

Revisiones Bibliográficas y de Medios Audiovisuales

El Libro de Los Cinco Anillos: Guía del Samurai

Por Miyamoto Musashi
Madrid: Miraguano Ediciones, 2004
160 páginas. 19x12 cm. Ilustraciones
I.S.B.N.: 84-85639-85-5 • 11 €

Disponible en:

Miraguano Ediciones
C/. Hermosilla, 104
28009 Madrid (España)
Telf.: +34 91 401 46 45
Fax: +34 91 402 18 43
E-mail: miraguano@miraguano-sa.es
<http://www.miraguano-sa.es/>

Revisión por

Francesc d'Asís Royo i Ribera

Quién introducido en este mundo de las artes marciales no ha oído hablar del gran Miyamoto Musashi. Su *Gorin No Sho* (El Libro de los Cinco Anillos), cuyo significado en el Budismo refleja los cinco elementos del cosmos –Tierra, Fuego, Agua, Viento y Vacío–, constituye una de las grandes obras de la literatura samurái. Al tratarse de un artista, en su mente corrían los afluentes de los elementos en sí. La pintura, la escritura y la escultura definieron al autor como personaje ambiguo.

“El mundo de los objetos no significa nada, pero cada uno de los objetos usuales contiene lo absoluto. Lo pequeño es tan insignificante y respetable como lo grande. Nosotros no nos apoderamos de los objetos, sino que ellos se apoderan de nosotros. Tampoco una obra de arte Zen significa nada, existe. La forma es vacío, el vacío no es más que forma, el círculo es vacío y plenitud. Las cosas y el vacío que hay entre ellas valen lo mismo”. Este era el pensamiento de Musashi y con esta base desarrolla este magnífico libro. Cada elemento tiene su capítulo; en él hace comparaciones y valora las estrategias como Camino. Su escuela *Ichí Niten Ryu* –La de los Dos Cielos– además de enseñar el uso de las espadas, nos guía en el manejo de la condición humana, canaliza el combate del día a día.

El *Gorin No Sho* es una obra intemporal, podemos definirlo como guía espiritual para quien sigue el Camino de la Estrategia. Tuve el placer de practicar este estilo de manos del 10º soke de una de las ramas de la escuela de Musashi, Sensei Morito Miyakawa. En sus clases nos mencionaba párrafos de esta obra, siempre estaba presente en todas las formas del manejo del sable, pero hacía más hincapié en la conducta estratégica del hombre ante la vida, decía que sin ella no había Camino.

En este libro hay un breve apartado que para mi –me cautiva– define a su autor como hombre que buscaba sabiduría en todos los terrenos, es «Cuerpo de Roca» –*Iwao No Mi*–, su identidad total, es el alcanzar el espíritu total del guerrero.

Cuando leáis el libro de Musashi os sumergiréis en el mundo mágico del romántico y mítico samurái, y según avanza el libro comprenderéis el valor del sentimiento de un hombre nacido siglos atrás y que todavía hoy es recordado como el máximo exponente de una cultura con tal riqueza interior como es la japonesa. Y en homenaje a Sensei Miyakawa, seguidor del estilo, uno de los sucesores de Musashi, transcribo el texto de un pie de carta que recibí con motivo de mi viaje a Japón a practicar Niten: “El Budo no debe ser la manera de aprender a matar, ni tampoco de defenderse. El auténtico Budo es el entrenamiento constante. La práctica repetitiva de las técnicas día a día debe contener las cosas que rodean a nuestra vida y entorno: cultura, arte, filosofía, religión, moral, etc.”.

Es un reflejo de El Libro de los Cinco Anillos... algo especial.



Krav Maga: El primer y único Manual autorizado de autodefensa Israelí: Cómo defenderse de un ataque armado

Por I. Sde-or y E. Yanilov
Móstoles: Arkano Books, 2005
254 páginas, 24x17 cm. Ilustraciones
I.S.B.N.: 84-89897-74-3 • 16 €

Disponible en:

Distribuciones y Ediciones Alfaomega
C/ Alquimia, 6. P.I. Los Rosales
28933 Móstoles, Madrid (España)
Telf.: +34 91 617 97 14
Fax: +34 91 617 97 14
E-mail: editorial@alfaomega.es
<http://www.alfaomega.es/>

Revisión por Ernesto Lasheras Salvador

Tengo en mis manos el libro *Krav Maga*, que es un manual de autodefensa con armas. Como practicante de las artes marciales y profesional de la enseñanza de las mismas es un deleite en un principio encontrar estos libros que están escritos con toda seriedad. Esta es la segunda edición del libro, la primera fue en septiembre de 2003.

Será por mis casi cuarenta años de enseñanza, pero debo decir que, en mi opinión, cuando un autor dice que un sistema es único, debería mirar bien qué se hace en el resto del mundo, porque este planteamiento siempre será respecto a un contexto de referencia (cultura, formas de comportamiento, épocas, etc.). Por ejemplo, los romanos fueron unos grandes guerreros con tácticas formidables para sus tiempos, hasta que sucumbieron, y así sucesivamente se han “perfeccionado” las técnicas y formas de combate según los enemigos que se tenga enfrente.

Señala el libro que el *Krav Maga* es un método de defensa personal ideal para hombres, mujeres, jóvenes y personas de todas las edades y condiciones físicas. Creo que panaceas no hay en este mundo, sobre todo si a continuación en el libro hay defensas con patada a la altura de la cara. Para un cuerpo de élite, donde los jóvenes

son escogidos física e intelectualmente y además van y quieren ser capaces de superar sus metas, es comprensible. Pero no para el hombre o mujer de la calle que no posee estas condiciones, y que posiblemente ni tan siquiera disponga de todo el tiempo necesario para su adiestramiento. Además, el libro se refiere de una defensa contra armas, donde además del físico hay que tener la suficiente mente y sangre fría como para lanzarse a una defensa en la que si no se está preparado uno puede resultar muy lastimado o gravemente herido.

Pasemos a la faceta más positiva de la obra, un libro que procura ofrecer todos los consejos posibles para la seguridad, enfocándolo desde distintos ángulos. El primero como premisa docente, “No te lesiones”, “Sé modesto”, “Actúa correctamente”, y “Convértete en un experto, para no tener que matar”.

En las posibles confrontaciones se aconseja, con buen criterio, que pueden ser evitadas, desapareciendo rápidamente de la escena. Como señala el dicho de un estratega japonés, “la batalla ganada es la no librada”, lógicamente cuando esto es posible, si no, como también aconseja el libro, cuando no hay más remedio “Si alguien viene a matarte, mátales tú primero”. Como el libro va dirigido a profesionales y amantes de las artes marciales no creo, que deba “asustar” a otras personas.

El lector encontrará los fundamentos de defensa contra armas: una buena enumeración de sus principios básicos y las claves para su entreno, con fotos de calidad. La orientación, las estrategias y sus defensas están bien expuestas. Las defensas en la fase en que el agresor apuñala o acuchilla son claras y sencillas, empleando –menos en una acción– sólo golpes de puños, codos, rodilla, o pies en su defensa. Esto quiere decir que defenderse de armas peligrosas no debe ser algo complicado, debido al peligro que éstas conllevan.

El siguiente capítulo, cuando sólo es en principio una amenaza con el cuchillo pero que puede ser convertido en un ataque más peligroso, sus respuestas son como en el capítulo anterior. Por mi parte, echo de menos técnicas para saber llegar a un buen control del cuerpo del agresor y su arma. En el tercer capítulo el agresor está armado con un palo, ídem de lo anterior; al menos en la defensa contra armas el espíritu del creador era acabar con técnicas de golpeo.

Pasamos al siguiente capítulo en defensa contra pistola, aquí debido a la peligrosidad de la misma sí que llega al contacto y control para desarmar al agresor. Todas las técnicas están expuestas desde diferentes ángulos de ataque, desde cuchillo, palo y pistola.

El quinto capítulo es para especialistas en grupos de élite, pero puede interesar al lector civil, más inexperto porque en principio no tendrá conocimientos de los contenidos de defensa contra un rifle, escopeta o ametralladora. Aquí podrá informarse del contenido de cada arma (como suele decirse, para defenderte de algo primero tienes que conocerlo).

Siguiendo el mismo esquema anterior, con un alto grado de peligrosidad, cuando hay peligro de amenaza con una granada, en situaciones en que se recurre a la toma de rehenes. Interesante la forma de controlar, sujetar y desarmar dicha granada de su mano, sin que deba saltar la palanca y con ello explosionar el artefacto, incluye una breve explicación de su funcionamiento

En el capítulo siete se enseña a utilizar objetos cotidianos como armas defensivas, objetos que se pueden encontrar en cualquier momento inesperadamente y que pueden servir de defensa. Sigue con palo corto contra cuchillo, y después, palo contra palo. Hace referencias a los distintos métodos con palos desde el “método japonés”, al “chino” e “inglés”.

No se olvida en el capítulo diez la defensa contra dos agresores, con muy buenas recomendaciones y consejos. Tampoco de conceptos de evaluación, reacción y entrenamiento, y métodos de entrenamiento adicionales físico y mental. Personalmente, como profesional es lo que más aprecio y así se lo hago saber a los interesados en su introducción a las artes marciales: “Si no hay una mente dispuesta a evaluar lo que te están diciendo o enseñando, tu meta es corta”. Y aquí tienen un libro para profundizar en todos estos temas.

El libro acaba con la historia de los autores. Se trata, pues, de una obra real e interesante para cualquier amante de la autodefensa. Por lo que respecta a mi opinión sobre los controles, espero leer el libro de los autores en que la autodefensa se basa en el cuerpo a cuerpo.



Bruce Lee. Jeet Kune Do. Comentarios sobre el camino marcial

Compilado por John Little
Badalona: Paidotribo, 2006
456 páginas. 21,5x15 cm. Ilustraciones
I.S.B.N.: 84-8019-860-5 • 34 €

Disponible en:
Editorial Paidotribo
Polígono Les Guixeres
C/ de la Energía, 19-21
08915 Badalona (Barcelona - España)
Telf.: +34 93 323 33 11
Fax: + 34 93 453 50 33
E-mail: paidotribo@paidotribo.com
<http://www.paidotribo.com/>

Revisión por Juan Pan González

En 1970, Bruce Lee sufrió una grave lesión de espalda que le mantuvo atado a una cama durante seis meses. Durante ese periodo, y fiel a la máxima de “convertir un obstáculo en un escalón”, comenzó a escribir acerca de sus creencias, filosofía, entrenamiento e ilustraciones sobre las artes marciales. Fruto de ese trabajo nació *El Tao del Jeet Kune Do* (Editorial Eyras, 1990). Sin embargo, muchas de sus notas y escritos no llegaron a ver la luz. En esta obra, *Bruce Lee. Jeet Kune Do. Comentarios sobre el camino marcial*, el autor John Little recupera gran cantidad de información acerca de la filosofía, técnicas y estrategias del combate, así como sobre la planificación de las lecciones y diversos comentarios de Bruce Lee acerca de temas diversos, que nunca llegaron a la luz pública.

La primera parte del libro consta de una serie de comentarios acerca de lo que Bruce Lee llamaba el “camino marcial”, donde realiza una serie de reflexiones sobre el combate y los diversos estilos de artes marciales que estudió. Nos da una serie de breves ideas de lo que debería ser una artista marcial, su actitud, y del artista marcial como persona, y hace un pequeño análisis comparativo de los diferentes estilos de artes marciales, destacando los pros y contras en cuanto a la eficiencia en combate de estilos como el boxeo occidental, boxeo tailandés, karate, taekwondo, etc.

La segunda parte trata de los fundamentos del Jeet Kune Do, su origen, desarrollo, y los diferentes principios y estrategias que emplea. Da mucha