promovido instructorados y capacitaciones por doquier para sus propios Danes, en un intento de alentar y mejorar la enseñanza de su actividad.

Si bien hay mucho por mejorar en este campo todavía, podemos decir que se está yendo en una dirección que promueve el profesionalizar la actividad del instructor.

Sin menospreciar el valor que tiene la instrucción tradicional, no podemos negar que el mundo actual le presenta un sinfín de nuevos problemas al instructor de artes marciales, por lo que apoyamos la cursada de cursos y capacitaciones que nos ofrezcan contenidos para poder mirar de forma mas abarcativa cada desafío que enfrentamos.

La Diplomatura en Artes Marciales y Deportes de Contacto del Instituto Universitario YMCA, por citar un ejemplo que me es bien conocido,

plantea materias tales como: Anatomía, Didáctica, Psicología, Fisiología, Entrenamiento, Marketing Digital, Historia de las AAMM, Taller de Ética y Derecho del Deporte, Taller de Neurociencia e Inclusión Deportiva. Pueden solicitar información en: iuymca.edu.ar o en isdcombates.com.ar por Diplomaturas Universitarias o Talleres e Instructorados. Los docentes son, en su mayoría, Artistas Marciales, Entrenadores de Atletas de Alto Rendimiento o especialistas en su materia con una fuerte comprensión de nuestras necesidades específicas.

Todas las materias se dictan con el foco puesto en que los instructores podamos aplicar los conocimientos de forma clara y concisa, ofreciendo una mejora sustancial en el ejercicio de la docencia.

Capacitarnos fuera de nuestro dojo de origen no significa de ningún modo empezar a introducir cambios drásticos en la estructura que nuestro maestro nos legó. Toda información nueva recibida necesita tiempo de reflexión, de observación y evaluación. Si dicho contenido puede llegar a mejorar algo, debemos aplicarlo del modo en que no cambie la esencia de lo que hacemos.

En última instancia, si realmente nos preocupamos por mejorar a nuestros alumnos, nos preocuparemos por mejorar como karatekas y como docentes también. Tomamos conciencia de que cada progreso y aprendizaje nuestro, marcará el rumbo de nuestro dojo, de nuestros alumnos, y de los alumnos de nuestros alumnos.

Instituto Universitario con Autorización Provisional Decreto N° 2450/2015

YMCA INSTITUTO UNIVERSITARIO EDUCACIÓN EN VALORES

UNION METROPOLITANA DE FEDERACIONES Y ENTIDADES DEPORTIVAS UFEDM

Diplomatura de Extensión Universitaria  
**ARTES MARCIALES Y DEPORTES DE COMBATE**

**INICIO MAYO 2025** PREINSCRIPCIONES ABIERTAS

**Cursada online**

**Docentes calificados**

**Auto evaluaciones**

**Informes e Inscripción**  
+54 11 5844 - 9033  
inscripcion@iuymca.edu.ar

www.iuymca.edu.ar

i u y m c a  
@ i u y m c a  
i u y m c a



## Celuloide: Gladiador 2 Maestro Jesús Ricardo Félix

Si damos una hojeada a la filmografía de Ridley Scott reconoceríamos clásicos como los de Blade Runner, Alien, Thelma y Louise y en épocas más recientes Gladiador. Últimamente al director le ha dado por jugar con los hechos históricos en El último duelo (2021), nos llevó a la Francia del siglo XIV, invirtiendo más de cien millones que no llegaron a recaudar ni la mitad del presupuesto ¿podemos culpar a la audiencia por no sentirse atraída por las aventuras medievales? ¿La pandemia ahuyentó a la taquilla? ¿Los jóvenes de hoy no se sienten atraídos por la historia? Después en el 2023 intento vender un retrato de Napoleón muy anglosajón, invirtiendo alrededor de doscientos millones sin lograr recuperar si quiera la inversión. Fue criticado por pasarse por el arco del triunfo hechos históricos cruciales, o ignorar la psicología del personaje, por añadir al melodrama napoleónico, argumentando que no es su labor dar lecciones de historia. Es bajo ese contexto que, en este fin de semana analizamos la película Gladiador 2 de Ridley Scott.

Gladiador 2 es una película histórica de acción y drama épico dirigida por Ridley Scott, estrenada el catorce de noviembre del presente año.

Veinticuatro años después de la primera versión, Scott nos regresa al imperio Romano, para tratar de contarnos una nueva historia sobre gladiadores. El protagonista ya no es Máximo, ahora se llama Lucio, un refugiado interpretado por Paul Mescal. El general Marco Acacio, que interpreta Pedro Pascal, ha extendido el imperio hasta Numidia para sus emperadores gemelos Geta y Caracalla. Los guionistas juegan un poco con la historia, pero como acostumbra Scott, sabemos que no nos está dando lecciones por lo tanto no busquen mucha precisión. La maldad es encarnada por Denzel Washington, quien le da vida a Macrino, un traficante de armas que goza de los beneficios del imperio. De entrada podemos decir a favor de Scott, que después de producir el original Gladiador, las expectativas del público son altas, sabe que le vamos exigir mínimo respetar la primera versión y no acabar con ella como lo hacen tantas secuelas. De pronto parece una película que nos habla sobre la lucha por el poder en medio del imperio, no sabemos si las guerras internas de Trump y sus seguidores en contra de los demócratas inspiraron a los guionistas a revivir el debate. El imperio romano era conocido por

su extensión territorial y la inclusión de las culturas sometidas dentro de sus sociedades, ocupando roles de esclavismo y servidumbre, aunque convertirse en gladiador en una de las formas de lograr ser reconocido como un ciudadano. En ese sentido tenemos todos los elementos para convertir al Gladiador 2 en un dilema Shakesperiano, y observar como en el rey Lear, que todos se dan en la torre en busca del poder. Eso no ocurre, pues se insiste en permanecer fiel a la versión original, y parece que lo único que cambia son los nombres de los actores, pues pareciera una especie de homenaje o remake.

Gladiador 2 es definitivamente recomendable para aquellos que disfrutaron de la primera versión. Los historiadores que exigen realismo, aléjense de las salas de cine, si no quieren pasar corajes con las lecciones del tío Scott, van a ver changos peleando del tu a tu contra gladiadores, soldados montando rinocerontes, ciudadanos de Roma leyendo el periódico antes de que se inventara la imprenta. Luego van a percibir que Máximo cambio de nombre a Lucio, y que los gemelos dictadores no terminan de convencernos, por más malotes que intenten parecer, se supone que llevan quince años gobernando Roma, pero aparentan apenas veintitantos. He escuchado críticas por el color de piel de Macrino, aunque los padres de los Geta y Caracalla originales eran provenientes de Libia y de Siria, en fin ya sabemos que no son lecciones de historia pero tampoco se pasen.

Trailer: [https://youtu.be/cN1pW\\_cPcE](https://youtu.be/cN1pW_cPcE)



El Centro Tradicional de artes marciales, nace con la sólida intención de abrir puertas a los cambios que presenta constantemente nuestra sociedad.

De la mano de Kjn Eduardo Martinez V. Primer generación de cintas negras en México, inducido al salón de la fama mundial del Taekwondo y dan bon directo de Kjn Hwang Kee, camina siempre en observancia a su lado Sbn Javier Acosta, siempre atentos a invertir en la evolución del arte marcial en pro de una mejora para nuestra sociedad que se adecue a revertir las ideas del pasado respetando el presente.

Es el CTAM un modelo marcial jerárquico del sistema Moo Duk Kwan lleno de respeto entre sus miembros, todos ellos de gran importancia en nuestras filas y cuidadosos de llevar a cabo la metodología profesional de la educación.

CTAM es a su vez una unión de profesionales en distintas áreas de competencia dentro del sport karate y Ring, comprometidos con enseñar el valor que tiene enfrentar situaciones que escapan de nuestro control y que rozan la delgada línea entre la paz y la batalla. Por ello, Familia, Educación y profesionalismo son los ejes fundamentales que sostienen este proyecto en solido crecimiento.

CTAM ve como prioridad el relevo entre individuos de distintas edades

con la visión de aprender todos, con la amable corrección de cualquiera que deberá ser respondida con al menos un gracias.

Es deber de todo artista marcial predicar con el que impone: el ejemplo. Con grandes maestros esparcidos en distintos puntos cardinales y la acertada coordinación de Sbn John Suarez Director de CTAM Sudamérica y coordinador general de planeación CTAM, los objetivos se vuelven diversión absoluta envueltos en cordial respeto y es así como debe ser, la fraternal convivencia es prioridad y siempre lo será.

Los alumnos CTAM reciben en sus clases de manos de instructores comprometidos, las herramientas necesarias para entender las artes marciales desde ópticas individuales y distintas, a sabiendas que somos mucho más de lo que se discute o se ve por lente opaco, por tal motivo, intentamos siempre estar a la vanguardia en la metodología de la educación profesional en apoyo a sostener a la institución más importante: La familia.

CTAM avanza sin pausa y sin prisa en unión, creando, innovando, imitando incluso todo aquello que debe ser beneficioso para el proyecto.

Entre otras cosas CTAM contribuye desde la fundación de la revista el Camino con artículos de interés social lo cual es un honor para cada miembro

y aporta a la difusión de nuestro oficio.

Por esto mismo el gracias por todo y para todos, se acuña día a día y genera una ola de energía que nos mantiene tranquilos y preparados para enfrentar nuevos retos, así como ser parte de la búsqueda de igualdad y armonía para que por espontánea voluntad se enseñe y aprenda el respeto que necesita la sociedad por medio la nueva era de las artes marciales. Somos CTAM, la nueva era del arte marcial.





¿Que eres en este juego?

A raíz de varios sucesos, me es interesante escribir sobre este tema. ¿La teoría de quien es perro y quien gato la autoidentificación?, somos humanos, pero, hagamos el ejercicio si se ve interesante.

La rivalidad entre perros y gatos tiene sus orígenes en diferencias en su naturaleza. Aunque los perros y gatos no deberían actuar como las personas, su comportamiento y relación con los humanos influyen en su interacción. Los perros son mamíferos carnívoros que pertenecen a la familia Canidae, mientras que los gatos se utilizan para cazar ratones.

Veamos a este par de artistas marciales...

En la esquina ROJA: GATO

En la esquina AZUL: PERRO

Olfato: El sentido del olfato de un gato es alrededor de 14 veces más fuerte que el de un humano, mientras que el del canino es miles de veces superior a la del hombre hay estudios que incluso lo cuantifican en un millón de veces superior!

Vista: El perro y el gato se diferencian principalmente por su capacidad para modular la luz y detectar los colores. Los perros no reconocen los colores, pero ven bien con poca luz, los gatos ven mejor en la oscuridad, mientras

que durante el día su visión pierde parte de su potencial. Además, el campo visual de un perro y gato es de 240 grados, mientras el nuestro es de 200 grados. Sin embargo, su campo de visión binocular es aproximadamente la mitad que el nuestro

Gusto: Al contrario de lo que pensamos el paladar es el sentido menos desarrollado en los gatos. Tienen apenas 500 papilas gustativas en comparación con las 10000 de los seres humanos, los perros cuentan con un sentido del gusto más agudo.

Audición: los gatos tienen límites similares de audición en baja frecuencia, pero cuando hablamos de sonidos de alta frecuencia los gatos consiguen una gran ventaja. Estos animales pueden determinar con un margen de error de 7,5 cm la localización de una fuente sonora a un metro de distancia. La movilidad de las orejas le permite localizar con exactitud la procedencia de determinados sonidos, en el caso de los perros es un oído con frecuencias menores que el del gato, la distancia del sonido el perro lleva una gran ventaja.

Tacto: Similar, el de perros y gatos con leve ventaja en gatos.

¿Sociología animal?

Comportamiento: Los gatos son más independientes y solitarios, mientras que los perros son más dependientes y sociales.

Comunicación: Los gatos comunican menos, mientras que los perros ladran, gruñen y tienen más interacción con los humanos.

Energía y ejercicio: Los perros requieren ejercicio y estimulación mental regular, mientras que los gatos son más tranquilos y no necesitan tanto ejercicio.

Limpieza: Los gatos son más limpios y cuidan su zona de rato, mientras que los perros pueden ser más sucios y requieren más atención para mantenerse limpios.

¿Qué determina el carácter de un perro y un gato?

PERRO: El carácter no solo depende de la genética (linaje) sino también del ambiente y la educación recibida. Es decir, la formación del carácter depende de la totalidad e interacción de todos los elementos de base genética, ambientales y educativos.

GATO: Independientes, solitarios, observadores, curiosos, asustadizos e impredecibles.

Armas secretas: OLFATO VS SIGILO

Debilidades: SUMISION VS ORGULLO.

Esto no va para ver que animal gana una pelea, esto es para ver que animal somos en la aventura diaria, en el autoanálisis lo sabremos o lo acomodamos, depende si eres gato o Perro, ¿qué prefieres en casa?

Me incluyo y digo: debemos ser más compasivos hacia los demás como los animales lo son hacia nosotros, y reflexionar sobre cómo los humanos podemos ser más crueles que los animales salvajes, todos tenemos algo de perro y gato. Ya lo dijo el buen Rubén Darío en el poema los motivos del lobo para hablar de esa alimaña metafísica que es el hombre, por lo pronto, vamos a separar manadas destructivas en honor a solitas y su capacidad.

Los leo.

Gracias, que tengan días maravillosos.

Sbn Javier Acosta.





## Lucha por una Vida Feliz SBN Mary Cayte Reiland, USA

Lectores de Tang Soo, ¡feliz enero! Este mes, me gustaría hablar de un Sensei de Youtube cuyo podcast comencé a escuchar recientemente. Su nombre es Sensei Ando Mierzwa y su podcast se llama “Lucha por una vida feliz”. Actualmente, hay 125 episodios disponibles, desde 2013, y cada episodio contiene no solo una lección de artes marciales, sino una lección para toda la vida. Las palabras “lucha por una vida feliz” no se refieren al contexto de luchar contra personas reales, sino al empoderamiento de uno mismo para luchar por la sonrisa literal en el rostro.

No puedo decir que estoy 100% de acuerdo con todo lo que dice (una vez lo escuché decir que las artes marciales son para todos), pero lo que he aprendido en mi camino en las artes marciales me ha empoderado y mejorado de una manera que nunca pensé que fuera posible. Ando dice que cuando se enseñan correctamente, las artes marciales son una de las mejores formas de mejorarse a uno mismo. Hablemos un poco más sobre sus enseñanzas...

¿Eres un luchador?

Si me hiciera esta pregunta a mí mismo, diría que no, que no soy un luchador (en el sentido de las artes

marciales) porque no es algo que me interese al 100%, pero no se trata solo de subirme a la lona y pelear con alguien. Aplica esa pregunta a toda tu vida. Si alguien te tira debajo de un autobús en el trabajo, ¿te quedarías atrás, no dirías nada y lo aceptarías? Si alguien se te cruza en el camino en Starbucks, ¿no dirías nada? Si un miembro de tu familia te critica, ¿no harías nada? Todos tenemos el poder de elegir cuándo pelear o no, dependiendo de las circunstancias. Solo tienes que descubrir cuáles son tus prioridades y cuándo es mejor pelear por lo que crees.

Ganar cada discusión

Sensei Ando no se refiere a la palabra “discusión” como a la palabra “pelea”. Pensando en un sentido filosófico, una discusión es en realidad una discusión, conocida como el arte de la persuasión. En este sentido, ¿evita las discusiones? ¿Es lo mejor que se puede hacer en todas las circunstancias? Me conozco, trato de evitar las discusiones lo más que puedo, el conflicto está en todas partes en mi familia (desafortunadamente), pero filosóficamente hablando, ¿cómo sería si nadie discutiera nada nunca? Estar en desacuerdo con alguien no significa que lo respetes o lo aprecies menos, solo te da la oportunidad de

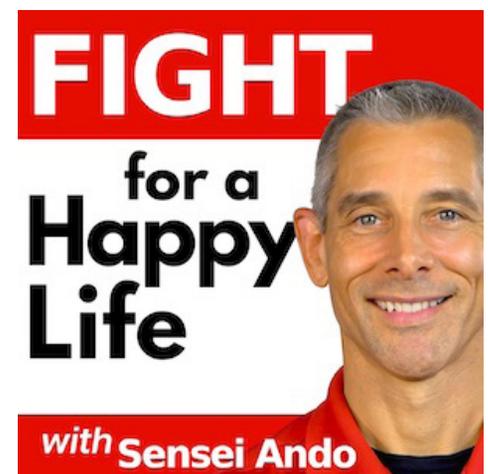
ver las cosas desde la perspectiva del otro, incluso si terminas no estando de acuerdo o en una posición en la que “aceptas estar en desacuerdo”.

En las artes marciales, no hablar de las cosas es algo muy malo. Piénsalo de esta manera: si estuvieras en clase, entrenando, y tu instructor te dijera que sacas la cabeza y eso hace que sea muy fácil que te golpeen. Si no escuchas, si prefieres hacerlo a tu manera y si tienes la mente cerrada, al final recibirás un puñetazo en la cara.

En términos más generales, creo que una de las peores cosas de las artes marciales, en especial de los diferentes estilos, es que todos creen que su forma de actuar es la mejor (y la única), lo cual no es correcto. Todos los estilos merecen respeto y una mente abierta.

Entonces, ¿cómo ganamos todas las discusiones? Primero hay que ver una discusión (desacuerdo) como algo bueno y sensato, y luego no es tan descabellado, ¿no? Recuerden que no se trata de ganar, sino de progresar.

Creo que aquí es donde lo voy a dejar. Si el Sensei Ando tiene algo que realmente creo que merece ser reiterado en el futuro, lo contaré aquí. ¡Cuidense todos y TANG SOO!





## La importancia de tener una meta

En las artes marciales, como en la vida, tener una meta es fundamental. Puede ser obtener un nuevo grado, mejorar una técnica específica o simplemente mantenerse en forma. En mi experiencia, las metas son las que nos mantienen motivados y enfocados. Sin una dirección clara, es fácil perder el rumbo.

- En mis primeros años, mi meta era simple: aprender y mejorar. Con el tiempo, esas metas evolucionaron. Pasaron desde el avance en los grados y la participación en competencias hasta el perfeccionamiento de técnicas específicas. También incluí metas puntuales como mejorar mi elasticidad, llegar al piso en cierto plazo, armar un pequeño dojang en mi casa para el entrenamiento diario y concretar viajes a Corea. Estos viajes me llevaron a participar en seminarios, competencias y procesos de evaluación para pasaje de grados.

Otra de mis grandes metas fue empezar con mi escuela, la que denominé Garza Hapkido, un sueño que cobró vida gracias al empujón inicial de un amigo porteño, Franco Bronzini, durante la pandemia del Covid-19. Cada objetivo alcanzado me motivó a plantearme uno nuevo, manteniendo siempre viva mi pasión por las artes marciales. Finalmente otra de las metas que más esfuerzo me costó, fue emprender un camino propio, fuera de mi escuela original, el "Centro Uruguayo de Hapkido". Esta decisión, tan desafiante como trascendental, la tomé gracias al apoyo y la guía de unos de mis compañeros de artes marciales y

amigo, Carlos Damasco.

Integrar el arte marcial en la vida cotidiana

El Hapkido no es solo algo que practicamos en el dojang; es una forma de vida. La disciplina, la perseverancia y la calma que cultivamos en el entrenamiento son herramientas valiosas en mi rutina diaria.

Un verdadero practicante de Hapkido debe cultivar cualidades esenciales como la disciplina, la humildad, la honestidad, el respeto, la rectitud, la autoconfianza, la paciencia y la lealtad. Estas virtudes no solo se practican en el dojang, sino que se reflejan en todos los aspectos de la vida cotidiana.

**Disciplina:** el verdadero practicante incorpora el Hapkido como parte de su vida. Se convierte en una persona ordenada, metódica, responsable, puntual y digna de confianza. Esta virtud no solo aplica en el entrenamiento, sino también en los estudios, el trabajo y las relaciones personales. La disciplina fomenta la constancia y la perseverancia, permitiendo completar todo lo que se comienza.

**Humildad:** la verdadera humildad es una fuerza que exige madurez y valentía. Es el resultado de años de entrenamiento y experiencia. Evitar la ira o la vanidad requiere más fuerza que dejarse llevar por ellas. Un hapkidoka humilde sabe el poder que posee y, por ello, evita la violencia siempre que sea posible.

**Honestidad:** la honestidad es una virtud fundamental que se refleja en la compostura, la decencia y la moderación en acciones y palabras. En el dojang, no hay espacio para la deshonestidad. La convivencia diaria crea un vínculo de confianza y camaradería entre los practicantes.

**Respeto:** el respeto distingue a los practicantes de artes marciales. Va más allá del dojang, extendiéndose a todos los aspectos de la vida: hacia uno mismo, hacia los demás, y hacia el entorno. Esta virtud es la base para una convivencia armoniosa y pacífica en cualquier sociedad.

**Rectitud:** un hombre recto es justo y fiel a sus convicciones. Un hapkidoka es una persona confiable, con un firme sentido de justicia y respeto por los derechos y obligaciones de todos.

**Autoconfianza:** la práctica diaria desarrolla una sólida confianza en uno mismo. Un hapkidoka no necesita demostrar sus habilidades innecesariamente, ya que su seguridad proviene de su entrenamiento constante. Esta autoconfianza se refleja positivamente en la vida cotidiana, en el trabajo, los estudios y la salud.

**Paciencia:** el camino del Hapkido es largo y está lleno de desafíos. Solo aquellos con disciplina y perseverancia logran superarlos y seguir avanzando. La práctica repetitiva y constante de técnicas enseña la virtud de la

paciencia, una herramienta valiosa en todos los aspectos de la vida.

Lealtad: la lealtad implica apego, fidelidad y respeto hacia las personas e ideas que valoramos. Es un sentimiento que abarca a los seres queridos, los amigos, las instituciones y la patria.

El objetivo principal de cualquier arte marcial es el desarrollo como persona (espiritual y moral), complementado por el entrenamiento físico. "Mente sana en cuerpo sano". El Hapkido no solo mejora aspectos físicos como el equilibrio, la postura, la flexibilidad y el tono muscular, sino que también fortalece la confianza en uno mismo a través de la disciplina física y mental.

La enseñanza del Brazilian Jiu Jitsu dentro de mi camino del Hapkido

En el año 2002, descubrí el Brazilian Jiu Jitsu de la mano de un gran Sensei, Pablo Solis. Él lideraba el desarrollo del BJJ, Muay Thai, Sambo y MMA en Uruguay, y fue un artífice fundamental en el crecimiento de estas disciplinas en el país. Además, promovía la formación y competición internacional de sus alumnos. Estuve entrenando solo unas pocas semanas con él, hasta que me mudé de barrio.

Como cinturón negro 2do dan de Taekwondo, mi preocupación en aquel momento era que, si me encontraba en una situación complicada donde el espacio era reducido, no iba a poder desplegar una patada a la cara, por ende estaba en problemas. No tenía un sistema aprendido para resolver esa situación, y el Taekwondo no me ofrecía ninguna solución al respecto. Este tema siempre lo tuve dando vueltas en mi cabeza. Esta búsqueda fue un motor importante en mi camino.

Sin embargo, durante la pandemia, 20 años más tarde, me reencontré con Pablo y su academia, "Fight Club". Pasé



dos años y medio entrenando con ellos, aprendiendo lucha en el suelo, llaves, caídas, rodadas, entre otras técnicas. En ese lugar se respira y se vive la verdadera lucha cuerpo a cuerpo. Es el santuario de una gran persona, acompañado por su maravillosa familia. Con Pablo, dentro de la dureza del arte marcial, sentí una calidez humana excepcional, difícil de encontrar. Vivir la experiencia del Fight Club es todo un viaje en sí mismo, y es una materia pendiente que aún tengo.



El Brazilian Jiu-Jitsu (BJJ) nos enseña humildad al enfrentarnos a nuestras limitaciones cada vez que luchamos y perdemos. Cada derrota nos muestra áreas a mejorar, nos ayuda a gestionar el ego y nos enseña a mantenernos resilientes bajo presión. Aprendemos a respetar a los demás, valorar el esfuerzo y aceptar que el progreso requiere paciencia y persistencia.

Más allá del tatami, el BJJ nos forma como personas, enseñándonos a crecer a través de los desafíos y a enfocarnos en nuestro desarrollo personal. La verdadera lección no es evitar caer, sino aprender cómo levantarnos y seguir avanzando.



### Año Nuevo 2025 Meta Nueva

Saludo a todos y todas las personas que leen esta nueva edición de la revista 'El Camino' empezando este nuevo año 2025.

Soy SabomNim Ramón Navarro 6to Dan del estilo Song Moo Kwan del arte marcial coreano de defensa personal HapKiDo que su fundador es el Gran Maestro o sea el KwanjangNim Park, Song IL 9no Dan su fundador que fue estudiante del creador del HapKiDo el DojuNim Ji, Han Jae. Soy director técnico como asistente del Maestro Park para difundir este estilo de HapKiDo internacionalmente. Si estas interesado en formar parte de esta gran familia escríbame al WhatsApp +507 6780 8222

Todo lo nuevo es por que algo se transformo en un cambio a eso se le llama ciclo. El de la vida es de nacer a crecer, reproducirse, ser guía de casa entonces abuelo y así alguien que se lo merece para no decir el hijo mayor hereda bueno lo hará la persona que el cabeza de casa decida para después ser anciano y morir.

Este modo de vida incluye hijos que podrán transformarse en padres, algunos a abuelos, pero siempre habrá el cabeza de casa y esto seguirá pasando no se digamos por la eternidad. Claro que algunos se separaran sea con consentimiento o no y formaran su propia casa. En el arte marcial pasa parecido.

¿Como así? Primero con un estudiante que digamos nace el día que empieza en un arte marcial. Sera expuesto al modo de aprendizaje adecuado o no. Si es el adecuado es lo que se desea.

Como en la vida en la que un bebe nace tendrá que crecer a niño y pasar a niño para después volverse un adolescente hasta volverse adulto o sea ser responsable

de sus propios actos. Allí encontrara diversas responsabilidades. De estas hablare en un momento lo que diré es que todo esto son transformaciones que trascenderán en forma de ciclos.

Cada ciclo durara un tiempo y pasaran cosas con las que se debe cumplir como al empezar en un arte marcial, el que sea este que en este tema daremos ejemplos como el de participar a menudo cada semana todos los meses del año. Habrá reglamentos a seguir que pueden estar escritos o no.

Eso no importa ya que según el cabeza de esa Academia dirija las funciones de las clases según un procedimiento. Después de un tiempo que puede ser de 4 a 6 meses según el procedimiento hará examen. Muchas escuelas lo hacen con el procedimiento de pasar un pre examen. Esto no es realmente necesario y los que dirigen con el pre examen no diré están equivocados solo diré es una perdida de tiempo ya que el guía llamémosle el Maestro o Instructor esta diariamente viendo el progreso de ese estudiante al igual que a todos los otros estudiantes. Así que en realidad el pre examen no es necesario.

En algunos de los procedimientos será completar unas cosas que se deberán aprender y pulir antes de que ese o esos estudiantes ya que normalmente el examen será en grupo. Hay unas escuelas que dicen que para hacer examen se deberá cumplir con tal numero de horas o de clases, pero esto no es lógico por que algún estudiante logre el número de horas o de clases y no domina el mínimo y completar lo necesario para saberse todo y



pasar el examen por decir.

Cosas pasan así que si llega el momento para que un estudiante del grupo a ser examinado esta casi listo se le puede dejar hacer examen el maestro puede pasarlo de rango sin tener que esperar a que el grupo este listo. También puede ese maestro pasarlo informal o sea sin hacerle el examen individual. Es un modo informal del paso de grado para no decir rango.

Sabemos que con los años sean muchos o pocos este o estos estudiantes habrán aprendido lo que se necesita para obtener en Cho Dan o el Primer Dan. Seguirá aprendiendo nuevas cosas, corrigiendo otras mas seguir repasando y mejorando todo lo aprendido antes de pasar examen. Estas son unas de las responsabilidades de una cinta negra claro que no de la cinta, pero del Yu Dan Ja (este 'Ja' suena en español a Ya' o Cha') o La Persona Con Grado Dan.

Yo no lo sé todo, pero lo que tengo claro es que un Cinta Negra o Primer Dan se le llama Cho Kyo Nim que significa algo así como ayudante (el tema de ChoKyo Nim puede abarcar un tema por sí mismo). Se seguirá aprendiendo nuevas cosas, en los artes marciales que tienen formas aprenderán la nueva forma y todo lo que esta forma incluya hacer además de algunas otras cosas como nuevas patadas sean llamadas o no patadas especiales hasta combatir contra más de dos personas y al completar este segmento hará examen para su Yi o Yee Dan y se le podrá llamar Kyo Sa Nim o Kyosa Nim que seria Instructor mas si es asistente o enseña clase pero formalmente no tendrá una clase aunque en estos días



muchas veces tiene su propia clase sea en la Academia o se le permite tener separadamente un local aunque esto no es el modo formal ya que para tener una Academia debería mínimo ser 4to Dan pero estamos hablando que en el 2do Dan igual aprenderá otras cosas que lo llegaran a lograr el Tercer Dan o Sam Dan donde es formal el titulo de Kyosa Nim o Kyo Sa Nim que sigue siendo asistente o sea que en una Academia o Dojang/Dojo el puede dirigir una clase claro con la guía de su maestro y cuando este listo pasara al Cuarto Dan o Sa Dan.

Al llegar al 4to Dan se considera el primer grado de maestro y tendrá el titulo de Sabom Nim o Sa Bom Nim o Maestro. El Cho Dan tendrá una Raya blanca en su cinta, el 2do Dan dos rayas, el 3er Dan tres rayas y el 4to Dan 4 rayas. Al pasar al 5to Dan y mas altos rangos Dan pueden tener rayas que muestran el numero de rango Dan que tienen, pero en nuestra organización para no decir estilo del Song Moo Kwan desde el 5to Dan no usamos rayas o mejor dicho nos quitamos las rayas ya que realmente es el menor rango para que un Instructor sea un Maestro.

Ahora o desde el 4to Dan se le considera no solo un Alto Rango Dan o KoDan Ja o Ko Dan Ja. Este 'Ja' se puede decir es persona que tiene este rango seguirá teniendo el título de SabomNim que tendrá hasta sea el que dirige un estilo y se la llamará Kwanjang Nim o Kwan Jang Nim que fuera por decir Maestro de Maestros.

Este grado de Ko Dan Ja que es hasta el mayor grado o rango en existencia que seria el 10mo Dan su titulo seria del que creo o fundo un arte marcial en terminología Koreana. Ningún otro Maestro debe tener este 10mo Dan ya que no fue el creador o padre de un especifico arte marcial. Lo impreso en una cinta negra sea cual sea su rango en un lado de la cinta puesta debe decir impreso su nombre que al tener la cinta puesta debe quedar de su lado izquierdo y las rayas que muestra cuantos grados de 'Dan' tiene se ponen de ese lado o en la parte donde va el nombre y en el otro final debe ir impreso el nombre de la organización la mía o de GM Park es Panama HapKiDo Association traducida seria Asociación Panameña de HapKiDo más el nombre del estilo que de nuestro HapKiDo es Song Moo Kwan. Song Moo Kwan o La Escuela Marcial Verde y Viva de HapKiDo. Le decimos La Escuela Marcial Natural del HapKiDo. Por que Natural esto seria otro tema que hablaría de principios etc. Gracias por su paciencia leyendo este articulo y tengan todos un prospero año 2025. HAP



Hola amigos lectores de la revista internacional de Artes Marciales “El Camino”.

Cada tanto tiempo, se comunican conmigo, personas que practicaron Judo hace muchos años y abandonaron por diferentes motivos (trabajo, estudio, familia, viajes), y me preguntan si podrían volver al tatami!

Y por supuesto cada uno lo hace de acuerdo a sus posibilidades y limitaciones, y algo que es importante y se los recalco siempre, no tienen que demostrar nada a nadie, no son los mismos que cuando estaban activos años atrás.

Algunos de ellos hicieron alguna actividad física, otros nada. Es como empezar nuevamente, no es retomar la actividad, pensando que haré todo como antes. Muchos se lesionan queriendo hacer lo que les salía tan bien, pensando que el tiempo no pasa factura!

Hay personas que abandonaron durante 8, 12 años, retomaron la práctica y continúan hasta el día de hoy, pero el record lo tiene un judoka que reingresó a la actividad hace un par de meses, después de no estar sobre un tatami durante 40 años! En aquella época competíamos en clubes rivales y nos conocíamos bastante. Lo más asombroso es que lo hace a sus 63 años! Le cuenta a los jóvenes cómo era el Judo de aquella época, cómo se entrenaba y competía, sigue su aprendizaje, viendo como todo fue cambiando. Y cuando lo veo salir del vestuario rumbo al tatami y pasar frente a un espejo, se mira y sé que se siente orgulloso de vestir nuevamente el Judogi!

Ahora seguimos con las preguntas de los amigos:

La que más se ha repetido es: Porqué no estoy usando el Cinturón Rojo y Blanco de 6° Dan? En Diciembre 2023, La Federación Uruguaya de Judo me otorgó dicha graduación, en Diciembre 2024, me entregó el Diploma Oficial y el Cinturón! Pero ese hermoso cinturón lo uso solo en ocasiones oficiales, no todos los días, en clases, entrenamientos, etc., para eso tengo mi Cinturón Negro que me acompaña desde hace tantos años y no necesito cambiar colores para sentirme mejor o para mostrar a los demás! El primer Cinturón Negro lo compre en Buenos Aires/ Argentina en 1980, duró hasta el 2000 y se rompió, ese año estaba en Copenhague/ Dinamarca, en el Campeonato Mundial de Jiu Jitsu y compré el que sigo usando hoy (que en cualquier momento se rompe por su uso continuo)!

También tengo algún judogi con remiendos, pero mientras siga siendo funcional, lo seguiré usando, no necesito la última moda o las marcas importantes, para hacer buen Judo!

Un alumno relativamente nuevo, pregunta: Porqué cuando Ud. muestra una técnica, otro Profesor o Cinturón avanzado en la clase, lo hace un poco diferente? Lo importante es que la base mecánica de la técnica sea realmente eficaz, la física aplicada en los movimientos debe ser la adecuada, en todas las etapas (por



ejemplo en un lanzamiento), cuando realizo la acción de desequilibrio (Kuzushi), luego la preparación de la entrada, o el posicionamiento de mi cuerpo, respecto al de la otra persona, (Tsukuri) y el lanzamiento y caída del cuerpo de la otra persona (Kake). Estas son etapas de del lanzamiento diseñadas para su mejor estudio, poniendo énfasis en el control total sobre cada una de ellas, y así mejorar detalles por separado y corregir errores, que mejorarán el total de la acción.

Se ve diferente porque debo responder a mi biotipo, que es diferente al de otra persona, que puede ser más alta que yo, más baja, más pesada, más liviana, más fuerte, más débil. Y también de acuerdo al cuerpo del que voy a lanzar.

Y también con la misma mecánica aplicada, se tiene las diferentes variantes de la misma técnica, con diferentes agarres, bloqueos, desequilibrios, etc.

Y busco encajar la técnica, cuando va hacia adelante, atrás, se desplaza lateralmente, cuando me empuja, cuando me trae hacia él, cuando cambia los agarres. Aprovecho la oportunidad o genero la oportunidad, siempre atento para el ataque, contraataque, combinaciones, encadenamientos, escapes. Toda una ciencia para la competición deportiva y para el combate en situación real, donde no está en juego una medalla, sino tal vez, nuestra vida o la de otros.

Y por supuesto, el entrenamiento psicológico para estas situaciones, en el campo deportivo, no causar daños innecesarios al rival, saber hasta dónde aplicar las técnicas de control y sumisión, respetar su integridad, el rival no es un enemigo, es en ese momento mi contrincante, que busca lo mismo que Yo, la victoria, la medalla, el trofeo!

Y del otro lado, tenemos una acción real en un enfrentamiento, donde no hay árbitros, médicos, amigos. Donde el control de mis emociones es mi forma, no debo mostrar mis debilidades, ni mis fortalezas. Donde tener el control sobre el entorno es muy importante, no hay un tatami delimitado físicamente, donde no es lo mismo un enfrentamiento con una persona o con varias, con armas o sin ellas y donde el desarrollo de la violencia y hasta una dramatización de la misma (exageración para causar miedo), nos puede desequilibrar psicológicamente.

El personal que trabaja en el área de seguridad física, sabe que debe entrenar para esos momentos, aunque ojala no ocurrieran, pero la persona que nada tiene que ver en esta área, el ciudadano común, que es la víctima señalada para robar, violar, secuestrar, dañar por diversión, realmente poco puede hacer. Por lo menos, importante es estar atento en la calle, sé que no es sencillo, pero al observar el entorno, podemos detectar amenazas, evitar situaciones conflictivas, cuidar siempre a los más pequeños, no distraerse con la tecnología (celulares, etc). En la parte deportiva, muchas son las deserciones cuando solo entreno para competir y no salen las cosas como planeamos con los Profesores/Entrenadores, porque hay otros mejores que Yo, porque no todos tienen el espíritu competitivo para llegar a ser deportistas de elite y dejar todo por seguir en la competición. Realmente el máximo potencial en atletas de alto rendimiento se da en edades ya establecidas y son cada vez más fuertes, más rápidos, más técnicos y más jóvenes! Los entrenamientos son dirigidos cada vez con mayor y mejor conocimiento científico y con apoyo médico especializado.

Y por supuesto estos atletas, entrenan lo que mejor les ayuda a su tipo de Judo, pero dejan de lado muchísimo de lo que es el Judo Tradicional o marcial, el Judo para todos, el hacer un Camino que lleve a una mejora como ser humano y compartir con todos los conocimientos y nunca dejar de aprender, porque el que tiene una mente abierta, siempre aprende! Ayudar a los niños, a los jóvenes, a los adultos, a los adultos mayores, a los que tienen discapacidades, a los que no pueden pagar la enseñanza...Si habrá cosas en las que podamos ser útiles!

Nos vemos en el Dojo! Prof. Marcelo Ehrlich.



# EL MUNDO DE LAS ARTES MARCIALES ESTA CAMBIANDO!!

**Entrevista al GM Ernst Jan Rollos por GM Guy E. Larke**



Nos guste o no, el mundo cambia cada día. Puedes cerrar los ojos, pero sigue cambiando. Como dijo el legendario Bob Dylan en su canción "The Times They are A Changing". La historia es importante. De hecho, crucial. Pero al final, siempre debemos pensar en el futuro. En el Renacimiento se produjeron enormes cambios. Unos siglos más tarde, el siglo XX cambió el mundo tal como lo conocíamos. Ahora estamos a principios del siglo XXI y ¡no hay vuelta atrás!

Las artes marciales tradicionales son herramientas muy valiosas, como otros tipos de conocimiento adquiridos a lo largo de un milenio, pero el peligro reside en obsesionarse con el pasado, en lugar de utilizarlo como un conjunto de lecciones y pautas. En las artes marciales hay tantos dogmas y prácticas obsoletas que es difícil ver el valor intrínseco real de lo que practicamos.

Esta entrevista es la continuación de una profunda conversación con mi gran amigo y hermano en las artes marciales, Ernst Jan Rollos. Estuvo a punto de descifrar el código que une el pasado, el presente y el futuro de las artes marciales.

GM Rollos, ¿qué tiene de significativo una nueva era en las artes marciales en general?

Una nueva era en las artes marciales comienza cuando se producen cambios o avances significativos que transforman la forma en que se practican, se enseñan y se comprenden las artes marciales. El declive de las artes marciales tradicionales se debe a una combinación compleja de pérdida de identidad, complejidad socioeconómica, liderazgo insuficiente y, finalmente, desorden. Una organización en decadencia puede volver

a un estado más original y primitivo, ser absorbida por una organización más fuerte o desaparecer por completo.

A veces, estos cambios se producen de forma repentina y repentina, mientras que otras veces se producen de forma gradual. Puede producirse una transformación significativa a partir de un acontecimiento importante o, con el tiempo, darse cuenta de que las cosas han evolucionado. Estos cambios pueden ser positivos y necesarios o poco ideales, pero casi siempre hay un lado positivo: ¡pueden surgir nuevas ideas!

Si te entiendo bien, ¿debemos empezar a construir nuevas estructuras?

No hace falta decir que el cambio o la innovación implica estructuras y procesos técnicos y organizativos, pero la comunicación interpersonal y los patrones de comportamiento son igualmente importantes para un proceso de cambio exitoso. En primer lugar, debemos descubrir qué nos une, qué nos conecta.

ROUND TABLE ALLIANCE es una organización neutral de artistas marciales de nivel maestro y gran maestro que desean alcanzar metas más elevadas. La idea de Round Table Alliance es promover el interés en el desarrollo y la integración de nuevas ideas en las artes marciales tradicionales, en igualdad de condiciones.

El código de conducta moral de la Alianza de la Mesa Redonda consiste en arriesgarse siempre, trabajar constantemente en el desarrollo personal y estar al servicio de los demás. Este código de caballería, que

se desarrolló en la Europa medieval, tiene sus raíces en siglos anteriores. Surgió en el Imperio Carolingio a partir de la idealización del soldado de caballería, que implicaba valentía militar, entrenamiento individual y servicio a los demás (especialmente en Francia, entre los soldados a caballo de la caballería de Carlomagno). El término "caballerosidad" deriva del antiguo término francés "chevalerie", que puede traducirse como "soldado a caballo".

[www.mesa-redonda-alianza.org](http://www.mesa-redonda-alianza.org)



(Miembros de la Mesa Redonda)

“Todas las voces son iguales; juntos nos levantamos”.  
¿Por así decirlo?

Esto refleja el simbolismo de la Alianza de la Mesa Redonda, donde nadie se sienta a la cabeza y todos tienen un lugar igual en los debates y las decisiones. Encarna los principios de colaboración, respeto mutuo y fuerza colectiva.

Ser parte de un grupo con valores compartidos crea un fuerte sentido de comunidad y pertenencia. La misión compartida de valentía, crecimiento y servicio fomenta conexiones profundas con personas con ideas afines.

Esta Alianza tiene tres principios rectores, inscritos en letras doradas en las paredes de piedra de nuestro salón:

1. Valentía ante la adversidad: Actuar con valentía, incluso cuando el miedo acecha.
2. Crecimiento incesante: buscar conocimientos, habilidades y sabiduría, esforzándose siempre por ser mejor.
3. Servicio por encima de sí: Elevar a los demás, colocando las necesidades de la comunidad antes del beneficio personal.

Nuestros afiliados forman una parte vital del ecosistema

colaborativo que impulsa el movimiento cultural de la Round Table Alliance, ayudándola a prosperar y lograr su misión de preservar, promover y celebrar la cultura y las artes europeas. ¡La conexión cultural europea teje un patrimonio compartido de arte, ideas e historia entre diversas naciones!



(Instructores que comparten un objetivo)

¿Puedes explicar el logotipo de la Alianza de la Mesa Redonda?

Cada miembro de la Alianza de la Mesa Redonda lleva un logotipo: un emblema circular amarillo que representa las diferentes artes marciales. Es a la vez un símbolo de nuestra membresía y un recordatorio de nuestra misión. Para ganarlo, uno debe completar una prueba de por vida que pone a prueba el carácter en los tres principios.



(Logotipo de la Mesa Redonda de la Alianza)

Introdujiste un sistema de premios, ¿puedes contarme algo sobre él?

Un sistema de premios es un mecanismo poderoso que se alinea con el enfoque de las artes marciales en el crecimiento, la disciplina y la comunidad. Ayuda a los practicantes a mantenerse motivados, fomenta un entorno positivo y contribuye al desarrollo general de los individuos y la cultura de las artes marciales.

La Round Table Alliance premia, reconoce logros y refuerza la idea de que el esfuerzo y la dedicación son valorados. Al mismo tiempo, tratamos de construir una comunidad. Celebrar los logros fomenta la camaradería y el sentido de pertenencia construye esta comunidad de artes marciales.

En el seminario de mesa redonda que tuvo lugar en Alemania el 5 de octubre de 2024, presentamos dos nuevos premios:

### 1. Premio al talentoso herrero

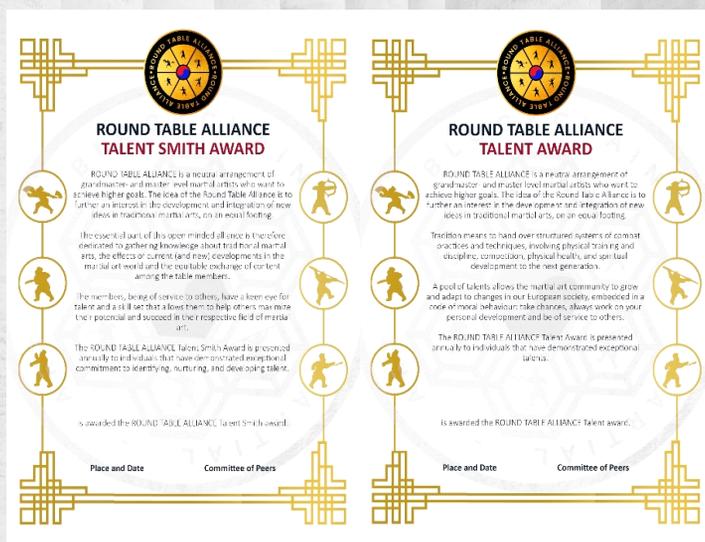
El premio Talent Smith se otorga anualmente a las personas que han demostrado un compromiso excepcional con la identificación, el fomento y el desarrollo del talento. Los talentosos, al estar al servicio de los demás, tienen un ojo agudo para el talento y un conjunto de habilidades que les permite ayudar a otros a maximizar su potencial y tener éxito en su respectivo campo de arte marcial. Un talentoso en la Round Table Alliance tiene una gran responsabilidad y un gran compromiso con sus estudiantes. Transmitir su conocimiento a la próxima generación es su principal objetivo, al identificar y fomentar a las personas talentosas. No puede haber otra forma de evitar servir a los demás y avanzar hacia metas más altas. ¡El nombre en el premio está ahí solo para que el talentoso sea responsable de sus palabras y acciones!



(Director General Henrik Hunstad)

### 2. Premio al talento

El premio Talent Award se otorga anualmente a individuos que han demostrado talentos excepcionales. Un grupo de talentos permite que la comunidad de las artes marciales crezca y se adapte a los cambios en nuestra sociedad europea, arraigada en un código de conducta moral: tomar riesgos, trabajar siempre en su desarrollo personal y estar al servicio de los demás. Apreciemos a las personas que han demostrado talentos excepcionales. Un grupo de talentos permite que la comunidad de las artes marciales crezca y se adapte a los cambios en nuestra sociedad europea, arraigada en un código de conducta moral: tomar riesgos, trabajar siempre en su desarrollo personal y estar al servicio de los demás.



La idea de la Round Table Alliance es promover el interés en el desarrollo y la integración de nuevas ideas en las artes marciales tradicionales, en pie de igualdad.

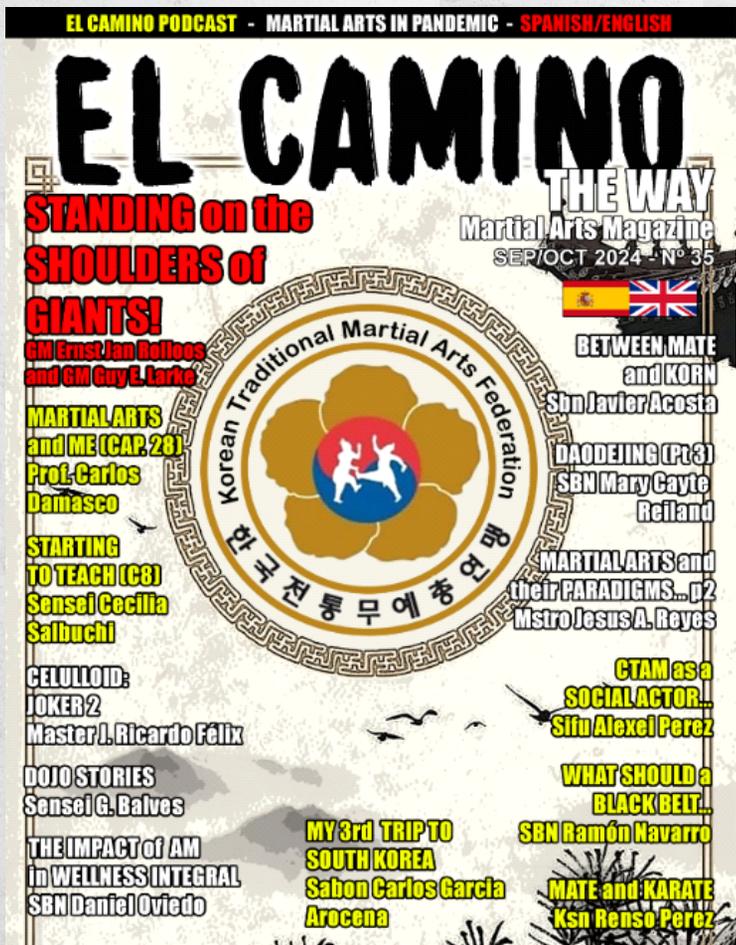


(Talento, Maestra Alexandra Waser)

¿Conectar a las partes interesadas? ¿Es importante saber de dónde vienes?

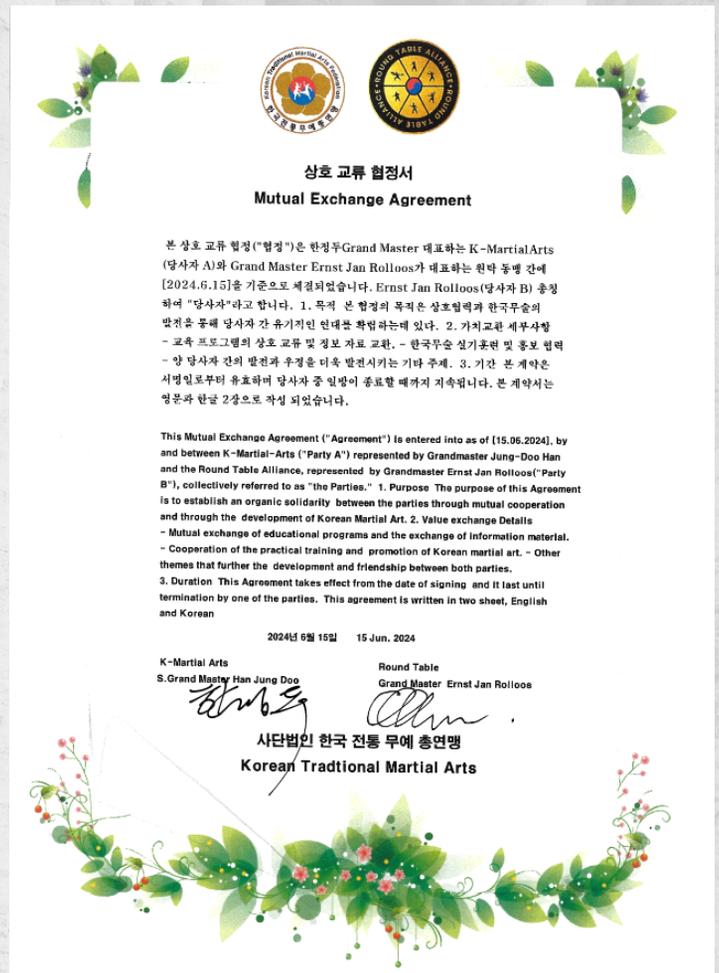
El 15 de junio de 2024, la Round Table Alliance y K-Martial-Arts firmaron un acuerdo de intercambio mutuo. El objetivo de este acuerdo es establecer una solidaridad orgánica entre las partes a través de la cooperación y el desarrollo del arte marcial coreano.

La colaboración entre K-Martial Arts y Round Table Alliance es importante por varias razones, ya que combina la preservación cultural, la innovación y la unidad global dentro de la comunidad de las artes marciales. K-Martial Arts encarna siglos de herencia, filosofía y técnicas de las artes marciales coreanas. La asociación con Round Table Alliance, un grupo de maestros europeos neutrales de las artes marciales, garantiza que este conocimiento tradicional se comparta, se respete y se preserve en Europa.



(El Camino)

Al combinar la sabiduría de los grandes maestros coreanos con las diversas experiencias de los practicantes de artes marciales europeos, ambos grupos se benefician de una perspectiva más amplia. Este intercambio permite a los artistas marciales refinar sus técnicas, estrategias



(Acuerdo de Intercambio Mutuo)

y comprensión de diferentes estilos. El mundo de las artes marciales está en constante evolución, con nuevos métodos de entrenamiento, tecnología y filosofías emergentes. Esta asociación permite la integración de enfoques modernos en las prácticas tradicionales, creando un equilibrio entre la innovación y la preservación cultural. La colaboración construye un puente entre la rica historia de las artes marciales y las necesidades de las generaciones futuras. Juntos, pueden dar forma a una visión que enfatice el crecimiento personal, la práctica ética y el papel de las artes marciales en un mundo que cambia rápidamente.

En el corazón de esta colaboración se encuentra la unificación de la tradición y la innovación. Recopilamos conocimientos sobre las artes marciales tradicionales y examinamos el impacto de los avances actuales y emergentes en el mundo de las artes marciales. A través del intercambio equitativo de ideas, creamos un puente entre la rica historia de las artes marciales y los enfoques modernos que dan forma al futuro.



(Director General Ernst Jan Rolloos)

Si te apasionan las artes marciales y el crecimiento personal, un seminario en Noruega ofrece una oportunidad única de combinar un entrenamiento de alta calidad con una aventura inspiradora.



(Director General Patrick Verboven)

¿Cuándo será tu próximo seminario?

¡Únase a nosotros en un emocionante seminario de mesa redonda sobre artes marciales en Noruega el 11 de octubre de 2025!

Este seminario está diseñado para artistas marciales de todos los niveles: principiantes, practicantes experimentados e incluso espectadores curiosos. Esto es lo que experimentarás: Entrena con instructores altamente calificados, incluidos maestros de K-Martial Arts y Round Table Alliance. Aprende técnicas de múltiples disciplinas, incluido el taekwondo, el hapkido y las prácticas modernas de autodefensa. Obtén una comprensión más profunda de la filosofía de las artes marciales, la historia y su papel en el crecimiento personal. Conéctate con personas con ideas afines y construye relaciones duraderas dentro de la comunidad de artes marciales.



(Maestra Janis Horch)

Más allá de la formación, la camaradería, las experiencias compartidas y las oportunidades de explorar los impresionantes paisajes de Noruega hacen que asistir a un seminario sea un viaje inolvidable.

¿Quiénes son los miembros clave y cuántas naciones están involucradas ahora?

En el amanecer de una nueva era, la elección de la combinación inicial adecuada es crucial. Entre los miembros actuales de la Mesa Redonda se encuentran Patrick Verboven de Bélgica, Pascal Russello de Francia, Janis Horch de Alemania, Lorenzo Milano de Italia, Frans van Boxtel y Ad van Workum de los Países Bajos, Henrik Hunstad y Roy Rolstad de Noruega y Ernst Jan



(Director General Lorenzo Milano)

Rolloos de Suiza.

Tenemos previsto ampliar con el tiempo el número de miembros de la Mesa Redonda. La selección se basará en dos criterios clave: tu rendimiento en el tatami y tu capacidad para integrarte sin problemas en el grupo.

¿Cómo has evolucionado como artista marcial?

Esa es una pregunta interesante. Seguí un camino común. Al principio, me cautivaban las técnicas de las artes marciales, inspirado por ver a Bruce Lee y a otros. Entrenar en un dojang era como volver a casa. Con el tiempo, comencé a comprender las técnicas y aprendí a combinarlas de manera efectiva.

Con el tiempo, descubrí las mejores combinaciones para mí, lo que me permitió conectar las técnicas conmigo mismo e identificar las que mejor se adaptaban a mí. Esta conexión personal se extendió naturalmente a mis compañeros de entrenamiento. Fue entonces cuando comencé a comprender los conceptos de energía eumki y yangki : mis primeros pasos en el reino más profundo del ARTE marcial .

A medida que fui creciendo y me di cuenta de que mi energía no era infinita, aprendí la importancia de concentrar mi poder en el “aquí y ahora”. Y aquí estoy hoy.

¿En qué direcciones se han desviado sus investigaciones respecto de las de la mayoría de las demás?

Escribí un libro sobre el arte del movimiento. Estudiar este tema profundizó mi apreciación, comprensión y conexión con el campo. Me proporcionó conocimientos profundos sobre la esencia del movimiento y su importancia en mi vida. ¡El movimiento es vida, prueba de que todavía estoy viva y prosperando!

Esta fuerza me inspira a ponerme las zapatillas de deporte y afrontar cada día con creatividad y determinación. Me recuerda que debo seguir avanzando, tanto física como mentalmente, lo que en última instancia significa mantenerme saludable. Este es el mensaje principal que comparto con mis alumnos.



Guy Larke y Ernst Jan Rolloos

¿Cómo han cambiado los roles del estudiante, del docente y del maestro? ¿En qué deberían convertirse?

Creo que los roles han evolucionado. Debemos cambiar nuestro enfoque de las habilidades puramente técnicas a un enfoque más holístico. Por eso adoptamos un código moral simple pero profundo: ser valiente, esforzarse por el crecimiento personal y servir a los demás. Estos principios resuenan universalmente en todas las personas razonables.

Como guerreros, es esencial comprender y encarnar este código moral. Mantener la salud (física, espiritual y mental) es una parte fundamental de este camino. Como docentes, tenemos la responsabilidad de guiar a nuestros estudiantes para que tomen decisiones acertadas. Así es como servimos a nuestras comunidades y contribuimos significativamente a su bienestar.

¿Qué tendencias ves venir en la industria de las artes marciales?

Observo dos tendencias fuertes en las artes marciales. La primera se centra en la autodefensa y apunta a construir una sociedad resiliente mediante el entrenamiento en disciplina, compromiso y fuerza. La segunda explora la intersección de las artes marciales con la salud, abordando tanto el bienestar físico como el mental.

He decidido centrarme en la tendencia de la salud, dedicándome a desarrollar y avanzar en este tema lo mejor que puedo.

Como artistas marciales, ¿qué deberíamos adoptar?

¿Qué deberíamos cambiar? ¿Qué deberíamos desechar?

Debemos aceptar el hecho de que el mundo que nos rodea está en constante evolución. Mi objetivo es inspirar un pensamiento más profundo con una mentalidad más analítica y positiva, que te permita cuestionar y desafiar las nociones preconcebidas. Al conectarme con el concepto de movimiento, espero fomentar una comprensión más profunda de cómo percibimos y nos relacionamos con el mundo, lo que podría guiarnos hacia aspiraciones más elevadas.

Deja ir las ideas que ya no te sirven ni te impulsan al progreso. Para mí, el arte del movimiento es una pasión, una filosofía y una forma de vida. Comienza tu viaje entendiendo tu papel único, adaptándote a tus circunstancias y preguntándote cómo puedes

contribuir de manera significativa a la sociedad.



Nos encanta el arte del movimiento.

¿Cuáles han sido las lecciones más difíciles que has aprendido a lo largo de los años en las artes?

La lección más difícil que he aprendido ha sido aprender a convertirme en un hombre adulto con una clara comprensión de mi papel en la sociedad. Tuve la suerte de conocer a personas extraordinarias, gigantes a su manera, en cuyos hombros pude apoyarme para obtener perspectiva y orientación.

¡Te deseo suerte con la Mesa Redonda! ¿Algunas últimas palabras?

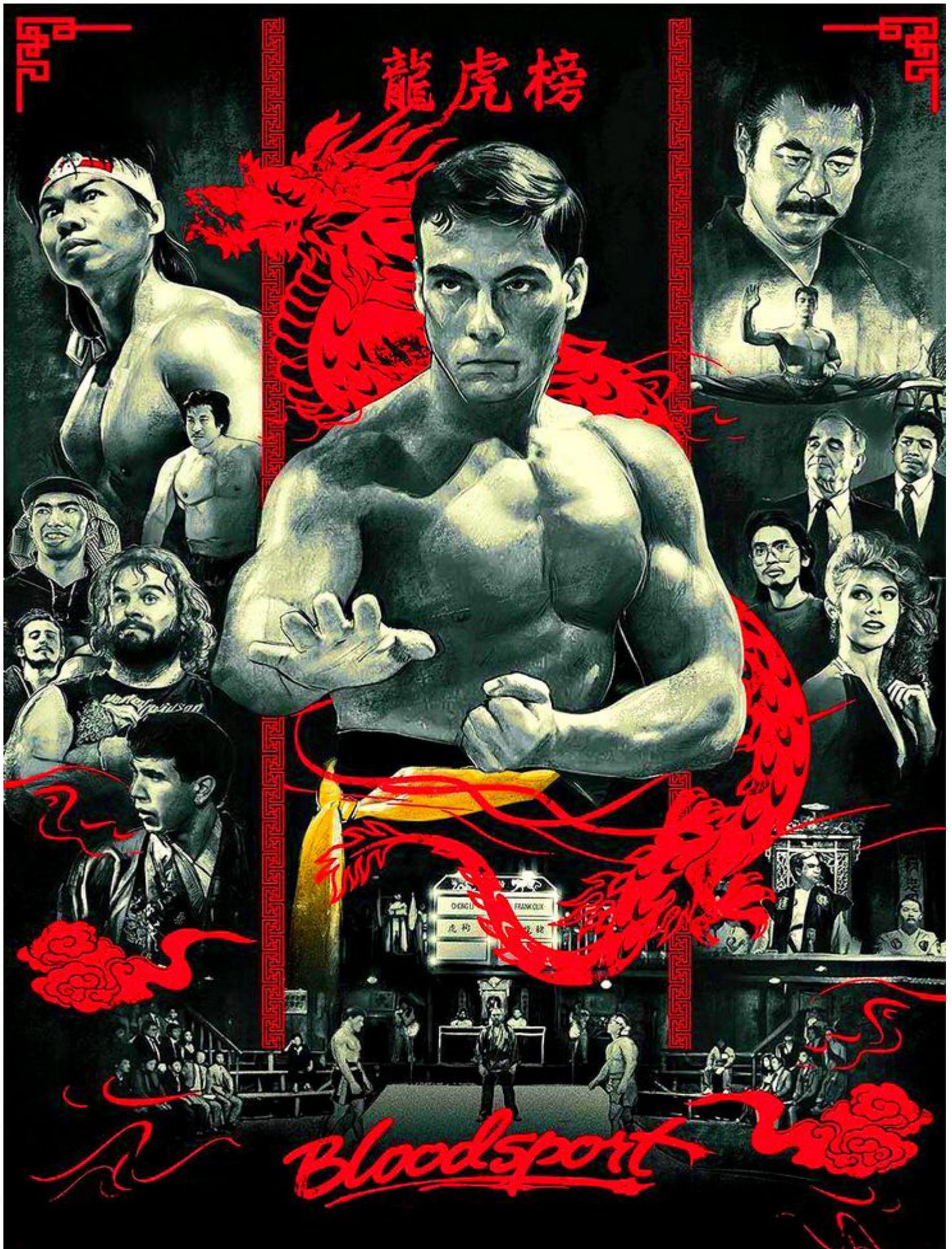
La Mesa Redonda simboliza históricamente un colectivo en el que todos los miembros son iguales, y se enfatiza la colaboración por sobre la jerarquía. En esta nueva era de la Alianza de la Mesa Redonda, nos adaptaremos a las necesidades contemporáneas, como los desafíos globales, el liderazgo inclusivo o los programas de aprendizaje cooperativo. Al fusionar los ideales del pasado con herramientas, tecnologías o ideologías modernas, esta nueva fase podría ofrecer formas innovadoras de abordar las artes marciales tradicionales. Los comienzos tienen que ver con el potencial. Esta fase puede representar asociaciones iniciales, estrategias

o valores compartidos que deben crecer. ¿Nos esperan tiempos emocionantes?

Visite nuestro sitio web para obtener más información: [www.round-table-alliance.org](http://www.round-table-alliance.org)

El Gran Maestro Guy Edward Larke ha pasado la mayor parte de su vida enamorado de las artes marciales de Asia y de las culturas asiáticas en general. Esto lo llevó a mudarse a Corea del Sur hace 25 años, donde continuó estudiando, investigando y escribiendo sobre las diversas disciplinas que dieron forma a su vida. Además de enseñar artes marciales en Corea, Estados Unidos, Malasia y Dinamarca, ha escrito más de 800 artículos en más de 20 revistas. Llamó a la síntesis de su peregrinación Kisa-Do Muye (las artes marciales del Camino de los Caballeros). Puede encontrar a Larke en Facebook o por correo electrónico en [kisadomuye@gmail.com](mailto:kisadomuye@gmail.com).





龍虎榜

Bloodsport

## EL SHAOLIN DONGWU KEXUE KUNG FU: LA FUSIÓN DE LA SABIDURÍA ANCESTRAL Y LA CIENCIA ANIMAL



La sabiduría ancestral es el conocimiento y las enseñanzas acumuladas por generaciones pasadas, basadas en experiencias y observaciones de la vida. Esta sabiduría suele transmitirse a través de historias, tradiciones, rituales y prácticas culturales. Representa un entendimiento profundo de la naturaleza, las relaciones humanas, la existencia que ha sido probada y refinada a lo largo del tiempo. En esencia, es un legado de conocimientos que conecta a

la humanidad con sus raíces y proporciona orientación para vivir en armonía con el universo.

Dentro de las diferentes artes marciales, el Kung Fu que se inspira en los movimientos, comportamientos y características de diversos animales, es uno de los más conocidos y difundidos en nuestro planeta.



Surge a través de la observación y la imitación de las técnicas tanto defensivas como ofensivas de los animales en la naturaleza por los monjes provenientes de la India y China, capturando de ellos la esencia de la fuerza, la

agilidad y la astucia, que mediante el de cursar del tiempo fueron evolucionando a través del análisis y la aplicación de varios estudios realizados por muchos maestros de diferentes templos. En nuestros días lo podemos entender a través de una disciplina que estudia los animales conocidos como la ciencia animal.

**¿Qué importancia posee la sabiduría ancestral y la ciencia animal?**



La fusión de la sabiduría ancestral y la ciencia animal, aporta un enfoque holístico y enriquecido en la

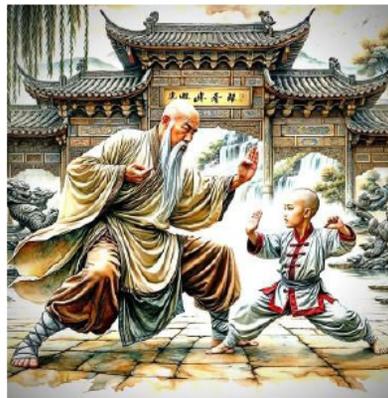
comprensión del mundo natural y nuestras propias capacidades humanas. Esta integración permite aprovechar lo mejor de ambos mundos conociendo que:

**La Sabiduría ancestral:** nos conecta con prácticas probadas por el tiempo que valoran la armonía y el equilibrio con la naturaleza, ofreciendo una perspectiva ética y filosófica bien profunda.

**La Ciencia animal:** nos proporciona datos precisos y un entendimiento detallado basado en observaciones y estudios científicos, que pueden optimizar y mejorar las técnicas ancestrales.

Juntas, crean un marco robusto que no solo preserva las tradiciones culturales, sino que también las adapta y mejoran el conocimiento científico moderno.

Esta combinación puede resultar en técnicas marciales más efectivas, una mejor comprensión de la biología, el comportamiento animal y una práctica más integrada de las artes marciales.



La práctica integrada de las artes marciales implica combinar varias artes, sistemas o estilos con un enfoque holístico que no solo incluye el aspecto físico, sino también el mental, emocional y espiritual.

En el SHAOLIN DONGWU KEXUE KUNG FU se puede evidenciar la práctica integrada mediante el estudio de las asignaturas que tributan al desarrollo integral de los practicantes y

de los grandes sistemas, sistemas, subsistemas, estilos y combinación de animales, dando origen a lo que se conoce como DONGWU JIA o familia de animales que pueden ser a partir de la unión de dos sistemas en adelante. Por ejemplo:

Gran sistema: Águila

Sistema: Águila del Sur

Subsistema: Garra del Águila del Sur.

Estilo: Garra Roja del Águila del sur.

Combinación: Águila y el Leopardo.



**Lic. Alexei Pérez Andrés**  
**Presidente del SDKK**  
**Shifu del HEXIETAO**



## GARZA HAPKIDO SABON Carlos Garcia Arocena

La influencia del Moo Duk Kwan dentro del Taekwondo ITF en Uruguay (década del 80)

En esa época, las artes marciales, y especialmente el Taekwondo, estaban en plena explosión a nivel mundial, incluyendo la región del Río de La Plata y Montevideo concretamente. Fue así como, al poco tiempo, se abrió un dojang en mi barrio, y comencé un camino sin retorno con mi nuevo instructor y Primer Maestro. Era un colombiano llamado Germán Arciniegas, quien había practicado y aprendido del Gran Maestro Kyong Deuk Lee, un coreano que enseñaba en la Universidad de América, en Bogotá. Los orígenes de este Gran Maestro provenían de la escuela Moo Duk Kwan, que enseña Tang Soo Do y Soo Bahk Do. Moo Duk Kwan es una de las principales escuelas de artes marciales coreanas fundada por Hwang Kee en 1945, después de la Segunda Guerra Mundial y de la liberación de Corea luego de varias décadas de ocupación japonesa.

Con el Maestro Arciniegas, recorrí un largo camino de unos 12 años. El primer día de clase voy con mi cinturón amarillo obtenido en la Academia del GM Lee y Arciniegas me pidió que empezara con cinturón blanco. La metodología en esta escuela era completamente opuesta: se basaba en la repetición constante de una técnica hasta dominarla por completo. La línea de la ITF

(International Taekwondo Federation), fundada por el GM Choi Hong Hi el 11 de abril de 1955, siempre ha tenido un énfasis muy marcado en alcanzar la perfección técnica en cada movimiento. Se ponía especial atención en aspectos precisos como los ángulos y grados de los pies en cada posición, la distribución exacta del peso entre las piernas según la postura, y el ángulo de la cadera al ejecutar golpes de puño y patada, entre otros detalles.

Este enfoque, a mi entender, refleja una clara influencia de la forma en que se enseñan algunos Ryu de Karate en Japón, donde la estandarización técnica es un pilar fundamental. El objetivo de esta metodología es lograr una uniformidad casi perfecta entre los alumnos, como si fueran "máquinas vivas" capaces de ejecutar las técnicas con precisión impecable. Este contraste entre enfoques me marcó profundamente, pues me mostró que existen múltiples caminos para aprender y perfeccionarse en las artes marciales.

Obtuve el cinturón negro 1er Dan en el año 1987, con el Maestro Duk Chung Kwang, un Gran Maestro coreano también de la escuela Moo Duk Kwan, que residía en aquellos años en Argentina. Algunos años más tarde, obtuve el 2º Dan con mi Maestro Arciniegas. El Taekwondo que entrené y en el que competí era de la ITF (International Taekwondo Federation). Competí durante algunos años en la década de los 80 en Uruguay y Argentina, y participé en el mundial de Budapest, Hungría, en 1988. Mi compromiso era total: asistía a las clases todos los días, sin excepción. Aquella dedicación no solo me ayudó a mejorar técnicamente, sino que también sentó las bases de la disciplina y el esfuerzo que hoy trato de inculcar en mis propios alumnos.

### El entrenamiento individual

En mis primeros años de formación, entendí que las clases grupales eran solo una pieza del rompecabezas en el camino del arte marcial. Fue en el entrenamiento individual donde descubrí la verdadera clave para avanzar, superar mis propios límites y conectar profundamente con mi práctica. Durante esa etapa, complementaba mis clases de taekwondo con salidas a correr diarias de 5 a 10 km, cinco o seis veces por semana. Sin embargo, después de más de 40 años de mantener esa rutina, comencé a experimentar problemas en las rodillas, lo que me llevó a replantear mi entrenamiento.

Desde entonces, he adoptado un enfoque más



equilibrado con sesiones de entrenamiento in-house de dos horas diarias en la mañana, de lunes a viernes. Estas sesiones incluyen trabajo específico para fortalecer abdominales, cuádriceps, hombros, bíceps, tríceps, pecho y ejercicios intensivos con bolsa de golpes y patadas. Finalizo siempre con una sesión de elongación para mantener la flexibilidad y prevenir lesiones. Este enfoque no solo cuida mi cuerpo, sino que también me permite profundizar mi conexión con el arte marcial desde una perspectiva integral.

Hoy, en mi escuela, subrayo la importancia del entrenamiento personal y aliento a mis estudiantes a dedicar tiempo a su práctica individual. Es en esos momentos de soledad, esfuerzo y concentración donde verdaderamente florece el dominio del arte marcial que uno entrena y el desarrollo del carácter. La práctica individual no es solo un complemento: es el fundamento donde la perseverancia y la disciplina alimentan el crecimiento personal, fortalecen la madurez y profundizan la conexión con el arte marcial.

El maestro del sensei Jorge Garibaldi, a quien escucho con mucho interés en su "Podcast Dojo", comparte enseñanzas que trascienden los estilos marciales y llegan al corazón del aprendizaje. Aunque él proviene del karate japonés (Wado Ryu) y yo he dedicado mi vida a las artes marciales coreanas, sus palabras resuenan profundamente en mi camino. Una de sus reflexiones que más me impactó trata sobre la libertad y el dogma: "Estando encerrado en una cárcel, hay dos tipos de personas. Aquellas a quienes el maestro les entrega la llave y la utilizan para abrir las puertas hacia su libertad, y aquellas que reciben la llave, la cuelgan en la pared, la adoran como símbolo de libertad... y permanecen prisioneros de su propio dogma."

Esta enseñanza me recuerda que las herramientas y conocimientos que adquirimos deben ser usados activamente para liberarnos, crecer y avanzar. Es un

llamado a no quedarnos estancados venerando lo aprendido como algo estático, sino a convertirlo en un puente hacia nuestra evolución personal y marcial.

En el contexto de las artes marciales, esta metáfora suele aplicarse para ilustrar la diferencia entre quienes toman las enseñanzas de su maestro para crecer y evolucionar, y quienes se quedan estancados en dogmas, ritualizando el conocimiento sin aplicarlo a su vida práctica. Es una reflexión poderosa sobre la necesidad de acción y auto liberación en lugar de la pasividad o la adoración simbólica.

Para lograr un camino de mejora continua, es fundamental atreverse a hacer cosas diferentes: abrir la mente, explorar lo que se practica en otros lugares, conectarse con maestros de diversas asociaciones, viajar cuando sea posible, leer e informarse, y aprender de otros estilos. Repetir siempre lo mismo nos lleva a resultados previsibles, pero no nos permite romper con esa meseta que limita el crecimiento. Este enfoque no solo enriquece nuestra técnica, sino que también fortalece nuestro desarrollo como artistas marciales y como personas.

Un aspecto importante que considero necesario reflexionar es el propósito con el que se inicia un arte marcial. Algunas personas buscan herramientas y habilidades para su defensa personal, mientras que otras se sienten atraídas por la idea de que el maestro, además de enseñar técnicas de combate, pueda ser también un guía espiritual, evocando la imagen de los monjes del templo Shaolín del siglo XV y su relación con el legendario monje y guerrero Bodhidharma. Sin embargo, entiendo que, en esencia, el arte marcial es un sistema concebido para la defensa personal. Aquellos que buscan una guía espiritual o un gurú que los oriente deberían considerar otro camino distinto al del arte marcial, ya que el desarrollo espiritual es un recorrido personal e independiente, que no depende del arte que se practique.

Por esta razón, creo que no debemos juzgar, y lo digo desde mi propia experiencia, a aquellos profesores que, siendo excelentes en la enseñanza de la disciplina, no han sido necesariamente buenos referentes en su vida personal. Al fin y al cabo, uno busca aprender una habilidad, no seguir a un guía espiritual. Confundir estas expectativas puede conducir al alumno a un terreno peligroso, donde el dogma adquiere demasiado peso y convierte al estudiante en alguien sumiso, en lugar de impulsar su crecimiento personal, su autoestima y su capacidad para trazar su propio camino. El verdadero arte marcial no debería encarcelarnos en el dogma, sino



liberarnos y fortalecernos como individuos autónomos y conscientes.

Mi propio camino es testimonio de esta filosofía. Haber practicado Taekwondo, haber entrenado y competido durante varios años en carreras de aventura, haber realizado cursos de defensa personal, haber entrenado Brazilian Jiu Jitsu, haber incorporado el Taekkyeon y haber mantenido disposición para aprender tanto de mis compañeros como de mis alumnos, han sido factores determinantes en mi evolución. Esta apertura al aprendizaje constante es lo que nos permite crecer y evitar el estancamiento.

El camino recorrido hasta ahora ha estado lleno de aprendizajes y logros, pero también de retos que han fortalecido nuestro compromiso con la práctica del Hapkido. La conexión con Corea del Sur y el apoyo del Maestro Ung Seo Ju han sido pilares fundamentales en mi trayectoria, permitiéndome crecer como escuela y como personas.

### Mi comienzo con el Hapkido

Mi Segundo Maestro fue el Sabonim Mario Da Silva, un instructor con una sólida trayectoria en artes marciales: Practicó muchos años Taekwondo WT, Sipalki y 4° dan en Hapkido. Comencé a entrenar en su escuela, el Centro Uruguayo de Hapkido, en 2006, gracias a la recomendación de un entrañable compañero de aquella época en Taekwondo ITF, Pablito Fernández. Por aquel entonces, yo estaba inmerso en las carreras de aventura junto a mi mujer, pero rápidamente me sentí atraído por el estilo y la práctica del Hapkido.

El inicio fue desafiante: nuevas técnicas, movimientos circulares en contraste con los lineales del Taekwondo, proyecciones, lanzamientos, y más. Fue un mundo completamente distinto. No fue hasta alcanzar el 2° dan

que comencé a entender y visualizar el sistema en su totalidad. Durante mis 16 años en el Centro Uruguayo de Hapkido, llegué a obtener el 2° dan y tuve el privilegio de formar parte del grupo élite que acompañaba al maestro Mario Da Silva en numerosos viajes. Visitamos Argentina y Brasil en varias oportunidades, consolidando un grupo humano maravilloso.

En 2018, teníamos planeado asistir a un seminario en Brasil organizado por el Gran Maestro Alexandre Gomes (Taekwondo y Hapkido). Sin embargo, el evento fue pospuesto debido a un problema con el pasaporte de un maestro coreano residente en Estados Unidos, Steve Seo, de la Asociación Hanminjok Hapkido. Fue entonces cuando descubrimos, a través de una publicación en Facebook, un seminario de Hapkido en Santa Catarina organizado por el maestro brasileño Marcelo Winter, quien traería a su maestro, Ung Seo Ju, una figura destacada del Hapkido en Corea.

Decidimos asistir. Fuimos cuatro integrantes de la escuela: el Sabonim Mario Da Silva, Diego Duarte (un hermano de artes marciales para toda la vida), Carlos Damasco (cinturón negro de Taekwondo WT y alumno avanzado de Hapkido), y yo. Ese encuentro marcó un antes y un después en mi vida. Allí nació la posibilidad de viajar a Corea del Sur, un sueño que pude concretar en 2022 tras la pandemia de COVID-19. Esa experiencia definió el rumbo que elegiría: me llevó a tomar la decisión de apartarme del Centro Uruguayo de Hapkido para fundar mi propia escuela, Garza Hapkido, bajo la guía de mi Tercer Maestro, el Gran Maestro Ung Seo Ju.

### Un arte marcial funcional: el enfoque dentro de Garza Hapkido

Cuando fundé Garza Hapkido, mi visión fue clara: crear un espacio donde el arte marcial no solo se aprenda, sino que también sea funcional. En nuestro dojang, las técnicas no se limitan a movimientos coreografiados; ponemos foco para entrenar para situaciones reales. La autodefensa es un componente esencial de nuestro enfoque, siempre respetando los principios tradicionales del Hapkido.

Los entrenamientos incluyen ejercicios para mejorar la fuerza, la resistencia y la velocidad de reacción. Cada estudiante aprende cómo aplicar las técnicas en escenarios que podrían enfrentar en la vida cotidiana, desde desarmes hasta controles y escapes. Este enfoque práctico, combinado con la filosofía



del Hapkido, crea practicantes confiados y preparados. Incorporamos el combate con protección (casco, bucales y guantillas), buscando asemejarnos a una situación más real que dentro del dojang. Es difícil y ese es el desafío de muchos artistas marciales: salir de los movimientos bonitos y coreografiados hacia técnicas reales, efectivas, desprolijas, con una buena dosis de presión y adrenalina, combinado con el miedo y cómo gestionarlo a nuestro favor.

Hoy en día, existen varias corrientes dentro de todas las artes marciales que buscan la funcionalidad, desmarcándose de los mal llamados Mc Dojos que representan la mayor parte de la oferta instalada en el mundo entero para la práctica de estas disciplinas de defensa y combate.

Una mota en un rayo de luz

Comparto parte de una entrevista que le hicieron al Sensei chileno Marcelo Silva para el canal Soy Tribu. Me sentí muy identificado con sus palabras.

“Las artes marciales crean conciencia, y cuando uno es consciente no puede sino caminar hacia el amor

Todos los seres vivos tienden a la luz, en las formas más groseras y en las más sutiles, la polilla tiende a la vela, la lagartija al sol, entonces cuando uno toma conciencia uno siempre tiende a la luz y lo que genera más luz para nosotros es el amor, caminar hacia el amor es la única posibilidad que te queda como artista marcial, si tu

caminas hacia la oscuridad estás haciendo otra cosa. Tú eres el camino que se camina, nadie puede ofrecer lo que no tienen, yo no puedo ofrecer amor si no cultivo el amor primero en mí mismo.

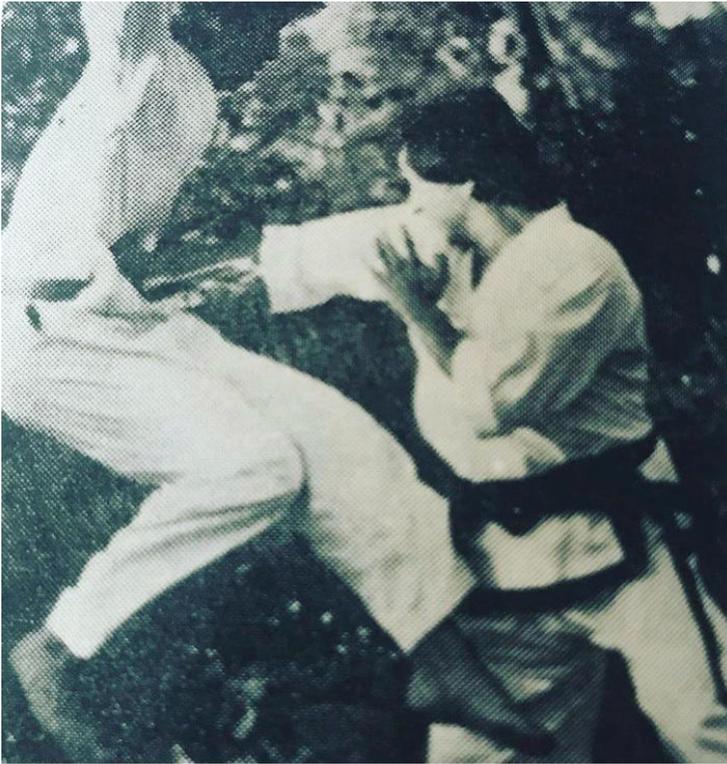
...no cambiar el mundo, sino que tu aporte como ser humano es cambiarte a ti mismo.

Sin respeto no hay disciplina y sin disciplina no hay amor, entonces uno en un dojo trata a la persona que tiene menos grado como si fuera tu hermano menor y a su vez, siempre va haber alguien que tiene más grado que tú, entonces la pregunta es cómo tratas tú al hermano menor de tu familia, en todas partes tenemos como misión tratar a nuestros semejantes como si fuera nuestro hermano menor o nuestro hermano mayor, esa relación funciona bien cuando hay respeto, da lo mismo raza, color, edad, profesión, ¿cómo voy a tratar en menos a alguien por prejuicio? ¿le toco un rango inferior a mí en la vida? ¿Cómo puedes pensar así? entonces merecen respeto, y si nosotros podemos enseñar respeto, el respeto que se tiene en un dojo y trasladarlo al gran dojo que es la vida. Estaríamos dando un paso muy fuerte

La construcción del amor es igual que la disciplina en el dojo, todos los días a cada momento...

Todos los maestros de artes marciales dan directrices, dicen «el camino es por acá», usted tiene que seguirlo, usted tiene que transitarlo siguiendo estas reglas, un maestro no te puede decir que es lo que tienes que encontrar, porque por más maestro que sea, vive fuera tuyo, la misión es de uno, y las artes marciales te dan un propósito, objetivos para que se encienda esa cosa que tienes dentro, esa pequeña llama que puede generar una gran hoguera, una hoguera donde todos puedan calentarse, las artes marciales son una manera de forjar el espíritu.

El cuerpo es como un crisol, la olla donde se funden los metales nobles, para las artes marciales el cuerpo es el crisol y el entrenamiento es ese fuelle que uno le da para encender la llama y calentar, calentar, calentar!. En este crisol el material más noble que uno tiene es el espíritu y que es lo que hace el crisol? en el crisol a través de la temperatura se funde este material, y se separa lo que es la impureza y queda este material que es en el que tienes que trabajar, que es tu espíritu. A uno lo encasillan, si tu no estudias, si no haces esto, lo otro etc etc etc... comienzas a darte cuenta que las herramientas están dentro tuyo y que a través de ese camino tu puedes andar por la vida perfectamente bien, confianza en la existencia, el dojo me ha proveído



de todo y el dojo es el mundo en el fondo, el mundo provee, uno tiene que salir a tomar y dar con confianza. Como herramienta de cambio personal es total, la buena disciplina del dojo te da claridad, confianza, salud.

Akamine el maestro de la escuela decía que sólo un hombre sano (hombre o mujer) es útil para sí mismo y los demás.

Un hombre enfermo es una carga para sí mismo y para lo demás, en la medida que tu cultivas una buena salud eres útil para ti mismo y los demás, en la medida que tu respetas a tu familia, inmediatamente afectas tu entorno, generar un ambiente armonioso también es una tremenda herramienta. Si tu pasas dejando un buen aroma es muy sutil, pero está, si un artista marcial ha trabajado bien y es una persona armónica, siempre va afectar el entorno.

Mi meta personal: el día que cierre los ojos esté metido en mi disciplina y dejar algo, dejar a mis hijos educados, dejar gente que recogió algo. Uno no puede pretender que todo el mundo siga el camino del karate, pero es como tener un pozo en el desierto, el caminante que pase puede estar un par de días, una semana, un año, tres, cinco... cuando esté saciada su sed, puede seguir su camino tranquilo, eso! me gustaría que el dojo pueda ser un oasis en el camino, que sea un punto donde puedas encontrar un poco de agua, un refugio y algo de conocimiento para que puedas seguir caminando en lo que sea que elijas.

Recuerdas lo que hablamos de los rayos de luz, somos

una mota en un rayo de luz,

Este es el camino que nos tocó, respetando todas las motas, todos los rayos de luz, el rayo que me toco fue una disciplina de artes marciales y agradezco todos los días haberme topado con ella. ”

Palabra del Sensei Marcelo Silva, chileno (7mo dan, Ken Shin Kan).

Viajar a Corea del Sur para profundizar mis conocimientos en la escuela Euljikwan ha sido una de las experiencias más enriquecedoras de mi vida. Estos viajes me han permitido aprender de un gran maestro, relacionarme con un Kwan con gente maravillosa y afianzar mi compromiso con el desarrollo personal, la integridad y la búsqueda de ser una mejor persona.

Hoy, mi búsqueda continua, no solo como practicante, sino también como profesor. Mi meta es inspirar a otros a encontrar en las artes marciales no solo una herramienta de defensa, sino también como un camino hacia el autodescubrimiento y el crecimiento personal. Mi camino en Garza Hapkido es mucho más que una aventura. Los entrenamientos, las clases, mis alumnos, mis compañeros, los seminarios y las competencias forman parte de mi esencia. Este viaje es una exploración constante de cómo las artes marciales pueden transformar y enriquecer la vida, ofreciendo lecciones de perseverancia, disciplina y crecimiento.





## El Mate y El Karate

### Ksn Renso Pérez

Historia del Liu He Ba Fa (El Boxeo Del Agua)

El Liu He Ba Fa, también conocido como "Boxeo del Agua" o "Seis Armonías y Ocho Métodos", es un arte marcial interno chino con una rica historia y un enfoque único que combina elementos de otras disciplinas internas como el Tai Chi, el Xing Yi y el Bagua Zhang. Es reconocido por su fluidez, versatilidad y enfoque en la conexión mente-cuerpo.

Orígenes Legendarios

La creación del Liu He Ba Fa se atribuye tradicionalmente a Chen Tuan, un famoso erudito taoísta de la dinastía Song (960–1279). Chen Tuan era conocido por su profundo conocimiento en medicina, filosofía taoísta y artes marciales internas. Se dice que desarrolló este sistema basándose en principios taoístas de armonía y flujo, incorporando movimientos suaves y circulares que imitan las características del agua. El estilo fue transmitido a través de generaciones de practicantes taoístas, y posteriormente se integró en las tradiciones marciales chinas

más amplias. Sin embargo, su linaje es algo fragmentado, ya que durante siglos se mantuvo como un arte secreto, practicado principalmente en círculos cerrados.

Significado del Nombre

El término "Liu He" (Seis Armonías) se refiere a la unión de tres armonías internas y tres externas:

Internas: Mente, intención y energía.  
Externas: Manos, pies y cuerpo.

"Ba Fa" (Ocho Métodos) describe las ocho técnicas esenciales del estilo, que incluyen métodos de golpeo, empuje, agarre y control del flujo energético.

Evolución y Práctica Moderna

En el siglo XX, el Liu He Ba Fa comenzó a ganar reconocimiento más amplio, en parte gracias a maestros como Wu Yihui (1887–1961), quien dedicó su vida a enseñar y promover este arte. Wu Yihui sistematizó el estilo y lo introdujo en escuelas marciales donde interactuaba con otras disciplinas internas.

Hoy en día, el Liu He Ba Fa se practica como un arte marcial interno que busca equilibrar la fuerza física, la

suavidad y la energía interna (Qi). Su enfoque fluido y continuo lo diferencia de estilos más rígidos, promoviendo la adaptación a las circunstancias del combate y el desarrollo de la armonía interior.

Características Principales

Fluidez: Los movimientos se ejecutan como un río que fluye, sin interrupciones.

Adaptabilidad: Enseña a cambiar entre lo suave y lo firme según la situación.

Equilibrio Interno y Externo: Busca la unión entre el cuerpo, la mente y el entorno.

Energía Interna: Pone énfasis en el desarrollo y control del Qi.

Importancia Cultural

El Liu He Ba Fa es una joya de las artes marciales internas de China. Su rica tradición filosófica y su enfoque en la conexión mente-cuerpo lo convierten en una práctica que trasciende el combate, siendo también un camino para la meditación, la salud y el autoconocimiento.

Conclusión

Aunque menos conocido que otras disciplinas internas como el Tai Chi, el Liu He Ba Fa representa una síntesis única de principios marciales y espirituales. Su legado sigue vivo en las manos de practicantes y maestros comprometidos con preservar su esencia y adaptarla al mundo contemporáneo.





## HISTORIAS DEL DOJO SENSEI Gerardo Balves

### HISTORIAS DEL DOJO

**YARA DE LA VILLA DE CHATAN:** Una historia que se volvió leyenda.

Chatan Yara fue uno de los primeros en la difusión y la enseñanza del karate en la isla de Okinawa. Algunos historiadores sitúan su fecha de nacimiento en el año 1668 (y su muerte en 1756), en Shuri. Otros investigadores lo enfocan en una fecha posterior. De todos modos, es a él a quien se debe, entre otros, el desarrollo del Ti en la isla. Tenía 12 años cuando su tío, un comerciante minorista, convenció a los padres de Yara, para que lo enviaran a China a estudiar el idioma y la cultura en general. Como hijo de una buena familia acomodada ubicado en la corte, pasa a tener también una educación en la vía de las Artes Marciales. En China, estudió con el maestro Wong Chun Yoh. En esa época, y a pesar de estar bajo el dominio Satsuma, Okinawa dependía de la corte de China, los chinos habían llegado a un acuerdo con el imperio japonés para seguir al frente de la isla. Esto favoreció la influencia de ambas naciones.

En 1700, regresó a Shuri y comenzó a enseñar. Uno de sus alumnos fue Takahara Peichin que es más recordado por haber sido el Sensei del hombre que más tarde sería conocido como: Tode Sakugawa. Yara sabía leer y escribir el chino perfectamente, razón por la cual vivía muy ocupado trabajando para los minoristas y los funcionarios del gobierno. Fue muy solicitado por su capacidad para traducir documentos y cartas. Vivió, según se cuenta, varios altercados con Samuráis, es esta situación la que marcó su deseo de enseñar a su pueblo a defenderse de



los atropellos de los japoneses contra la población de las aldeas okinawenses.

Así comienza la historia

Era un día cualquiera del mes de noviembre en los inicios del siglo XVIII. Del otro lado del planeta, filósofos occidentales, como sir Francis Bacon en Inglaterra o René Descartes en Francia, desarrollaban las bases del pensamiento moderno que desde entonces llamamos «la Era de la Luz». Inglaterra inauguraba un gobierno parlamentario y el resto de Europa se consumía en peleas coloniales. Mientras todos estos acontecimientos se desarrollaban allende los mares, aquel joven se encontraba subido en lo alto de la colina que dominaba el puerto de Fukien, China, y solo se preocupaba en sentir la brisa del viento que le soplaba en la cara y el ruido que la corriente del aire producía en sus oídos. Su pensamiento se hallaba más lejos que la línea del horizonte, soñaba en las islas del archipiélago de Ryukyu, allí por donde, entre la bruma, el sol se pone al atardecer. La melancolía que su cara expresaba y la lasitud de su cuerpo, no se correspondían con la fuerza y el aspecto físico que aquel joven poseía.

«Tienes añoranza», le dijo el viejo que estaba sentado detrás de él, mientras observaba su estado anímico. «No te preocupes, mi querido alumno», continuo, «pronto estarás en casa». El joven volvió la cara y miró al anciano con expresión de sumisión. Hacía 20 años desde que había partido de su pueblo en Okinawa y que permanecía en China. Durante todo ese tiempo,



aprendió las artes marciales con aquel venerable abuelo que le aceptó como discípulo. Ahora era el guardián transmisor de las técnicas secretas que la familia del anciano maestro atesoró durante siglos. «Me pregunto si las cosas seguirán igual en mi pueblo cuando regrese», dijo Yara, así se llamaba el joven. «Todos los fenómenos son permanentes», según Buda. Lo viejo se va y lo joven se volverá viejo», sentenció el octogenario. Yara, cuando era un niño de tan solo 12 años de edad, fue llevado por sus padres a China para que se instruyera en el arte de la lucha bajo la disciplina del Maestro Wong.

#### El prestigio de los artistas marciales

Ser artista marcial, estaba muy bien considerado socialmente por aquellos años, sólo los nobles tenían acceso a ellas y por este motivo si un campesino como él lograba el grado de maestro, no sólo era un gran prestigio personal, sino que toda su familia también gozaría de esa reputación. Apenas recordaba nada de Chatan, su pueblo natal. No podía imaginarse que con el transcurso de los años acabarían llamándole Yara Chatan, y que su nombre sería más recordado que el de su propio pueblo. De niño, encontró muchas dificultades de adaptación lejos de su casa, pues las costumbres en el área de Fuchou, donde vivía, eran muy diferentes a las de Okinawa. Tenía el triple cometido de aprender la difícil lengua nativa, las costumbres locales y el laberinto de las artes marciales. Lo último era probablemente lo más difícil, debido a que las formas disciplinarias chinas eran totalmente diferentes a las okinawenses que, en aquel entonces, eran unas islas sometidas militarmente por China y mantenidas en la ignorancia. En Okinawa siempre estaba en contacto con el viento, el mar y los tifones que rugían desde el mar de la China. La naturaleza era su absoluta maestra, y la única escuela a la que asistían los niños era el aire libre.

#### Un tío visionario

Pero todo cambió el día que llegó su tío de la ciudad de Naha y se lo llevó a China que por entonces representaba ser el único país donde se podía ir para adquirir cultura y conocimientos prácticos. Su tío, que era comerciante, convenció a sus padres después de una larga conversación de que su hijo pequeño, que era fuerte como un toro y que tenía un carácter disciplinado, podría llegar a ser un gran artista marcial. Todos estuvieron de acuerdo en que el mejor sitio para aprender era China.

Efectivamente, desde el año 1392, un gran número de familias chinas se asentaron en Okinawa y durante siglos sirvieron en puestos oficiales. La influencia china duró hasta el reinado del Emperador Sho Tai (1848-79) y, fue entonces cuando se produjo el fenómeno a la inversa; los okinawenses viajaban a China en busca de cultura y de estudios avanzados. El dominio del bilingüismo era muy apreciado por esa época y un factor cultural con el que se alcanzaba un alto estatus social y económico. Al llegar al puerto de Fukien, pronto pasó a ser un deshi (aprendiz) del Maestro Wong Chung-Toh, el cual se encargó de aplicar la disciplina del entrenamiento físico y la filosofía espiritual que tanto necesitaba la fuerza bruta de aquel niño. Aprendió las formas de un arte chino denominado Hsing-I, que se basaba en la defensa personal y sistemas de entrenamiento orientados hacia la búsqueda espiritual Chi-Kung. Yara, bajo este tutelaje, acabó siendo un gran artista marcial y un pionero en los conceptos espirituales dentro de las artes marciales que posteriormente inundaron el archipiélago de las islas RyuKyu. Durante su permanencia en China, Yara empleó la mayor parte de sus energías en el aprendizaje del arte del Bo (palo largo). Fue tal el interés que demostró por él, que acabó por conseguir, después de largos entrenamientos día tras día y año tras año, que fuera una extensión de su propio cuerpo. Pero el mayor regalo que trajo de China para Okinawa fue el sentido del equilibrio. El concepto del equilibrio es el punto central del que parte todo conocimiento, no solamente en lo referente al mundo físico, sino al espiritual.

#### Fuerza interior

La calma de la mente se manifiesta en un cuerpo en calma y viceversa. Yara fue el embajador en Okinawa del concepto de «la fuerza interior», esencia que aprendió por medio de la práctica intensiva del Chi-kung y del



llegó a estar totalmente agotado, de repente sintió como éste se movía por sí solo ¡sin el control de su voluntad! Todo su cuerpo se inundó después de una sensación de plenitud, serenidad y armonía. No había más juicios ni pensamientos adversos, todo era paz. ¿Qué estaba sucediendo? Había descubierto la unidad del cuerpo con la mente. El equilibrio que estaba buscando se podía lograr solo si el cuerpo y la mente individualmente, cada uno por sí mismo, estaban en equilibrio. Era el Zanshin.

#### La partida del Maestro

Hsing-I. Ambas formas han perdurado hasta la actualidad, empleándose el Chi-Kung especialmente como gimnasia terapéutica de origen chino. Todas estas formas de entrenamiento lograron por fin, al cabo de los años, que aquel joven de poderosa fuerza bruta consiguiera unir su cuerpo y su mente en perfecto equilibrio, domando el primitivo carácter impulsivo juvenil. Como tenía aquella fenomenal fuerza física, Yara era atraído especialmente por los entrenamientos que requerían impactos o contacto cuerpo a cuerpo. Todos aquellos que estaban relacionados con la velocidad o la fuerza levantaban en él especial entusiasmo. Pero, gracias a la paciencia de su Maestro, los secretos profundos del balance y la armonía fueron impregnando su ser hasta llegar a ser un Maestro de la quietud.

Cada día, durante sus entrenamientos, el maestro encontraba la oportunidad para empujarle suavemente hacia cualquier dirección, haciéndole tambalear. Al principio le era imposible mantenerse firme mientras resistía el empuje. Por fin, al cabo de muchos, acabó por descubrir intuitivamente que la clave del equilibrio no estaba en «resistir», sino en absorber y acompañar la fuerza externa: Aprendió el arte del esquivar, Tai-sabaki. Todas las cosas encuentran su integración en unidad», le repetía su maestro cada vez que perdía el equilibrio. Esta misteriosa frase, que memorizó a la perfección, no conseguía entenderla; ¿integración?, ¿unidad? Un día, de repente, la palabra que había oído repetir a su Maestro insistentemente, «unidad», entró poderosamente en su mundo conceptual: Mientras estaba realizando unos movimientos muy complicados que requerían equilibrio, giros, saltos, potencia y precisión, notaba que nunca lo conseguía hacer bien, su mente siempre pensaba en lo que estaba haciendo, y esto era tan complejo que era imposible controlarlo todo al mismo tiempo. Se sentía frustrado. En un momento preciso, cuando su cuerpo

El maestro que le estaba observando atentamente, se levantó, le hizo una reverencia muy lenta y le dijo: «Ya has llegado, a partir de ahora serás siempre tú mismo. Tu mente y tu cuerpo son la misma cosa. Ya puedes volver a Okinawa. «Yara, tardó 20 años en sentir que los conceptos de unidad y equilibrio eran la misma cosa y que el segundo era consecuencia del primero. La complejidad de estas percepciones estaba solo al alcance de aquellos que durante muchos años y bajo la dirección de un experto Maestro, se entregaban en cuerpo y alma con total respeto.

Durante toda su vida recordó, y posteriormente enseñó en Okinawa, aquella misteriosa frase que encierra el misterio de cualquier transformación en la vida: «EL TIEMPO ES IMPORTANTE SOLO PARA LOS SERES QUE NO TIENEN PACIENCIA». El Maestro, con una sonrisa maliciosa y benevolente al mismo tiempo también repetía frecuentemente a sus alumnos: «Cuando esperas a alguien que amas, 10 minutos es mucho tiempo. Si entrenas para buscar la perfección, 50 años es solo el principio.» Todos estos pensamientos se manifestaban en el vibrar de sus ojos mientras descendía la colina al lado de su mentor. Por primera vez desde que era niño sintió un nudo en su garganta. Al día siguiente su barco zarpaba para Okinawa. Eran los últimos momentos al lado de Wong, sabía que nunca le volvería a ver. Una mezcla de pena, melancolía y gratitud se mezclaban en su alma solo calmada por la ilusión del cambio, la transformación de la que tanto había hablado su venerable profesor. «Qué maravillosa energía tiene el estudio de las Artes Marciales, que hasta en el despido se encuentra el equilibrio del alma...», pensaba Yara. Su Maestro, al lado, en unidad con él, sentía exactamente lo mismo, no hacían falta palabras, la emoción era el vínculo que unía a aquellos dos buscadores del todo. Todo estaba

en equilibrio. El barco de vela estaba a punto de partir. Dos pequeños bultos a ambos lados de Yara guardaban todas sus humildes pertenencias. Uno redondo con una muda de ropa junto con la comida cuidadosamente cocinada por su Maestro, y el otro alargado, guardando con esmero su Bo y una pareja de Sai. Mientras hacía la reverencia del despido, su corazón latía tan fuerte como los recuerdos que atesoraba dentro de sí. Desde la línea del horizonte, Yara veía alejarse el puerto de Fukien. En su mente se difuminaban las montañas de China, mientras que la imagen sonriente de la última expresión del rostro de su maestro, se agrandaba en el recuerdo que le acompañaría para el resto de su vida. Nunca más le volvería a ver, pero siempre estaría con él en cada movimiento, en cada pensamiento e incluso en cada toma de decisión.

### El encuentro con Okinawa

Llegada a Okinawa, en aquel tiempo, era un feudo protegido de China y la isla dependía del Emperador que tenía el control militar y comercial. La «protección» era necesaria para salvaguardarse contra los piratas que patrullaban asolando brutalmente los numerosos estrechos que separaban las islas. También existía un peligro mayor y mejor organizado: el clan de los Satsuma, provenientes de Japón, el cual estaba perfectamente militarizado. Los gobiernos del Emperador de China y de Japón habían llegado a concertar un buen tratado para los dos países que controlaba no solamente el comercio de productos sino el intercambio cultural. Okinawa quedaba en el medio sin apenas capacidad de influencia; era un feudo subordinado a los caprichos de dos grandes países y, naturalmente, su comercio era controlado por funcionarios chinos y japoneses. Favorecidos por esta situación política, en determinadas épocas del año, los japoneses viajaban a Okinawa para comerciar con los mayoristas isleños, mientras que los oficiales chinos miraban discretamente para otra parte, pretendiendo no ver lo que estaba gestionándose. No obstante, en una situación tan irregular los roces entre las tres nacionalidades eran frecuentes. Los japoneses, fuertes de carácter, hubieran preferido que los chinos abandonaran las islas y esta circunstancia se manifestaba en numerosos altercados y violaciones de derechos contra los habitantes de Okinawa. Por el otro lado, los chinos pretendían introducir sus costumbres y cultura, por eso durante el mes de octubre se celebraban las fiestas tradicionales chinas, obligando a los nativos okinawenses a asistir. Naturalmente que lo hacían, solo

bajo la amenaza de las armas.

### Caza de espadas

El clan Satsuma había mantenido las normas antiguas mantenidas desde el siglo XVI (Hideyoshi, año 1588), requisando todas las armas pertenecientes a los okinawenses lo cual dejaba a estos sin ninguna posibilidad de defensa militar. Aquella orden se denominó «Caza de espadas», por la que se requisaban todas las armas en manos de los campesinos. Con esa política se anulaba cualquier posibilidad de rebelión de la plebe. Desde entonces llevar espada era un privilegio exclusivo de los samuráis. Tres años más tarde se reforzó esta iniciativa con el «Edicto de separación». Con él se obligaba a los samuráis a vivir en el castillo de su señor. El campesinado debía permanecer en el campo y tenía prohibido el acceso a la vida militar. En el 1603, Tokugawa, era nombrado Shogun. Daba comienzo una larga etapa de paz, muy próspera en lo que al estatus del samurái respecta. La era Tokugawa supondría una metamorfosis del guerrero en burócrata. Tokugawa, oficializó la división de clases y las convirtió en hereditarias. El nuevo modelo social se basó en el confucionismo. Éste era un credo fuertemente elitista, el confucionismo, demandaba de cada clase una entrega total a la superior. Valoraba el trabajo agrícola, pero despreciaba toda ocupación relacionada con el enriquecimiento personal. Así pues, el orden jerárquico japonés quedó compuesto por nobles, samuráis, campesinos, artesanos y comerciantes. Este factor fue, como veremos posteriormente, importantísimo para el desarrollo de las Artes Marciales en el archipiélago de Okinawa. Bajo estas circunstancias, los únicos que perdían eran los okinawenses. Cuando los extranjeros japoneses cometían algún tipo de excesos o tropelías, los oficiales chinos miraban para otro sitio sin defender a los nativos. Por estos motivos, el pueblo okinawenses desarrolló un carácter de supervivencia social, necesitando imperiosamente mantener su nacionalismo e identidad. La presencia física de cualquier persona que pudiera aportar algo a la cultura local o a la defensa de los campesinos, era recibida como el agua de lluvia después de la sequía. Cuando posteriormente los japoneses abandonaron Okinawa, pretendieron que la isla dejara de ser un feudo chino. Naturalmente no podían permitir tener bajo sus pies un territorio bajo el dominio de Emperador de la China. Esta era la situación que encontró Yara a su regreso.



### La familia de Yara

Sus padres, contentos por su regreso, pretendían no mostrar ningún signo de añoranza por otros tiempos mejores. Como si nada hubiera pasado durante los años de ausencia del hijo. Lo único que les importaba era que este había vuelto después de 20 años de ausencia. El hermano de Yara era el alcalde del pueblo, y tenía muchas responsabilidades que podía compartir con el recién llegado, especialmente porque leía y escribía chino a la perfección. Una persona con esas características era muy apreciada por los comerciantes y por los oficiales del gobierno. Su trabajo como traductor e intérprete era tan solicitado que, apenas tenía tiempo para continuar con los entrenamientos de su adorado arte marcial. Entrenaba durante algunas horas del amanecer, suficientes para mantenerle en buena forma física.

### EL RONIN

Los pocos momentos que tenía libre eran empleados por Yara para pasearse por las playas y cuevas, que eran el entorno natural del pueblo.

#### La pelea con el samurái

Un día, mientras gozaba de uno de estos agradables paseos, oyó un grito histérico que pedía ayuda. Se detuvo y prestó atención cuidadosamente. El soplar del viento y el monótono murmullo de las olas le impedían focalizar el origen del chillido. Entonces centró toda la atención en el sentido del oído, cerrando los ojos, aflojando todos los músculos del cuerpo y calmando la respiración. Los gritos llegaron claros a sus oídos y en un instante, Yara estaba corriendo hacia el origen del extraño ruido. Cuando alcanzó la cresta de una duna, quedó sorprendido al ver a un ronin molestando violentamente a una joven. El samurái le vio bajar corriendo la duna mientras todavía

mantenía agarrada a la joven.

A finales del siglo XVI, los más de cien años de guerras civiles crearon un fondo cada vez mayor de samuráis sin empleo. En la mayoría de los casos, las guerras terminaban con el daimio vencido restaurado en sus dominios tras jurar lealtad al vencedor, pero en ocasiones el señor resultaba muerto. En este caso, el samurái a su servicio se convertía en ronin, («hombre de las olas»; porque, como las olas arrasaban con todo). Por lo general, solía alistarse rápidamente en el ejército de otro daimio, puesto que un señor de la guerra ambicioso necesitaba a todo samurái que pudiera encontrar. Las oportunidades empezaron a disminuir para estos ronin a partir de la era Tokugawa en el siglo siguiente. Todos los daimios se encontraban al servicio del Shogun. Sus propiedades estaban requisadas, y también el volumen de sus tropas. Era difícil reclutar nuevos soldados, sobre todo si éstos se habían enfrentado al clan de los Tokugawa, ahora en el poder. Así, muchos guerreros sin señor se dedicaron a vagabundear. Algunos decidieron llevar una vida independiente, viajando por el país en una especie de peregrinación guerrera retando a combate a otros samuráis. Otros se convirtieron en maestros de esgrima. Hubo quién se internó en monasterios y se dedicaron a escribir libros sobre el kenjutsu, la técnica de la espada. Otros terminaron como guardaespaldas o como matones de bandas criminales. Los más desconocidos son los que fueron en busca de fortuna al extranjero, fuese como comerciantes, piratas o mercenarios en tropas a Siam (Tailandia), Corea o Vietnam.

«¿Por qué no dejas a la muchacha libre?» gritó Yara, superando el zumbido del viento y el rodar de las olas. «Si quieres una chica, hay muchas en la calle Aka-sen en Naha». Mientras decía esto, Yara se aproximaba al samurái lentamente, sin ninguna expresión en la cara. Cuando llegó a estar cara a cara con el agresor, añadió: «deberías tener vergüenza de ti mismo, un samurai atacando a una indefensa joven». Aprovechando estos momentos de incertidumbre, la joven se zafó del agarre de su atacante, voló corriendo hacia unas dunas cercanas, ocultándose lejos mientras espiaba el acontecimiento que se estaba produciendo entre los dos hombres. Yara, con tranquilidad, miraba al samurái, y se dio cuenta de que el kimono llevaba el emblema del clan de Satsuma. Después miró la empuñadura de la espada y remarcó que era de buena calidad. Esta mirada fue notada por el samurai, el cual agarró la empuñadura y movió el cuerpo hacia un lado. Yara, instintivamente, dio un paso atrás y dejó caer los brazos sin fuerza a

ambos lados como si de dos cuerdas se tratara. Se daba cuenta de lo delicado de su indefensa situación cuando el ronin desenvainó la espada lentamente y avanzó hacia él. Yara esperó. Por primera vez en su vida, a la edad de 32, se encontró en una situación de vida o muerte. Esto no era un entrenamiento. Era un momento crucial en el que su vida podía acabar en un instante. Empezó a tensarse al ver como el hombre armado se aproximaba cuidadosa y lentamente. Entonces, como una iluminación, las palabras del viejo Maestro llegaron a su mente: «Si la mente no está tranquila, no se puede concentrar. »Tomó entonces una inspiración profunda y relajó los hombros. Dio un paso atrás nuevamente mientras espiraba, permitiendo que sus sentidos descendieran hasta el hara (bajo abdomen). Toda la tensión y el nerviosismo desaparecieron. Estaba listo para tomar la acción con las manos desnudas. El samurai, lentamente, movió su espada hasta la posición cómoda y paró ahí. En un parpadeo de los ojos lanzó su ataque. La espada describió un semicírculo lateral en un clásico corte, pero Yara ya había retrocedido dos pasos, evitando el golpe que acabó cortando solo el aire que había dejado su cuerpo. Yara acabó de rodillas en la arena blanda. Entonces, el enfadado samurái arrancó a correr torpemente hundiéndose en cada paso hasta las rodillas mientras mantenía a la espada por encima de su cabeza. La escena hubiera parecido hasta cómica, si no fuera porque una katana es un arma mortal y la intención del que la llevaba, asesina. Yara decidió volver sobre sus pasos cuidadosamente mientras envolvía al samurai y se situó en el rebalaje de la playa, acto que enfadó mucho más al excitado ronin. La muchacha entonces quedó aterrada al ver que Yara se dirigía hacia la posición que ella ocupaba, se sintió perdida, el samurai la descubriría nuevamente. Miró entonces a su alrededor y observó que había a unos metros de distancia un barco de pescadores volcado del que asomaban el mango de dos remos. Corrió velozmente hasta ellos y, liberando uno, se lo lanzó al hombre que estaba luchando por ella y que venía con grandes zancadas directamente hacia ahí. Yara tuvo la mejor oportunidad de su vida, agarró el remo y en una décima de segundo se encaraba al samurai con más posibilidades que instantes antes. El samurai renegaba de sí mismo, mostrando signos de gran cólera. Había perdido la enorme ventaja que significaba enfrentarse a un hombre sin arma alguna. Frenó entonces su carrera y adoptó una posición de ataque manteniendo la katana con ambas manos por encima de la cabeza. Permanecieron en esa actitud unos momentos mientras se miraban fijamente. Yara adoptó una posición relajada, dispuesto a vencer o morir.

La joven veía cómo los dos enemigos se observaban como estatuas mientras el bufido del viento y el ronronear de las olas daban a la escena un marco trágicamente grandioso. De repente, el samurai se lanzó hacia él, haciendo descender su sable hacia abajo con gran fuerza. La reacción de Yara fue instantánea: golpeó con su remo la empuñadura de la katana. El golpe fue realizado a la perfección, mandando hacia el cielo la espada, pero en el momento del impacto, Yara inexplicablemente había saltado por encima de la cabeza de su oponente situándose en una posición extremadamente expuesta. Fue una acción muy delicada debido a la inestabilidad de cualquier gesto en el aire, pero la jugada salió bien. En el momento que el hombre del clan de Satsuma sintió que perdía el agarre de la espada larga, se inclinó sobre una rodilla y blandió su espada corta (wakisashi). Todavía no había aterrizado Yara cuando le aplicó una patada lateral a la cabeza que hizo vibrar todo del cuerpo del samurái. Cayó hacia atrás, a los mismos pies de la joven que acababa de molestar. Desesperadamente intentó levantarse del suelo, pero Yara cayó sobre él como un rayo, descargando el remo con toda su fuerza reventándole el cráneo. Murió en el acto.

#### El chichón

Comenzaron los vecinos del pueblo a oír los extraños sonidos que salían de la casa de Yara, típicos del entrenamiento de las artes de lucha. Poco a poco se fueron acostumbrando. Cuando algún extranjero visitaba el pueblo, Yara inquiría a sus discípulos que no hicieran ruido y entrenaran silenciosamente, pues el entrenamiento de cualquier tipo de lucha o el uso de armas estaba absolutamente perseguido por las autoridades japonesas. Durante esa época los alumnos se concentraban en las técnicas de potencia, incluso durante la práctica de los katas, golpeando troncos de árboles y haciendo los más duros entrenamientos con mancuernas de piedra tallada.

Sucedió que, aún a pesar de intentar mantener las clases en el más riguroso secreto, todo el mundo acabó por enterarse. Un día mientras trabajaba en la profesión que le daba de comer; traducciones del chino al japonés, su cocinera le anunció la llegada de un extraño que había venido de lejos solo para hablar con él. «Este hombre no es del pueblo ni de esta parte del país, remarcó el ama, pero parece fuerte y aparenta ser un luchador».

Yara se sintió tenso cuando escuchó esto. Se dirigió

al patio con cierta aprensión y vio un joven de unos 20 años, bajo y muy robusto, que le esperaba sentado en la barandilla con una actitud altiva, mientras mantenía una pareja de sai en una mano y la otra se apoyaba en su cadera. El extranjero se incorporó cortésmente y se acercó a él. «Perdone que le moleste, “dijo en un tono cortés pero al mismo tiempo arrogante, « ¿Es usted Chatan-Yara?» Ya por entonces la buena reputación de Yara había merecido por parte de los campesinos poner el nombre del pueblo donde nació, Chatan, delante del suyo propio. «Sí, soy yo,» respondió mirando fijamente a los ojos del extranjero. «Soy de la isla de Hama-Higa, “dijo animosamente el joven. Yara, inmediatamente recordó que esta isla era famosa por el buen uso del sai y de las tunkuwas (Tonfas, instrumento de labriegos para romper el trigo), por lo que muchos de sus expertos eran tomados como guardias reales, y por lo cual se sentían muy orgullosos. «Mi nombre es Shiroma y he venido desde mi isla con la esperanza de que usted me enseñe lo que yo no sepa del uso del sai.» «Yo no doy clases’, respondió Yara, que sonrió y saludo cortésmente mientras daba la espalda e iniciaba el regreso a su trabajo. «¡Un momento!” , gritó Shiroma, colocándose delante de él. «Yo no he hecho todo este viaje para que me dé la espalda. He recorrido una gran distancia para encontrar a un experto. Ya he encontrado a otros «llamados» maestros y los he vencido a todos, y he venido a verle suponiendo que eras el más grande en Okinawa. Esto es lo que me dijo la hermana del alcalde de este pueblo. Una lección con usted valdrá para saber si ella tenía razón o no. «Yara en esos momentos estaba más preocupado en lo concerniente a la indiscreción de la joven que en la propuesta del retador. «Esa hermana del alcalde, ¿es una chica menuda con los pómulos de manzana?». «Sí,» contestó Shiroma, «se ajusta a la descripción. En ese caso, usted debe ser sin duda el gran Chatan-Yara y no he venido en vano.» «Dígame joven,» continuó Yara, « ¿has pasado por la disciplina de los entrenamientos de Tsu Ken Shita Acu?». (Esta era un Ryu de mucha reputación). «Sí, su técnica de sai es buena, pero su Maestro, por desgracia, no está en sus plenas facultades por culpa del sake y decidí dejarle».

Yara estudió al joven detenidamente. Vio un aura de gallo vanidoso y decidió darle una clase de humildad, después de todo la culpa de esa arrogancia no era toda de él sino de la torpeza filosófica de su maestro. El único problema que tenía era cómo darle la lección sin herirle. «Ven a encontrarte conmigo mañana a la salida del sol en la playa», soltó Yara, y te daré esa lección que vienes a buscar.» Después de esto, se retiró a su trabajo. Al día

siguiente, como prometió, Yara estaba sentado en la playa sumido en aparente profunda meditación, mientras el sol daba un color naranja a sus hombros. Sentía una maravillosa armonía con el cielo y la tierra. Sin mirar, podía sentir que algo que se acercaba lentamente, con cautela y esto alteró su calma. El hombre que se acercaba venía lleno de tensión y excitación. Yara lo podía sentir y esperó hasta que la dura energía del joven estuviera a pocos metros de distancia. Entonces abrió los ojos.»Aquí estoy», dijo Shiroma, sacando los sai de la cintura y manteniéndolos colgando a ambos lados del cuerpo. Yara sonrió y se levantó. “Estás listo para aprender?”, preguntó.

El inocente joven busco su postura de guardia. Yara presentó una postura de brazos caídos sin preparación ninguna. Shiroma sintió que la calma que adoptaba Yara era la de un experimentado maestro. Entonces se decidió su estrategia; girar hacia el mar esperando que el sol quedara a su espalda. Ésta esperaba que fuera una gran ventaja.»Si me pongo en una posición donde el sol le dé directamente en los ojos, «estará durante unos momentos ciego «.

Mientras Shiroma giraba hacia su premeditada posición, mostraba una gran tensión y exceso de concentración. Una voz interior le decía, «Inicia tu ataque en el momento en que el sol ilumine sus ojos. ¿Por qué está tan tranquilo? Tengo que vencerle en el primer ataque, con un hombre así no tendré una segunda oportunidad». Su mente bullía de actividad. Shiroma, por fin, estaba a un paso de lograr que el sol le iluminara la cara. Yara todavía permanecía sin moverse con los brazos colgando y sin ninguna guardia, lo cual le enervaba aún más y le hacía sentirse incómodo.

Como un relámpago, Shiroma dio su paso final, y solo entonces Yara levantó un sai. Fue la última cosa que recordó Shiroma. Este acontecimiento lo contó después con gran orgullo numerosas veces: «En el momento cuando encontré la posición que estaba buscando, el Maestro levantó un solo sai y lo usó como un espejo, reflejando la luz del sol contra mis ojos. Me hizo víctima de mi propio juego. Mi trampa fracasó, y más tarde desperté en la puerta de la casa del Maestro con un fuerte dolor de cabeza y un chichón enorme». Shiroma permaneció después durante muchos años con el Maestro Yara. Lo tenía todo, fuerza, agilidad, vocación, pero pensaba demasiado y esto era la razón de sus desequilibrios físicos y síquicos. Con los años se calmó. Durante los años siguientes, la historia de Yara pertenece en el misterio. Parece ser que el resto de su vida lo dedicó a dar clases de su arte secretamente a

alumnos muy escogidos. Vivió del arte de la caligrafía y la traducción. Yara no se dedicó, como lo hicieron otros maestros posteriores, a crear escuela y propagar sus conocimientos, pero dejó hasta nuestros días los katas de Bo y Sai denominadas: Chatan-Yara no bo y la Chatan-Yara no sai.

### El olvido

Este Gran Maestro quedó en las arenas del olvido; de él no se sabe apenas nada, ni dónde está su tumba, pero su grandeza y su humildad llegaron hasta nuestros días por el suceso de dos acontecimientos que en aquellos tiempos eran muy comunes: Un reto a muerte contra un peligroso ronin vagabundo y delincuente; y un reto contra un joven equivocado por la mala instrucción recibida de un maestro bebedor. Pudo alcanzar la gloria en vida, pero prefirió el silencio. Así, podemos ver cómo a veces la sencillez y la humildad pueden vencer el ruido del tiempo.

Nunca sabremos si una frase o una acción realizada en un determinado momento han tenido eco o caerá en el olvido, lo importante es hacerla sin pensar en la posible repercusión futura. El arte del To De, si es aprendido por medio de la ética, siempre producirá acciones justas en equilibrio con la situación que esté sucediendo en cada «aquí y ahora». Así se deben enseñar y practicar: por eso se debe entrenar con el espíritu abierto y el corazón entregado.»Si quieres estar en armonía con tu amor o con tu combate, aprende a reaccionar rápido. A través de una metódica observación, no dejes que tu supuesta experiencia vital te transforme en una máquina: usa esta experiencia para escuchar siempre «la voz del corazón». Aunque no estés de acuerdo con los que esta voz está diciendo, respétala y sigue sus consejos: ella sabe cuál es el mejor momento para actuar y el mejor para evitar la acción incorrecta.»

Autor: Balves Gerardo Sensei  
8vo. Dan Kobayashi ryu Kyudokan  
Coordinador del Grupo internacional de Dojos Kyudo Mugen Kyudokan



## Las Artes Marciales: Más Allá del Combate Físico

Las artes marciales no solo enseñan defensa personal, sino que también promueven el desarrollo personal y el autocontrol. Con orígenes en diversas culturas, hoy son una forma de ejercicio integral y una filosofía de vida.

### Beneficios Físicos y Mentales:

Mejoran la condición física, la flexibilidad y la coordinación, mientras que el entrenamiento reduce el estrés, aumenta la confianza y fomenta el autocontrol emocional. Además, enseñan disciplina, respeto y perseverancia.

### Conclusión:

Las artes marciales ofrecen mucho más que habilidades de combate; son una herramienta para el crecimiento físico, mental y emocional, mejorando tanto el cuerpo como la mente.



## Las Artes Marciales: Un Viaje de Fuerza, Sabiduría y Transformación Personal



Las artes marciales son mucho más que simples técnicas de combate; representan un viaje profundo de crecimiento personal, fortalecimiento físico y desarrollo mental. Con orígenes que se remontan a siglos atrás, estas disciplinas han evolucionado para convertirse en una práctica integral que mejora no solo la habilidad para defenderse, sino también el bienestar general. Desde el respeto hasta la perseverancia, las artes marciales ofrecen lecciones de vida valiosas que impactan positivamente en quienes las practican.

### Beneficios Físicos: Mejora Integral del Cuerpo

La práctica de las artes marciales involucra movimientos dinámicos y complejos que ofrecen una serie de beneficios físicos notables.

**1. Fortalecimiento Muscular:** Los movimientos como patadas, golpes y bloqueos ayudan a tonificar y fortalecer los músculos, mejorando la fuerza general.

**2. Mejora de la Flexibilidad:** Muchas artes marciales requieren estiramientos y posturas que aumentan la flexibilidad y previenen lesiones.

**3. Salud Cardiovascular:** Las rutinas intensas elevan el ritmo cardíaco, contribuyendo a mejorar la circulación y la salud del corazón.

**4. Resistencia y Agilidad:** A través de entrenamientos exigentes, los practicantes desarrollan resistencia, rapidez y agilidad, lo que mejora su rendimiento físico en general.



### **Beneficios Mentales y Psicológicos:** Enfoque y Calma Interior

El impacto de las artes marciales no solo se limita al cuerpo, sino que también tiene un profundo efecto en la mente y las emociones de los practicantes.

**1. Reducción del Estrés:** El enfoque en la técnica y la práctica ayuda a liberar tensiones, reduciendo el estrés y mejorando el bienestar emocional.

**2. Desarrollo de la Concentración:** Los entrenamientos requieren concentración plena, lo que mejora la capacidad de enfoque en otras áreas de la vida.

**3. Confianza en Uno Mismo:** La superación de obstáculos y el logro de nuevas habilidades aumenta la autoestima y la autoconfianza.

### **4. Autocontrol Emocional:**

Las artes marciales enseñan a manejar las emociones, como la ira o el miedo, promoviendo la calma y el autocontrol en situaciones difíciles.

### **Filosofía y Valores**

Las artes marciales enseñan valores fundamentales como el respeto, la humildad, la disciplina y la perseverancia. Estos principios no solo ayudan a mejorar las habilidades de combate, sino que también influyen positivamente en la vida diaria, promoviendo un crecimiento personal integral.

### **Conclusión**

Las artes marciales son un camino integral que mejora el cuerpo, la mente y el carácter.

Fomentan el respeto, la disciplina y la perseverancia, ayudando a los practicantes a crecer tanto dentro como fuera del dojang.

## **Reflexión sobre el Camino de las Artes Marciales: Más Allá del Combate**

Las artes marciales son mucho más que técnicas de lucha; son un camino de autoconocimiento y crecimiento personal. A través de cada entrenamiento, no solo fortalecemos nuestro cuerpo, sino que cultivamos una mente disciplinada, serena y resiliente. Enfrentar los desafíos físicos nos enseña a mantener la calma y la perseverancia frente a las dificultades de la vida.

El respeto, la humildad y la disciplina son principios fundamentales que guían nuestra práctica y nuestra vida. Aprendemos a respetar tanto a los demás como a nosotros mismos, a reconocer que siempre hay algo nuevo por aprender y a ser constantes en nuestros esfuerzos. Las artes marciales nos enseñan que el verdadero combate no es contra un oponente externo, sino contra nuestras propias limitaciones y miedos.

En última instancia, las artes marciales nos invitan a vivir con equilibrio y sabiduría, a desarrollar una fortaleza interna que nos permita afrontar cualquier desafío con paz y determinación. La verdadera victoria no se mide en el combate, sino en la transformación personal que logramos a lo largo del camino.

## WORLD MOO DUK KWAN GENERAL FEDERATION



### Mensaje del Vice Presidente de la Federación General Mundial de Tang Soo Do – Moo Duk Kwan

Es un gran honor y una inmensa responsabilidad ser nombrado Vicepresidente Internacional de la Federación General Mundial de Tang Soo Do. Esta organización, que continúa creciendo y expandiéndose a nivel global, reúne a un número creciente de apasionados practicantes de Tang Soo Do, un arte marcial que tiene una rica historia y una profunda conexión con sus raíces en Corea. Es increíblemente gratificante ser parte de una comunidad tan vibrante y comprometida con la preservación y la evolución de nuestro arte.

Aunque existen muchas otras organizaciones y estilos de artes marciales en todo el mundo, la Federación General Mundial de Tang Soo Do se distingue por su firme compromiso con las "Raíces" de nuestro arte, manteniendo intacta su esencia y transmitiéndola de manera auténtica. Recordando mis primeros pasos como cinturón blanco hace muchos años, nunca imaginé que algún día llegaría a ocupar este puesto tan significativo.

Mi trayectoria ha sido un viaje lleno de aprendizaje y crecimiento, y ser nombrado Vicepresidente Internacional es un logro que recibo con humildad y gratitud.

Este nombramiento representa una oportunidad única de servir a nuestra comunidad global de Tang Soo Do. Me siento profundamente honrado por la confianza depositada en mí y estoy comprometido en trabajar incansablemente para fortalecer aún más nuestra federación.

A todos los practicantes de Tang Soo Do alrededor del mundo, les extiendo una invitación para unirse a nosotros en este esfuerzo conjunto de transmitir y promover nuestro arte, con el mismo respeto y dedicación que nuestros maestros nos han enseñado.

Gracias.

**James A.Safford**  
**Vice Presidente**  
**Federación General Mundial de**  
**Tang Soo Do – Moo Duk Kwan**

### Fortalecimiento del Liderazgo en la World Moo Duk Kwan General Federation: Claves para el Futuro del Arte Marcial

El liderazgo en la World Moo Duk Kwan General Federation (WMDKGF) es clave para preservar y expandir el arte marcial Tang Soo Do. Para fortalecer este liderazgo, hay varios factores esenciales a considerar.

En primer lugar, **la formación continua** de los líderes e instructores es fundamental, no solo en términos técnicos, sino también en los valores del arte como el respeto y la perseverancia. La **\*\*comunicación efectiva\*\*** entre los miembros de la federación asegura una colaboración abierta y toma de decisiones inclusiva.

Una **visión compartida** entre los líderes es crucial para mantener la unidad y enfrentar los desafíos globales, mientras que los líderes deben ser ejemplos a seguir, guiando a través de la **\*\*mentoría\*\*** y un **\*\*liderazgo ejemplar\*\***.

Finalmente, **la adaptabilidad** es esencial en un mundo cambiante. Los líderes deben estar preparados para integrar nuevas tecnologías y ajustarse a las necesidades globales, sin perder la esencia del arte.

En resumen, el fortalecimiento del liderazgo en la WMDKGF se basa en formación continua, comunicación efectiva, visión compartida, liderazgo con el ejemplo y adaptabilidad, asegurando así el futuro y expansión del Moo Duk Kwan.

## Mensaje del Director Latinoamericano de World Moo Duk Kwan General Federation, **Patricio Saavedra**

Estimados amigos y futuros practicantes de Tang Soo Do,

Como Director de la World Moo Duk Kwan General Federation para Latinoamérica, me complace invitarlos a unirse a nuestra comunidad. En la World Moo Duk Kwan, no solo enseñamos artes marciales, sino que promovemos valores esenciales como el respeto, la disciplina y la perseverancia, que ayudan a fortalecer tanto el cuerpo como el espíritu.

Ser parte de nuestra federación es unirse a una red de personas comprometidas con su crecimiento personal y colectivo. Ya sea que busques mejorar tu condición física, fortalecer tu carácter o formar parte de una comunidad unida, aquí encontrarás el espacio para lograrlo.

Te invito a dar el primer paso en este camino transformador. Únete a nosotros y juntos llevaremos el Tang Soo Do a nuevas alturas.

Con todo mi respeto, te esperamos con los brazos abiertos.

¡Nos vemos en el dojang!

**Patricio Saavedra**  
Director Latinoamericano



## World Moo Duk Kwan General Federation: Un Camino de Excelencia y Tradición



La World Moo Duk Kwan General Federation (WMDKGF) es una organización internacional dedicada a la práctica y enseñanza del Tang Soo Do, un arte marcial tradicional que combina técnicas de defensa personal con una profunda filosofía de vida.

Fundada con el objetivo de preservar y promover los principios del Moo Duk Kwan, la federación es una comunidad global unida por el compromiso de formar individuos íntegros, fuertes tanto física como mentalmente.

A través de su red de dojang e miembros Dan en todo el mundo, la WMDKGF no solo enseña técnicas avanzadas de combate, sino que también promueve valores fundamentales como el respeto, la humildad, la perseverancia y la autodisciplina.



Estos principios guían a los estudiantes en su desarrollo personal, permitiéndoles crecer no solo como artistas marciales, sino también como personas de carácter.

Con un enfoque en la formación continua, la World Moo Duk Kwan General Federation busca asegurar que el legado y la tradición del Tang Soo Do se mantengan vivos para las futuras generaciones, adaptándose a los tiempos modernos sin perder la esencia de su enseñanza.

Ser parte de la WMDKGF es ser parte de una comunidad global que valora la excelencia, la superación y la hermandad, donde cada miembro tiene la oportunidad de crecer, aprender y aportar al fortalecimiento de la tradición del Moo Duk Kwan.

**ONE ART,  
ONE FAMILY**

TANG SOO DO / MOO DUK KWAN

**Daniel Oviedo Santander**  
Secretario General  
Latinoamericano

[www.wmdkgfla.org](http://www.wmdkgfla.org)





## Las Artes Marciales y Yo (Cap. 29) Profesor Carlos Damasco

Comenzando el 2025 y reflexionando un poco de distintas Artes Marciales, todo es muy dinámico, lo Tradicional como se le llama, y lo Deportivo, si es Arte o Deporte. Creo que hay que tener una visión más extensa, todo cambia, las costumbres, los objetivos, el Ser Humano está en constante evolución.

Porqué las A. Marciales iban a estar ajenas a dicha evolución.

En una época, se entrenaba para la guerra, también para defenderse de atacantes animales salvajes y rivales humanos cercanos. Hoy los peligros son otros, sin desconocer la violencia que vive actualmente nuestra Sociedad, y hay que tratar de estar medianamente preparados por si a acaso. Por lo menos para saber que no hacer. Pero en general salvo algunas personas que se dedican a la Seguridad, a fuerzas Policiales o Militares, el común de la gente entrena para mejorar física y

espiritualmente.

Y la parte deportiva no es ajena a eso.

El Taekwondo y la mayoría de los estilos de Karate, el Judo que desde 1964 integra los Juegos Olímpicos, algunos estilos de Hapkido también tiene sus competencias.

El Gracie Jiu Jitsu, promotor de lo que hoy son las A. Marciales Mixtas.

Ya en épocas remotas había competencias en Tailandia, de lo que hoy se denomina Muay Thai y de muchas formas de luchas competitivas en otros países. A lo que quiero llegar, es que los humanos somos competitivos por naturaleza y eso no está mal.

No hay que tener estereotipos ni de estilos ni de metodologías, todo es válido, mientras que se realice con honestidad. Son formas distintas de ver un arte, hay momentos para competir y otros para desarrollar técnicas.



Depende de cada Instructor saber darle los elementos prácticos al alumno, para que pueda desarrollar lo que más le sirva y poder completar su camino. Yo personalmente fui competidor de Taekwondo WT y en algún Torneo



Abierto, siempre practicando la parte Marcial.

Pero es claro que en el proceso de competencia, se entrena de otra manera.

Justamente hay que trabajar mucho la parte física, la estrategia a desarrollar en la lucha y sobre todo, la parte mental del competidor. Pasada la competición los que practican un Arte Marcial, digamos "tradicional" continúan con su rutina técnica. No tengo la verdad absoluta, si tengo una opinión formada al respecto.

En otro orden de cosas, en éste Enero 2025, cumpla 52 años en el camino Marcial, como ya lo he manifestado en otras oportunidades comencé con karate ( Gojú Ryu Japonés, y Kyokushin) con el Sensei Ricardo Sosa, un adelantado en las A.Marciales de contacto, muchos maestros que aún enseñan fueron alumnos suyos. Dejó un legado muy valioso dentro del Karate uruguayo. Falleció en España hace unos años. Vaya mi recuerdo para él, que me guió en mis primeros pasos Marciales.

Fui su alumno desde enero de 1973 hasta 1980. Ya por el año 1982, comencé con el Taekwondo WT y todo fue muy fortuito, ya

que a raíz de una fractura de Tibia y Peroné estuve apartado de la actividad física más de un año. Y por esas casualidades de la vida, cerca de mi casa abren una Academia de Taekwondo WT, y dada la cercanía comencé a practicar para ponerme en forma. Resulta que dicho arte me atrapó, aclaro que comencé de cero, dejando atrás la práctica del Karate, y con una pasión que perdura hasta hoy. Hoy sigo dando clases y practicando para mi. Y

sigo pensando cuanto me queda por aprender. Para terminar agrego que en el 2017, comencé a practicar Hapkido, algo que tenía pendiente desde hace años. Y como siempre digo, mientras que el cuerpo aguante; no hay final, siempre con un nuevo comienzo. Hasta la próxima!!!

P.D. agradezco la colaboración de Cecilia.





# Tang Soo Do Uruguay

## ¿Por qué Tang Soo Do?

Has llegado hasta aquí, y eso significa entonces que has abierto tu mundo de posibilidades respecto de las artes marciales, ya no son esas “pocas que conocías”.

Hoy tienes la oportunidad de ofrecer en tu reconocida institución una propuesta innovadora y original, hasta ahora inexistente en Uruguay.

Al mismo tiempo ofrecer valores y enseñanzas milenarias a través de un arte como el TSD, el cual lleva centenares de años transmitiendo filosofía de vida de generación en generación.

Llegas a nuestro encuentro en un momento donde se combinan dos de los mejores ingredientes que una organización puede ofrecerte, juventud: llevamos operando aproximadamente cuatro años en Uruguay con un crecimiento sostenido, y experiencia: al TSD uruguayo lo conforma un equipo de instructores que promedian más de quince años de estar al frente de escuelas de artes marciales, trabajar junto a otras instituciones y apostando a la capacitación permanente tanto dentro de las artes marciales, como en diversas áreas (primeros auxilios, educación, nutrición y más).

Nuestro compromiso:

Sin lugar a dudas el mundo es un lugar diferente al que tú y yo recordamos de nuestra infancia, más aún a aquel mundo que dio origen a las artes marciales. Es necesario entonces asumir el reto y hacernos cargo del papel que nos toca en la sociedad a la hora de transmitir nuestras enseñanzas. Hoy se hablan de algunos conceptos que creemos claves:

Bullying - La realidad escolar y otros ámbitos es un hecho y a ese foco va dirigida nuestra atención en lo que a los más pequeños refiere

Defensa personal - Claro que a la hora de pensar en actividades cotidianas, desde salir de nuestros hogares, a las diversas situaciones que también allí dentro se puede suscitar es justo pensar en herramientas para poder resolver éstas situaciones.

Deporte - Dejar al margen las gran variedad dispositivos que nos ofrecen “entretenimiento”, las horas de trabajo interminables, en fin, la rutina. Puede significar un reto, pero hemos decidido decirle NO al sedentarismo.

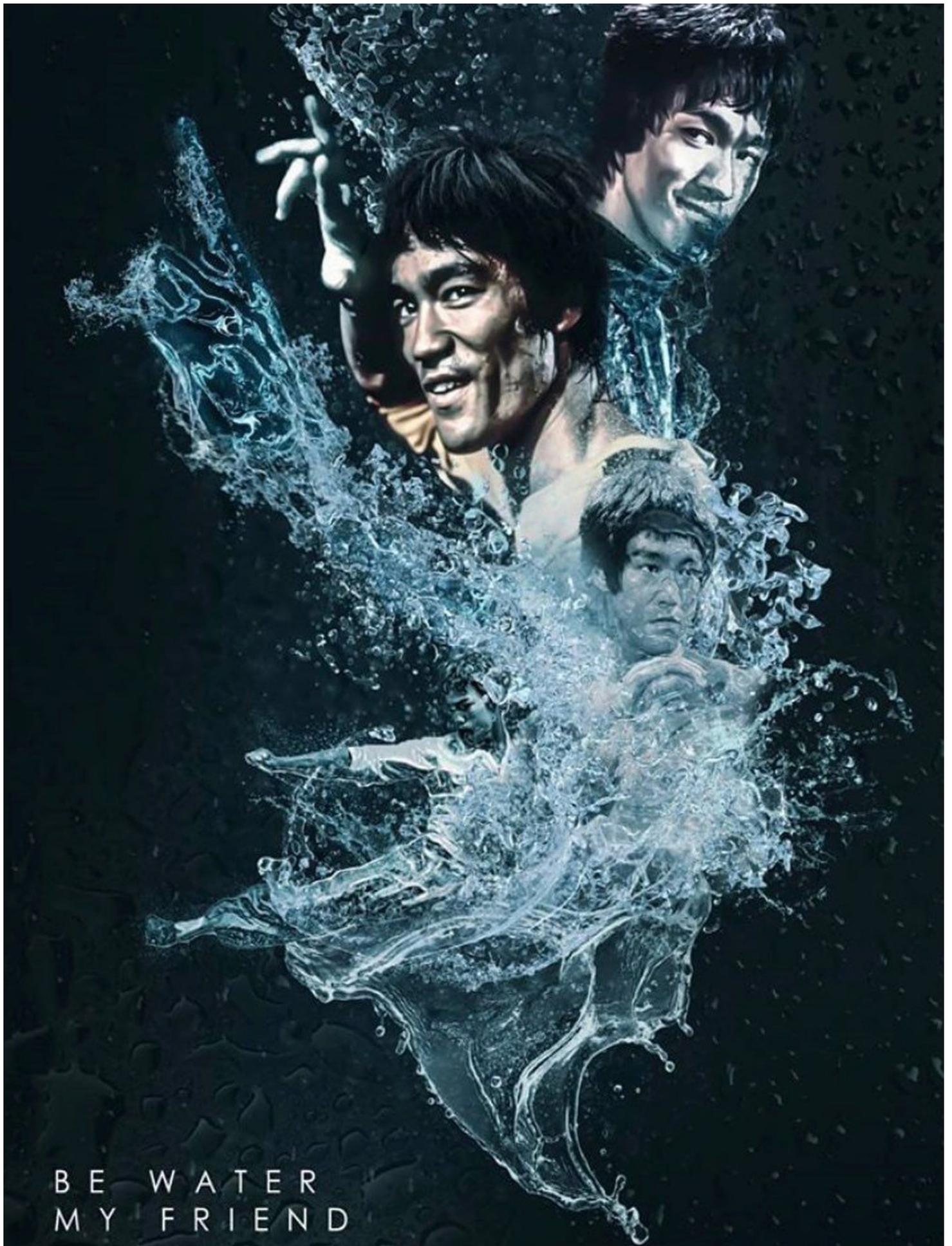
Meditación - Beneficio exclusivo de los practicantes de Tang Soo Do. No ha sido puesto en esta lista por azar, representa todo aquello que como

seres humanos nos hace únicos, encontrarnos con nuestro sentir, emociones, quienes somos, perseguir armonía y lograr auto-control en el más amplio sentido del concepto.

Valores - Podríamos mencionarte un sinfín de artículos en esta lista, pero cierto es que la base fundamental de las artes marciales, son los valores, actuar como refuerzo y en algunos casos como fuente de inspiración. - Respeto - Confianza - Autocontrol - Si pudiéramos resumir todo esto en un sueño, hablaríamos entonces de integración en el más amplio sentido, personas de todas las edades, géneros, credos practicando en armonía para llevar la sociedad actual a otro nivel, donde la convivencia y la paz sea el común denominador. Pero aclaramos, te necesitamos en el proceso, a ti, a TODOS. Contacto: SBN Mario Segnini: +598 98 731 076







# Síguenos por Facebook o YouTube



@7mxradio

@radioculturalcharrua



/El Camino Artes Marciales  
/Radio Cultural Charrúa

Suscríbete

