

Nos envían desde Lleida el relato de lo ocurrido durante el último curso de Rafael Regaño. Esperamos que la disfrutéis. **CURSO DE AIKIDO EN LLEIDA**

Los pasados días 2 y 3 de Marzo 2013, tuvimos la oportunidad de disfrutar del curso que impartió nuestro maestro Rafael Regaño en Lleida y que organizó el Club Aikido Lleida de la mano de nuestro profesor Adrià Buñuel.

Rafa con su sencillez, cercanía y humildad nos volvió a reunir un año más durante un fin de semana, donde no faltaron compañeros y amigos de Lleida, Aitona, Tremp, Tarragona, Barcelona, Granollers y Andorra. Pudimos disfrutar de este arte que nos une en un ambiente relajado gracias a las amenas explicaciones de Rafa, llenas de ejemplos sencillos de entender y con ese toque de humor tan característico al que nos tiene acostumbrados. Rafa hizo hincapié en que en Aikido tiene que haber unión entre tori y uke, incluso cuando no hay contacto físico, mediante la respiración, y que en cada movimiento ambas energías deben fluir como una sola. Si una palabra pudiera resumir este curso, esa palabra sería UNIÓN.

Todas las sesiones comenzaron con la práctica respiratoria, seguidos por las prácticas de Aiki-Ken y Aiki-Jo. A través de diferentes técnicas de Aikido pudimos experimentar la relación entre tori y uke, sin agresividad, con respeto mutuo y con movimientos sencillos cuando los ejecuta Rafa y no tan sencillos cuando los hacemos los demás. Cada uno absorbió lo que pudo, a su nivel, aunque tardaremos mucho en asimilar la cantidad de conocimientos recibidos en tan poco espacio de tiempo.



Al final de las sesiones del sábado Rafa nos leyó varios pasajes del libro "El secreto del Aikido" y nos invitó a reflexionar sobre las palabras de O-Sensei, ya que nos permiten acceder a los

conocimientos directamente de la fuente, sin interpretaciones arbitrarias, pero que necesitan estudiarse en profundidad para poder llegar a comprenderlas.

Agradecido por el trato recibido, el sábado por la noche, después de cenar, Rafa nos deleitó con una estupenda sesión de magia con "trucos" que sorprendieron a todos y que arrancaron sonrisas y más de una carcajada, pero que sobre todo crearon un ambiente de ilusión que sólo los verdaderos magos saben crear.

El sábado por la tarde varios compañeros recibieron el cinturón negro de manos del maestro Rafael Regaño, en reconocimiento a sus años de práctica y compromiso con el Aikido, y que materializaron mediante un examen donde dieron lo mejor de si mismos. Enhorabuena a todos!



El domingo, al finalizar la última sesión, llegó el amargo momento de las despedidas, donde todos coincidimos en lo corto que se había hecho el fin de semana. Volveremos a reunirnos, de

eso no hay duda, y hasta entonces seguiremos progresando con el mismo espíritu que nos muestra nuestro maestro.

*Aitor Guibert*