



BUJINKAN NINJA DOJO

* NIN JUTSU BUDO TAIJUTSU *

* COLLADO DOJO *

GIMNASIO: CASTILLA

MES: OCTUBRE

Nº: 44

REI SHIKI - REI HO

(EL RESPETO Y LA ETIQUETA EN LAS ARTES MARCIALES)

por : JOSE M. COLLADO (SHIDOSHI)

Siempre he soñado con una sociedad en la que la educación y el respeto fueran moneda de cambio habitual. Una convivencia basada en principios no escritos, no aprendidos, no obligados... donde cada persona sepa valorarse a sí mismo y a los que le rodean. Una sociedad donde el dinero, las influencias y el deseo de ser superior a los demás no se antepongan a los valores humanos.

Por otro lado, una mirada a la realidad actual, nos ofrece un panorama un tanto desalentador: Logramos valorarnos sólo a costa de perder el respeto a los demás. Justificamos evoluciones de nuestro propio desarrollo, arrojando fuera de nuestro camino todo aquello que consideramos viejo o inservible. La supervivencia ya no se basa en “comida y refugio”, sino que incluye cierto número de electrodomésticos y cómo no, un teléfono móvil... Y en función de estas nuevas “necesidades”, logramos “razonar” nuestras formas de actuación, apartándonos progresivamente de las Leyes Naturales, que siempre definieron la armonía entre seres humanos.

Y en esta vorágine, donde “escalar” puestos en el entorno social en que nos movemos se ha convertido en algo “necesario”, pasamos por encima de todo aquello (o aquellos) que nos parece más lento de lo que nosotros aparentemente necesitamos.

Este análisis de conducta no pretende ser una alegoría acerca de los vicios derivados de la civilización, sino más bien una llamada de atención hacia los VERDADEROS VALORES HUMANOS.

Quizás porque no entiendo los sagrados poderes atribuidos a la llamada COMPETITIVIDAD, siento una gran admiración por aquéllos que saben RENUNCIAR : que intentan bajar por todos los medios de la “escala social” en que se encuentran ; que renuncian de buen grado al dinero por lograr convivencia ; que buscan sus amigos inclinando su mirada hacia abajo...

Y por esta misma razón siento lástima de aquéllos que, habiendo nacido en la pobreza honorable, pierden la gran oportunidad de hacer prevalecer sus valores humanos sobre

todo lo material, y se retuercen y luchan por conseguir un “status” superior a costa de todo o de todos.

El gran atractivo de algunas sociedades, como la Japonesa, está en esa capacidad combativa para mantener vivos unos elevados ideales de existencia, muy a pesar de la tecnocracia que pretende arrasarlo todo.

*“Felicidad es mirar
tranquilamente alrededor
mientras caminas entre
montañas y arroyos
en armonía con tu espíritu”*

*“Felicidad es cuando
llega un visitante
y descubres con alegría
que aún queda Sake
para ofrecérselo”*

*“Felicidad es que alguien
te preste un libro especial
y abrirlo por la primera página”*

Estos poemas de Tachibana Akemi (1812) unen los tres vértices de un triángulo repleto de armonía : La felicidad que se logra a través de la satisfacción interior del que disfruta con las cosas sencillas. Es el reencuentro con nuestros valores personales a través de la apreciación de lo minúsculo.

Representa la renuncia a la complejidad material o sentimental en nuestras vidas.

La razón de todo este recorrido a través de los modos de vida, es la de llegar a la conclusión de que un respeto hacia los demás va siempre precedido de una adecuada valoración de nuestra propia persona, y esto se ve condicionado a cada momento por la forma con que afrontamos la existencia.

De la propia Naturaleza nace el respeto hacia todo ser vivo y hacia la energía (KI) que los anima, incluso cuando su forma material ya ha desaparecido. Nos encontramos pues con un respeto que va más allá de la ancianidad e incluso de la muerte: es el gesto de honrar a los antepasados.

Fiel reflejo de la sociedad tradicional japonesa, el BUDO (artes marciales) contiene la esencia de ese respeto dirigido hacia el adversario, que nos ayuda a progresar, hacia el maestro, que nos enseña el camino y hacia el espíritu de la tradición, representada por todos aquéllos que nos precedieron en esta vía marcial.

TOKONOMA (KAMIZA)

Literalmente podría traducirse como : “ asiento del espíritu en la sala de entrenamiento”. Sirve para recordar simbólicamente el legado histórico de todas las enseñanzas transmitidas durante siglos hasta nuestros días.

Nuestra primera reverencia (REI) entrando en el DOJO (Sala de entrenamiento) va dirigida hacia este lugar en forma de pequeño templo, en el que debemos sentir toda la energía de los maestros y practicantes que pusieron los secretos del arte marcial al alcance de nuestras manos y que aún continúan haciéndolo.

Tratamos así, de comunicarnos con los espíritus que dominan en este lugar mágico de progresión denominado DOJO.

Quizás la palabra que mejor describe todas estas reglas de cortesía sería la de: “COMUNICACION”. En todos los casos, a través del gesto tratamos de conectar con esas energías que se mueven en nuestro entorno.

Por ejemplo, cuando saludamos a un compañero de práctica, tratamos simplemente de comunicarle nuestro respeto, no sólo como un mero gesto de educación, sino con un evidente propósito de “conexión”. Quizás comprendamos mejor algún aspecto del esoterismo de nuestro NINPO MIKKYO, si pensamos (al momento de realizar la reverencia) en: “El espíritu que hay en mí , saluda al espíritu que existe en tí”, concluyendo en la evidencia de que es la misma divinidad la que existe en ambos.

Tornando nuestra mirada de nuevo hacia el lugar de honor del DOJO, al que hemos denominado TOKONOMA (o KAMIZA de forma más específica en las artes marciales), podemos distinguir claramente el pequeño estante (KAMIDANA) sobre el que se alinean pequeños objetos, cada uno de ellos con un simbolismo concreto dentro de la tradición japonesa SHINTO.

Todos ellos nos recuerdan nuestra conexión con las fuerzas de la Naturaleza, la gratitud hacia nuestros maestros, y la responsabilidad que asumimos para lograr descubrir las claves que regulan nuestro potencial de crecimiento espiritual.

En algunos casos aparece un fragmento de cuerda (SHIMENAWA) que lo identifica como un lugar Sagrado.

Las velas (TOMYO) simbolizan la luz universal de la energía cósmica, de la cual nosotros constituimos pequeños fragmentos.

Cuando se usan en número de dos, representan las energías elementales: IN (YIN) y YO (YANG). Si se utilizan hasta cinco velas, se asocian con los cinco elementos (CHI, SUI, KA FU, KU) (GODAI)

Un espejo (KAGAMI) recuerda la no permanencia, la fugacidad de nuestros días de existencia, comparables a los reflejos sobre una superficie especular. También proporciona un enfoque de conducta hacia el llamado “corazón sin mancha” (SHIN KOKORO).

Los pequeños ramilletes de vegetación (SAKAKI) simbolizan nuestro lugar dentro de esa fábrica de vida que constituye la Naturaleza.

En ocasiones, pequeños platos de arroz y sal representan nuestra voluntariedad y disponibilidad para el sacrificio, en orden a alcanzar el crecimiento en nuestro desarrollo individual.

El propio KAMIZA está orientado al ESTE, lugar de donde proviene la luz, allá donde nace el sol como generador de vida.

En el centro del conjunto aparece una estructura (SHINDEN) similar a un templo, donde se guarda el espíritu (OFUDA) que vigila y cuida nuestros entrenamientos.

En Japón, muchos KAMIZA sirven para colgar las tablillas (EMA) en las que se escriben

notas de agradecimiento o buenos deseos para visitantes o para los propios practicantes del DOJO.

El TOKONOMA debería constituir nuestro MANDALA tridimensional de referencia, para los períodos de meditación al inicio y final de los entrenamientos.

KEI GO (EL RESPETO)

Cuando comencé a escribir este artículo me inundó una cierta añoranza.

Al mirar atrás veía una clara inquietud por mostrar respeto hacia aquello que se comenzaba a comprender, hacia aquél que comenzaba a mostrarnos un camino.

Los tiempos cambian y la falta de conocimiento se transforma en atrevimiento, justo este tipo de atrevimiento que no reflexiona sobre su intrínseca capacidad para herir.

No nos engañemos, la libertad no está reñida con la cortesía, con los buenos modos...con el respeto, yo diría más, todas ellas dignifican la primera. Tratemos de comprender las normas de etiqueta en el BUDO bajo esta perspectiva, que sin lugar a dudas nos ayudará a armonizar con aquello o aquellos que nos rodean.

Incluso las reglas no escritas forman parte de la educación básica en cualquier lugar...como la más elemental : “ceder la ducha a las personas de mayor grado”.

Ninguna actividad se asumirá como vejatoria, si comprendemos el significado de la palabra RESPETO. El maestro enseña al alumno, y éste cuida de quien le esta mostrando una nueva perspectiva en la vida. ¿Es quizás caro? ¿posiblemente costoso en esfuerzo ? ¿quizás algún extraño orgullo (egoísta) nos impida doblar la espalda para inclinarnos y mostrar respeto a quien nos dedica su vida...o asumir que sus críticas y reprimendas puedan herir nuestro ego?.

En Japón una bandeja a la entrada, nos indica la necesidad, voluntariamente aceptada, de ofrecer algo a cambio de enseñanza.

Incluso la limpieza de la superficie del DOJO puede ser una tarea digna de aquél que desea mostrar voluntariamente humildad y su deseo de aprender...

Si la perspectiva de estar en deuda con una persona de mayor edad y aparentemente más débil que nosotros, no nos satisface demasiado... claramente hemos equivocado nuestro camino en la senda del BUDO. Y si el respeto hacia el que enseña puede llegar a ser de difícil comprensión, entonces jamás podremos entender que la persona que entrena frente a nosotros merece toda la consideración del que nos ayuda en ese desarrollo que buscamos ; es el fiel compañero de viaje que comparte sus inquietudes... y errores.

REI HO (LA ETIQUETA)

Códigos de etiqueta de los guerreros del Japón medieval, forman parte aún de las artes marciales actuales de más alto nivel.

Como norma general, y atendiendo a todo lo explicado anteriormente, un comportamiento DIGNO nos servirá como línea de conducta adecuada hacia profesores y estudiantes dentro del DOJO.

No obstante, y a pesar de mi convicción acerca de que las normas, cuando han de escribirse hacen perder valor a quien no supo descubrirlas usando de su sagrada intuición...Aún a expensas de ello, enumeraremos solo algunas de las más elementales reglas de conducta en la práctica del BUDO :

- **Antes de entrar en el TATAMI (superficie de entrenamiento) solicitemos permiso al instructor de más alto grado que se encuentre presente.**
- **Al entrar, saludamos dirigiéndonos hacia el TOKONOMA (KAMIZA).**
- **Cuando se entra en el TATAMI antes que el instructor se evitará hablar, bromear o realizar ejercicios de mera exhibición. Dedicar el tiempo a calentar las articulaciones o a calmar el espíritu, sentados en SEIZA.**
- **Si prevemos faltar al entrenamiento, es norma tradicional de cortesía notificarlo al instructor.**
- **La puntualidad debe ser observada estrictamente por los alumnos.**
- **Permanecer sentado (nunca tumbado!!;) mientras se está demostrando una técnica.**
- **Antes de comenzar a practicar con UKE y al terminar cada técnica, saludamos mostrando agradecimiento por la ayuda recibida.**
- **No abandonar el entrenamiento antes de la hora. Si es necesario, solicitar permiso previamente.**
- **Cuando no se dispone de pareja para entrenar, solicitar a la más próxima la posibilidad de hacerlo en trío.**
- **Cualquier duda acerca de una técnica se resolverá solicitando ayuda al instructor, levantando la mano para captar su atención.**
- **El DOJO es un lugar para el silencio. Si es necesario comunicarse, hacerlo en voz muy baja o por señas.**
- **Colocar las armas para la práctica, en un lugar recogido, donde no puedan caer o donde nadie tenga que pasar por encima de ellas.**
- **No utilizar las armas de otra persona, sin haber solicitado previamente su permiso.**
- **Al terminar el entrenamiento, no abandonar el TATAMI antes de que lo haga el instructor.**
- **Cuando se comienza a entrenar un arte marcial, se es ser apadrinado como KOHAI (alumno junior) por un SENPAI (alumno senior), quien se ocupará de vigilar su progreso, ayudándole de manera particular y presentándole a los exámenes de grado. (La tradición también asigna al SENPAI la responsabilidad de DAR A CONOCER todas estas normas de etiqueta a su KOHAI).**
- **Es una norma de cortesía elemental, PRESENTAR los nuevos alumnos de los instructores junior de diferentes DOJO a su instructor senior. Este hábito rememora el antiguo espíritu familiar de los clanes tradicionales del NIN JUTSU.**
- **La forma para dirigirse al instructor principal, es utilizando la palabra japonesa : SENSEI (literalmente “nacido antes”) evitando el tratamiento de “maestro”.**
- **Asumir el significado de nuestra presencia en el DOJO: no se trata de un mero accidente. Formamos parte de un legado histórico. Pensemos en lo afortunados que somos de poder tener acceso a él.**
- **Para el saludo y la práctica, tomaremos el lugar en filas, teniendo en cuenta que los grados más altos se colocaran más a la derecha y delante.**
- **Aún se puede ver a algunas personas encendiendo velas o incienso y apagándolos soplando!! Utilizar siempre la mano, en forma de abanico, para extinguir la llama.**
- **El uniforme de entrenamiento: SHINOBI SHOZOKU (KEIKO GI) se compone del kimono negro con el escudo y cinto del grado correspondiente, y Tabi con Kyahan negro. Solo se permite prescindir de algún elemento si el instructor así lo hace o lo autoriza.**
- **Tomar y manejar las armas con respeto. No entregarlas a otra persona dirigiendo el filo o la punta hacia ella.**
- **No se deben portar: anillos, relojes, colgantes. Sujetar el pelo largo durante el entrenamiento.**
- **Para colocarse eventualmente el SHINOBI, girar y hacerlo de espaldas al instructor y al compañero de práctica.**
- **Mantenerse alerta continuamente (ZANSHIN). Mantener vivo nuestro espíritu conservando activa nuestra energía interior (KI).**

- No tratar de resistir luxaciones, estrangulaciones o presiones dolorosas : avisar a nuestro compañero para que relaje su presa, mediante ligeras palmadas con la mano o el pie, y si no es posible, gritar : ¡ITAI !.
- En un arte marcial tradicional como el NIN JUTSU no se debe limitar el aprendizaje al progreso meramente físico. Se debe mantener viva nuestra intención de crecimiento espiritual.
- Las ofrendas de incienso o flores sobre el TOKONOMA pueden ser realizadas por los propios alumnos, advirtiéndolo de ello al instructor.
- Cada alumno asume la responsabilidad de su propio progreso, pero debe participar en el apoyo a los nuevos estudiantes en sus inicios, siempre difíciles.
- Involucrarse al 100% en cada entrenamiento (no al 50% , no al 120%). No malgastar el tiempo.
- Personalizar cada experiencia. No hacer de cada entrenamiento algo exterior a nosotros mismos.
- Trabajar a un nivel individualizado. No tratar de comparar nuestras experiencias con las de otros.
- No debemos preocuparnos por aprender las técnicas “muy rápidamente”.
- Crecer implica un riesgo. No nos preocupemos mucho por nuestra “imagen”. No necesitamos probar nada.
- La sinceridad es una marca del guerrero.
- Mantener una actitud de respeto hacia el instructor y el DOJO. Somos embajadores de aquello que practicamos. No olvidemos nuestro comportamiento fuera del entrenamiento.

SEN MON YO GO TERMINOLOGIA

Cuando comenzamos el entrenamiento con dos palmadas seguidas de una más, solo algunos pocos se dejan llevar por el sonido mágico del JUMON (mantra) que separa esas dos acciones :

“ ¡ SHIKIN HARA MITSU DAI KOMYO ! ”

Dejemos nuestro espíritu libre de ataduras exteriores y dispongámonos a recibir nuevas sensaciones, a experimentar actitudes diversas que nos acerquen cada día un poco más a ese espíritu que vive en cada uno de nosotros.

El saludo en que se solicita al comienzo del entrenamiento va acompañado del término japonés : “ONEGAI SHIMASU” (por favor...) (alumno más antiguo).

Sin embargo el final de cada sesión es una perfecta muestra de agradecimiento:

“SENSEI NI REI” (hacia el instructor)

“OTAGAI NI REI” (hacia todos los que han hecho posible el entrenamiento gracias a su participación)

“DOMO ARIGATO GOZAIMASU” (Muchas gracias) (Respuesta del instructor y despedida final)

Los términos para detener el entrenamiento pueden ser variados :

“YAME-NAOTTE” (Detenerse - volver a la posición inicial)

o bien “MATTE KUDASAI” (Paren, por favor)

Y en todo caso se vuelve a realizar un saludo: ¡¡ REI !!

La palabra que nos indica la necesidad de girar, durante un recorrido de técnicas enlazadas es : ¡ MAWATE !

Quizás también sea de utilidad conocer los números en Japonés del 1 al 10:

ICHI - NI - SAN - SHI - GO - ROKU - SICHI - HACHI - KU - JU

En Japón, con un sentido mas crítico (¿más marcial ?) el instructor suele dirigirse a los alumnos corrigiendo su técnica : “ YOSH” (¡ bien !) o “DAME” (¡ mal !)

Cuando nos dirigimos a un instructor de alto grado, debemos utilizar el tratamiento: SENSEI, pero siempre a posteriori, por ej. : HATSUMI SENSEI (nunca al revés).

Con un corto memorandum de términos Japoneses, cerramos este artículo, que pese a su brevedad ha pretendido llamar la atención sobre ese otro aspecto que diferencia la relación entre practicantes de artes marciales y los de otros sistemas de combate : EL RESPETO MUTUO.

CODIGO DEL DOJO BUJINKAN

- Conocer que la paciencia está por encima de todo
- Saber que el camino del hombre viene de la justicia.
- Renunciar a la avaricia, la indolencia y la obstinación.
- Reconocer la tristeza y la ansiedad como algo natural, a través de ellos buscar el “corazón inmutable”.
- No desviarse del camino de la lealtad y el amor.
- Ahondar cada vez más profundamente en el corazón del BUDO.

;; NINPO IKKAN !!