

ción. Como contrapunto, el *kaeshi waza* o arte del contraataque, nos enseña la siguiente evolución en la práctica. Ahora, en lugar de fluir de una técnica a otra, se trata de evitar que nos apliquen una técnica, debiendo para ello tener una gran sensibilidad para poder percibir el momento oportuno para aplicar nuestra contra-técnica. Estos dos últimos capítulos muestran diversos ejemplos gráficos a través de fotografías.

En conclusión, se trata de un trabajo recomendable particularmente para principiantes, pero también para practicantes más avanzados.



### **Bruce Lee: artista de la vida**

Por John Little  
Móstoles: Dojo Ediciones, 2008.  
343 páginas. 21x14 cm.  
Ilustraciones.  
I.S.B.N.: 978-84-935400-2-9 •  
14 €.

Disponible en:  
Distribuciones Alfaomega  
C/ Alquimia, 6  
28933 Móstoles, Madrid  
(España)  
Telfs.: +34 91 614 53 46 – 58 49  
E-mail: [contactos@alfaomega.es](mailto:contactos@alfaomega.es)  
<http://www.alfaomega.es/>

Revisión por  
Pablo Pereda González

John Little es uno de los más apasionados estudiosos de la biografía del afamado actor y experto en Artes Marciales Bruce Lee. Con el tiempo transcurrido desde la primera aparición de Lee en las pantallas no han hecho más que multiplicarse, hasta la saciedad, las obras dedicadas a su figura; mucho más tras su repentina muerte a edad temprana.

Se han publicado, a mi entender, gran número de folletines sin duda agradables para un público adolescente, y no tanto, basados casi en su totalidad en las fotografías de sus películas. Las publicaciones sobre su figura tenían asegurada

una rápida difusión, si bien nunca existió un libro estrella que batiese récords de ventas. Por el contrario, sus películas los superaron todos y aún hoy en día siguen estando presentes como referente en cualquier narración sobre el desarrollo de las Artes Marciales.

Los estudios serios publicados en forma de libro sobre el personaje de Bruce Lee, no sólo en su faceta marcial, han sido escasos y suelen, salvo honrosas excepciones, caer en la repetición; por ello el hecho de encontrar este libro *Bruce Lee Artista de la Vida* en edición de John Little no deja de ser atractivo puesto que ahonda en aspectos menos conocidos y curiosos de su protagonista.

Libro que el sello “Dojo” presenta en 363 páginas incluyendo un Prefacio de Linda Lee Cadwell, mujer del fallecido actor, y una introducción. El grueso de la obra se estructura en ocho partes a saber: Kung Fu, Filosofía, Psicología, Poesía, Jeet Kune Do, Actor, Conocimiento de sí mismo y Cartas.

John Little ya indica en su prefacio que una gran parte de la documentación proviene de escritos y de apuntes privados de Lee. El propio Lee, por si alguien dudaba de esto, buscaba su triunfo como actor en Occidente a través del Kung Fu. Él mismo aclara en la introducción (“En mi propio proceso” – escrito por el propio Lee seis meses antes de morir) que es un actor de profesión y un artista marcial por afición.

En el primer apartado, centrado en el Kung Fu, se exponen consideraciones filosóficas del propio Lee sobre el vacío, la mente y la fluidez. Incide en uno de sus conceptos básicos que aplica al combate: el principio de la “no-acción” o *wu wei*. Sobre este particular hace excesivas referencias a los conceptos de Allan Watts mediante los cuales intenta explicar lo que afirma.

Qué duda cabe que para el lector no formado en filosofía básica todas estas manifestaciones le abrirán nuevas maneras

de entender las cosas; pero quien haya analizado las bases de una filosofía académica entenderá que los conceptos, además de su simplicidad, no aportan nada nuevo al saber filosófico y son en extremo repetitivos. John Little, como digo, los repite en demasía a lo largo del libro como el lector podrá comprobar.

En la aplicación al combate deja muy claro su pensamiento sobre la ineficacia de las formas, katas y cualquier tipo de técnica artificiosa o florida, a las que denomina “desesperación organizada”. La labor del revisor debe pasar por introducir y dirigir al lector en lo que va a encontrar en el libro, pero jamás puede tomar partido. Por tanto se trata, en suma, de que quien tenga el libro en las manos elabore sus propias conclusiones apoyando o refutando los asertos de Bruce Lee sobre las katas o formas.

El apartado de filosofía recoge notas manuscritas sobre sus trabajos como estudiante para la Universidad de Washington; no son de gran profundidad, sino más bien resúmenes sobre clásicos, e indican sus inicios como estudiante pero poseen valor documental para los amantes de la figura de Lee.

John Little dedica casi 40 páginas a Sócrates, Descartes y Platón, que mezcla de nuevo con el *wu wei*. Ya dije que para el lector no familiarizado culturalmente con Sócrates o Platón puede abrirse un mundo y puede pensar que la filosofía se reduce a eso. Como cualquier estudio, incluido el Kung Fu, se precisa una formación básica durante años para entender conceptos posteriores. Lo mismo ocurre con la filosofía, incluida la oriental, porque el *wu wei* también es sólo una parte, eso sí, que cautivó al creador del Jeet Kune Do.

El apartado de Psicología no hace honor a su enunciado, puesto que se repiten conceptos filosóficos ya expresados con anterioridad en detrimento de los conceptos psicológicos. La tera-

pia Gestalt, que parece ser un campo del gusto de Lee, aparece como mera anécdota. Pienso que en este apartado John Little no ha estado afortunado a la hora de colocar los textos, pero el lector es quien debe de formar su propia idea al respecto.

Mención especial, por lo original e inédito, merece el apartado de poesía, al que dedica gran cantidad de páginas. Poemas que muestran una parcela diferente y desconocida del Artista Marcial y que sin duda harán las delicias de sus seguidores. Tampoco voy a ser yo quien analice las virtudes, la bondad o no de las composiciones; si bien todo lo que expresa el ser humano es positivo y sin duda es una manifestación de la creación. Particularmente me ha sorprendido gratamente el poema titulado “La hoja caída”.

El apartado dedicado al Jeet Kune Do, el Arte desarrollado por el propio Lee, hará las delicias de los aficionados a la técnica del combate, ya que la documentación –cartas, manuscritos, recortes– se presenta como inédita.

Seguidamente, un interesante apartado sobre el oficio de actor y el conocimiento de sí mismo. Deja muy claro que su camino no tiene nada que ver con los conceptos que podía haber recogido durante su vida, afirmando que aún cuando respeta a su maestro de Wing Chun, el Sr. Yip Man, sus ideas difieren.

Por último, el libro concluye con cartas enviadas a sus propios amigos, lo que suma sin duda otro nuevo atractivo para la obra.

En resumen, John Little aporta en esta obra fotografías inéditas, cartas, manuscritos, reseñas y un sinfín de documentos que hacen del libro un documento serio sobre la vida de Lee. El apartado de poemas, así como las propias impresiones sobre la vida recogidas en cartas, aportan una nueva visión, quizá más cercana, del protagonista, muy distante de la imagen bélica

que muestra en sus películas. Un libro que hará las delicias de los seguidores y estudiosos de Bruce Lee. Gustará, sin la menor duda, a quienes lo descubran por vez primera o deseen conocerlo más en profundidad en esas otras facetas humanas, ya separadas del mito, que hacen al hombre mucho más cálido y entrañable, a pesar de mostrar las propias debilidades que no son sino atributos de la vida.

Dice Lao Dan:

“Las armas fuertes atraerán la ruina, el árbol vigoroso se quiebra.

La blandura y la debilidad son atributos de la vida; la firmeza y la dureza son atributos de la muerte”.

Huang Di, Emperador  
Amarillo



### **Teoría del taiji y fuerza marcial. Estilo Yang avanzado**

Por Yang Jwing-Ming

Móstoles: Arcano Books, 2005.

312 páginas. 24x17 cm.

Ilustraciones.

I.S.B.N.: 987-84-96111-36-3 •

18 €.

Disponible en:

Distribuciones Alfaomega

C/ Alquimia, 6.

28933 Móstoles, Madrid

(España)

Telfs.: +34 91 614 53 46 – 58 49

E-mail: [contactos@alfaomega.es](mailto:contactos@alfaomega.es)

<http://www.alfaomega.es/>

Revisión por

Juan Pan González

Como viene siendo habitual con los trabajos del Dr. Yang Jwing Ming, me encuentro ante una obra de un notable valor para todos aquellos amantes del Tai Chi y de su estudio en profundidad. En esta ocasión el contenido es fundamentalmente teórico, exponiéndose los principios y las teorías del Tai Chi Chuan, pero con un apoyo de contenido práctico que permite desarrollar y trabajar los aspectos básicos del estilo. Este libro,

escrito con un lenguaje claro y de fácil comprensión, completa otro de sus libros, *Tai Chi Chuan. Aplicaciones marciales. Estilo yang avanzado* (también revisado por el autor de la presente en el volumen 1, número 3 de esta revista). Sin embargo, a pesar de la sencillez en el lenguaje utilizado, es necesario que el lector esté familiarizado con algunos conceptos propios del estilo, como el *yi*, *chi* y *jin*, para posibilitar una rápida comprensión.

El libro se estructura en tres partes diferenciadas. La primera parte comprende los dos primeros capítulos: una introducción general y el concepto de *Qi* en el Tai Chi Chuan. Se trata de una parte general donde se expone la historia del Tai Chi y concretamente del estilo Yang. Una parte, sin duda interesante, es el programa de entrenamiento del estilo, el cual consta de numerosos pasos y ejercicios, y donde el practicante podrá verificar si su aprendizaje se aproxima al ideal. También se tratan los requisitos para llegar a ser un buen practicante y las preguntas que todo alumno ha de plantearse. El autor insiste en la necesidad de profundizar en el arte y no conformarnos solamente con un aspecto (en la actualidad casi siempre es la relajación).

En el segundo capítulo se aborda el tema del *Qi*. Conceptos como el *yin* y *yang*, el *pa kwa* y los *ocho trigramas* son la base filosófica para poder enfrentarnos a otros conceptos vistos en otras obras del autor. Desde los meridianos, los puntos de presión, *jing*, *shen*..., todo se relaciona con el *Qi*, y por tanto podemos influir en la cantidad y calidad de energía usando diferentes métodos como la respiración, la práctica de la forma a diferentes velocidades, el masaje, empuje de manos, etc.

La segunda parte constituye el grueso del libro, y es sin duda alguna la más interesante y desconocida en el mundo de las artes marciales. Aborda el tema del *Jin*, muy novedoso en Occidente y del que hay muy pocos escritos,

incluso en China. De forma muy resumida trataré de dar una idea al lector de todo lo que contiene este maravilloso estudio acerca del *Jin*. Cuando un artista realiza su arte sin *Jin*, se ve que es algo bello, pero no es útil. Es un concepto difícil de explicar pero que el autor hace comprender a lo largo de su obra mediante ejemplos con ejercicios por parejas. Cuando se realiza una técnica ésta ha de presentar tres aspectos: *Jing* (movimiento), *Chi* (respiración) y *Shen* (mente). Cuando estos tres aspectos aparecen se manifiesta el *Jin* (energía, intención). Se trata de usar *Yi* (mente) y la concentración para dirigir los músculos para hacer algo. Sin esa intención consciente, la forma estará vacía y será inútil intentar cualquier aplicación marcial. Esa intención o energía ha de acumularse en todas las partes del cuerpo: pies, manos, piernas, torso, cintura, hombros, codos, muñecas, dedos..., de esta manera obtendremos un cuerpo estable y firme en cada movimiento, para poder generar la mayor potencia posible con el mínimo gasto de energía.

A continuación, el Dr. Yang explica los diferentes tipos de *Jin* y su aplicación marcial. Excluyendo los *Jin* de pierna y pie, existen más de cuarenta tipos de *Jin*. Los divide en *Jin* sensibles y manifestados. Los sensibles hacen referencia a sentir la fuerza del adversario y consisten en mover el *Qi* hacia dentro o hacia fuera del cuerpo de otra persona. Los *Jin* manifestados expresan de forma visible el uso de la fuerza, y se dividen en ofensivos, defensivos, neutrales y de pierna. Los agarres, por ejemplo, emplean *Na Jin* (es un *Jin* ofensivo de control). Consiste en controlar una articulación del adversario. Este tipo de *Jin* es muy importante en Tai Chi, porque es necesario controlar al adversario antes de atacarle.

En la conclusión, el autor recuerda que este libro es el primer tratado importante acerca del *Jin*. Y que será necesaria la práctica, el estudio, la experimentación y la

investigación, hasta que aparezca la comprensión y la asimilación de los diferentes tipos de *Jin*.

Por último y como “guinda del pastel”, la última parte de la obra incluye un apéndice con poesías y canciones clásicas de Tai Chi. Su importancia se debe a que era la manera mediante la que se conservaban los conocimientos y se transmitían generación tras generación. Su estudio y comprensión son la clave de este estilo. Podemos encontrar el *Tratado de Taijiquan* de Chang San-Feng, el *Clásico del Taijiquan* y *Las Trece Posturas* de Wang Zong-Yue, *La Canción de las Ocho Palabras*, *La Canción del Empuje de Manos*, *El Secreto de la Retirada* y *la Liberación* o el *Clásico del Taijiquan* de la Dinastía Qing Qian Long, entre otros. En resumen, un tesoro.

Todos los capítulos del libro están contruidos con gran cantidad de información, muy bien explicada, y acompañados con multitud de fotografías aclaratorias en blanco y negro. Es un libro muy específico, con alto contenido teórico, y que requiere un proceso de asimilación largo, acompañado por la práctica, pero básico para llegar a entender con profundidad el arte del Tai Chi Chuan. Bajo el punto de vista de este revisor se trata de un libro muy interesante, y personalmente ha sido de los pocos libros que me han aportado algo tan desconocido, como es el uso del *Jin*, contado de forma tan exhaustiva y clara. Se lo recomiendo a toda la comunidad marcial, pero sobre todo a aquellos practicantes que deseen llegar a los niveles más avanzados del Tai Chi.



### **Vision du Karate Do. Shotokan Ryu Kase Ha (vol. 3)**

#### **Kumite convencional Shotokan**

Por Jean Pierre Lavorato

Imagin Arts Productions.

[www.imaginarts.tv-news@](http://www.imaginarts.tv-news@)

[www.imaginarts.tv](http://www.imaginarts.tv).

DVD • 60 min. • 26 €.