



SÍNTESIS DEL SHINKAIDO RYU

Por: Henry Binerfa Castellanos

1. SOBRE EL NOMBRE DEL ARTE

Para entender el arte del ShinKaiDo Ryu, primero debe comprenderse el significado de sus Kanjis, brevemente les dare una pequeña noción del significado de los ideogramas japoneses que integran el nombre de nuestro Arte.

- 心 SHIN: Espiritu, alma, mente.**
- 会 KAI: Conocimiento, unión, asociación.**
- 道 DO: Camino, manera, forma, estilo.**
- 流 RYU: Escuela.**

Finalmente podemos decir que el nombre de **SHINKAIDO RYU** significa: **"LA ESCUELA QUE MUESTRA EL CAMINO DEL CONOCIMIENTO ESPIRITUAL"**.

Nuestra Ryu, indicará con el dedo la puerta por la cual debe cruzar el aspirante, pero él debe hacerlo por sus mismos pies, la Ryu no lo obligara a ello, como tampoco el podrá cruzar con los pies de otros, pues sus mismo pies deben caminar por debajo del arco, solo con ese sentimiento de entrega y constancia la persona que comience en la practica del ShinKaiDo Ryu, reconocerá cual es ese camino que conduce al conocimiento espiritual, del cual hablamos y se perfeccionara en los tres aspectos (Cuerpo, Mente y Espíritu), cuando esto haya sucedido entonces podrá entender el verdadero significado del nombre de nuestra Ryu, todo lo que antes pensó o dijo, ya no le es relevante, pues ahora vive en el instante verdadero, la ilusión ya no le pone un velo a sus ojos, el velo fue cortado con la filosa espada de la sabiduría, y los dedos

de su alma tocan la realidad de los *Kajis*, sabe lo que es el verdadero *Shin*, el verdadero *Kai*, el verdadero *Do*, vislumbra la esencia de nuestra *Ryu* y a la vez la esencia de todas las *Ryu*. De nada valdría que yo les expusiera mis experiencias, o lo que yo creo sobre el nombre de mi arte, sería como darle de comer pescado a la zorra hambrienta, le mitigarías el hambre por tan solo un día, pero en cambio si le enseñas a pescar le darás comida para toda su vida. No hay ni una sola enseñanza del ShinKaiDo Ryu que no se fundamente sobre este principio, basado en la experiencia personal vivida y sentida por el iniciado.

2. SOBRE SU PARTE TÉCNICA

En los aspectos técnicos esta orientado al combate mano a mano y dirigido a la auto defensa rápida, concisa y contundente. Nuestra Ryu, sigue la línea de las cuatro artes marciales más famosas del Japón, las cuales son: Jiu Jitsu, Karate Do, Judo, Aikido, aunque no podríamos afirmar que estas artes son las únicas en las cuales se fundamentan nuestras técnicas, pues nuestra Ryu no esta limitada, ya que dentro del ShinKaiDo Ryu se pueden ver matices de artes coreanas, artes chinas y las artes más modernas surgidas en nuestros días.

El ShinKaiDo Ryu enseña fundamentalmente las técnicas rectoras y afines de las cuatro artes marciales anteriormente citadas, con lo que le brinda al practicante la posibilidad de crear combinaciones y encadenamientos de forma ilimitada durante su paso desde Cinturón Blanco hasta el 10^{mo} Dan de Cinturón Negro.

Hitori Waza (Prácticas con un compañero invisible).			
Kihones		Katas	
Básicas (4)	Superiores (4)	Básicas (6)	Superiores (8)

Su estructura técnica es como sigue:

Las técnicas de **Hitori Waza** (Práctica con un compañero invisible) (Tabla 1) conforman el primer grupo del arsenal técnico en el sistema del ShinKai Do Ryu, es aquí donde están los elementos técnicos de Atemi y Uke Waza, además de las posturas, posiciones, y desplazamientos.

Tabla 1

Estructura de Kihones y Katas dentro del programa de enseñanza del ShinKaiDo Ryu:

En total el sistema cuenta con 8 Kihones, 4 de ellos básicos y los restantes superiores, en cuanto a las Katas, existen un número de 14, seis de ellas básicas y las otras 8 superiores.

Kihones Básicos	Kihones Superiores	Katas Básicos	Katas Superiores
Izi Ai No Uke	Izi Ai No Uke Nidan	Kata No Kyu Tai Sabaki	Agatsu No Kata
Izi Ai No Tsuki	Izi Ai No Tsuki Nidan	ShinKai No Kata Ichi	Mushinsai No Kata
Izi Ai No Geri	Izi Ai No Geri Nidan	ShinKai No Kata Nidan	Senki No Kata
Izi Ai No Empi	Izi Ai No Empi Nidan	ShinKai No Kata Sandan	Geinshin No Kata
		ShinKai No Kata YonDan	Daoshi Hontoo No Kata
		ShinKai No Kata Godan	Genjitsu Do
			Hiketsu Gokan

La importancia del grupo de Hitori Waza (Katas y Kihones) dentro del ShinKaiDo Ryu fundamentalmente se puede ver en que desarrolla los elementos esenciales de nuestra arte, pues en ellos están enmarcados los principios elementales, las técnicas y la tradición del ShinKaiDo Ryu, mejorando mediante la repetición los movimientos de ataque y defensa, donde en cada secuencia en el caso de los Katas, se obtiene un mayor fortalecimiento muscular, una mejor postura, equilibrio, respiración correcta, y prepara al Kohai para la situación real de pelea o defensa personal.

El quid de los Katas es que en un inicio el joven Shinkaidoka intenta *convertirse* en el Kata entretanto que, a medida que los años transcurren y la práctica es sostenida sin intervención, la experiencia

nace y así se logra que el Kata se *convierta* en el Shinkaidoka. Los Katas son el principio y el fin de la practica del ShinKaiDo Ryu, y nunca deben dejarse de ejercitar y perfeccionar, pues en cada sesión podemos encontrar una nueva posibilidad de avanzar y perfeccionarnos siendo esto un reto a nuestro propio cuerpo y espíritu.

La Historia de los Katas en el ShinKaiDo Ryu.

Los Katas del ShinKaiDo Ryu son el fruto de un proceso científico afianzado con el transitar de los períodos de la historia de la misma humanidad, a pesar de la reciente creación del ShinKaiDo Ryu sus técnicas y dentro de ellas los Katas, se remontan aproximadamente a 5.000 años atrás. En el pasado sirvió como preparación a grupos para defender o atacar al enemigo, como también para las personas oprimidas, el Kata y el arte de las manos vacías que ellas engloban se utilizaron para proteger, y salvar vidas, trayendo la paz en la existencia de quien las dominara a totalidad. Actualmente el ShinKaiDo Ryu consolido los principios técnicos filosóficos heredados de las más antiguas artes marciales, ya fueran estas de origen Chino, Coreano o Japonés, y adaptando las técnicas antiguas a la necesidad existente hoy en nuestra actualidad y al enfoque puramente operativo del ShinKaiDo Ryu nacieron las Katas que hoy desde el mas joven hasta el mas viejo realiza en los Dojos de ShinKaiDo Ryu.

Puntos a tener en cuenta en la ejecución de los Katas del ShinKaiDo Ryu.

Las claves para la realización de los Katas:

- **Yoi No Kisin** - el espíritu de la preparación. La concentración de la mente y la voluntad contra el adversario como fase preliminar al movimiento del Kata.
- **Inyo** - Lo activo y lo pasivo. Teniendo siempre en mente si ataco o defiendo.
- **Chikara No Kyojaku** - El modo de hacer la fuerza. La medida de la potencia usada para cada movimiento o posición del Kata.
- **Kokyu** - La respiración. La respiración es relativa al comportamiento y a la técnica del Kata.
- **Tya Kugan** - El punto de mira. En el Kata debemos tener en mente la finalidad de la técnica realizada.

- **Kiai** - El grito. El grito en algún punto del Kata muestra su espíritu marcial al mismo tiempo que libera toda la energía acumulada de los movimiento anteriores
- **Keitai No Hiji** – El pensamiento correcto de la técnica en su ejecución.
- **Sachin** – Permanecer en guardia. Estar atento y en guardia al final del Kata con la mente hacia la dirección del ultimo movimiento realizado.

Extractos del texto “Las cien frases del ShinKaiDo Ryu”

1. La visualización en las Katas es imprescindible, pues toda técnica depende de ella.
2. La mente cerrara sus sentidos exteriores, desaparecerá la forma, y nos convertiremos en armonía en movimiento.
3. El Kata del ShinKaiDo Ryu es más que un ejercicio físico, el forma parte también de las series de ejercicios espirituales.
4. Sus movimientos deben ser flexibles y fuertes, rápidos y en ocasiones lentos. La mirada se pierde en la cima de la montaña, el Kiai es un relámpago en la atmósfera.

Katas Superiores.

- **Agatsu No Kata** – Victoria sobre sí mismo. (1^{er} Dan)
 - **Mushinsai No Kata** – El que ha renunciado al mundo. (2^{do} Dan)
 - **Seki No Kata** – Espíritu de Guerra. (3^{er} Dan)
 - **Geinshin No Kata** – Forma de desarrollar la intuición. (4^{to} Dan)
 - **Daoshi No Kata** – La Forma del Camino. (5^{to} Dan)
 - **YukiDo Kata** – La forma de entrenar el valor. (6^{to} Dan)
 - **Hiketsu Gokan** – Secreto del trabajo de los cinco sentidos. (6^{to} Dan)
5. Sobre el **Agatsu No Kata** –solo puedo decirles que es el control del poder que la técnica del ShinKaiDo Ryu te a regalado. El Kata enseña a controlarse a sí mismo a la vez que advierte al adversario que debe tomar distancia, mantenerse lejos y reconsiderar su ataque.
 6. **MushinSai No Kata** –es uno de los Kata que más actividad mental demanda se debe sentir la tensión de estar rodeado por un ejercito armado y al cual debemos enfrentarnos como si ya

estuviéramos muerto. Cuando uno muere, ya es llorado y enterrado no-queda nada que perder. Esta idea es la única que nos hará libres en un combate real.

7. **Senki No Kata**- Alimenta el valor en la batalla, convierte el alma en un espíritu de guerra dispuesto a cualquier desenlace con tal de defender la justa causa. Es desarrollar mediante el Kata el espíritu sereno dispuesto a aceptar el Karma que le ha tocado vivir.
8. **Geishin No Kata**- Es el Kata de la anticipación. Es la expresión máxima del ShinKaiDo Ryu, es la forma que desarrolla la intuición mas allá del plano físico. Penetra y trasciende este Kata por ti mismo y entonces entenderás que te hablo.
9. **Daoshi No Kata**- Es el Kata del camino verdadero, la victoria mediante lo simple. Es el estudio de la economía del movimiento. Su ritmo esta balanceado observado desde el punto de vista de varios agresores armados.
10. La maestría de los Katas del ShinKaiDo Ryu se encuentra en la combinación de las posiciones clásicas y las posiciones modernas de peleas, más la unificación de las técnicas de bloqueo, golpes, pateo, llaves o controles, luxaciones, y proyecciones. Con la practica continua de los Katas se logra el conocimiento y la habilidad del fluido continuo.
11. Son muchos los que rechazan los Katas, la pregunta es ¿Para que sirven los Katas? Ellos mismo se responden "para nada". En ShinKaiDo Ryu los Katas solo servirán para quienes los estudien y los practiquen con profundidad. Dentro del núcleo del ShinKaiDo Ryu no hay secretos por que estos se esfuerzan y lo experimentan por si mismos, los secretos solo quedan para aquellos débiles de espíritu de lucha y entrega, los cuales quedan sumidos en la ignorancia.

Los Kihones:

También se estudian los llamados Kihones¹ dentro del ShinKaiDo Ryu:

Nombrados "Izi Ai" (Armonía) donde el alumno estudia una serie ordenada de golpes, pateos, bloqueos, y golpes con los codos. La

¹ Técnica base o fundamental.

practica de los Izi Ai No Tsuki, Izi Ai No Uke, Izi Ai No Geri, y Izi Ai No Empi, ayudan al entrenamiento de las posturas, posiciones, desplazamientos y como es lógico al aprendizaje de las técnicas de Karate fortaleciendo el cuerpo física y mentalmente. Los Izi Ai se aprenden en cinturón blanco y se perfeccionan hasta el cinturón Azul, cediéndole el paso a los Izi Ai Nidan superiores que se realizaran desde el cinturón Azul hasta el cinturón Negro 5to Dan.

Espero que se puedan haber llevado una pequeña impresión de las Katas, que conforman el grupo de las técnicas del grupo de Hitori Waza², y lo exhortamos a que no se conforme con tan solo leer lo que en realidad se debe conocer mediante la experiencia practica. Y a todos mis Shinkaidokas, recuerden que los Katas de nuestra arte son como un lago placido, en el cual solo vemos los reflejos de los árboles y del cielo, pero a medida que profundizamos en sus aguas encontramos que detrás de aquellos reflejos se encuentra otra realidad, se encuentra otro fondo, otra vida debajo de aquella aparente paz.

En el segundo grupo encontramos las técnicas de **Katame Waza**, o sea, técnicas de retención. Las cuales consisten en Kansetsu Waza (técnicas de luxación), Osae Waza (técnicas de control en el suelo), Guyaku Waza (técnicas de llaves y controles de pie) y Shime Waza (técnicas de estrangulación). Las cuales están repartidas desde el cinturón amarillo hasta el 7^{mo} Dan de Cinturón Negro.

Katame Waza			
Osae Komi Waza	Kansetsu Waza	Shime Waza	Guyaku Waza

En el tercer grupo encontramos las técnicas de **Nage Waza** (técnicas de proyección) divididas en varios sub-grupos:

- Te Waza (Téc., de manos)
- Kata Waza (Téc., de hombros)
- Koshi Waza (Téc., de caderas)
- Ashi Waza (Téc., de piernas)
- Sutemi Waza (Téc., de sacrificio)

Nage Waza				
Te Waza	Kata Waza	Koshi Waza	Ashi Waza	Sutemi Waza

En el cuarto grupo encontramos los **Yooshiki Waza** (técnicas propias del estilo) que se sub-dividen en otras ramas como; **Yooshiki**

² Técnicas con un compañero invisible.

SenJutsu (Estrategias y tácticas del estilo) aquí se estudian las estrategias y tácticas de combate real, el ShinKaiDo Ryu divide el combate en dos grupos fundamentales para hacer mucho más fácil su aprendizaje estos son: técnicas de ataque (3 tipos de ataque) y técnicas de contraataque (6 tipos de contraataque), también se practica el uso de las maniobras, las estrategias y el desarrollo del pensamiento técnico - táctico en diversas situaciones operativas y de peligro inminente. Otras de las ramas que se estudian en este grupo se encuentra el **Yooshiki No Waza** (Técnicas propias del estilo) que no son más que la unión de las técnicas rectoras y afines, en el concepto muy propio del ShinKaiDo Ryu definiendo su fluidez y integralidad de eficacia en cualquier distancia o respuesta del adversario, los Yooshiki No Waza se encuentran desde el cinturón amarillo hasta el cinturón marrón, luego desaparecen, dándole paso a enseñanzas más elevadas.

El quinto grupo está integrado por **Bu Waza** (Técnicas con armas), dentro de este grupo se enseña el manejo de dos armas que el ShinKaiDo Ryu cree fundamentales para nuestros tiempos por su fácil traslado y uso común; el **Nawa Jutsu** (Técnicas de Cuerda), y el **Tanto Jutsu** (Técnicas de Cuchillo), las cuales solo comienzan a enseñarse en el cinturón marrón.

3. SOBRE LA PARTE INTERNA

El camino desde el cinturón blanco hasta el cinturón negro puede compararse con el largo sendero que debe recorrer aquel que escala la montaña, esto le puede tomar mucho tiempo (de la mañana a la noche), con el cuerpo herido y cansado alcanza la cima. Son como el resumen de la vida de aquel que está realmente trillando el camino, y busca paso a paso una posición más elevada tras las sendas de la perfección.

Desde los tiempos más antiguos de la historia del hombre, desde el mismo inicio de sus creencias siempre ha habido un punto que se ha mantenido sin variación a pesar de los diferentes credos y dogmas de las distintas religiones, este punto permaneció vigente e inmovible en el sendero espiritual tanto ayer como hoy, estamos hablando del dominio total de la naturaleza inferior por nuestra naturaleza superior. Este es el principal objetivo que persigue el ShinKaiDo Ryu, pues constituye una cura para todo tipo de sufrimiento, ya sea este, en el ámbito personal, colectivo, nacional, o mundial. Todos los instructores, o maestros tienen el deber de alimentar las semillas de la sabiduría plantadas en la conciencia colectiva, así como en su vida personal ser ejemplos de esa conducta iluminada. Cuando hablamos de conducta iluminada nos

referimos a una actitud que no produzca absolutamente ningún mal, y que por el contrario, sane y ayude ver la conciencia humana como un todo unido e inseparable.

Por otro punto podemos darle un pequeño vistazo a lo que esta ocurriendo en nuestro planeta. Los avances tecnológicos han esclavizado al hombre a depender completamente de ellos, la nueva tecnología y sus comodidades han segado al hombre y le ha alejado del camino verdadero. Los mercados del mundo se apoderan también de la mente de un gran numero de hombres y mujeres utilizado los sofisticados medios de comunicación para expandir la creencia de que un producto X es algo esencial para alcanzar gran felicidad y satisfacción y que en realidad vale la pena dedicar grandes esfuerzos y tiempo para poder llegar a adquirirla y convertirlas en otro triunfo material que pronto olvidaremos por otro nuevo articulo más eficiente o avanzado. Indiscutiblemente el consumismo se ha convertido en la actitud predominante del hombre y socialmente la filosofía fundamental de los últimos años.

El ShinKaiDo Ryu establece una pauta entre materialismo y espiritualidad, se puede decir que es el punto medio entre las líneas que forman la cruz, pero se procura mostrarle al alumno la importancia de que por si mismo le dedique aunque sea 10 minutos a su ser interno. Y de esta forma día a día progrese en el sendero físico, mental y espiritual. Adaptando las enseñanzas antiguas a nuestros tiempos modernos y se convierta en un fiel practicante de lo bello, lo justo y lo verdadero.

El Dojo Kun³ del Budo en ShinKaiDo Ryu, es:

1. Prometo, desarrollar el correcto entendimiento.
2. Prometo, desarrollar el pensamiento correcto.
3. Prometo, controlar mis palabras.
4. Prometo, controlar mis acciones.
5. Prometo, vivir correctamente.
6. Prometo, realizar el mejor esfuerzo.
7. Prometo, realizar la correcta atención.
8. Prometo, realizar la correcta meditación.

³ La traducción literal de Dojo Kun, vendría a ser "Principios fundamentales del Dojo". El contenido del Dojo Kun puede variar según la Ryu (escuela) o Shihan (Maestro), pero, en todos los casos, siempre se destacan los valores principales que deben regir la vía del "Budoka".

De manera sintetizada esta es la esencia del Budo en ShinKaiDo Ryu este es nuestro código, nuestras reglas, no somos una universidad donde llegas y después de cierto tiempo te gradúas y sales con un título ilustre, nosotros somos estudiantes de toda una vida, estudiamos ShinKaiDo Ryu, tanto dentro como fuera de la escuela, ninguna porción del tiempo de nuestras vidas queda fuera de nuestra practica, en una sola frase podemos decir que: "Seguimos haciendo ShinKaiDo Ryu hasta que la muerte nos alcance".

Clasificación De La Enseñanza Interna.

- 1- Etapa del desarrollo de la conciencia física.
 - Cinturón Blanco 6to Kyu.
 - Cinturón Amarillo 5to Kyu.
- 2- Etapa del dominio y control de las emociones.
 - Cinturón Naranja 4to Kyu.
 - Cinturón Verde 3er Kyu.
 - Cinturón Azul 2do Kyu.
- 3- Etapa de control y desarrollo de las facultades mentales.
 - Cinturón Marrón 1er Kyu.
- 4- Etapa de desarrollo de la Conciencia Espiritual.
 - De Cinturón Negro en adelante.

4. EN QUE NOS DIFERENCIAMOS A OTRAS ARTES MARCIALES

La diferencia del ShinKaiDo Ryu en comparación con los estilos existentes esta fundamentalmente basada en su enfoque puramente científico de entrenamiento nunca antes realizado de esa forma en la defensa personal ni demás artes marciales, manteniendo a la vez la tradición del Reishiki, y los más elevados conceptos del Budo, algo logrado y probado con muy buenos resultados en cada clase de ShinKaiDo Ryu. Esa es la principal diferencia de nuestro sistema, la organizada, y debida dosificación de las cargas atendiendo a las edades, el sexo, y tiempo de entrenamiento real con el cual se dispone. En realidad un golpe recto es un golpe recto en cualquier estilo, al igual que una patada es igual en cualquier estilo, lo novedoso del ShinKaiDo Ryu

no esta en que enseña técnicas nuevas, sino que perfecciona los métodos de hacerla efectiva ante cualquier situación real.

Usted puede escuchar que las artes marciales aportan un beneficio a nuestra mente y nuestro espíritu, pero si usted seguidamente pregunta ¿de que manera un maestro logra esto? Muy pocos sabrían responderle. En ShinKaiDo Ryu enseña técnicas específicas para tal fin y esto sucede desde el Cinturón Blanco hasta el ultimo grado Dan de nuestra Escuela. Somos el nuevo puente que une las antiguas enseñanzas con los hombres y mujeres de la sociedad moderna.

Final del Artículo

Lunes, 13 de diciembre de 2004