

# YUDO

# KARATE

193 JULIO 1992 ARGENTINA \$ 3,00

## TaekwonDo

[www.inoaikido.blogspot.com](http://www.inoaikido.blogspot.com)

### JUDO

El equipo para el Mundial Juvenil Torneos Panamericano y Nacional

### TAEKWONDO

La lucha por la supremacía en Corea

### KENZO MIYAZAWA

Kempo y Aikido, la experiencia marcial total

### SIDA

Prevención en el Dojo y la competencia

### JORGE GUINZBURG,

practicante de sipalki: "Peor es nada"

TECNICAS:  
AIKIDO  
JEET KUNE DO  
TAE KWON DO  
NINJUTSU



# KENZO MIYAZAWA

## La experiencia marcial total

Cuando Steve Seagal muestra la validez del aikido en combate y Jeff Speakman expone cómo el kenpo lo convirtió en "el arma perfecta", en la Argentina vive un maestro de singulares cualidades. Se llama Kenzo Miyazawa y fue el introductor de ambas disciplinas en el país y actualmente es la más alta autoridad en actividad de ambas especialidades. Golpes, saltos, palancas, lances y armas tradicionales forman parte de la enseñanza que imparte personalmente desde que llegara a estas playas.

**H**oy en día, en las artes marciales está muy en boga practicar múltiples estilos. Pero, también es sabido que quienes generalmente optan por ese camino no llegan demasiado lejos. Da la impresión de que se requieren muchos años para lograr una base y así poder desarrollar habilidades y sutilezas propias del estilo. Y después—sin abandonar el previo—, dedicarse a aprender otro compatible y complementario del anterior. Entonces, vale la

pena conocer a alguien que sí lo haya logrado. Vale la pena conocer a Kenzo Miyazawa.

Hombre de actitud distante, parco, hasta que revela cordialidad y simpatía en el trato. De estatura mediana para su origen japonés, se mantiene vigoroso por la constante práctica. Poco afecto a figurar en exhibiciones, torneos y eventos que reúnen a personajes del ambiente de las artes marciales, es sin embargo, ampliamente conocido por quienes se iniciaron a fines de los '60 y principios de los '70.

Además de hacer conocer al singularísimo aikido, Miyazawa fue quien irrumpió—hace más de una década—con un nuevo término: Kenpo. Como en sus tiempos fuera el Kung Fu y luego el Ninjutsu, hoy es el arte que tanto llama la atención a muchos practicantes. Es por ello que YUDO KARATE decidió entrevistar al máximo exponente local.

### • La verdad de una disciplina

Nos dirigimos al mismo lugar que ocupó durante todos estos años, el Miyazawa dojo, sede de la Asociación Argentina de Aikido y la Asociación Argentina Taidokai Kenpo. Ubicada en una zona residencial, excepto por un letrero de madera, el visitante encuentra una casa particular, en lugar de la tradicional imagen de "gimnasio central".



Pasando el portón, en el fondo de la casa, varios alumnos realizan—en parejas o individualmente—distintos movimientos de defensa sobre un tatami. En las paredes, cuelgan las "bokuto", "jo", "tanbo" y "tanto" para la práctica de técnicas con armas tradicionales. Del otro lado, un ventanal muestra un jardín donde un hombre de rasgos orientales, riega pacientemente las plantas. Es Miyazawa.

### —¿Cómo fueron sus comienzos en las artes marciales?

—Fue hacia 1948, en Tokio, con un grupo de profesores que habían regresado de la guerra en China. Los principales se llamaban Yamada y Suzuki. Tenía cerca de 11 años y estábamos en un parque junto con unos amigos jugando al béisbol. Dos o tres muchachos más grandes que nosotros (andarían por los 25) se acercaban frecuentemente a mirar. Un día los invitamos a participar. Ex soldados que estudiaban en la universidad. Al tiempo, me enteré que eran prac-



ticantes de judo y que cuando estuvieron en China, aprendieron disciplinas marciales de aquel país, entre ellas lo que llamaban Kenpo Karate (en chino, Chuan fa Tang Shou o "sistema de boxeo de la mano china"). Así fue como comenzamos a practicar con ellos en un templo, al aire libre. Un lugar con árboles y mucha tranquilidad para trabajar.

—¿Cuál era el estilo que practicaban?

—No tenía nombre, sólo era Kenpo. La modalidad la marcaba cada profesor. Alguno le puso su nombre al estilo, pero a nadie le importaba. Las formas se enseñaban desordenadamente y no

Kenpo, algunas con movimientos muy circulares y amplios... "muy chinos".

### • Kenpo y aikido

Con parsimonia, cuenta cómo llegó a conocer las demás disciplinas que practicó. Es un gusto escucharlo. *"Mi padre era esgrimista y ejercité Kendo cuando era chico. Luego vino el Kenpo y el Karate, alrededor de los 18 ó 19 años. Como dije, sucedió que los instructores de Kenpo se iban yendo y yo quería seguir practicando. Durante un par de años seguí con el Karate con M. Nakayama, como jefe de profesores. Aquí, en*

rando con la edad. Sin embargo, valoro mucho al karate porque me sirvió como experiencia.

—¿Y el aikido?

—Lo practiqué desde los 21 años hasta que llegué a la Argentina, en 1964, a los 27; de lunes a viernes, cada día con un profesor distinto; entre los que estaba "Waka sensei" (el "profesor joven, actual Doshu) Kissomaru Ueshiba, hijo de Morihei, fundador de la disciplina y a quien tuve la suerte de conocer.

—¿Qué pasó después?

—Una vez aquí, comencé a enseñar aikido mientras hacía kenpo a solas. Ocasionalmente enseñé karate en Ku-

mazawa, cuando faltaba algún profesor, aunque no tenía graduación. En realidad, en Kenpo tampoco las hay, sino que es una forma de ordenar a los alumnos. Después vino a buscarme Itaya para organizar torneos. También, por esos tiempos, practiqué con el profesor Tsuchiya cuyo estilo era muy distinto. Después, seguí con Itaya. Además de enseñar, arbitraba campeonatos, hasta que murió, momento en que me abrí del karate.

—¿Por qué?

—Estaba con él porque era mi amigo, pero luego todo comenzó a girar en torno de la competición. Mi relación era de compañeros y yo le mostraba un poco de kenpo después de clase, junto con Higa y García Maañón. Al dejar el karate, empecé a enseñar kenpo de manera más ordenada. También incorporé el aikido. Desde entonces, enseñé ambas disciplinas manteniéndolas separadas. No es bueno mezclarlas; aunque el fin es el mismo, los caminos son distintos.

—¿Qué fue lo que le llamó la atención del aikido cuando ya tenía idea de combate, tanto por el kenpo como por el karate?

—En principio, la falta de competición. Nunca me gustó porque habiendo aprendido desde joven un estilo con tanta riqueza técnica, me molestaba que me dijeran... "esto no vale, aquello no se puede". Sin embargo, era joven y en la calle era otra cosa.

—¿Y qué hay de las técnicas de makiwara y rotura?

—Si bien no las practiqué de adolescente, golpear makiwara y romper tejas no tiene sentido. Estas no contraatacan, pero impactar constantemente el cuerpo contra objetos duros provoca repercusiones en el cerebro. De tener que gol-

(Sigue en página 10)



[www.infoaikido.blogspot.com](http://www.infoaikido.blogspot.com)

había un sistema. Eran técnicas sueltas aunque las íbamos aprendiendo de a poco. Más tarde, tuve que desarrollar un método ordenado.

—¿Cuánto tiempo practicó con ellos?

—Alrededor de seis años hasta que se fueron.

—¿Supo quienes habían sido sus maestros en China?

—No tuvieron uno en particular, sino que aprendieron de muchos, según los distintos lugares por los que pasaron. Lo mismo sucedió con otros practicantes como So Doshin, líder del Shorinji Kenpo.

—¿Y cuál considera es la razón por la que distintos estilos de Kenpo tienen un tipo de movimiento en común, distinto al característico de las artes marciales chinas?

—Es verdad, no sólo cambió el nombre. Pero algunos mantuvieron el movimiento más cercano al original. En Japón existen miles de escuelas de

la Argentina conoció a Itaya".

—¿Cómo compatibilizó las técnicas del Kenpo con las de Karate?

—Cuando practicaba karate trataba de aprenderlo bien y me gustaba. De todos modos, por mi cuenta seguía con el Kenpo.

—¿Incorporó movimientos o principios del karate al sistema Taidokai Kenpo que Ud. enseña?

—No. El Kenpo es más "redondo" y suave como el boxeo. Está basado en el giro constante, en el uso de la cadera. Nunca choca, siempre esquiva. Se practican caídas, lances y palancas. Buscamos velocidad y relajación. Por cada golpe del otro, el kenpo debe poder ejecutar tres. El karate es más directo. A mi criterio, el kenpo tiene más "estilo". Al karate lo veo un poco rígido, que puede no resultar beneficioso para la salud cuando se es una persona mayor. En eso, el kenpo es mejor. Y el aikido, mucho más. Puede practicarse solo, con técnicas de respiración y mejo-

## KENZO MIYAZAWA

(Viene de página 9)

pear algo, prefiero que sea una bolsa.

### • Un arte peculiar

Estaba buscando algo nuevo que aprender y encontré el aikido. "Vino un amigo — cuenta — y me dijo que había descubierto algo nuevo llamado de esa manera. Fui al dojo y encontré practicantes arrojándose fuertemente por el aire,

unos a otros. Al día siguiente corrí a inscribirme".

—¿Por qué el kenpo no se ha difundido tanto como el aikido?

—Debe ser porque para mí fue siempre algo secundario. No puedo decir que uno me guste más que el otro, pero el aikido es más profundo. Puede ser también que cuando aprendí kenpo era muy chico y bastante maduro al encontrarme con el aikido, que además tiene mucha filosofía.

—En el combate callejero, un aikido

[www.infoaikido.blogspot.com](http://www.infoaikido.blogspot.com)  
**Simple y armónica eficacia**

**T**omando como parámetro a otros estilos, el Taidokai Kenpo se muestra en sus prácticas (ya que la verdadera descripción se ajustaría a la reacción del "kenpoca ideal" en un combate callejero) muy sencillo y sutil a la vez. Si bien es rico en variedad, hay una serie de pautas básicas ejecutadas incesantemente para que el practicante las haga propias, con variantes de defensa personal y el esquema básico de combate a un paso.

Ante un ataque, el kenpoca se desplaza en diagonal hacia adelante, con un leve giro, de modo tal de quedar mirando hacia el centro de la acción, que es el atacante.

Por lo general, dicho desplazamiento está ejecutado por el lado ciego (espalda) del agresor, a fin de imposibilitarle combinar otro ataque y a la vez, desorientarlo.

Nunca debe enfrentar el ataque, sino que el defensor es absorbido por el vacío, al que va mientras ejecuta un contragolpe y bloqueo simultáneo —en realidad, el bloqueo es un reaseguro— ya que el "taisabaki" (desplazamiento del cuerpo) habrá neutralizado la agresión.

En Taidokai siempre hay que estar en guardia. Al golpear con el puño al rostro deben protegerse las costillas; si el golpe es bajo, cubrirse la zona alta. Mantenerse cubierto es una prioridad y al patear hay que poner atención en resguardar la zona genital.

La otra ventaja de este alerta constante estriba en que los brazos están más cercanos —comparados con el puño en la cadera de otros estilos— para realizar combinaciones muy practicadas en Kenpo. Sin embargo, el Taidokai no debe ser imaginado como el Kenpo Karate de Ed Parker; no está basado en seguidillas ultrarrápidas de golpes, sino movimientos circulares que desde el

centro del agresor, trasladan la acción al centro del que defiende. Esto se logra con posturas cortas y ágiles; defensas que no colisionan, sino que redirigen y un sistema de golpes y palancas perfectamente integrados.

Casi todas las técnicas de defensa finalizan con el atacante en el suelo, rematándolo con un golpe certero en algún punto crítico de su anatomía. Siendo tal la versatilidad que se pretende del kenpoca, es entrenado en estos principios básicos no enunciados por el profesor, sino surgidos de la práctica y la observación.

Por ello —evitando transformarse en algo más rápido, lineal y desnaturalizado— todo está ejecutado a una velocidad media (más o menos el 80% de la real), desalentándose los amagues, buscando establecer una relación entre los combatientes y donde prime la técnica por sobre los atributos físicos.

Sin embargo, son muy bien entrenados, particularmente la flexibilidad y resistencia muscular.

Es curioso, que tratándose de un estilo tradicional, se ajuste de manera notable a los conceptos de biomecánica propuestos por "lo último" en artes marciales; relajación, utilización de la cadera, simultaneidad entre golpe y desplazamiento, economía de movimientos.

Lo que resulta llamativo también, es que empleando los miembros superiores en toda su extensión, no se hace lo mismo con los inferiores —la rotación de la cadera difiere en ambos—, lo que da a las patadas, predominantemente a la zona media y baja, un estilo esencialmente japonés. Sucede que las combinaciones y relación entre los combatientes exigen mantener una misma distancia, donde las piernas sean manejadas con destreza en distancias relativamente cortas.

En los golpes con el pie, el centro



de gravedad se mantiene bajo, procurando precisión y penetración en cada aplicación.

En cuanto a la evolución del estilo, el profesor Miyazawa asegura que todo es kenpo, en un ciento por ciento. Las palancas son más cortas y directas que las del aikido, pero sus más antiguos alumnos de kenpo aseguran que dentro del estilo ven cambios: las posiciones, que siguen siendo las mismas, tienden a acortarse y la guardia es progresivamente más compacta.

La idea es que los practicantes tengan una exposición completa de las artes marciales, practicando caídas, movimientos acrobáticos, golpes y defensas desde variadas posiciones (se lo hace desde "seiza", tradicional forma de sentarse en Oriente).

Los alumnos intermedios y avanzados son instruidos en clases especiales de armas y los rudimentos del Sotaijutsu (técnica del manejo del cuerpo, similar al Shiatsu que hace recordar aquello de que "quien conoce cómo quitar la vida, debe saber cuidarla y conservarla") que Miyazawa aprendiera en el Japón y perfeccionara después durante el intercambio con otros profesores. Así el Taidokai Kenpo, un arte amplio que creció a través de las enseñanzas de un hombre que sostiene el aprendizaje constante, buscando los fuentes del conocimiento. Algo para aprender.

doca que nunca haya ejecutado golpes, que no esté minimamente acostumbrado a recibirlos, ¿puede ser efectivo?

—Sí. Lleva más tiempo que otras artes marciales, pero puede ser muy efectivo. Si ha practicado bien, funciona. Una ventaja del aikido es que aleja lo negativo. La gente tiende en no atacar al aikidoca.

—¿Y qué hay del Ki? ¿Ud. lo ha experimentado?

—Sí, existe y se lo puede manejar. Para aprender a hacerlo hay ejercicios para su desarrollo y control. En realidad, éstos también existen en kenpo, pero no se enseñan. Lo muestro como defensa. El Taidokai es el nombre del ordenamiento que hice de lo aprendido en el Japón: alrededor de 50 katas diferentes, de las que seleccioné y ordené las que practicamos acá.

—¿Cuántas son?

—Tenemos siete katas básicas, de los cuales muchos son practicados de a dos, hacia derecha e izquierda. Fui agregando y quitando formas a través de los años, aunque no inventadas por mí; sólo las ordeno.

—¿Por ejemplo?

—Dado que mis instructores aprendieron de muchos profesores, las formas tienen distintas características. Como trato de que todo aquello que practicamos mantenga el mismo estilo, suprimí algunas por ser muy duras (como karate) y otras por muy blandas (kung fu). Hay cortas y muy largas. Hasta el momento, llegamos hasta la doce, aunque la idea es completar 21.

—¿Qué buscan con sus katas?

—La potencia necesaria, no la máxima. En karate, un golpe mata; en kenpo, diez desequilibran. Es un estilo cuya técnica va cambiando y siempre asentado en lo que aprendí.

—¿De dónde salen las técnicas de armas que enseña a sus alumnos?

—En kenpo aprendí tanbo (palo corto), aunque enseñé aikido-jo (bastón de aikido) y aikiken (sable de aikido); además de lai-do (técnica de desenvainado con sable verdadero).

—¿Y dónde aprendió el lai-do?

—Aprendí el Kattori Shinto-ryu, en Chiba, que es la zona donde nací y es muy fuerte esa escuela. Me lo enseñó mi padre y un amigo suyo que era décimo dan de kendo. En ese momento no era tan deportivo y se practicaba con bokken (bokuto, sable de madera), shinai (sable de bambú, con el que se compite) y katana (sable verdadero) para lai.

Con respeto y cortesía, Miyazawa se levantó. La entrevista había concluido. Un alumno nos acompañó hasta el portón de salida, mientras el introductor del aikido y kenpo en la Argentina, continuó regando las plantas de su jardín... par-

[www.infoaikido.blogspot.com](http://www.infoaikido.blogspot.com)

Manuel E. Adrogué