

Kaikuan

Nº 102 ENERO-FEBRERO 2016
ISSN 1995-1086



APJ

ASOCIACIÓN
PERUANO
JAPONESA



25 años Camino a la Felicidad

**Migrantes
peruanos en Japón**

El potencial de la
segunda generación

Aikido

Armonía en movimiento

Quienes han oído hablar del aikido saben que se trata de un arte marcial que no busca vencer al oponente a base de golpes, sino de neutralizarlo cuando éste ataque usando su propia fuerza a tu favor. Pero esta disciplina va más allá de lo físico. También es un medio para desarrollar la espiritualidad y el respeto por los demás.

En el país, son varios los lugares en los que se puede practicar el aikido, entre ellos el dojo de la Asociación Peruano Japonesa (API), donde se enseña y se fomenta su práctica desde los años noventa.

El sensei Michio Kanai fue su principal promotor y el fundador de Aikido KeitenKai. Nacido en Japón (falleció en Lima hace tres años), fue alumno directo del creador del aikido, Morihei Ueshiba. En 1983, llegó al país por primera vez y tiempo después volvió para radicar aquí y difundir el aikido.

Desde entonces, muchos jóvenes y niños han pasado por este dojo siguiendo sus enseñanzas, entre las que se encuentran el respeto a la vida y la convivencia armoniosa con los demás, las cuales se reflejan en un estilo especial de practicar este arte marcial llamado Aikido Keiten Ryu, y que tiene en el sensei peruano Jorge Calderón a su actual líder.

LA FUERZA DEL ESPÍRITU

“Lo primero que se aprende en el aikido es a caer”, explica William Silupu, sensei que lleva diez años enseñando aikido (el cual recién fue reconocido en 1939 como arte marcial por el gobierno de Japón) y casi 20 años practicándolo. Él resalta que el objetivo es controlar al oponente sin hacerle daño. “Es un arte marcial defensivo creado en la posguerra”, apunta.

En lugar de buscar el combate y la agresión, el aikido busca fortalecer el espíritu por la paz.

De ahí que no haya técnicas para

EL ARTE MARCIAL JAPONÉS QUE BUSCA LA SUPERACIÓN PERSONAL

AIKIDO armonía en movimiento

[texto **JAVIER GARCÍA WONG-KIT** / fotos **JOSÉ VIDAL**]





DEPORTE

golpear al oponente, que no existan competencias ni haya ganadores. “Las fases de aprendizaje son similares en todo arte marcial japonés”, señala el cinturón negro, quien antes pasó como todo alumno por las cintas blanca, amarilla, naranja, verde, azul y marrón. Un detalle es que ningún alumno puede llegar a cinturón negro si es menor a 15 años. Se trata de una cuestión de madurez más que de dominio técnico.

El hecho de que se practique la caída al inicio de cada clase, después del calentamiento, va en esa línea, y también en el arte del dominio del cuerpo y su movimiento. De esta forma se evitan golpes y lesiones, y se acondiciona y fortalece el físico. Se aprende más de las caídas, parece ser la lección espiritual de este dojo regido por 10 principios que pueden servir para la vida misma.

LECCIONES DE VIDA

“Honrar el legado de los antepasados, padres y maestros”, “ayudar a los demás es ayudarse a sí mismo” y “entregar el espíritu en toda actividad de superación” ejemplifican la manera en que el aikido es una disciplina que trasciende lo que se hace sobre el tatami, aunque sobre esta superficie también se cuiden los buenos modales. “En el dojo se cultivan la pluma y la espada, no solamente es técnica, sino espíritu, preparación y superación constante”, dice Silupu.

“El aikido es un arte marcial que respeta mucho la etiqueta al momento de saludar, de empezar y terminar la clase, y por cada rutina”, añade el sensei, quien recibe una venia (llamada rei) cada vez que uno de sus alumnos se dirige a él, un gesto de humildad y de respeto. Además, sin los premios o trofeos típicos en las competencias (aunque sí hacen demostraciones en algunos eventos) se desentierra el ego.

El manejo del estrés es otro





de los beneficios que ofrece esta práctica. Willians Negrón, experimentado maestro que se dedica al aikido desde los noventa, señala que la formación en valores es lo más importante, aunque también destaca los beneficios a la salud. “Por mi trabajo tengo grandes responsabilidades y mucha presión. El aikido es una buena forma de prepararse a nivel físico, lo que ayuda a mejorar las defensas del organismo”.

NUEVAS GENERACIONES

En una noche cualquiera en el dojo de la Asociación Peruano Japonesa pueden encontrarse adultos, jóvenes y adolescentes entrenando con el mismo uniforme. Aunque aún son pocas, hay chicas que, con el mismo entusiasmo, repiten las rutinas y cuentan en japonés en cada uno de los ejercicios. Algunos, cuando ya han alcanzado cierto grado, entrenan con el jo (bastón mediano de madera) o el bokken (sable de madera).

La mayoría viene entre dos y tres veces por semana, de tres a seis meses. Por su espíritu pacifista, es ideal para niños, aunque vienen a partir de los seis años, cuando han llegado a un desarrollo físico básico. La coordinación, equilibrio, control y velocidad mental hacen del aikido

Origen de la palabra

La etimología de la palabra aikido proviene de tres ideogramas japoneses: “Ai” (que expresa el principio de la armonía entre la actividad física y mental), “Ki” (que define la energía vital resultante de la armonización) y “Do” (que significa vía o camino). De allí surge esta disciplina que marca una estrategia de vida y conducta dentro de la sociedad y el universo.

Fuente: Asociación Aikido KeitenKai

una disciplina integral, que busca seguir creciendo en el país.

“El aikido de API es líder en Perú. Hemos organizado el primer y segundo encuentro nacional de diferentes escuelas de aikido”, cuenta el sensei Negrón, añadiendo que el reto que se han planteado es formar una confederación que agrupe a todas las asociaciones de aikido en el Perú para recibir un reconocimiento del gobierno peruano, al igual que otras disciplinas.



“HONRAR EL LEGADO DE LOS ANTEPASADOS, PADRES Y MAESTROS”, “AYUDAR A LOS DEMÁS ES AYUDARSE A SÍ MISMO” Y “ENTREGAR EL ESPÍRITU EN TODA ACTIVIDAD DE SUPERACIÓN” EJEMPLIFICAN LA MANERA EN QUE EL AIKIDO ES UNA DISCIPLINA QUE TRASCIENDE LO QUE SE HACE SOBRE EL TATAMI.