

TESTIGO DE LA HISTORIA:
EL GRAN MAESTRO VAN BINH, 9° DAN ITF

«Es necesario practicar toda la vida»

Por Manuel E. Adrogué



Van Binh conserva un físico excepcional a pesar de sus casi 70 años.

El autor de la nota participó de un seminario dictado por Tran Trieu Quan, en la Van Binh Self Defense Academy, de Houston, Texas. En esa oportunidad, se encontraba el gran maestro Van Binh, 9° dan ITF a quien tuvo la ocasión de entrevistar en forma exclusiva para YK. Allí, cuenta sus inicios, la relación con el general Choi y los secretos de un buen entrenamiento para conseguir la energía interna del ki, la llave del verdadero taekwondo.

El anfitrión se acercó con una sonrisa. Un saludo en castellano y un firme apretón de manos fueron los prolegómenos del encuentro con el gran maestro Van Binh, 9° dan ITF. Nos escoltó a través de un pasillo, rodeando el dojang y entramos en su casa. Un amplio y elegante salón, decorado con jarrones y piezas de arte oriental y un exótico jardín verde intenso con pagodas de piedra, impactaron nuestra vista acostumbrada a los rascacielos de Houston y los ranchos de Texas. Por un momento, nos pareció estar en el sudeste de Asia. Comenzamos a conversar. Cuenta que nació en 1936, tiene 69 años y forma parte del primer grupo de alumnos de Nam Tae Hi, Kim Seung Kyu, Jhong Yong Huy, y Choo Kyo Il cuando en 1962, llegaron a Vietnam del Sur para instruir al ejército. «Era el único civil a quien se le permitió entrenar a unos 60 alumnos. Durante el día, las prácticas eran muy duras. Por la noche, master Nam iba a la escuela de judo

que me pertenecía y enseñaba taekwondo», recuerda. A partir de entonces, pasó a llamarse Oh Do Kwan. Un año después, sólo nueve practicantes de su grupo fueron promovidos a cinturón negro. «Vengo de una familia con tradición en las artes marciales. Soy la sexta generación en las antiguas artes marciales vietnamitas a las que algunos llaman kung fu vietnamita. Mi abuela y su familia pelearon contra piratas chinos que dos siglos atrás asolaban las costas de mi país». Comenzó a practicar a los 5 años y «las artes marciales —confiesa— se transformaron en mi pasión tratando siempre de dar lo mejor de mí». Además de su graduación en taekwondo, es 7° dan en judo, que aprendió con los sensei Couzinié y Tarquini y 5° dan en aikido, donde tuvo como profesor a Mushiro Nakazono. Campeón nacional de judo en 1956, participó en las olimpiadas de Tokio, en 1964, integrando el equipo de Vietnam del Sur. La noche antes de la caída de Saigón, el 30 de abril de 1975, los comunistas habían rodeado el aeropuerto. Muchos de los compatriotas de Van Binh escapaban a Filipinas o Tailandia. Pero, él y su familia tuvieron más suerte. En el «último minuto», como lo llama, fueron rescatados por un helicóptero norteamericano y llevados a una base cercana de la Séptima Flota. Enseguida, embarcaron en un barco de carga, el USS Pioneer, con otros 5.000 refugiados fueron transportados a

Guam, donde estuvieron tres semanas. «Allí conocí a la voluntaria de la Cruz Roja, Diane David, quien iba a ayudarnos a establecernos en Texas». Tiempo más tarde llegaron a los Estados Unidos. «Tan pronto como tuve una casa, comencé a enseñar artes marciales. Hoy, casi treinta años después, tengo una fuerte academia de artes marciales y una bella familia compuesta por mi madre de 93 años, mi mujer y cinco hijos, todos cinturones negros y profesionales universitarios. Tuvo una relación muy cercana con el general Choi. Comenzó a través de Nam Tae Hi y luego, se transformó en un vínculo directo y personal. Anfitrión en varios seminarios que dictó el fundador del taekwondo, en Houston, lo graduó 8° dan, el 1° de marzo de 1991 y 9° Dan en el mismo mes de 2002.

—Usted, además de ser presidente del Comité de Promoción de Maestros, ¿cómo



Uno de sus encuentros con el general Choi, a quien frecuentó asiduamente.

DOMINIO MARCIAL San Justo

Uniformes para todas
las disciplinas

Protecciones
Accesorios

Marcas líderes

Trofeos y medallas

Atención a Instructores



Entre Ríos 2905

San Justo, (1754) Bs. As.

Tel. 4441-7568 / 15-4415-3120

e-mail: dominiomarcial@hotmail.com



THE KOREA HAPKIDO FEDERATION ARGENTINA

Director:

Dr. José A. Lagier,
5° dan

Mendoza 1432

(casi Av. Libertador)

Belgrano

Tel.: 4454-1078

Representante
The Korea
Hapkido
Federation
National
Hapkido Asso

www.hapkido.com.ar

Pers. Jurídica N° 14103. Entidad Deportiva N° 184

Asociación Marplatense de Jiu-Jitsu

PALUMBO JIU-JITSU



UIJUY 2750 CP. 7600 - MAR DEL PLATA - TEL. (0223) 491-4006

E-mail: claudiojpalumbo@hotmail.com

www.amjiujitsu.com.ar



Adrogué, Van Binh, Tran Trieu Kuang y Lang.

es que su nombre no es tan conocido internacionalmente dentro de la ITF?

-Me dedicué mucho a mi academia, pero también tengo experiencia internacional. Allá por 1982, llevé a mis alumnos a participar en la Copa General Choi, en Québec. También, estuve en el campeonato mundial de 1987, en Grecia, con el equipo de Estados Unidos del que una de mis hijas formaba parte. En 1990, estuve en el mundial, de Montreal y en 1993, fui invitado a enseñar en un seminario dictado por el general Choi, en México.

-Lo vemos muy joven y fuerte, ¿hacia dónde dirige su entrenamiento?

-Bueno, al cuerpo le lleva siete años renovar completamente sus células, excepto las del cerebro y del sistema nervioso. Si uno no entrena durante ese lapso, el cuerpo se transformará en el de una persona completamente ajena a las artes marciales, sin importar qué tan bueno haya sido. Aunque pueda recordar las técnicas, no podrá ejecutarlas debidamente. Muchos piensan que un duro entrenamiento durante la juventud los beneficiará en la vejez. Eso no tiene sentido. Es necesario practicar toda la vida. Algunos, lo hacen durante 10 o 20 años, después se cansan y abandonan. Al cabo de siete años, es como si nunca hubiesen practicado.

-Entonces, ¿el secreto es mantenerse activo con la práctica?

-No de cualquier forma. Hay artes marciales muy buenas, otras buenas y algunas no tanto para el cuerpo. Cuando practicaba en Vietnam hace mucho tiempo, lo hacía en tensión permanente, lo que hoy llamamos «estilo antiguo». Era muy rígido. Nos cansábamos rápido por respirar mal. Gastábamos mucha energía sin tomar oxígeno para recuperarnos. En 1969, el general Choi llegó a Vietnam y mostró la «onda sinuosa». Pocos se dieron cuenta de lo que estaba mostrando, pero yo advertí que enseñaba algo fundamental. Es muy importante y poca gente lo entiende.

-¿De qué se trata?

-Hoy, mucha gente exhala sacando todo el aire. Sólo hay que expeler aproximadamente el 50% del aire y mandar el resto abajo, al ombligo para llenar el abdomen y cintura de aire. Se trata del *ki*, la energía interna que permitirá que sus golpes y patadas trasciendan la mera fuerza muscular. Es el concepto en que se basa la técnica de alto nivel en Taekwondo ITF.

-¿Cómo es su entrenamiento?

-Es interno y externo; o sea, la ejercitación de *ki* y otras prácticas que aprendí de otras artes marciales. A diario, hago flexiones de brazos con la punta de los dedos y otros ejercicios que me han permitido mantener el mismo cuerpo en los últimos treinta años.

-Con relación al judo y al aikido, ¿aún visita sus centros de Tokio?

-Hoy, no se necesita ir a los lugares de origen de las artes marciales para aprenderlas. No va a Corea, si quiere aprender taekwondo. Fue una de las enseñanzas que traje de las olimpiadas de Tokio. Nunca voy a olvidarme del momento en que el gigante holandés Geesink derrotó al campeón japonés, Kaminaga. En el estadio hubo un silencio fúnebre. Las 15.000 personas que allí estaban tenían los ojos llenos de lágrimas. Quise tomar una foto, pero uno de mis compañeros de equipo me dijo que si no guardaba la cámara, probablemente me iban a matar.

-¿Un consejo que quiera compartir con nosotros?

-Mucha gente comienza aprendiendo artes marciales y después advierte que puede transformarlo en su trabajo. Sin embargo, si se enfoca su interés sólo en el negocio perderá el estado físico y así empiezan los problemas de salud. El negocio está bien. Todos necesitamos dinero para vivir. Pero a menos que mantenga su condición física, la salud no le permitirá enseñar y disfrutar de las artes marciales. ♦

HIGH TRAINING®

EQUIPAMIENTO PARA GIMNASIOS

El nuevo concepto del entrenamiento
En el Boulevard Shopping,
de Adrogué

Todo para las Artes Marciales

Indumentaria deportiva y para cada disciplina
Accesorios
Protectores
Calzado
Pisos de goma



VENTA A INSTRUCTORES

GRAMMARC

HIGH TRAINING®
EQUIPAMIENTO PARA GIMNASIOS

Un nuevo concepto en Máquinas para trabajo muscular



Creatividad en el diseño
Calidad de fabricación
Insuperables en materiales
Y terminaciones
Desarrollo de ingeniería biomecánica

Boulevard Shopping
Planta Baja Local 151
H. Irigoyen 13298, Adrogué.
Tel. 4239-1151
WWW.high-training.com
e-mail: info@high-training.com