

Ser cinturón negro de aikido

Todos, en alguna ocasión hemos sido interpelados o simplemente nos hemos cuestionado que representa el conseguir o estar cerca de obtener el grado de cinturón negro. También es posible que alguien ajeno al círculo de las artes marciales pueda habernos preguntado que grado poseemos al saber que practicamos un arte marcial y hemos recibido sus muestras de admiración cuando le indicamos que somos o vamos a conseguir en breve el grado de *cinturón negro*, o su equivalente en otra disciplina marcial.

Es importante tener presente, para abordar el tema de manera objetiva y no caer en fáciles tópicos y sugerentes romanticismos que, cuando llevamos un dilatado periodo de entrenamiento es fácil olvidarse del motivo inicial que nos generó el interés por la disciplina que practicamos, al ser víctimas de la práctica cotidiana y la rutina monótona carente de la inspiración que toda actividad artística debería poseer.

Con demasiada frecuencia se observa que no todos los que viajan en el mismo barco quieren remar hacia el mismo puerto. En anteriores artículos, he comentado la necesidad de que dentro de una clase exista una buena predisposición en unir los intereses particulares para transformarlos en algo genérico lo que propicia un ambiente de trabajo agradable, al tiempo que el instructor podrá dotar a su enseñanza de frescura y dinamismo. Cuando somos interpelados por una persona que muestra interés por un arte marcial es posible que sus preguntas estén impregnadas por las influencias de los típicos productos cinematográficos que se suelen ofrecer sobre el tema, o como ocurrió hace tiempo por la funesta noticia de la muerte de un practicante de "lucha sin reglas", en un combate ocurrido en unos campeonatos vinculados, malgradadamente, a las artes marciales. Resulta sorprendente la facilidad con que los medios de comunicación se hacen eco de las noticias que, vinculadas a las más diversas prácticas de unas mal llamadas artes marciales, que degradan al individuo a la mera condición de ser irracional en lucha por la supervivencia. Y sin embargo, nunca se difunden las artes marciales que favorecen y ayudan al desarrollo de las cualidades humanas en el practicante, para formarlo como un elemento útil para la sociedad. Docencia ésta que un gran número de instructores se esfuerzan por transmitir con gran rigor en sus clases día tras día.

El gran desconocimiento del público en general, hace que la respuesta esperada por nuestro interlocutor sea la confirmación de su idea preconcebida, conforme un practicante marcial adquiere poderes capaces de efectuar proezas sobrehumanas, siempre enmarcadas en un contexto de violencia, sufrimiento y dolor más propias de un héroe de comic que de una persona cultivando cualidades que sirvan de provecho a la sociedad.

Cuando queremos darle una respuesta, muchas veces no somos capaces de explicar con palabras fácilmente comprensibles el verdadero sentido de nuestro propio arte marcial. Centrándonos en el *aikido*, cuando nos iniciamos en su práctica, esta nos reclama una entrega no solo física, sino también de predisposición mental. Cuando el futuro practicante decide inscribirse en un club donde se imparten clases de *aikido*, los motivos que le impulsan pueden ser bien diferentes a los de otra persona. Desde los que quieren hacer un deporte, hasta los interesados en la defensa personal, los que buscan aprender a combatir o por motivaciones espirituales o metafísicas, incluso por los contextos esotéricos de las prácticas, etc. Sin embargo al iniciarse en la práctica, en poco tiempo son absorbidos por la disciplina del *tatami* y la razón por la que empezaron comienza a difuminarse dando lugar a un estado receptivo, para poder absorber todos los nuevos conceptos que, clase tras clase y de forma inexorable, van ampliando sus conocimientos sobre las bases del *aikido*; etiqueta, técnicas, *ukemis*, *tai-sabakis*, nomenclatura, teoría, etc.

La necesidad de almacenar una gran cantidad de información nos obliga a prestar toda

nuestra atención en el aprendizaje de la enseñanza, aunque muchas cosas no las comprendamos, ni nuestro cuerpo las asimile de manera natural e integrándolas en el entreno cotidiano. Transcurrido el primer periodo, entre dos y tres años, entramos en una segunda fase donde se aprende a poner en practica y normalizar todos los conceptos sobre los movimientos aprendidos y su aplicación en las técnicas. Continuamos entrenando para mejorar nuestro nivel técnico hasta conseguir el grado de cinturón marrón. Llegados a este punto ya llevamos aproximadamente unos cuatro años asistiendo regularmente a las clases y los conocimientos que hemos ido acumulando forman un volumen considerable aunque no podamos todavía asimilarlos convenientemente.

A partir de este momento debemos centrarnos exclusivamente en preparar el examen de *Shodan*. La preparación para poder abordarlo con éxito nos fuerza a intensificar nuestro entreno fuera de las sesiones ordinarias, asistir a cursillos los fines de semana, mantener una optima condición física y mentalizarnos para efectuar el examen sin nervios y con una actitud correcta. En nuestra mente la superación del examen y adquisición del grado de *Shodan* se entiende como una recompensa a los años de continua practica en el *tatami*, la regularidad de la asistencia a las clases y las horas extras dedicadas, sin contar el afán inagotable de leer todas las cosas escritas *aikido*. Conseguir el grado se nos presenta como la panacea que nos haga conseguir la maestría en la práctica y encontrar respuesta a todas las dudas e interrogantes acumuladas a lo largo de nuestro aprendizaje.

Y por fin llega el día tan esperado. Con los habituales síntomas de preocupación y nerviosismo abordamos el examen de *cinturón negro* intentando dar lo mejor de nosotros mismos. Cuando acabamos estamos extenuados, nos da la sensación de que el tiempo se ha parado mientras nosotros efectuábamos sin vacilar todo lo que nos era solicitado por una voz que nos unía al resto del mundo.

Atrás abandonamos las dudas, angustias e incertidumbres que nos atenazaban. Salimos del *dojo* y celebramos festivamente, con los compañeros de *tatami*, la adquisición del Grado; algo que consciente o inconscientemente ansiábamos secretamente desde hacía mucho tiempo. Significa la culminación y recompensa a todos nuestros sacrificios y esfuerzos, como un corredor de maratón cuando cruza la meta, y nuestro gozo es inmenso después de colgar nuestro titulo debidamente enmarcado. Cuando volvemos a nuestro club, enfundados en nuestro nuevo cinturón, nos sentimos como el centro del universo, pero cuando reanudamos la práctica cotidiana... ¡Despertamos!. Terrible constatación. Somos los mismos de antes. No ha acontecido ninguna transformación milagrosa. Las dudas despejadas son remplazadas inmediatamente por otras nuevas que nos ocasionan, si cabe, más incertidumbre que las ya superadas.

Si nos relajamos en la práctica, la pericia técnica conseguida empieza a mermar en calidad y efectividad. Dirigimos nuestro interés hacía la técnica y descubrimos que todavía nos queda una larga andadura para aprender todo lo que compone el conocimiento técnico global del arte. Empezamos a descubrir el interés en aprender otras disciplinas complementarias que nos ayudan a mejorar la nuestra propia. Resumiendo, cuanto más abrimos la puerta más paisaje descubrimos, sin vislumbrar un limite concreto que nos ayude a calibrar nuestro nivel de conocimientos, como punto de referencia durante este nuevo periodo de aprendizaje. Si la parte analítica (técnica, nomenclatura, conocimientos complementarios, etc), nos crea conflictos, la parte analógica, (ética, espiritual, mental, filosófica, etc.), no queda a la zaga, haciéndonos sentir sin rumbo en medio de un inmenso océano.

Llegado este preciso instante es precisamente cuando el practicante se pronuncia y establece las bases y directrices de su futuro dentro del aikido. Deberá resolver su conflicto interno recapitulando todas sus vivencias y experiencias acumuladas a través de los años, las buenas y las malas, las alegres y las tristes, las recordadas y las olvidadas... Absolutamente todo forma parte intrínseca de su Yo y es con ese Yo con quien tendrá que

librar la batalla. La cual será la última o la primera de muchas más en su futuro como practicante de *aikido*. Si fracasa en la lucha, se alejará de forma brusca o paulatina del arte marcial y en el mejor de los casos sufrirá un estancamiento y posterior retroceso en todos los aspectos del arte, hasta caer en la desidia. Si deparamos victoriosos, el panorama que se nos presenta es magnífico y esperanzador, aunque no nos libraré de múltiples escollos donde naufragar. Para este cometido solo contamos con nuestra voluntad, y así abandonar todas las ideas que tengamos preestablecidas, preparando nuestra mente y nuestro cuerpo para emprender el verdadero aprendizaje, y libres de prejuicios, ser de nuevo modelados por los principios inalterables y universales que constituyen la espina dorsal del *aikido*, según las enseñanzas transmitidas por O'Sensei.

Debemos recapitular, estudiar, aceptar, experimentar y comprender los principios del Camino y hacernos uno con la Vía señalada por O'Sensei. Nuestra voluntad y nuestro corazón deben comprometerse seriamente en intentar, por todos los medios a nuestro alcance, batallar sin descanso manteniendo la actitud del "Aquí y Ahora", para comprender la esencia última del aikido. Cuando alcanzamos el nivel *Shodan*, adquirimos la responsabilidad de transformarnos de simples practicantes en ejes de transición del arte marcial. Seremos el espejo donde todos volverán la vista para saber que es el aikido.

La única forma de aguantar la presión interna y externa a la que nos veremos sometidos, es que hallamos elegido libremente poner nuestro corazón en la Vía del Aikido. Si no desfallecemos y perseveramos incansablemente, de forma natural y progresiva, todas las dudas serán satisfactoriamente contestadas. También deberemos permanecer en continua alerta con la totalidad de nuestros sentidos; físicos, mentales, espirituales, etc., para tener la oportunidad de coger al vuelo las respuestas tan anheladas. Nunca podremos tener la certeza de cuando ocurrirá la transformación que nos integre plenamente en la Vía, pero si sabremos con auténtica certeza que una vez iniciados en el auténtico Camino, no existe un final. Solo cuando nuestro ser llegue a ser uno mismo con la Vía, nos habremos transformados en el centro del Universo.

Jordi Amorós.
Director Técnico de Aiki Catalunya.