# Mono no Aware (Haikus)



Pedro Martín González Kenshinkan dôjô 2021

Dedicado a los budo	okas de Kenshinkan d	lôjô
	Badajoz, Navidad 20	021
		2

# Índice

Chadô5
Judô9
Iaijutsu14
Kyudô18
Katori Jingu22
Shodô26
Okinawa Karate30
Okinawa Kobujutsu35
Takenouchi ryû39
Kenshinkan dôjô43
Aikidô47

# Mono no aware

La expresión *mono no aware* hace referencia a un instante de percepción súbita de la belleza que despierta la sensibilidad del espectador.

Tal vez el ejemplo más notorio de *mono no aware* sea la contemplación del cerezo en flor, o *sakura*.

El haiku pretende captar esa experiencia fugaz, traduciéndola en palabras y conformando un breve poema.



# Chadô



Vieja cabaña En el húmedo bosque Aroma de té

En el jardín

La casa amarilla

Con tokonoma

- El *tokonoma* es un pequeño espacio elevado reservado para colocar una caligrafia o un arreglo floral, o *ikebana*.
- El jardín que circunda a la casa de té se denomina: roji.

Pabellón de té Flota en el estanque Sin más premura

• Uno de los pabellones más conocidos es el de Kinkaku-ji, situado en Kyoto. El pabellón se abre al estanque de Kyokô-chi.

Ceremonia de té
Detenido el tiempo
De las palabras

• En sus comienzos, la ceremonia del té fue para los cortesanos solamente un mero pasatiempo. Hasta pasado un tiempo, no supieron ver en ella lo que sí observaron desde el principio los monjes Zen: un momento para la contemplación, una extensión más de su práctica diaria.

Discreto rincón Las paredes de adobe Huelen a té

• En realidad, el origen de la ceremonia del té está situado en la población campesina, que tenía su hogar en la austera cabaña. Las viviendas se construían con paja, mimbres o adobe.

En la foresta Una casa encendida Guarda el calor

Sin distinción Atraviesan la puerta Los invitados

• Las casas de té tienen un acceso particular. Las puertas son pequeñas y tienen como objetivo que el invitado entre con humildad en el interior de la habitación, una estancia que suele ser, por lo demás, de dimensiones muy reducidas.

Sobrio refugio

Guarda el secreto

De wahi sahi

• *Wabi sabi* es el concepto fundamental de la ceremonia del té. Podría traducirse por: sencillez, austeridad, discreción.

Tras el bambú Humilde chamizo

Con kakemono

• Un *kakemono* es una caligrafía que representa alguna idea sustancial, por ejemplo: armonía, simplicidad o tranquilidad.

Recogimiento

Ondulante el camino

Hasta la choza

• El camino que conduce a la casa de té es muy original. En ocasiones es ondulante o zigzagueante. La idea es que el camino sea parte de la ceremonia y el invitado prepare su espíritu durante el trayecto.

# Judô



Sueña Jigoro Lo viejo en lo nuevo Y se despierta

• Jigoro Kano fundó el Judô en 1882. El maestro había estudiado Jujutsu tradicional, y a partir de su experiencia desarrolló su propia escuela a la que llamó Kôdôkan.

En Eishôji Combaten sin tregua El viento y el bambú

- Eishôji: templo situado en Tokyo muy vinculado al Judô por ser el primer lugar en el que Jigoro Kano *Sensei* comenzara a impartir clases de su Arte Marcial, un hecho que sucedió en 1882.
- Una de las metáforas que se utiliza para explicar uno de los principios del Judô es la flexibilidad del bambú frente a la fuerza del viento.

Nieve invernal
En las ramas del sauce
De mi jardín

• La metáfora de la nieve y el sauce repite un axioma del Judô en el que se pone de manifiesto la flexibilidad frente a la rigidez.

Rueda del tiempo Anónimos judokas *Tatami* de arroz

- Los primeros *tatamis* que se utilizaron estaban hechos de paja de arroz.
- En el año 1977 compré un *tatami* de paja de arroz a uno de los profesores de Judô más importantes que ha dado nuestra Comunidad Autónoma: el *Sensei* Javier de la Marta. Aquel *tatami* me costó (a mí y a un grupo de amigos) cinco mil de las antiguas pesetas.

#### Sumo randori

Mifune toma *ukemi* 

A su sensei

- Dicen los historiadores que Mifune ha sido, quizá, el más influyente maestro de Judô que ha surgido del Kôdôkan. Alumno predilecto de Jigoro Kano *Sensei*, Mifune comenzó a estudiar Judô en Iwate, en 1896. Al trasladarse a Tokyo y entrar en la Universidad, se unió al Kôdôkan en 1902.
- Hay muchos vídeos de Mifune Sensei pero existen fotografías en la que el maestro está sirviendo de *uke* a su *sensei*, que no era otro que Jigoro Kano.
- Tomar *ukemi*: servir de *uke* siendo proyectado por el *tori*, o ejecutor de la técnica.

#### Nuevas ideas

Procedentes de Kitô

Hablan de Judô

- El Jujutsu fue antecesor del Judô.
- Las viejas escuelas de Jujutsu que estudió Kano Sensei antes de formar su propio sistema fueron dos: Kitô ryû y Tenjin Shinyô ryû.

Ocaso del Judô En *Hikawa Maru* Último gesto

• El 4 de mayo de 1938, en el viaje de regreso a Japón procedente de Europa donde había asistido a una reunión del Comité Olímpico, Jigoro Kano fallecería a bordo del navío que le llevaba de vuelta a su país. El nombre de este barco era *Hikawa Maru*.

Luchas de honor La espada de Tatsuka Saigo y Tomita

- Entre las dificultades que Jigoro Kano encontró para desarrollar su Escuela estuvieron los enfrentamientos con otras escuelas, entre ellas, las tradicionales, o koryû, que veían invadidas sus competencias y eran enemigas de las nuevas tendencias que proponía Kano.
- Los duelos entre escuelas se conocían como: dôjô yaburi.
- Tatsuka era un reputado *sensei* de una de estas tradiciones antiguas que retaría a Kano: la escuela Yoshin ryû de Jujutsu.
- Fueron famosos los enfrentamientos entre luchadores del Kôdôkan contra los jujutsukas de las escuelas Yoshin ryû. Judokas de la talla de Saigo y Tomita resultaron vencedores en sendos enfrentamientos.

En el Kôdôkan El genio de Mifune Sigue rodando

• El genio del gran maestro aún inspira a los jóvenes judokas del Kôdôkan.

En Yayoi Jinja Cuatro guardianes Suben al tapiz

• En el santuario Yayoi (Jinja: santuario) se enfrentaron de nuevo los judokas del Kôdôkan contra los luchadores de Yoshin ryû. Los miembros del Kôdôkan encargados de representar a la Escuela de Kano se conocían como "Los Cuatro Guardianes". El equipo lo formaban: Saigo, Yamashita, Tomita y Yokoyama. Los judokas del Kôdôkan resultaron vencedores en el torneo.

# Iaijutsu



### Kusanagi no Ken

Hierba seca Desnudos los pies Kusanagi ken

- Kusanagi: primer kata de Iaijutsu de la escuela Katori Shintô ryû.
- *Kusa* significa: hierba.

#### Nuki Tsuke no Ken

Salta un *shinken* Una mirada se nubla *Nuki tsuke ken* 

- *Nuki tsuke:* segundo *kata* de suelo. Su primer movimiento se realiza saltando.
- *Shinken*: sable real.
- Nuki: punta del sable. Nuki tsuke es un corte que, a la vez, penetra.
- *Ken*: sable

### Nuki uchi no ken

Bajando corta La hoja afilada De *nuki uchi* 

- *Nuki Uchi no ken*: es el tercer kata de Iaijutsu desde el suelo. El espadachín salta y corta descendiendo.
- Nuki uchi: acción de cortar descendiendo.

### Uken

Desenvaina. Esquiva a derecha En forma *uken* 

- *Uken*: cuarto kata de Iaijutsu desde el suelo.
- Su traducción sería: "salto a la derecha".

### Saken

Kiri más kesa Tori uke más nuki Esto es Saken

- Saken: quinto kata de Iaijutsu desde el suelo.
- *Kiri*: cortar descendiendo.
- *Kesa*: corte transversal.
- *Tori uke*: defensa ascendente.
- *Nuki*: corte con la punta de la espada.

### Happoken

Ocho momentos Guardan los arcanos De *Happoken* 

- Happoken: sexto kata de Iaijutsu desde el suelo.
- *Happoken*: su significado es: "ocho direcciones".

### Yuki ai gyaku nuki no tachi

Pasos silentes Avanzan confiados En *Yuki Ai* 

- Yuki ai: primer kata de Iaijutsu en pie
- Ai<sup>\*</sup> unión
- Migi: derecha

### Zengo Chidori no tachi

Mientras avanzas,

## Varado queda el *Ki* En *Zengo Chidori*

- Zengo es el segundo kata de Iaijutsu en pie.
- Ki: Energía.
- Es un kata que gira, por eso el *Ki* se mantiene "observando" al adversario que acecha por la espalda.

### Yuki ai migi chidori no tachi

Un acto de fe Verdadera victoria *Migi Chidori* 

- Yuki Ai migi chidori: tercer kata de Iaijutsu en pie.
- Migi: derecha.

### Gyaku nuki no tachi

Dos enemigos. Indómito el shinken De Gyaku Nuki

- Gyaku nuki: cuarto kata de Iaijutsu en pie.
- *Gyaku*: inverso.

### Nuki uchi no tachi

Secreto mayor Defensa y ataque En *Nuki uchi* 

- Nuki uchi: quinto kata de Iaijutsu en pie.
- Es el kata más difícil, al menos conceptualmente.

# Kyudô



En Kamakura
Arqueros a caballo
Gritan *In-Yo-In* 

• *In-Yo*: luz y oscuridad

Entre cerezos Galopan arqueros De Ogasawara

• Ogasawara: una de las principales escuelas de arquería de Japón

¿A dónde fueron:
Arqueros, flechas, arcos
Y dianas?

• *Musubi*: unidad

En Tsurugaoka Arcos de Takeda Tiran a *mato* 

- Tsurugaoka: es el santuario shinto más importante de la ciudad de Kamakura.
- *Mato*: diana
- Takeda: una de las principales escuelas de Yabusame (tiro al arco a caballo).

El makiwara

Detiene la flecha

Pero no el tiro

- *Makiwara*: en el Kyudo, otro tipo de diana.
- Se dice que el tiro ha de trascender la diana.

Soltar la flecha

Ninguna intención

Estado de Mu

- Hanare: dejar partir la flecha
- *Mu*: sin intención

Acto de fe Una flecha, una vida Muerte del yo

Silban las flechas Los ojos de Anzawa En lo profundo

- *Metsuke*: mirada profunda
- Anzawa Sensei: fue uno de los más grandes maestros de Kyudô

### Monturas prestas

Guerreros con yumi

En Odawara

- Odawara: famoso castillo residencia del shogun Tokugawa
- *Yumi*: arco de Kyudô

### En Shimogamo

Disparan tres flechas

Para los *kami* 

- Shimogamo: uno de los principales templos de Kyoto donde se realiza anualmente una ceremonia de Kyudô.
- *Kami*: divinidad shintô. Los arqueros piden protección de los *kami* utilizando sus arcos y flechas.
- Tres flechas: en Yabusame (tiro al arco a caballo) se utilizan tres flechas en la carrera.

# Katori Jingu



Joven bugeisa

Los ojos encendidos

Cruzando el torii

- Bugeisa: hombre de Budô.
- *Torii:* puerta de entrada a un santuario shintô.
- Desde tiempos muy antiguos ha sido tradición entre los hombres de sable peregrinar al santuario Katori y rendir homenaje a la divinidad que allí se representa. Esta divinidad es Futsunushi no Kami.

¡Qué alegría!

Serpentea el camino

Entre cerezos

- Sakura: cerezo
- El camino que asciende al santuario Katori es un paseo serpenteante cubierto de un bosque en el que abundan los cerezos.

Serena mente

Carpas rojas nadando

En el estanque

• Existen tres estanques en el santuario Katori. Sus nombres son: *Shoubu, Miyaghita y Kikko.* 

Nobles guerreros

En la puerta escarlata

Gritan banzai

- *Somon*: es la primera puerta que se encuentra antes de llegar al recinto principal.
- *Banzai*: es una expresión que se traduce como "*diez mil años*" y, también, por "*victoria*". Antiguamente se gritaba para desearle prosperidad y larga vida al Emperador del Japón.

Agua de lluvia

Cae inagotable

Entre las manos

- *Temizuya*: es la fuente sagrada donde el visitante o peregrino ha de lavarse las manos y enjugarse la boca antes de pasar al recinto principal, o *haiden*.
- *Mokubo sugi*: a la izquierda del *temizusha* se encuentran los restos del que fuera "*cedro madre*" de todos los cedros del santuario.

Sueña el shogun

Una puerta con torre

Y tres cerezos

- Romon: es la segunda puerta que se encuentra antes de llegar al recinto principal. Fue encargada por el shogun Tsunayoshi Tokugawa en 1700. En aquel momento se plantaron, también tres cerezos.
- Shogun: señor feudal japonés.

Un *haiden* negro

Con techumbre de ciprés

Bajo la Luna

• *Haiden*: es el pabellón principal del santuario Katori. Su techo está cubierto de ciprés y está lacado en negro.

¿Quién protege El espejo redondo Llegado de Tang?

• *Houmotsukan*: es la sala que guarda los tesoros del santuario Katori. Uno de los más importantes es un espejo de la Dinastía china Tang.

Un *shimenawa* Ata el árbol sagrado ¡Y lo detiene!

- *Goshinboku*: es un cedro sagrado con más de siete metros de diámetro situado cerca del *haiden*.
- *Shimenawa*: **e**s un cordón sagrado que pretende unir lo terreno con lo divino.

Entre el bambú

Memoria sostenida

De samurái

• A unos mil metros del santuario se encuentra la tumba de Choisai Ienao, el fundador de la Escuela de armas Katori Shintô ryû. En medio de un pequeño bosque de bambú se encuentra su tumba y la de su familia.

# Shodô



Reflejo de Luna

En el cauce del río

Tinta y pincel

• Aware: el impulso inmediato toma forma en una caligrafía

Capta el instante
El pincel sobre el lienzo
Y se derrama

• Aquí y ahora: *Ichi go Ichi e* 

Llora el pincel

La espada se enciende

Y corta el papel

• Cuando se impone la violencia

Puños de encaje Después, tinta y papel Más tarde, el pincel

• Preparación antes de realizar la caligrafía

Traza la mano

Su herida profunda

Y cristalizada

• Un sentimiento profundo se expresa en la caligrafía

Hombres de sable

Antaño esgrimían

Espada y pincel

• *Bun bu ryô dô*: es una máxima del Bujutsu: la pluma y la espada; la acción y la meditación.

Tarde de otoño

El pincel y la lluvia

Para mi gozo

• La dedicación sin límite de tiempo

Fin del poeta

Última caligrafía

Campos marchitos

• El gran poeta Basho escribió su último haiku haciendo alusión a los "campos marchitos".

Pinceles chinos

### Ha traído Kukai

# Al monte Koya

- Kukai fue el primer patriarca que trajo el budismo desde China en el siglo VIII y con ello trajo, también, la caligrafía.
- Kukai se instaló en el monte Koya, donde construyó su monasterio y fundó su escuela a la que llamó shingon.

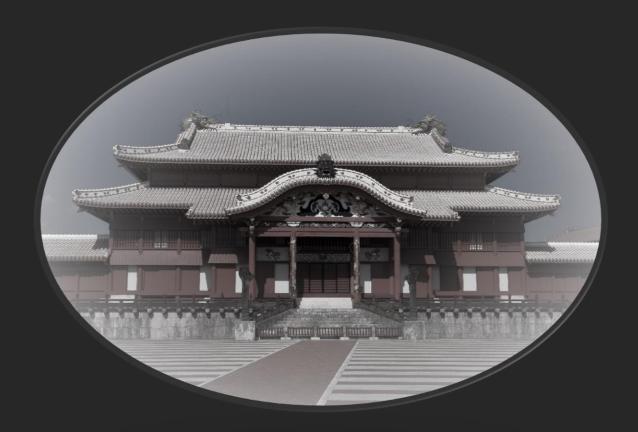
Guardan sus manos

Un aroma de tinta

De viejo papel

 Hace alusión al olor característico que desprenden las manos de los calígrafos

# Okinawa Karate



### Shisochin

Manos abiertas

Tokui de Miyagi

En Matsuyama

- *Shisochin*: es un *kata* de Karate Gojû ryû que se realiza con las manos abiertas.
- Matsuyama es un parque de Naha, la capital de Okinawa, en la que se reunían los practicantes del viejo *Okinawa-te* (antiguo nombre del Karate tradicional de Okinawa) para practicar e intercambiar técnicas.

### Suparinpei

Años buscando

Ciento ocho secretos

Inatrapables

• Suparinpei: es el último kata en estudiarse dentro del estilo Gojû ryû. Su traducción es: "ciento ocho".

### Sanchin

Hondo, respiro

Tres batallas sostengo

Mientras camino

• Sanchin: es el kata por excelencia de Gojû ryû. Su traducción es: "tres batallas".

### Sanseru

Manos y puños Codos y pies, suman Treinta y seis

• *Sanseru*: es un kata de Gojû ryû Karate. Su traducción es: "*treinta y seis*".

### Busaganashi

Ágil danzarín Protege el secreto De Gojû ryû

- Busaganashi: es la deidad protectora del estilo Gojû ryû.
- Fue traído de China por Chojun Miyagi Sensei.

# Sepai

Dieciocho manos

Guardan, celosamente,

Sus arcanos

• Sepai: es un kata de Gojû ryû cuya traducción es: "dieciocho".

### Tenshô

Silba un aire

Que agitan las manos

De tora guchi

- Es un kata de Gojû ryû que trabaja con manos abiertas y en tensión muscular, como Sanchín. Finaliza con una técnica que se denomina Tora guchi.
- Tora significa: "tigre".

### Muchimi

Mantiene el *Ki*Su pulso interminable
Sin dilación

• *Muchimi*: se refiere al tiempo de traslación de una técnica en la que se mantiene una tensión desde el principio al fin del recorrido.

## Viaje de Higaonna a China

Sueños de China Miro hacia el Oeste Origen del *Ti* 

- Kanryo Higaonna fue el primer okinawense que estudió en Fukien, China. De su experiencia de más de diez años en Fukien deriva el actual Gojû ryû.
- El nombre antiguo del Karate es: "Ti"

# Dôjô de Miyagi

Agua de pozo
Piedras de *hojo undo Dôjô* del jardín

• El *dôjô* de Miyagi *Sensei*, fundador de Gojû ryû, se conocía como: "*dôjô del jardín*". En el patio existía un pozo donde los alumnos se refrescaban en verano. También había piedras, que él mismo coleccionaba para realizar *hojo undo*, ejercicios de fortalecimiento.

# Okinawa Kobujutsu



### Eku

Pala de *eku*En la arena del mar
¡Un *sunakake*!

- Eku: remo
- Sunakake: desviar la atención con algún elemento: arena, por ejemplo.

### Во

Largo viaje El bosque y el bastón *Rokushakubô* 

• Rokushakubô: bo largo de 1.80 metros

### Sansetsukon

Un *uchinanchu*En el granero viejo
Con *sansetsukon* 

- *Uchinanchu:* habitante de Okinawa
- Sansetsukon: molienda de tres secciones utilizado para moler el grano.

## Nunti

Día de pesca

En la orilla del mar

Nunti y sai

- Nunti: arpón largo
- Sai: tridente pequeño

## Kama

En el huerto

Un sombrero de paja

Kuwa y kama

- Kuwa: zacho
- Kama: hoz

### Timbe

Su caparazón

Olvidó la tortuga

Timbe y rochin

- *Timbe*: escudo a veces construido con un caparazón de tortuga.
- Rochin: lanza corta.

#### Nunchaku

Muelen el grano

La caña amarilla

Silba el *nunchaku* 

• Nunchaku: molienda para grano, caña, etcétera.

# Takenouchi ryû



Hinokigasen

Guarda el secreto

Del kogusoku

• *Hinokigasen:* es la zona donde está el santuario de Sanomiya, el lugar en el que Hisamori tuvo su revelación.

Atago vela

El dôjô centenario

De Hisamori

• Atago es el protector de la escuela Takenouchi ryû.

Ecos del ayer

Takenouchi ryû

En keikôba

• Keikoba: es el nombre del dôjô de Takeuchi Sensei.

Cruje el cedro

Desnudos los pies

Del uchi deshi

Uchi deshi: es un alumno interno de un dôjô.

En mangannohi

Encuentra el shugyosha

Un hayanawa

- *Mangannohi:* es el 24 de junio. Ese fue el día en el que Hisamori recibió la inspiración de Atago en un sueño.
- *Hayanawa*: es la cuerda con la que se practican las sujeciones del adversario en Takenouchi ryû.

Secreto denshô

Divina revelación

De yamabushi

- Atago se presentó a Hisamori en la forma de un yamabushi, o "guerrero de la montaña".
- *Denshô*: documento escrito secreto y personal.

Retumban gritos

De Sengoku Jidai

En Mimasaka

- *Sengoku*: es un período de guerra que duró un siglo, entre el XV y el XVI.
- Hisamori comenzó a enseñar Artes Marciales en el castillo de Mimasaka.

Luna creciente

Medita Hisamori

En Sanomiya

•	Sanomiya: es el santuario donde Hisamori recibió su transmisión. Ese día era luna llena: <i>mangannohi</i>	

## Kenshinkan dôjô



Crujen las vetas

De la madera seca

Del makiwara

• *Makiwara*: poste de madera con paja de arroz trenzada utilizado para realizar técnicas.

Llegas primero

Aroma de incienso

Del kamidana

• *Kamidana*: altar *shinto* que acompaña los dojos tradicionales de Budô.

Tenue la luz

Cálida la penumbra

Detrás del shôji

• Shôji: puerta corredera con papel wasi traslúcido.

Firmes los pies

Madera encerada

De viejo dôjô

• Dôjô: Lugar donde se estudia un Arte Marcial

Cruzas el *torii*Umbral que descubre
Un mundo bueno

• Torii: puerta de entrada a un templo shinto

Viejas *nafudas*Sostienen los nombres
De la memoria

• Nafuda: tablas con los nombres de los estudiantes de una escuela.

Instante de luz

Cuando el *dôjô* se cierra

Aún permanece

Hojas de pino
Flores de mandarino
Dôjô del ciprés

Recia tormenta
Sentado en el *zafu*Se desvanece

• Zafu: cojín utilizado para la meditación.

Hombres de Budô El pincel y la espada Completa Vía

• Bun bu ryô dô: La pluma y la espada

## Aikidô



Sólo en la espiral
Se encuentra solución
A la contienda

• La espiral es una dinámica clave en Aikidô.

Punto omega
En un centro perfecto
Victoria final

• Todas las técnicas de Aikidô se realizan tomando como referencia al centro corporal situado en el abdomen. Esta zona se denomina *hara*. El punto central del *hara* se conoce como *Seika no itten*.

Atrapando el *Ki*Unificando en *Hara*Construyes Aiki

- *Ki*: energía intrínseca.
- *Hara*: zona abdominal.
- Ai ki: armonización del Ki.

Abres a *uke*Un espacio vacío
Hasta llenarlo

• *Uke*: adversario

Sólida base
Fluida la esfera
Mente serena

• *Gorinto*: es uno de los emblemas de Aikidô. Consiste en una pirámide formada por un cuadrado en la base, que simboliza la fuerza, el enraizamiento y, también, el trabajo de fundamentos. Sobre el cuadrado se coloca una esfera, que haría referencia a la fluidez de los movimientos. Finalmente, el triángulo representaría la actitud mental.

Instante de luz

Cuando el *dôjô* se cierra

Aún permanece

• *Dôjô:* lugar donde se practica una forma de Budô.

Silba, violento
El filo de un sable
Estado de *Mu* 

• *Mu:* imperturbabilidad

Frío en el rostro
Los ojos encendidos
Bosques de Iwama

- Iwama es uno de los lugares míticos para los aikidokas. En Iwama se retiró Morihei Ueshiba *Sensei*, el fundador del Aikido, durante más de veinte años. Allí vivió dedicado a la agricultura y a la enseñanza.
- Sugawara Sensei, mi maestro, fue alumno del dôjô de Iwama entre 1960 y 1962.

### Surgen vibrantes

Mágicas sílabas

Desde lo hondo

- *Kototama*: son cantos silábicos que expanden la energía intrínseca. En ellos se nombran los principios espirituales en los que creía Morihei Ueshiba.
- Los *Kototama* de Aikidô provienen de la influencia que en el fundador tuvo la corriente religiosa de Omoto Kyo, dirigida por Onisaburo Deguchi.

Vencer sin sacar

La espada de la saya

Triunfo de sabio

- *Katsujinken*: es como se denomina a una espada que se utiliza correctamente.
- *Saya*: es la funda donde se guarda el sable. La espada es también un símbolo de Aikidô.
- La verdadera victoria consiste en no utilizar la espada.

