

Okami Dewa

“LA LLAMADA DEL LOBO”

BOLETIN INFORMATIVO

NINJUTSU TRADITIONAL SYSTEM MEXICO



BOLETÍN INFORMATIVO GRATUITO PARA GRUPOS Y AFILIADOS. SEPTIEMBRE 2004 NÚMERO 30 AÑO 3

EDITORIAL

... EL TAPETE.

Por Francisco Díaz García.

Se dice que la primer impresión siempre es muy importante, y definitivamente, aquella primera impresión, para mí, resultó decisiva. En mi primer visita al Karate Studio Azcapotzalco, a los 14 años de edad, llamó poderosamente mi atención, el Tapete que daba la bienvenida al Dojo, que sin saberlo aún, sería trascendental en mi vida posterior. Aquel era el clásico tapete de hule destinado a que los visitantes limpien sus pies antes de ingresar a la escuela, sin embargo, aparecía en él escrito, lo que era el Credo Básico del Dojo. Podía leerse en grandes letras rojas:

KARATE STUDIO

Conocimiento En La Mente

Honestidad En El Corazón

Fortaleza En El Cuerpo

Cuando llegué a las puertas de Karate Studio, me sorprendí al ver que todas las historias y leyendas que había leído sobre los misteriosos guerreros japoneses eran realidad, y que con disciplina y entrenamiento, su magia se hacía realidad. No pude mas que rendirme a la oscura seducción del “Arte Del Ninja”, enrolándome en aquella academia marcial.

La parafernalia que cubría al Dojo era cautivadora. Lo mismo podía encontrarse colgando de sus paredes, cuerdas para trepar, armas, trofeos, portadas de revistas y certificados, que un sin numero de fotografías, la mayoría de ellas, de Shidoshi Enrique Flores, Director y Líder de la Koga Yamabushi Ryu. Había también, una Fotografía en blanco y negro, de Hanshi Frank Dux, en la cual, sorprendía el parecido físico con Jean Claude Van Damme. Sin embargo, la mas llamativa de todas (por lo menos para mí), estaba en medio de la pared principal, era la foto de un Ninja de traje blanco que sostenía con sus manos una espada en lo alto, desde el principio, atrajo toda mi atención.

Otra imagen que llamaba la atención, era una que presentaba a Shidoshi Flores, al lado de Hanshi Frank Dux, de pie delante de una pared llena de armas, y totalmente decorada con la bandera de Japón En Guerra. Durante años, aquel Tapete me recibió en el Dojo que se convertiría en mi segundo hogar y en cientos de ocasiones leí su mensaje, que cada vez resultaba mas familiar para mí.

Aún en las épocas difíciles, el Tapete estaba allí, y era una palmada en el hombro, que me impulsaba a seguir adelante.

En 1994, inició la crisis del "Karate Yamabushi" y abandoné el Dojo que tanto significaba para mí al ver que todo lo que yo buscaba, ya no estaba en Karate Studio. La separación fue dolorosa, pero quedaba la esperanza de que no fuera para siempre, yo aún tenía Fe...

En marzo del mismo año, como tantas otras veces, regresé de visita al Dojo aquel que era mi segunda casa, solo para descubrir desconcertado, un local oscuro, sucio, semivacío, abandonado. El tatami gris verdoso había desaparecido, al igual que los espejos, las imágenes y los armeros de la pared. La duela que soportaba el tatami había sido arrancada sin miramientos, y aun lado, de pie, arrogantes, permanecían un pico y una barreta obvios culpables de tal devastación, que parecían enorgullecerse de su labor. Cubierto por el polvo, como todo lo demás, con la pata de una vitrina vacía arrancando algunas de sus letras, y un trapo sucio coronando su derrota, encontré con la vista el tapete aquel, que ahora había sucumbido como todo a su alrededor. Su mensaje ahora era ilegible, pero no necesité leerlo. Sus palabras habían quedado grabadas dentro de mi mente, mi corazón, y mi cuerpo, con fuego.

Con una lágrima en los ojos, recargado en los cristales de la puerta, confundido y sintiendo la frustración de quien pierde un hogar, repetí en voz muy baja: Conocimiento en la mente. Honestidad en el corazón. Fortaleza en el cuerpo.



TIEMPOS TORMENTOSOS

CRONOLOGÍA PERSONAL

Por Francisco Díaz García

Capítulo V

Francisco Del Lago.

Noé y yo habíamos llegado hasta las manos de Arno Burkholder escapando de la patética “instrucción” de Pedro Pereira y Gerardo Salazar, empezamos a entrenar con él, que satisfecho nos ofreció sus conocimientos, a modo de carnada, que picamos inocentemente.

Arno se dispuso convertirnos en los mejores Cinturones avanzados, (desde mi punto de vista, y con toda la arrogancia posible, creo que lo logró) nos explico cada aspecto ambiguo en el programa, nos instruyo en técnicas mucho mas avanzadas que las que se enseñaban para ser presentadas en un examen, amplió para nosotros temas que los otros “Instructores” solo nos embarraban, en parte por negligencia y en parte por ignorancia.

El entrenamiento no se limitaba al Dojo, de camino a nuestras casas, nos hablaba de historia, filosofía, realismo fantástico, y del crecimiento del Ninjutsu en el país. Afortunadamente para nosotros, hablé de mas con respecto a muchos temas, que quizá no debió.

Las platicas nocturnas sentados en la banqueta mientras esperábamos nuestro Microbús, se volvieron toda una tradición, que cuando se podía sustituíamos por una fuente de sodas cercana al Dojo, donde pasábamos horas hablando mientras consumíamos UN refresco, ya que no alcanzaba para más. Veíamos a Arno como una persona inteligente y capacitada para resolvernos cualquier duda que pudiéramos tener (Tal vez en el aspecto técnico no estábamos equivocados, pero a nivel personal, Arno tenía mas carencias emocionales que Noé y Yo juntos, que éramos apenas unos adolescentes).

En ocasiones después de la clase de avanzados, pasábamos horas entrenando con Arno, nos instruía en técnicas, armas, y otras muchas cosas, a la larga nos sirvieron enormemente, ya que a los demás Cinturones Avanzados nunca se les enseñaron cosas así.

Una noche en particular, decidimos interrogar a nuestro Sensei al respecto de varios rumores que habíamos escuchado “Por Ahí”, y que nos tenían un poco intrigados.

(Francisco Díaz) –“Arno, estuvimos hablando con “Chowito”(Javier esclava, uno de los primeros alumnos del Profesor Flores, que conocía de primera mano todos los tejes y manejes de la Koga Warrior Society) y nos comentó algunas cosas que nos confundieron un poco, ¿Quién era y que pasó con Francisco Del Lago?”-

(Arno) –“¿Qué les contó “Chowis”?”-

(Francisco) –“Que ese chico provocó algunos ...problemas”-

(Arno) –“Mira, estos son recuerdos no muy agradables...(silencio) pero es necesario que ustedes sepan lo que pasó para que no cometan los mismos errores que cometimos nosotros”.

-“Francisco Del Lago era una persona, ¿cómo decirlo?, “Creida”, pero no Creida adolescente, sino Creida adulta, que es mucho pero.

Francisco fue un muy buen amigo mío, yo tenía 16 años, y él tenía como 25.

No sé que pasó realmente con Paco, pero comenzó a separarse de mí y a hacer mas ronda con Pedro, “Boss” y Antonio Silva. No tomé en cuenta su actitud, pero entonces, se presentó la situación de una exhibición en la entrega de “Las Diosas de Plata” y entonces, le propuse a Paco que hiciéramos algo juntos. Él aceptó, y preparamos una pelea con sables, lo practicamos en Galerías, y quedó muy bien, sin embargo, Francisco no se presentó a los ensayos la última semana ya en el teatro donde se llevaría a cabo la presentación, y yo pude apreciar, que había varias cuestiones que no habíamos considerado, y que complicarían el poder efectuar nuestra secuencia.

Una señora inválida estaría sentada justo al lado de nuestra posición, y podía llegar a salir lastimada por nuestras espadas, por que has de saber que eran reales. El piso era de goma y te atorabas al caminar, además tenía declive, el espacio era muy reducido, la secuencia no cabía, en fin, estaba difícil. En vista de eso, y de la ausencia de Paco, me integré con otro equipo en su presentación, y así se lo hice saber a Enrique, que en un principio, me ofreció que su hermano David me ayudara con la secuencia de espadas, pero al conocer mis razones, apoyó mi decisión.

El día de la exhibición, recibí muy temprano la llamada de Paco, que se disculpaba por no haber podido asistir, me dio mil y una excusas, la escuela, etc. Según él, si practicábamos la secuencia un par de veces en el teatro antes de la actuación, no tendríamos ningún problema. Supongo que por acabar de despertar, me porté un poco más sincero de lo común, le expuse que había muchas razones para no hacerlo, y que yo ya tenía otro equipo para la actuación, y que este grupo contaba conmigo y yo no les iba a fallar. Supongo que se sintió aludido, ya que nunca volvimos a hablar desde ese día.

Tiempo después, una tarde llegó Pedro y me comentó que Enrique le había dicho que algunos de nosotros ya estábamos preparados, que quería formar su primer grupo de instructores, y que yo estaba entre ellos. Los grupos fueron repartidos, y yo fui el único que me quedé con dos grupos, uno normal, y uno de clases particulares, por el cual, si me pagaban. Paco también tenía un grupo, pero trataba mal a sus alumnos, él venía de fútbol americano, y estaba acostumbrado a los malos tratos. Era muy irrespetuoso con ellos algo que a mí jamás me agradó. Ya sabes, el era de los que acostumbran gritar: -¡Muévanse niñas!-, -¡Rápido, parecen señoritas!-, Cosas así.

Un día cercano a un examen, mis alumnos quisieron ir a a su clase para entrenar un poco más. Durante la sesión, Paco se dirigió a ellos:

–“¡Las niñas de Arno, muévanse!”-

Lógicamente a ellos no les agradó para nada el apelativo, y a la clase siguiente me preguntaron que qué pasaba con él. Me hice el tonto, me encogí de hombros, y les pedí que no volvieran a ir. Esto terminó de enfriar nuestras relaciones.

En otra ocasión, mientras entrenaba, llegó Jorge Patiño, y me contó que Enrique le había preguntado a Paco que si ya estaba listo para pelear conmigo en nuestro examen de Cinta Negra (que ya estaba muy próximo), a lo cual, según Jorge, Francisco respondió un “Si” no muy seguro.”-

Continuará....

EQUIPO SECRETO

NINJA TO: LA ESPADA NINJA.

Por: Noé Cruz Vargas.



El guerrero Ninja, descubrió que las posibilidades de salir victorioso de un combate con espada contra un samurai no eran muchas, decidió crear su propio estilo de espada, que pudiera nivelar de algún modo dicha desventaja.



Así nació el Ninja To, también llamado Ninpo Ken, Shinobi Gatana o Ninja Ken. A diferencia de la tradicional Katana japonesa, la espada Ninja es más ligera, de una longitud menor (apenas superior a los 90 cms. e incluso, había algunas de 70cms).



La hoja era recta para hacer más rápido el desenvaine, para poder ocultarla fácilmente o llevarla ceñida a la espalda en vez de al cinto.



Al principio, estas espadas no resistían los contundentes tajos de una espada samurai, por lo tanto, se añadieron laminados a su hoja (Shinogui) y la dotaron de un guardamano (Tsuba) más grande y cuadrado. El guardamano no se parecía en lo absoluto al de la Katana, salvo en su utilidad como protector, el Shinobi Tsuba era en sí, muy simple y carecía de ornamentos, su forma cuadrada daba al usuario la oportunidad de golpear con ella al oponente o usarla como ayuda para escalar.

Normalmente las espadas ninja tenían fundas pulidas de color negro, que reflejaban la luz. Dicho reflejo servía en muchos casos, para distraer o segar momentáneamente al contrario. la funda (Saya) del Ninja To además de ser utilizada como arma contundente contra las

extremidades, servía como respirador para ocultarse bajo el agua, podía ocultar cuchillos, documentos o polvos segadores (metsubishi) que eran arrojados al rostro del enemigo con un movimiento seco y rápido de la Saya, o bien, soplando a través de ella, dejando al adversario descontrolado y listo para ser cortado con el filo del To.

La Tsuka (empuñadura) también era utilizada para golpear, y en muchos casos, servía como escalón para trepar. Apoyada la espada contra la pared el Ninja facilitaba su ascenso. El Ninja To era recuperado fácilmente jalándolo de la cuerda (Sageo) que estaba integrada a la Saya.



Dada la gran importancia que alcanzó la fabricación de espadas en el Japón, y la importancia mística que la casta guerrera brindaba a sus filosas hojas, los forjadores se sometían a ritos purificadores antes de construirlas, ayunaban, se engalanaban con sus mejores túnicas generalmente de color blanco y se aislaban en su taller durante el periodo de fabricación, lo cual tomaba un largo tiempo.



Los forjadores japoneses usaban para el núcleo de las hojas un acero relativamente blando, el exterior de la hoja de un acero más duro, y por último el metal del filo que tenía mayor dureza, todo esto era doblado sobre sí mismo hasta cien veces, dándole miles de laminaciones, el resultado final era una espada de hoja resistente, flexible y con un filo muy delgado de máxima dureza. Toda espada forjada antes de ser usada eran probada sobre atados de paja e incluso sobre cadáveres.



El manejo del To tiene grandes posibilidades, aunque en esencia es igual a la Katana, sus ventajas de tamaño y peso le hace tener virtudes como el manejo a una sola mano, el agarre invertido, etc. El arte de desenvainar cortando (Iai Do) y La técnica de la espalda (Ken Jutsu) fueron perfeccionados por el Ninja, todos estos factores hacen que el manejo de la espada ninja sea uno de los más completos que existen al igual que todas sus utilidades y transformaciones hicieron del Ninja To un arma excelente para la guerra y de gran belleza en su manejo.



HECHOS Y LEYENDAS

ORIGENES MITOLÓGICOS DEL JAPON MITOLOGÍA JAPONESA

Por: Eduardo de Paz

La mitología japonesa es realmente curiosa por el baile de dioses, monstruos y seres de todo tipo, que nacen a partir de cualquier parte corporal o prenda, aman, mueren, crean... Se trata de una mitología rica y única en el mundo, de la que vale la pena conocer al menos los puntos más destacados. En este capítulo veremos lo ocurrido desde la creación de las islas de Japón hasta la retirada del dios Izanagi a su morada en el cielo, tras dividir el mundo entre sus hijos.

El nacimiento del Japón.

En el principio, tras la formación del Cielo y de la Tierra, tres dioses se crearon a sí mismos y se escondieron en el cielo. Entre este y la Tierra apareció algo con aspecto de un brote de junco, y de él nacieron dos dioses, que también se escondieron. Otros siete dioses nacieron de la misma manera, y los dos últimos se llamaron Izanagi e Izanami.

Izanagi e Izanami

Estos dos dioses fueron encargados por los demás dioses de formar las islas japonesas. Izanagi e Izanami, entonces, hundieron una lanza adornada con piedras preciosas en el mar inferior, la agitaron y al sacarla, las gotas que de ella resbalaban formaron la isla de Onokoro. Descendiendo de los cielos, Izanagi e Izanami resolvieron construir allí su hogar, así que clavaron la lanza en el suelo para formar el Pilar Celestial.



"Izanagi e Izanami, deteniéndose en el puente flotante del Cielo, se preguntaron: "¿Es que no hay un país allá abajo?" Entonces empuñaron la lanza enjoyada del Cielo y buscando a tientas dieron con el océano. El agua salobre desprendida de la punta de la lanza se coaguló y se transformó en una isla a la que llamaron Onokoro. Entonces, las dos divinidades descendieron y se establecieron en las islas. Y decidieron convertirse en marido y mujer, y producir países".

Descubrieron que sus cuerpos estaban formados de manera diferente, por lo que Izanagi preguntó a su esposa Izanami si sería de su agrado concebir más tierra para que de ella nacieran más islas. Como ella accedió, ambos inventaron un matrimonio ritual: cada uno tenía que rodear el Pilar Celestial andando en direcciones opuestas. Cuando se encontraron, Izanami exclamó: "¡Qué encantador! ¡He encontrado un hombre atractivo!", y a continuación hicieron el amor. En lugar de parir una isla, Izanami dio a luz a un deforme niño-sanguijuela al que lanzaron al mar sobre un bote hecho de juncos. Después se dirigieron a los dioses para pedir consejo, y estos les explicaron que el error estaba en el ritual del matrimonio, ya que ella no debía haber hablado primero al

encontrarse alrededor del Pilar, pues no es propio de la mujer iniciar la conversación. Así pues, ambos repitieron el ritual, pero esta vez Izanagi habló primero, y todo salió según sus deseos. Con el tiempo, Izanagi concibió todas las islas que forman el Japón, creando, además, dioses para embellecer las islas, y después hicieron dioses del viento, de los árboles, de los ríos y de las montañas, con lo que su obra quedó completa. El último dios nacido de Izanami fue el dios del fuego, cuyo alumbramiento produjo tan graves quemaduras en los genitales de la diosa que ésta murió. Y todavía, mientras moría, nacieron más dioses a partir de su vómito, su orina y sus excrementos. Izanagi estaba tan furioso que le cortó la cabeza al dios del fuego, pero las gotas de sangre que cayeron a la Tierra dieron vida a nuevas deidades.

El más allá

Tras la muerte de Izanami, Izanagi quiso seguirla en su viaje a Yomi, la región de los muertos, pero ya era demasiado tarde. Cuando llegó allí, Izanami ya había comido en Yomi, lo que hacía imposible su vuelta al mundo de los vivos. La diosa pidió a su esposo que esperase pacientemente mientras ella discutía con los demás dioses si era o no posible su retorno al mundo, pero Izanagi no fue capaz; impaciente, rompió una punta de la peineta que llevaba, le prendió fuego para que le sirviese de antorcha y después entró en la sala. Lo que vio allí fue espantoso: los gusanos se retorcián ruidosamente en el cuerpo putrefacto de Izanami.

Izanagi quedó aterrado al contemplar la visión del cuerpo de Izanami, por lo que dio media vuelta y salió huyendo de allí. Encolerizada por la desobediencia de su marido, Izanami envió tras él a las brujas de Yomi y a los fantasmas del lugar, pero Izanagi pudo despistarlos haciendo uso de sus trucos mágicos. Cuando por fin llegó a la frontera que separa el mundo de los muertos del de los vivos, Izanagi lanzó a sus perseguidores tres melocotones que allí encontró, retirándose las brujas y fantasmas a toda prisa. Finalmente, fue la propia Izanami quien salió en persecución de Izanagi. Este colocó una gigantesca roca en el paso que unía Yomi con el mundo de los vivos, de modo que Izanami y él se vieron uno a cada lado del enorme obstáculo. Izanami dijo entonces: "Oh, mi amado marido, si así actúas haré que mueran cada día mil de los vasallos de tu reino", a lo que Izanagi contestó "Oh, mi amada esposa, si tales cosas haces yo daré nacimiento cada día a mil quinientos". Finalmente llegaron a un acuerdo, mediante el cual la cifra de nacimientos y fallecimientos se mantienen en la misma proporción. Ella le dijo que debía aceptar su muerte y él prometió no volver a visitarla. Entonces ambos declararon el fin de su matrimonio. Esta separación significó el comienzo de la muerte para todos los seres.

La creación de los dioses mayores

Izanagi se sometió entonces a un proceso de purificación para librarse de la suciedad que pudiera haber contaminado su cuerpo durante el descenso al mundo inferior. Llegó a la llanura junto a la desembocadura del río y se libró de sus ropas y de todo cuanto llevaba. Y allí donde dejaba caer una prenda o un objeto, del suelo salía una deidad. Y nuevos dioses se iban creando a medida que Izanagi entraba en el agua para limpiar su cuerpo. Finalmente, cuando lavó su cara fueron creados los dioses más importantes del panteón japonés; al secar su ojo izquierdo apareció Amaterasu, la diosa Sol; de su ojo derecho nació la diosa Luna, Tsuki-yomi; el dios de la tormenta, Susanô, fue engendrado de su nariz. Izanagi decidió entonces dividir el mundo entre sus hijos. Encargó a Amaterasu el gobierno del cielo, a Tsuki-yomi el de la noche y a Susanô el cuidado de los mares. Pero este último dijo que prefería ir al mundo inferior con su madre, así que Izanagi lo desterró a Yomi y después se retiró del mundo para vivir en el alto cielo.

COLABORACIONES

TAMESHIWARA: LA PRUEBA DEL ESPÍRITU

Por: Patrick Levelt

(Parte 1 de 4)

Conocida como "Tameshiwara" en japonés, la prueba de rompimientos requiere un alto nivel técnico y una sólida preparación física. Cualquiera puede intentar hacer el bruto y partir algo, preparar un truquito para los amigos o dedicarse a romper lo que más a mano se tenga (aunque se corre el riesgo de destrozarse la mano o cualquier otra parte de nuestra amada anatomía en el intento). Los detractores de esta práctica argumentan que no tiene sentido atacar a un trozo de madera. ¿Qué nos ha hecho el pobre? Otros dicen que este entrenamiento es inútil pues un enemigo no se está quieto en el combate, etc., etc. Pero lo cierto es que casi todas las tradiciones marciales mantienen este tipo de prácticas como parte de la formación del alumno; cabría pues el cuestionarse que tanto esfuerzo en el entrenamiento debe tener algún valor más allá de lo formal. Los antiguos eran antiguos, ¡pero no tontas! Efectivamente, un trozo de madera no tiene piernas, pero enfrentarse a él a puño desnudo impone lo suyo. Tal vez los maestros de la tradición intuyeron en estos ejercicios una forma de superación personal, una prueba para la psicología y el espíritu del aprendiz, un modo de hacerle ver que es capaz de ir más allá de los límites que él mismo podría considerar insalvables. Desde esta lectura me cuesta imaginar un modo más efectivo para alcanzar el objetivo antes citado.

Son muchas las Artes Marciales que incluyen rompimientos en sus exhibiciones. A lo largo de los años, numerosos expertos y excelentes profesionales han demostrado su destreza en esta particular demostración de técnica, velocidad y potencia. Sin embargo, la tentación de imitar a los maestros es grande, y eso hace que una gran cantidad de alumnos se lancen a la aventura de los rompimientos sin poseer los conocimientos adecuados.

Desafortunadamente, para ciertos practicantes, los rompimientos son unos ejercicios que se practican únicamente para estas exhibiciones, sin ninguna preparación en especial.

Los profesores y maestros tienen una gran responsabilidad a la hora de enseñar y mostrar estas técnicas a sus alumnos, ya que no se trata solamente de ejecutar un movimiento para romper las tejas, tablas o bloques elegidos para la ocasión. Si se practican sin un entrenamiento especial, e incluso si no se aplican a veces ciertas medicinas tradicionales de uso tópico, los rompimientos entrañan serios peligros y, sobre todo, graves secuelas a largo plazo.

Pero, ¿por qué romper? ¿Tienen realmente los rompimientos un valor práctico para el practicante de Artes Marciales? ¿Cuál es la utilidad de estos ejercicios? ¿Están a veces trucados? ¿Se trata sólo de un espectáculo para el gran público?

Siempre se debe observar un especial cuidado y sobre todo, una profunda y larga preparación antes de que los practicantes puedan realizarlos.

A pesar de que las opiniones de los maestros difieren según los estilos, encontramos unos puntos en común en cuanto a las utilidades y las razones de los rompimientos. Estas condiciones pueden aplicarse a cualquier estilo y no sólo al Karate.

1. Posibilidad de comprobar la eficacia de una técnica con potencia y velocidad real.
2. Probar la capacidad de las armas naturales frente a un impacto real.
3. Trabajar la resistencia del cuerpo o de los miembros al recibir golpes, en los rompimientos "pasivos".
4. Evaluar la fuerza de los alumnos y la correcta ejecución de las técnicas, dándoles una referencia, un límite que sobrepasar. Éste puede ser un cierto número de tejas o de otros objetos a romper, o bien un tipo de material cuya dureza está adecuada a la capacidad personal de cada uno.

Cuando se trata de alcanzar un cierto número de tejas o de bloques, la cantidad depende casi siempre del grado del alumno y va aumentando según va progresando el practicante.

5. Hacer un "ranking" de todos los alumnos con alto grado, desde el más débil hasta el más fuerte, y mirar la evolución de cada uno a lo largo de los años de práctica.
6. Comprobar el poder de concentración.
7. En algunos casos, es uno de los modos de exteriorizar los trabajos de "energía interna".
8. Cuando el alumno ya no progresa más, o se cree que "ya lo sabe todo", es un buen método para demostrarle que tiene mucho que trabajar todavía.
9. Para los rompimientos en el aire, con saltos, la meta no tiene nada que ver con la energía interna, ni con la fuerza, sino la altura, la dificultad de la técnica y la concentración.



Falsos conceptos:

En nuestro mundo de las Artes Marciales, existen muchas falsas creencias que, desafortunadamente, llevan años circulando y siguen transmitiéndose.

Uno de ellos es el concepto del "endurecimiento" de nuestras armas naturales. Algunos practicantes creen sinceramente que al golpear con los nudillos centenares de veces sobre algunos aparatos como el Makiwara, obtendrán una formidable dureza en los puños. ¡Nada más falaz y peligroso!

Este tipo de preparación no es válido para todas las partes del cuerpo. En primer lugar, debemos distinguir las diversas partes que van a golpear:

- a) Articulaciones (Puñetazos, codazos, golpes con el canto de la mano...)
- b) Hueso largo (Tibias ...)
- c) Músculo + hueso (Antebrazos...)
- d) Músculo + articulación (Palma de la mano ...)
- e) Hueso corto (Talón del pie...)
- f) Cráneo (En sus distintas partes, según qué técnica se utilice)
- g) Falanges + articulaciones (Punta de los dedos de la mano o del pie)