

## El monje y su hábito

Un golpe afortunado hizo que pudiera reunir en torno a una misma mesa a un grupo de amigos que, aun compartiendo una misma pasión, habían dirigido sus respectivos intereses hacia diferentes direcciones. En efecto, las Artes Marciales que habían estudiado y enseñado durante décadas las transmitían de manera muy distinta.

Todos ellos eran personas de altura, habían pasado años en aulas universitarias, viajado por medio mundo, leído en profundidad, contrastado opiniones y, finalmente, compartido abiertamente sus conocimientos, que no eran pocos.

Reunidos, iban a mostrar sus pareceres al respecto de las disciplinas que, más allá de lo que representaban sus destinos profesionales, les unían, al menos en el fondo, y esto por estar tal circunstancia unida, indisolublemente, a las formas de estar en el mundo que cada uno de ellos mantenía.

El primero, un físico teórico, había tenido una progresión tan espectacular en la comprensión de la materia que estudiaba que muy pronto abandonaría la facultad provinciana, marchando raudo a una universidad de gran prestigio, donde se doctoraría con honores. Era este un hombre increíblemente inteligente, como puede adivinarse, pero, además, poseía una sensibilidad nada común. Estas dos facultades, unidas a su apariencia física –uno noventa de altura y noventa o cien kilos de peso- causaban respeto cuando debatía o, simplemente, pisaba la madera del dôjô.

Lo más sorprendente era que este karateka, poeta y ecologista, rompiendo con los patrones conductuales que se le presuponen a alguien como él, disfrutaba con la rudeza del combate a pleno contacto, el fortalecimiento de su cuerpo con el trabajo de las pesas y secuencias de trabajo muy elementales, lo cual no era obstáculo para que su concepto de Budô tuviera un alcance más que sobresaliente. Pocas veces he escuchado a alguien expresar los valores de estas tradiciones con mayor acierto.

En el transcurso de mis conversaciones con él aprendí que un planteamiento abiertamente práctico, una interpretación eminentemente física, una intensidad sin tiempo para el cuestionamiento conceptual o teórico no estaba reñida con un fondo espiritual, educativo, cultural, formativo, introspectivo y humanístico. ¿Por qué habría de ser de otra manera? Si el solo movimiento del cuerpo hiciera elevar el espíritu humano, el camino estaría ya trazado, pero la realidad es tozuda, y tal axioma no nos conduce, por sí mismo, a ese estado de ánimo al que aspiramos. Las formas, pues, no hacen el fondo. Si no existe tal fondo -que es humanismo, sensibilidad, arte, emoción- la forma resultará ineficiente.

Un segundo miembro de aquel grupo de insignes budokas era un ingeniero de caminos, canales y puertos. Aquel hombre, al que conocí en Madrid a la vuelta de uno de mis viajes por Oriente, enseñaba Karate tradicional en la capital. Sus clases eran, a todas luces, una exposición matemática del concepto Arte Marcial. En efecto, vectores de fuerza, parábolas, elípticas, cadenas de trabajo, equilibrio, centro de

gravedad, ondas de vibración o coordenadas, eran las expresiones que utilizaba el sensei para describir cómo se gestaban los movimientos, cómo resultaban prácticos y cómo perdían eficacia si se abandonaban tales patrones.

Este hombre veía el Karate desde una perspectiva más cartesiana que humanística y su trabajo en el dōjō no era sino una extensión de su profesión. No obstante, me parecía coherente su discurso y, también, muy apegado al terreno que pisaba la mayor parte del tiempo. Yo le respetaba mucho intelectualmente e, incluso, compartía con él el fondo de sus ideas, pues más allá de planos y ángulos, por encima de líneas y grados, este maestro guardaba para sí un concepto integral del Budō. Con su ejemplo aprendí que cada uno interpreta su arte de manera muy parecida a la idea que tiene del mundo que habita.

El tercer invitado se llamaba Agenor y era un franciscano nacido en Colombia que enseñaba Karate en un monasterio de la provincia de Cáceres. Había dejado su país natal embarcándose en una aventura espiritual que le había obligado a renunciar a su vida familiar, a su cotidianidad y a sus costumbres. Como había estudiado Artes Marciales en su lugar de procedencia, continuó haciéndolo en los ratos libres que su formación espiritual le permitía. Ver a un fraile practicar Artes Marciales en la terraza de un lugar como aquel no era frecuente y Agenor se hizo popular enseguida, aceptando algunos estudiantes del pueblo a quienes reunía para el entrenamiento a horas intempestivas. Eran los tiempos del *Full Contact*, la modalidad que también practicaba nuestro amigo, y en ello basaba su trabajo. Él, un hombre religioso, se enfundaba casco, guantes, espinilleras y protector bucal para practicar con sus alumnos.

Pocas veces he encontrado a un practicante de Artes Marciales tan pacífico como Agenor. El ejemplo de este budoka me ayudó a superar los límites y esquemas que yo mismo me había trazado. Puede haber mucha violencia detrás de unas palabras que no hacen sino hablar de paz atropelladamente, puede existir la oscuridad detrás de la meditación y, a veces, la falta de alegría se esconde detrás de un ideal inalcanzable; y puede, también, vivir la luz en plena oscuridad, despertar la emoción dentro del conflicto, surgir la beatitud en medio del abismo. Sí; más que nunca comencé a pensar allí que, al igual que sucede en la vida misma, también en el arte del Budō el hábito no hace al monje.

El cuarto invitado a la reunión era un astrofísico. Este maestro se había formado como científico en los Estados Unidos donde, además, aprovechó su tiempo libre para profundizar en sus estudios de Aikidō. A su regreso a España comenzó su tarea profesional, compaginando sus jornadas de trabajo con la dirección de un grupo de Aikidō en la universidad.

Lo más llamativo de su enseñanza no era su nivel técnico, realmente excelente, ni su creatividad, también sobresaliente, sino las explicaciones con las que acotaba los movimientos de Aikidō. En efecto: agujeros negros, nebulosas, velocidad de la luz, materia oscura, galaxias, cúmulos, planetas, órbitas o estrellas eran vocablos en los que sustentaba su teoría de ese Arte Marcial. Sus disertaciones hubieran sido imposibles de seguir, al menos para los no expertos en la materia, pero el sensei

tenía la habilidad de establecer claros paralelismos entre el lenguaje científico y el movimiento corporal, trasladando aquellos conceptos al tatami para visualizarse con mayor facilidad.

El maestro sostenía, fehacientemente, que imitar el movimiento de los astros era un acto que ponía al practicante en comunión con el universo, opinaba que el círculo es el esquema natural del desplazamiento, como también son circulares los movimientos de rotación de galaxias, sistemas planetarios, planetas y satélites, equiparaba la absorción del ataque a la misma gravedad, y su aceptación, gestión y salida, al ejercicio de una verdadera fuerza centrífuga.

En el breve tiempo que pasé escuchando sus disertaciones comprendí algo que también me ayudó a progresar en mi concepto de Budô: para entender el Aikidô tal y como lo hacía aquel sensei, había que estudiar, primeramente, física y, después, hacer astrofísica. Yo, como no pretendía ninguna de las dos cosas, volví a confirmar que mi visión procedería de mi propio universo y que ése lugar lo conformaban mis propias estrellas, aunque éstas ocuparan lugares inmediatos y cercanos.

El último participante en aquella tertulia era un médico que practicaba Budô desde sus tiempos de juventud. Era un hombre de una edad intermedia que estaba convencido de los beneficios que la práctica de un Arte Marcial puede aportar a la salud de un estudiante, si este sostiene una relación equilibrada con su Budô. Debido a su formación profesional, nuestro amigo sentía inclinación por preservar la salud por encima de todo, y hacía notar constantemente su preocupación por el deterioro de las articulaciones, la sobrecarga muscular, la prevención de lesiones, la apropiada recuperación física o el mantenimiento de las constantes vitales mientras se realizaban los intensos entrenamientos.

Este veterano budoka había escrito, incluso, varios libros en los que analizaba el trabajo de un Arte Marcial desde la perspectiva de la medicina. Verdaderamente, los suyos eran ensayos de los que se podían extraer no pocas consecuencias positivas para construir una buena relación con la práctica, y conseguir que ésta se prolongara durante toda la vida sin sufrir lesiones incapacitantes para su disfrute.

Cuando comenzó a organizar su propio grupo de trabajo y éste fue consolidándose, las sesiones de entrenamiento comenzaron a llenarse de registros técnicos dirigidos a potenciar la salud física de sus estudiantes: gimnasia preparatoria fundamentada en la elasticidad muscular y en la flexibilidad articular, educación respiratoria, taichí y chikung, eliminación de tensiones innecesarias, supresión del trabajo de impacto con makiwara o saco pesado, relajación y distensión antes de la finalización de las sesiones de entrenamiento, etcétera.

Además, su concepto de salud se extendía al terreno de la Psicología y para ello sostenía una filosofía que eliminaba la disciplina impositiva, la distinción por graduaciones, el factor limitante del miedo, cualquier tipo de gregarismo e, incluso, la dirección permanente y constante de la enseñanza.

Antes de despedirnos quisimos dejar constancia de nuestro encuentro, apuntalando algunas ideas que creíamos imprescindibles.

Estas fueron algunas de las resultantes de nuestra conversación:

- No es admisible categorizar acerca de la naturaleza de un Arte Marcial.
- Uno entiende el estudio y enseñanza de un Arte Marcial según entienda su propia vida y la posición que ocupa dentro de ella.
- El rigor, la disciplina, la fortaleza del carácter, el trabajo exhaustivo del cuerpo, el estudio de la técnica, el análisis o la constancia no están reñidos con la educación, los valores caballerescos, la espiritualidad o el humanismo.
- A la filosofía sí, pero sin olvidar el trabajo; palabras de altura sí, pero sin olvidar la acción comprometida.
- Para dimensionar la visión que uno tiene de su Arte uno ha de ser más, no en el sentido cuantitativo, sino en hondura y calidad interior.
- El dibujo de un movimiento no responde a la calidad. Más allá del movimiento debe de existir un fondo sin el cual, tal movimiento se desvanece.
- La violencia tiene su origen en el fondo y se manifiesta a través de una forma. Puede existir violencia en la contemplación y ausencia de ella en la acción trepidante.
- Lo sencillo puede ser extremadamente difícil y, también, un campo fértil donde encontrar razones para sentirse un hombre realizado.
- Lo complejo puede contener a lo sencillo, si quien transita ese camino sabe estrechar lazos y reunir el fondo mismo de las complejidades en un solo y único principio.
- La salud es un concepto muy amplio que va más allá del bienestar físico afectando, también, al campo emocional, psicológico y mental. Construir el camino en el que uno cree, confiar en lo que se hace y ocupar su lugar en el mundo, también son fuentes de salud.
- El conocimiento necesita de la inteligencia. La técnica no se entiende sin la emoción. La diligencia se complementa con la meditación. La acción y la observación deben de ser una.

**Kenshinkan dōjō 2020**