María Contreras nos envía desde Valencia la crónica del curso impartido en Valencia por Rafael Regaño. Si la tecnología lo permite podréis disfrutar de la nueva forma que hemos encontrado para ver las fotos que se tomaron del evento.

CRONICA DEL CURSO DE AKIDO (Valencia, 17 y 18 de abril)

Por Maria Contreras Conesa.

Los pasados días 17 y 18 de Abril, pudimos disfrutar del curso de Aikido impartido por el Sensei Rafael Regaño (7º Dan de la A.E.A.T), en el pabellón municipal de La Fuente de San Luis de Valencia, y organizado por el Dojo Mushin.

Quisiera mencionar que, durante el curso, nos hemos reencontrado con compañeros aikidokas de diferentes dojos, con los que nos une el mismo deseo de practicar juntos en armonía y mejorar nuestro aikido.

El curso se dividió en tres sesiones, dos el sábado y una el domingo. Como es costumbre en los cursos impartidos por Rafa, todas las sesiones se iniciaron con la recitación del Norito, (oración con la que O´Sensei comenzaba sus clases para pedir a las divinidades protectoras del aikido la purificación y limpieza de su espíritu) y a la práctica respiratoria del maestro Ueshiba. Al final de cada una de las sesiones se realizó el kiai (capacidad de proyectar la

fuerza interior que surge del hara).

Rafa durante el cuso nos transmitió, de una forma muy didáctica, que el aikido no es un arte de combate ni de choque, sino que uke y tori deben complementarse, como ocurre en la naturaleza, en la que todo se complementa, y poder dirigir la energía generada entre ambos. Nos explicó que la armonía se basa esencialmente en el círculo, que en el Aikido significa el movimiento. En la práctica mejoramos los giros sobre nuestro centro de gravedad, los desplazamientos de cadera que ayudan a desequilibrar a uke, los movimientos circulares que posibilitan entrar en el centro de éste y la relación que mantiene todo ello con la respiración. Rafa nos acompañó durante la práctica y nos ayudó, en todo momento, corrigiendo nuestros errores.

En las dos primeras sesiones, al finalizar la práctica, Rafa nos reunió en el tatami para leernos las curiosidades de una entrevista radiofónica realizada a Morihei Ueshiba, que aparece transcrita en uno de los libros del Maestro Itsuo Tsuda, en la que cuenta su visión sobre el aikido y algunas anécdotas ocurridas junto con sus alumnos.

Por último, y no por ello menos importante, quisiera destacar que en este curso, nuestro compañero Iván se examinó para 1º Dan con Javi como uke, y que tanto éste como Jordi recibieron la hakama, por lo que aprovecho para felicitarles y recordarles las palabras que dijo Rafa en el acto, que no os entregaba galones. A mi las palabras de Rafa me recordaron una cita (anónima) que leí en la revista de la Asociación que me gusto mucho, y creo que os puede ayudar en la práctica del aikido:

Un alumno pregunta a su Sensei: ¿Cuál es la diferencia entre un hombre del Do y un hombre insignificante?
El Sensei respondió:"Cuando un hombre insignificante recibe el primer Dan corre rápidamente a su casa gritando a todos el hecho. Después de recibir su segundo Dan, escala el techo de su casa, y lo grita a todos. Al obtener el tercer Dan, recorrerá toda la ciudad contándoselo a cuantas personas encuentre".
El Sensei continuó:"Un hombre del Do que recibe su primer Dan inclinará la cabeza en señal de gratitud; después de recibir su segundo Dan, inclinará su cabeza y sus hombros; y al llegar a su tercer Dan ,se inclinará hasta la cintura y en la calle caminará junto a la pared, para pasar desapercibido. Cuanto más grande sea la experiencia, habilidad y potencia, mayor será también su prudencia y humildad".

Agradecemos a todos aquéllos que han colaborado, de una forma o de otra, en la realización de este encuentro.