

ARTES MARCIALES Y NO-VIOLENCIA

© por Carmelo Ríos.

“Todo arte verdadero es una expresión del alma humana.
Toda forma externa de expresión solo tiene valor si es la expresión del espíritu humano”

Mahatma Gandhi

Como practicante asiduo, investigador e instructor de artes marciales clásicas (*Budo*) durante mas de treinta y cinco años, y tras haber estudiado el mensaje de paz revelado al mundo por los grandes maestros y sus discípulos, me preguntaba sobre las aportaciones filosóficas, éticas y humanísticas que estas artes podrían ofrecernos ante el panorama mundial actual y las graves amenazas a las que se ve expuesto el hombre de hoy.

¿Que respuestas, qué soluciones pueden ofrecer a los interrogantes acerca del incierto futuro y a la grave crisis, a la vez personal y colectiva, material, moral y espiritual que nos compromete a todos en el planeta Tierra?.

Tal vez somos ahora mas conscientes que nunca de que la Humanidad se enfrenta a una terrible elección o a un paso decisivo en la evolución de la consciencia que compromete a todo el género humano. Para muchos se trata ya de una irreparable hecatombe ecológica, social y económica sin precedentes, que puede poner fin al esplendor de la Vida en nuestro maravilloso planeta azul. Para otros, sin embargo, se ofrece una oportunidad única que nos lleve a nuevas y muy superiores dimensiones de consciencia e incluso a otras posibilidades de existencia que nos alejen de las consecuencias del materialismo, del *antropocentrismo* y del *geocentrismo*, que han causado tanto sufrimiento a la Madre Naturaleza y a los seres humanos a los largo de la historia.

Estoy convencido de que la sociología, la ciencia, la política, la medicina, la psicología, la economía y la nueva espiritualidad naciente del siglo XXI han de pasar inevitablemente por la interacción con la Madre Naturaleza y la convivencia no-violenta con todas las formas de existencia, y de que esta renovada actitud se está manifestando en todo el planeta como el despertar de una consciencia global, a la vez moral, espiritual y ecológica.

Son muchos los intentos que en todas partes se están realizando para recuperar el equilibrio perdido, en campos tan diversos como la economía, la agricultura, la reforestación de los bosques, la experimentación con combustibles y energías renovables, e incluso en el campo de la educación de los valores humanos, alejados de los paradigmas del fundamentalismo religioso, en los que la enseñanza de la compasión y de la no-violencia formarán una parte fundamental.

¿Existe una esperanza de paz? ¿Existe un camino, un sistema, una “técnica” que sirva para recuperar la armonía, resolver el conflicto, mediar en la contienda, pacificar, establecer lazos, crear acuerdos, tender puentes entre bandos contrarios, entre personas de ideas antagónicas, entre rivales, entre enemigos? ¿Debemos imperativamente sufrir o lo que es peor, ver sufrir a nuestros hijos las consecuencias de nuestro egoísmo brutal, de nuestro exacerbado egocentrismo, de nuestro anacrónico individualismo, de nuestras erróneas decisiones concatenadas, de la ignorancia voluntaria o provocada? ¿Es necesario que el ser humano agote todas las posibilidades naturales,

energéticas, sociológicas y éticas para que exista una reacción natural hacia la justicia, la belleza, la paz y la armonía?

¿Qué debe ocurrir para que nos demos cuenta de que la vida es un don precioso, una posibilidad entre miríadas de imposibles? ¿Que la Naturaleza, la energía y la vida en este bellissimo planeta azul tienen un límite, por desgracia cada vez más cercano?

Nos hemos equivocado. Hemos perdido el rumbo que llevaba nuestra nave Tierra a puerto seguro y entre las brumas y nieblas distinguimos cada vez con más claridad los amenazantes acantilados que auguran un naufragio colectivo. No podemos justificarnos creyendo que hemos sido las víctimas de la corrupción política, del interés egoísta de los mercaderes del templo, de la codicia desalmada de una minoría, del extremismo partidista, nacionalista o sectario de grupos o de individuos, pues todos esos monstruos sociales no son mas que la plasmación física, la concreción material, la cristalización visible de nuestros propios pensamientos y de nuestros individuales estados de consciencia. Como dijo el poeta: *"Hay otros mundos, pero están en éste; hay otros hombres, pero están en mí"*, a los que Bergson añadiría: *nada que sea humano me es ajeno*.

Se dice que para que una medicina sea realmente eficaz, ésta debe ser solicitada por el órgano enfermo. En estos momentos críticos de nuestra evolución y la de nuestro planeta, somos muchos los que sentimos en nuestro interior la llamada desesperada de aquellos que lo antiguos sabios llamaban el "Alma del Mundo", exhortándonos a un cambio urgente, inmediato, tal vez radical en nuestra actitud, en nuestra manera de ver el mundo, a los demás, a la Madre Vida y a nosotros mismos, actualmente a todas luces auto-destructiva y colectivamente suicida.

A sabiendas de que el agente principal de la devastación del planeta Tierra es el egoísmo y la ignorancia del ser humano, soy consciente de que es muy difícil y a duras penas esperable que un necesario cambio en la consciencia se produzca a nivel colectivo, sin vernos enfrentados a conflictos devastadores, a las consecuencias del cambio climático- que algunos aun niegan- a las migraciones masivas de etnias y pueblos, consecuencia de la pobreza, de la sed, el hambre y de las inevitables guerras y el terrorismo que caminan de la mano de esos grandes males sociales.

Creo necesario, ante este incierto panorama mundial, aportar una humilde pero esperanzada contribución, convencido de que un cambio en nuestra mente puede aún producirse, antes de que al borde del abismo reaccione en nosotros la "fuerza e la Vida", que en tantas ocasiones nos ha salvado de un naufragio colectivo, o que la Madre Naturaleza nos de una lección de *"humildad Cósmica"*.

André Malgoux afirmaba que el Siglo XXI sería espiritual o *no sería*, pero deberíamos reflexionar acerca de la diferencia sustancial que existe entre *religiosidad* y *espiritualidad*. Podemos ser devotos seguidores de una religión sin ser espirituales, e incluso ser fanáticos religiosos y llegar incluso a ser criminales –suicidas en nombre de un Dios y de una religión, y no haber en nuestro corazón una sola gota de amor, de bondad y de compasión. Pero podemos también ser personas de elevada moral y profundamente espirituales, sin formar parte de ninguna religión organizada. Afortunadamente este es el creciente estado de espíritu de una gran mayoría de seres humanos en la actualidad.

Es evidente que ni las religiones organizadas, ni la ciencia materialista, ni la saturación de información, ni la tecnología, ni las comodidades, el despilfarro energético y el consumismo desmedido de la sociedad industrializada han conseguido hacer al ser humano más feliz o más libre. Por el contrario, le han sumido en una soledad aun más abismal y en una crisis existencial personal y colectiva. El miedo a perder los bienes –o males- materiales, sociales, intelectuales o a ver quebrada nuestra falsa auto-imagen, sume al ser humano en una pobreza moral y espiritual aun peor que la temida pobreza que asola al Tercer Mundo, aún en nuestras grandes ciudades.

Como afirmaba la Madre Teresa de Calcuta, la pobreza del Tercer Mundo es visible, tangible,

palpable, pero solo toca al cuerpo, a lo externo; la miseria del hombre y de la mujer del Primer Mundo es mucho peor, es más triste, mas dramática, mas mortífera, porque es invisible, porque está dentro de las personas, porque afecta su alma, a su corazón, a su espíritu.

Toda la estructura de sociedad se presenta como un gran atentado a la felicidad, como un sabotaje a la alegría de vivir, como una conspiración contra la libertad del Ser. Los rostros patibularios de los habitantes de las grandes ciudades, sus amargura crónica, sus airadas expresiones, sus opiniones desbocadas, su agresividad expresa o tácita, revelan una tremenda infelicidad interior, una honda tristeza, su desamparo, su soledad abismal. ¿Qué podemos hacer para cambiar el mundo? ¿Que debemos imperativamente hacer o *dejar de hacer* para cambiar nuestras vidas?

Muchos somos los hombres y mujeres en la actualidad que poseemos una gran ansia de cambio, que somos conscientes de la necesidad de cambiar nuestros paradigmas, de emprender una trascendente búsqueda vital, o al menos ética o moral; que deseamos vivir nuestra cotidianidad sumergidos en un ideal elevado de valores humanos y anhelo de paz, de justicia, de alegría, de belleza y de libertad; que buscamos desesperadamente el amor, la bondad, la pureza de las formas básicas de la existencia y que voluntariamente hemos decidido alejarnos de las religiones organizadas o de cualquier estamento que pretenda monopolizar o legitimar la verdad.

El nuevo paradigma espiritual del siglo XXI nos habla ya de una búsqueda personal y tal vez colectiva de evolución, de una peregrinación directa y sin intermediario alguno, de un sentido “iniciático” de la vida, que ha de realizarse en el interior de uno mismo, en la propia consciencia, en esta vida preciosa y con este cuerpo, en este momento vital de inapreciable valor en el que *existimos, vivimos y somos*.

Decían los indios americanos que la Tierra no era una herencia del pasado, sino un legado para el futuro. ¿Qué podemos hacer nosotros, los adultos de esta loca generación de tránsito que puede llegar a destruir el mundo, para entregar este planeta a nuestros hijos y las generaciones futuras, limpio, bello, sano, feliz, libre, pacífico? ¿Qué es preciso cambiar en el mundo, que debemos dejar de hacer para legar a los jóvenes, a los niños del futuro, un planeta azul y verde, con agua fluida y cristalina, con montañas nevadas, hierba fresca, con campos labrados, con selvas, bosques y playas libres de residuos donde la vida pueda expresarse libremente, donde “el cordero conviva con el lobo” y canten los pájaros?

Es preciso, es necesario, es urgente, es absolutamente prioritario cambiar nuestra mente, modificar nuestra consciencia, ver con ojos nuevos, escuchar con otros oídos, tocar con diferentes manos.

METAMORFOSIS DE LA VIOLENCIA

A menudo se define a las ciertas artes marciales como la “homeopatía de la violencia”. Lo similar atrae a lo similar. Lo similar cura a los similar.

Tarde o temprano surge en la mente de un verdadero practicante de los senderos del *Budo* que posea una dimensión trascendental o filosófica, esta pregunta: ¿Cómo es posible que a través de una vía marcial, de un técnica de combate o de supervivencia, creada para matar, para destruir, que es fuente de muerte y de sufrimiento, que ha sido causa de infinito dolor para incontables seres, pueda alcanzarse la paz y la armonía?

¿Cómo aquellos maestros y hombres extraordinarios del pasado llegaron a desposeerse completamente de sí mismos, alcanzado progresivos estado de expansión de consciencia e incluso de iluminación? ¿Cómo, a través del arte del sable, del kárate do, del Arco y de la Flecha o del Aikido, Harigaya Sekiun, Lizasa Choisai, Yamaoka Tesshu, Awa Kanzo, Anzawa Heigiro, Sigeru

Egami o Morihei Ueshiba— personajes únicos desde la edad media hasta el siglo XX - alcanzaron una misma comprensión de la verdad, atravesando por experiencias similares de despertar espiritual y hasta de *satori* o "Iluminación Súbita"?

Estos "hombres universales", Renacentistas, vivieron épocas de gran sufrimiento y purificación y soportaron estoicamente situaciones materiales, físicas y morales que hubieran partido en dos el alma de cualquiera de nosotros. A pesar de ello, nunca dejaron de creer en el espíritu humano, en la bondad intrínseca del corazón, en la luz implícita en el interior de los hombres; nunca cesaron de hablar del verdadero amor, de esperanza de paz, de reconciliación, de compasión, de recuperar la armonía con la Naturaleza y con del reino de lo divino. A menudo dieron ejemplo de un sentido de amor hacia su prójimo- incluyendo a la Naturaleza- más allá de lo verosímil.

¿Cómo esos grandes guerreros aconsejaban a sus discípulos crear la paz con el adversario, con la Naturaleza, cultivar la tierra, tener compasión en las situaciones más difíciles, sacrificando la propia vida si fuera necesario, y *amar al enemigo*?

Las artes marciales antiguas, "tradicionales"- en el sentido iniciático de la palabra "tradición"- o "internas", como a veces se las denomina, el *Kárate-do*, el *Aikido* de O-sensei Ueshiba, el arte de la espada de las escuelas clásicas o el *Kyudo*, han mostrado siempre esa dimensión filosófica o metafísica que trasciende el sentido de lo religioso y de lo ético y acerca al ser humano a una dimensión de consciencia trascendente.

Los maestros de *Budo*- las artes marciales con un objetivo espiritual- a menudo nos hablan de una "alquimia interior", de una vía iluminativa expresada en clave marcial y bajo un simbolismo guerrero. Los antiguos maestros del sable describían esta búsqueda santa de iluminación con el termino *Seishin-Tanren*, la forja del corazón, la metamorfosis del ser por el proceso de transformación de nuestra ganga, de nuestro metal bruto en la fragua y el templado, por la calcinación al blanco puro y la inmersión del filo de la propia alma en las puras y frías aguas de una realidad trascendental. De ese proceso alquímico surge la belleza, la firmeza, la rectitud y el brillo de la hoja de un sable forjada por la mano de un maestro. Es la "alquimia sutil del ser" que hace de nosotros, hombres medios o mediocres, un *Tatsujin*, un hombre realizado, un "*Hombre del Tao*".

A sus discípulos y seguidores en el sendero, Morihei Ueshiba nos advierte:

"Quiero que la gente escuche atenta la Voz del Aikido. No para cambiar a los demás, sino para modificar vuestra propia mente. Esta es la misión del Aikido y debería ser vuestra misión".

Debemos cambiar imperativamente. Necesitamos una nueva mente, una nueva consciencia. Tal vez no sea demasiado tarde para cambiar. Es preciso comenzar desde el principio, eliminando paulatinamente los obstáculos físicos, las tendencias de la mente, las inercias de nuestro cuerpo heredado del reino animal, con sus traumas y sombras mentales y emocionales. Esa penumbra que impide no solamente que alguna luz nos llegue desde el exterior, sino lo que es aun más trágico, que esa poderosa e infinita energía luminosa que es el alma humana, ese *Ki* creador, esa bendición constante, se irradie hacia el exterior, hacia nuestras vidas y las de los que nos rodean, y se exprese como un manantial de belleza, alegría y compasión.

Si deseamos que la luz y el aire fresco entren en nuestros hogares, debemos abrir de par en par sus puertas y ventanas de nuestra mente. En las palabras sabias de Morihei Ueshiba:

“Una mente que sirve a la paz de todos los seres humanos del mundo es necesaria para el Aikido y no la mente del que desea ser fuerte o practica solo para vencer al oponente.”

Haced brillar la luz en la oscuridad que os rodea. En un antiguo texto está escrito: El rayo del sol penetra en la habitación inmediatamente en cuanto se abre la puerta. ¡Pero no es suficiente esa luz debe penetrar a través de las puertas, los muros, las rocas y cualquier lugar!

PRINCIPIOS DE LA NO VIOLENCIA

¿Pueden practicarse las artes marciales basándonos en los principios de la no-violencia? ¿Podemos ser “guerreros compasivos”, buscadores de la paz y de la no violencia? ¿O tal vez el sendero del *Budo* es incompatible con los principios y preceptos de la compasión dinámica y de la no violencia activa?

O-Sensei Ueshiba experimentó una verdadera metamorfosis de la violencia, desde los antiguos preceptos de la “Vía del Guerrero” (*Bushido*) que inspiraron su juventud, unidos a la ética samurai que a menudo propugnaban una visión machista, nihilista, y violenta, resignada y negativa de la vida, en la que se exaltaba la muerte gloriosa, hasta la transformación del corazón de compasión y la iluminación espiritual, que produjeron en O-Sensei un sentimiento de necesidad de crear, de dar vida y de proteger la Naturaleza santa y venerada.

Con el paso del tiempo y merced a duras pruebas a las que hubo de enfrentarse, incluida la guerra, la pérdida de varios de sus hijos y una condena a muerte en Manchuria, se convirtió con el tiempo en un audaz defensor de los principios de la paz y la no violencia. Inspirado por su mentor espiritual, Onisaburo Deguchi, se opuso frontalmente a la entrada del Japón en la Segunda Guerra Mundial. En uno de sus escritos de la época leemos:

“Los ejércitos contemporáneos comportan una serie de individuos que se sirven ciegamente de la violencia. Han olvidado que su misión es acudir en ayuda de aquellos que sufren. Proteger nuestra patria es defenderla por amor, ¡jamás atacar, esa es la regla!”.

Onisaburo Deguchi era un verdadero caballero andante que defendía a los oprimidos y que les leía e interpretaba las leyes a los iletrados campesinos que eran víctimas de la explotación y del expolio de sus tierras por parte de los señores feudales y los latifundistas. Desde su juventud había adoptado como regla de vida el antiguo mandato caballeresco de *kyokaku* o “protector del oprimido y enemigo del fuerte”, al igual que lo hicieron algunos célebres samuráis errantes del antiguo Japón feudal. El propio Morihei también adoptaría un concepto filantrópico y humanístico similar para el resto de su vida, con el definía a su vez el espíritu mismo del Aikido: *Ban-Yu-Ai-Go*: “protección amorosa de todo lo que existe”.

Ambos estaban convencidos de que solo el poder del amor, de la compasión, del perdón y de la reconciliación con el enemigo y con uno mismo pueden traer la paz al mundo y devolver a la Humanidad su perdida armonía.

Morihei concebía el Aikido como un “arte de la paz” que podía cambiar el mundo; estaba convencido de que la aplicación de los principios de la no violencia, de la no resistencia activa, del

“vacío” del cuerpo y del espíritu, de la búsqueda de un centro de paz común entre el agresor y el agredido y la aplicación del principio universal y natural de la esfera, la espiral y el círculo, podrían producir una verdadera transformación del corazón humano y serían una poderosa medicina capaz de cambiar nuestra mente, modificar nuestra salvaje genética y hacer florecer el loto del corazón. Se ha escrito mucho acerca de la No violencia. A menudo se ha malinterpretado o maliciosamente manipulado su significado real, desacreditándola como negligencia, fatalismo, dejadez, cobardía o debilidad de carácter. Es evidente que la aplicación de los principios de la no-violencia se opone frontalmente a los oscuros negocios de los mercaderes de armas, a los intereses de los señores de la guerra y a todos aquellos que, a menudo tras el telón, obtienen incalculables beneficios del enfrentamiento, del caos, la destrucción, la discordia y el sufrimiento de los seres humanos y la Madre Naturaleza.

Sin embargo, el estudio de la historia contemporánea demuestra que en el pasado siglo fueron derribadas dictaduras e instauradas democracias por la vía de la ley, de la defensa pacífica de los derechos civiles y del sufragio universal, sin el recurso de la fuerza ni de las armas.

A menudo se describe a las artes marciales como sistemas de auto-defensa, pero se acentúa excesivamente el aspecto marcial- de Marte, dios de la guerra- en detrimento de su dimensión artística, es decir, creativa. Por otra parte, si reflexionamos sobre el concepto mismo de auto-defensa, veremos que con frecuencia intentamos defendernos de las consecuencias visibles originadas por nuestros propios pensamientos, palabras y actos, de los que somos absolutamente responsables.

A sus discípulos, O-sensei Morihei Ueshiba les dice:

“La verdadera autodefensa no es solamente el estudio o la aplicación de técnicas corporales, ella es, ante todo, la modificación completa de la mente. Es preciso cambiar de conciencia. Algunas técnicas o un cuerpo vigoroso no son suficientes, no son más que instrumentos al servicio del espíritu”.

Mitsuji Saotome, maestro de Aikido y discípulo de O-Sensei, nos ofrece una visión profunda del concepto de autodefensa:

“La verdadera fuerza reside en el mundo espiritual y la verdadera fuerza de la defensa consiste en protegerse contra el Karma del enemigo. Si éste intenta daros muerte, la única elección es la vida o la muerte. Si sois débiles no podréis defender vuestro Karma ni el del enemigo. Si sucumbís a un ataque, el enemigo es culpable y se convierte en un asesino pero también vosotros habréis pecado a causa de vuestra debilidad pues le habéis obligado a mataros, su Karma y el vuestro no son sino uno. Si el enemigo os ataca y le matáis, sois vosotros los asesinos. El resultado es el mismo: una vida ha sido destruida. Poco importa quien haya tenido la razón, el enemigo es nuestra sombra. Vosotros y él no formáis sino una sola vida y matándole cometéis también un suicidio. Vuestro deber es defenderos defendiendo a vuestro enemigo”.

En este amanecer del siglo XXI se evidencia el ocaso de las dictaduras, la desaparición paulatina de las fronteras, de las diferencias sociales y raciales por la aplicación de la no-violencia y la instauración de las democracias por la vía de las urnas. Ha quedado demostrado que existe un poder creciente de las masas críticas no beligerantes frente a la corrupción, el crimen medio-ambiental, el interés personal o el despotismo y la intolerancia política, económica o religiosa.

Acerca de la no violencia, Mahatma Gandhi nos enseña:

- Todos tenemos una parte de la verdad y de la razón. Convertir nuestra verdad en absoluta significa ignorar la verdad de los otros y nos llevará a un conflicto sin solución. Debemos estar receptivos a la verdad de los demás y reconocerla.
- A menudo las ideas y razonamientos constituyen tapaderas de deseos e intereses. Debemos ser rigurosos y críticos con nosotros mismos para descubrir qué parte de lo que defendemos es objetivamente defendible, y renunciar a lo que no lo es.
- Las acciones pueden no ser respetables, pero las personas siempre son merecedoras de respeto, con independencia de su conducta.
- El mal y la destrucción del otro nunca se pueden aceptar ni como fin ni como medio, son incompatibles con el respeto a la persona.
- Los fines no justifican los medios; de un mal medio nunca puede obtenerse un bien estable.
- La violencia genera violencia; además de inaceptable constituye una manera absurda y siempre provisional de resolver los conflictos. Con la violencia gana el más fuerte, no el más justo.
- La eficacia inmediata es un bien, pero no lo más importantes. La ética debe prevalecer sobre la eficacia. Solo así nuestra acción resultará eficaz a largo plazo.
- La única solución a un conflicto es la reconciliación y el acuerdo del que se deriven consecuencias positivas para todos.
- La no-violencia es una actitud positiva de oposición al mal y a la injusticia, utilizando la fuerza de la Verdad, la Justicia y el Amor, armas con las que el no-violento enfrenta la fuerza de la razón a la razón de la fuerza.
- La *ahimsa* (no-violencia) no es algo tan sencillo y burdo como lo han descrito. No dañar a ningún ser vivo es sin duda una parte de *ahimsa*, pero este es el aspecto mas sencillo. Todos los malos pensamientos violan el principio de *ahimsa*, así como la prisa injustificada, la mentira, el odio, el desear el mal a alguien.
- Es una violación quedarse para sí mismo aquello que el mundo necesita.
- Se ha de evitar como sea la cobardía que surge a menudo de la educación pacifista y el servilismo que viene de las restricciones que han ido pasando de generación en generación.
- *Sathyagraha* (la “firmeza en la verdad”) es la consecuencia directa de la no-violencia y de la verdad.
- El *sathyagrahi* (adepto de *Sathyagraha*) nunca debe huir del peligro, tanto si está solo como si está acompañado por otros. Si muere luchando, habrá cumplido plenamente su deber.
- *Ahimsa* significa también “amor universal”.
- No cooperar con el mal es un deber, lo mismo que cooperar con el bien.

- Cuanto más se recurre a la violencia tanto mas nos alejamos de la verdad, porque mientras luchamos con el enemigo nos olvidamos del enemigo interior.
- No nos hemos de resignar al mal, eso sería cobardía.
- No rendir tu alma al conquistador significa que te negarás a hacer lo que tu consciencia te prohíbe.
- Una ley injusta es, en sí misma, un tipo de violencia. Detener a alguien por infringirla aún lo es más. Ahora bien, la ley de la no-violencia dice que la violencia debería ser resistida no mediante la contra-violencia, sino mediante la no-violencia.
- Lo mínimo que se exige a una persona que desea cultivar la *ahimsa* de los valientes es, primero, barrer del pensamiento toda cobardía y, una vez hecho esto, regular su conducta en cada una de sus actividades, ya sea grande o pequeña.
- Si soy un verdadero maestro de la no violencia, estoy seguro que pronto me seguirás. Si ello no sucede, sólo querrá decir que yo no era el maestro adecuado. Pero si mis enseñanzas fructifican, en todos los hogares habrá maestros de la *ahimsa*.
- La *ahimsa* es siempre infalible. Sin embargo en ocasiones parece haber fracasado. El fracaso se debe a la ineptitud del devoto.

NO VIOLENCIA ACTIVA

Sensei Michel Coquet, maestro de sable y otras vías marciales, nos enseña:

“La verdadera no violencia establece sus fundamentos de paz, no solamente en el presente de la acción, sino a menudo mucho tiempo después. La no violencia activa no es el hecho de la no acción, sino el reconocimiento de una armonía rítmica universal y la aceptación del hecho de nuestra inclusión en él”.

La no violencia nos enseña a mediar, a encontrar puntos comunes, a restablecer la paz, pero nos prohíbe taxativamente mantenernos neutrales ante el conflicto. ¿Se puede ser neutral sin ser un cobarde, un advenedizo, un pusilánime interesado en su propio beneficio que aguarda detrás de un árbol a que un héroe o un mártir resuelvan sus problemas? Con una perspectiva histórica, ¿nos hubiéramos mantenido neutrales en la Segunda Guerra Mundial, en el segregacionismo racial en Norte América, o en el *apartheid* sudafricano, en la liberación de la India, en el proceso salvaje de la colonización y el expolio de los pueblos indígenas de África, Asia, el Oeste Americano o las selvas de Latinoamérica?

¿Seguiremos manteniéndonos *neutrales* ante la discriminación, el maltrato e incluso el asesinato de las mujeres, la explotación de los niños en el Tercer Mundo, la tala de los árboles en las selvas, la contaminación de los ríos, de los mares, de las montañas, la desaparición de las especies, los escándalos financieros de los poderosos, el latrocinio de financieros criminales, la corrupción política,

institucional, religiosa, educativa? ¿Seguiremos mirando para otro lado, aceptando como naturalidad esos crímenes contra la Humanidad y contra la Vida? De ninguna forma eso es no-violencia, sino negligencia y cobardía.

Varios países se mantuvieron neutrales durante la monstruosa contienda que asoló al mundo entre los años 1939/1945, aunque mantuvieron vivas sus relaciones diplomáticas, que en muchos casos ocultaban sus ocultos intereses comerciales con ambos bandos: la venta de armas y la ulterior reconstrucción de los países destruidos por el conflicto.

Es preciso recordar que la mayoría de los líderes de la no-violencia defendieron vehementemente esta alternativa en tiempos de guerra, de ultra-nacionalismos, de conflictos raciales, de persecuciones intelectuales, de segregacionismo, de fanatismo religioso o de intransigencia política, y que a menudo pagaron un elevado precio por defender sus ideales. Muchos sufrieron la incompreensión, la persecución, la censura e incluso la prisión, la tortura y el sacrificio de sus propias vidas, como Mahatma Gandhi o Martin Luther King, lo que demuestra su enorme valor y la importancia capital de su doctrina.

También Morihei Ueshiba habla a menudo en sus escritos acerca de la no-violencia:

“Este valeroso sendero (de Aiki) no es para destruir a los seres humanos con armas o fuerza bruta, o para arrasar el mundo con bombas; es para establecer una correcta relación con el *ki* Universal, para promover la paz en el mundo, para nutrir todas las cosas y para acoger la vida. Es un camino para forjar el espíritu, para favorecer la vida, y que nos une al poder de la ésta. Estos pensamientos están siempre presentes en mi alma y en mi cuerpo”.

O- Sensei nos trasmite en sus escritos estas enseñanzas, que hacen sonreír a los ignorantes y a los cínicos, y conmueven el alma e impulsan a la acción positiva a los buscadores sinceros:

“El verdadero Budo es un trabajo de amor. Es un trabajo de dar vida a todos los seres, no de matar o luchar con el otro. El amor es la divinidad guardián de todo. Nada puede existir sin él. El Aikido es la realización del Amor”.

Acerca de la no-violencia activa, Lanza del Vasto, un gran amante del Aikido y discípulo de Mahatma Gandhi definía su doctrina con estas palabras:

-La no-violencia es simple, pero sutil. Si es tan difícil aplicarla y hasta captarla, es porque resulta totalmente extraña al común de las costumbres. Sólo se puede hablar de la no-violencia si hay conflicto. No se puede llamar no violento al que busca refugio mientras el mundo se incendia. El que vive tranquilo quizás sea no violento, pero no lo sabemos. Se sabrá el día en que estalle el conflicto y lo veamos resolverlo sin recurrir a la represión ni a la astucia. Porque la no violencia consiste en decir ¡no! a la violencia y sobre todo a sus formas más virulentas: la injusticia, el abuso y la mentira.

- ¿Cuales son las actitudes posibles frente a un conflicto? La No-Violencia es la quinta actitud. Excluye a la neutralidad, excluye el combate, excluye la huída, excluye la capitulación.

- Solamente la no violencia es la solución efectiva, la ruptura de la cadena y la liberación.

- Y aún cuando el adversario sea tan tenaz y empeinado como para impedirte arribar a la meta, la lucha te obligará a victorias sobre ti mismo, a experiencias y descubrimientos interiores, cuyo fruto te pertenece. Y se lleva ese combate hasta su meta, que no es la victoria, ni el botín; sino la reconciliación.

Y O-sensei Ueshiba concluiría:

“La verdadera vía de las armas consiste no solamente en neutralizar al enemigo, sino en dirigirlo de manera que abandone voluntariamente su espíritu hostil.

- La vía de las armas es inexplicable con palabras. Escapa al intelecto. En lugar de hablar inútilmente ¡buscad la iluminación! Aquellos que no están de acuerdo con esta enseñanza, no pueden vivir en armonía con el Universo, su *Budo* es el de la destrucción. No es un *Budo* constructivo.

-Ganar o perder, o medirse con los demás con algunas técnicas no es el verdadero Budo. El verdadero Budo no conoce la derrota. No ser jamás vencido significa no combatir nunca.

- Para poder iluminar el sendero es necesario estar preparado para recibir el noventa y nueve por ciento del ataque del enemigo y enfrenar el rostro de la muerte.

El Premio Gandhi-King, creado en memoria de Martin Luther King y Mahatma Gandhi, es otorgado cada año por *The World Movement for No-violence* a heroicos defensores y activistas de los valores humanos, la conservación de la Naturaleza y la no-violencia. Hasta el día de hoy se ha concedido este galardón- considerado como el Premio Nóbel de la No-Violencia- a Kofi Annan, Nelson Mandela, Jane Goodall, Mata Amritanandamayi y Mwai Kibaki.

HEI-HO: VENCER SIN COMBATIR

Risuke Otake sensei, nombrado Tesoro Nacional Viviente de Japón y gran maestro actual de la escuela de sable Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu, nos dice:

“Si comenzamos a batirnos, es preciso vencer, pero batirse no es la meta. El arte del guerreo es el arte de la paz. El arte de la paz es el mas difícil: es preciso vencer sin combatir”.

Evidentemente no solo el Aikido ha sido el legítimo heredero de los grandes preceptos de la paz, la armonía y la no violencia legados por los maestros del pasado; como Morihei Ueshiba, también otros raros expertos y maestros del pasado escalaron la misma montaña santa y encontraron un idéntico sentido real de la *Vía*.

Harigaya Sekium, un gran espadachín del siglo XVII, enseñaba que no debían imitarse los movimientos de los animales ni en el pensamiento ni en la acción. Creía que esgrimir con un bárbaro instinto animal, desde la brutal selección natural, desde el miedo instintivo, el odio y el resentimiento, que tan a menudo caracterizaban a las escuelas de esa época y de siglos posteriores, era un error fatal que según su experiencia, desembocaba inevitablemente en «combates bestiales». Descubrió que el arte del sable consistía en esgrimir en armonía con los movimientos de los astros, las energías y las vibraciones sutiles de la Naturaleza.

Harigaya Sensei fue un filósofo, visionario, poeta, buscador de la paz y un verdadero “hombre del Renacimiento”, enseñaba a sus discípulos a practicar la esgrima desde el vientre, con movimientos relajados, apacibles, sin ritmo establecido; a ser «uno con el movimiento del otro». Mostró el camino, a través del arte del sable, para alcanzar el reino de lo sagrado. En su enseñanza trascendió la idea primitiva de *Ai Uchi*: cortarse o darse muerte unos a otros, hacia *Ai Nuke*: ser uno con el otro.

Para Sekium sensei, el ideal era entrar en el espacio sagrado, único, del oponente, que definía con la frase: « uno solamente, dos nunca ». Llegó al convencimiento de que no se podía acceder a ese espacio santo por medios ordinarios, y habló entonces de «volver a la Unidad», a la esencia o energía primordial (*ki-ichi*).

Contrariamente a otras muchas escuelas que proponían la fuerza, la voluntad, la astucia, la estrategia, incluso la maldad tácita o el estoicismo ante lo inevitable, propuso valientemente el ideal guerrero de la paz, de la reconciliación y de la armonía con el Universo.

Shigeru Egami Sensei creó o descubrió el Kárate-do *Shotokai* inspirándose en las antiguas enseñanzas de los grandes hombres del *Budo* y en los preceptos esotéricos, filosóficos y naturalistas de la orden religiosa *O-Moto-Kyo* fundada por Nao y Onisaburo Deguchi.

Impregnó profundamente su noble arte de las enseñanzas de su maestro Gichin Funakoshi, quien practicaba de forma fluida y flexible- muy al contrario de muchas de las escuelas contemporáneas- así como del estilo de Aikido *Shinwa-Taïdo* de Shoyo Inoue, sobrino de O-Sensei, y de las antiguas escuelas (*koryu*) de sable.

Shigeru Egami era conocido como el «maestro fantasma», pues súbitamente desaparecía de la escena pública y se consagraba a grandes periodos de accessis (*gyo*) en la Naturaleza. En su deseo de purificar su cuerpo y su espíritu, y profundizar en los misterios del *Ki*, se sumergía bajo las cascadas, ayunaba, oraba, meditaba y practicaba ejercicios ascéticos en la montaña (*nyubu*). Rendía a menudo visita a O- Sensei Ueshiba, y finalmente fué iniciado en *O-Moto-Kyo* por Tadao Okuyama, un gran experto en Karate-do, miembro de la nueva religión.

Egami sensei, como es la sagrada obligación de un verdadero discípulo, fue mas allá de las enseñanzas de su maestro Gichin Funakoshi, un hombre de gran virtud moral, humildad y sabiduría. Investigó en profundidad, experimentó en su propio cuerpo, en su mente y en su alma, y finalmente trazó una renovada vía espiritual a través del Karate-do *Shotokai* para sus discípulos y para futuras generaciones en la que enseñaba a practicar de forma no violenta, ni siquiera contra sí mismo. Como todo verdadero buscador, también Shigeru Egami sensei encontró en su camino de búsqueda trascendental el principio de la no resistencia, del “no obrar consciente” que la filosofía taoísta llama “*wu-Wei*”; una forma sublime de entender la práctica y la vida misma, considerada en algunas escuelas clásicas como *himitsu* o “enseñanza secreta”. Partidario de una necesidad vital de encontrar la paz y de expresarla como benevolencia, alegría y compasión, descubrió a través de

una práctica mas allá de lo humano el concepto *Hei-Ho*, el arte de la paz o de “vencer sin combatir: En sus escritos, leemos:

“Cuando comencé a aprender al noción de *Hei-ho*, sentí un gozo inmenso. *Hei-ho* es el arte de vivir habiendo trascendido la idea de vivir o de morir. Es por ello el arte de estudiar y practicar la verdadera vida.

Heiho, el método de la paz, forma parte de la tradición japonesa. Se trata de un método para hacer vivir a los hombres y no para matar. Pienso que es alzando la calidad del karate hasta el *Heiho* que llegará a ser un verdadero karate-do”.

A partir de ese momento de divina intuición, elevó la práctica puramente física o *renshu*, al nivel de una verdadera disciplina espiritual de “alquimia interior”, de forja del espíritu (*geiko*). Como Harigaya Sekium, también en su enseñanza desdeñó imitar a los animales, pues según él, el espíritu humano estaba por encima de la fuerza bruta, la fiereza, la astucia y la bestialidad. Por el contrario, enseñaba también a practicar imitando los movimientos de los astros, el fluir del agua, el movimiento del viento en las copas de los árboles, del peso de la nieve posada en las ramas de los pinos, a fluir, y hacerse uno (*kimusubi*) con la energía de la vida (*seiki*). El arroyo, el bosque, la tempestad, la tormenta, las nieves perpetuas en cimas de las montañas, las noches estrelladas, la orilla del océano, la lluvia y el viento fueron, a partir de entonces, sus maestros secretos.

Como consecuencia de la observación y el contacto directo con la Naturaleza, la rigidez y la dureza fueron remplazados por la fluidez, la adaptabilidad y la flexibilidad. En lugar del rígido, militarizado y a menudo sádico sistema de entrenamiento del pasado y de muchas escuelas contemporáneas, sobre todo las que surgieron en los albores de la Segunda Guerra Mundial, aconsejaba a sus alumnos que entrenaran siempre relajados, alegres, sin ánimo de competición o de lucha: “Solo tenéis un enemigo: vosotros mismos” repetía con frecuencia. Insistía en le concepto de “*Omoi, la amistad y la ayuda mutua con afecto y desapego*”, y transformó la practica marcial en un arte de expresión de la vida y del alma.

Proscribió también cualquier forma de competición (como las escuelas antiguas, *Shotokai*, en la línea pura de su inspirador Egami Sensei, sigue siendo la única escuela de Karate-do que prohíbe formalmente la competición) y enseñó su arte de forma holística a través de movimientos simples, expansivos, relajados y llenos de belleza, donde la alegría, el respeto por la vida, el amor a la Naturaleza, la compasión y la humildad se hacían cuerpo, cobraban vida y se expresaban en la mirada alegre, el buen humor, la solidaridad, la ayuda mutua, la apertura de las manos, la sonrisa en el rostro, la profundidad de la respiración, el espíritu despierto, la adaptabilidad de la mente y la fluidez del cuerpo.

Egami sensei, uno de los más grandes maestros de la historia de las artes marciales, les llevó de la mano a descubrir el *ki* del Universo, la corriente de energía creativa que protege y da la vida y no que la arrebatara.

En sus profundas reflexiones, encontramos estas palabras:

-¿No hay un método que permita hacer progresar a los adversarios mutuamente y vivir mejor el uno y el otro?. Se trata de un método que iría más allá del Budo. ¿No es necesario buscar tal método? La vía del karate nos propone un tema de búsqueda: cómo vivir nuestra vida que no es más que un instante con respecto a la eternidad. Cada instante irrisorio de nuestra vida está ligado a la vida eterna a través de la Vía. La vía del karate nos enseña la vida real...”

En su obra maestra, “*El camino del Karate: mas allá de la técnica*” leemos:

- En el entrenamiento y la practica reales, la ira, el odio y el temor están completamente desterrados.
- Cuerpo y mente no son dos cosas, sino una, esta es la verdadera práctica. Si un cuerpo está tenso y rígido es imposible ser espiritualmente sano y elástico.
- Sino hay una mente clara y flexible el cuerpo no será flexible. El cuerpo y el espíritu son una unidad. Al entrenar el cuerpo, también el espíritu resulta entrenado. La mente debe estar vacía, sin pensamientos, y todos los movimientos deben hacerse de forma natural.
- ¡La actitud del *kata* debe reflejar intrepidez y confianza. Esta combinación, aparentemente paradójica, de atrevimiento y mansedumbre, conduce finalmente a la armonía.
- Quien siga el camino del verdadero karate, debe alcanzar, no solamente la coexistencia con el adversario, sino la unidad con él (*kimusubi*).
- Cuando uno practica karate-do, lo importante es ser uno con el oponente, marchar juntos y progresar juntos.
- Llegados al perfecto entendimiento de la otra persona, podrás alcanzar la unidad con él, y palabras como victoria o derrota dejarán de tener sentido, este es el verdadero secreto del karate-do.

No deberían nunca desdeñarse estas sabias palabras de un verdadero maestro y todo sincero estudiante de *Budo* debe hacer un esfuerzo consciente por integrar esta sabiduría en su práctica y su vida personal. Esos hombres del pasado, iluminados, sabios, pobres, humildes y a la vez extremadamente fuertes física y moralmente - como la Naturaleza misma- que a menudo vivieron en la soledad y fueron víctimas de la incomprensión de sus contemporáneos, de sus discípulos y de la persecución de las oscuras fuerza que se oponen a cualquier forma de expansión, de libertad o de armonía; que con frecuencia vivieron en la sórdida pobreza material, hicieron un esfuerzo sobrehumano, escalaron las mas altas cimas de la evolución de la consciencia y nos legaron un tesoro de incalculable valor, si somos capaces de encontrar la llave misteriosa que abra de par en par los portales del templo secreto de esa verdad.

Desde aquellos días memorables ha habido escasos, aunque serios intentos de profundizar en las enseñanzas de los maestros pasados en la investigación del *Budo* y del mundo misterioso del *Ki*. Pocos de estos intentos han sido tan profundos y valientes como los llevado a cabo en la década de los sesenta por Hiroyuki Aoki, discípulo de Egami sensei, y los aventurados miembros del “*rakutenkai*”, el llamado “club de los Optimistas”.

Durante más de diez años este grupo de estudiantes y profesores de las artes marciales, además de artistas, filósofos, monjes, e incluso un sacerdote católico, Okada sensei, así como algunos de los mas ilustres discípulos de Egami Sensei, se entregaron a un entrenamiento mas allá de lo humanamente posible, en el que muchas veces se acercaron al umbral de la muerte. Su objetivo era llevar a la práctica la doctrina de los maestros de la antigüedad, experimentar en sus mentes y en sus cuerpos la verdad transmitida en sus enseñanzas.

Hiroyuki Aoki era un estudiante universitario muy culto de cualidades físicas y psíquicas excepcionales, que se entregaba en cuerpo y alma a cuanto hacía y que había llegado a convertirse en el discípulo numero uno de Egami sensei. Era un hombre muy fuerte, pero poseía el don de una extraña sensibilidad. Se ha dicho de Aoki sensei que fue el mejor karateka de la historia del *budo* contemporáneo.

Parece ser que Egami sensei, tal vez limitado o constreñido por el peso de la tradición, por la rigidez de las instituciones, por su precario estado de salud (sufría de cáncer de estómago) y seguramente por la falta de madurez espiritual de sus alumnos, transmitió a Aoki sensei una parte muy secreta de sus enseñanzas y a su vez, de sus búsquedas e inquietudes más profundas.

En la vía del *Budo* se habla de “llevar aún más lejos el *kiai* (“grito del alma”) del maestro”, y Hiroyuki Aoki hizo suya esa sagrada misión de búsqueda trascendental de su mentor e intentó poner en práctica y llevar muy lejos los pensamientos, las ideas geniales, la posesía vital y la trascendente importancia del legado espiritual de su amado maestro, Egami sensei.

Estudió derecho, arte dramático, moderno y clásico, música, dirección de orquestas, historia, filosofía y arte occidental y oriental, a la vez que se entregaba a un entrenamiento incansable del cuerpo y de la mente.

Lamentablemente, muchos de sus antiguos condiscípulos de la escuela madre *Shotokai* los consideraron heréticos y les acusaron, inverosímilmente, de ¡traición a la memoria del maestro!. No había vuelta atrás. Los intrépidos seguidores de Aoki sensei abandonaron sus estudios, sus trabajos, sus familias, algo inconcebible en la cultura japonesa; firmaron su testamento y se consagraron en cuerpo y alma a seguir el sendero de la sabiduría, guiados por Aoki Sensei y las “señales que muestran el camino”, legadas por los maestros del pasado.

Cada noche acudían a las playas, a los parques, a los bosques, a las montañas; se sumergían bajo las cascadas santas y se entregaban a un entrenamiento extenuante, más allá de la resistencia física y psíquica. Aoki, siguiendo la enseñanza de Egami sensei, eliminó cualquier noción de auto-castigo, de masoquismo y de sadismo que muy a menudo caracterizaba el entrenamiento marcial de la época e incluso de la actualidad. Propuso la fraternidad, la tolerancia, el respeto, el buen humor constante y la ayuda mutua.

La policía los arrestaba a veces, sospechando la conspiración de una secta revolucionaria de corte comunista, pues vivían pobremente, compartían su dinero, sus escasos alimentos, su trabajo, y sus ilusiones. Pasaban las noches en el calabozo, vestidos con la misma ropa de la práctica: un *keikogi* blanco, una *hakama* del mismo color, y unos *tabi*, especie de botas ligeras de tela de algodón blancas, con suelas de caucho que utilizan los sacerdotes shintoístas y los *Yamabushi* (los monjes-chamanes adeptos del budismo esotérico *mikkyo*). A la mañana siguiente los liberaban sin cargos, desconcertados ante el buen hacer, la eterna amabilidad y el ambiente alegre y fraterno de esos extraños jóvenes samurai.

Estudiaron las enseñanzas de los Vedas hinduistas, los sùtras budistas, los Evangelios cristianos, la vida y las enseñanzas de los maestros del Budo, sus escritos, poemas y caligrafías, desde la Edad Media hasta nuestros días, y descubrieron que todos ellos habían atravesado por una misma experiencia transpersonal, que algunos de ellos mismos alcanzaría años más tarde y que Aoki Sensei definió como “un punto de consciencia cero”.

Todo ello fue llevado al cuerpo, expresado con las manos, con la voz, con la mirada, con el cuerpo, con la mente y con el corazón; todo fue hecho carne y reflejado en movimientos de extraordinaria fluidez y belleza, que iban siendo descubiertos, como tesoros ocultos, en la medida en que regaban con su sudor, tal vez con lágrimas y con *entusiasmo* (del griego *Enthos*, *Zeus*, *Dios*, “estar poseído por lo divino”) las semillas de la verdad que los grandes maestros habían sembrado en el pasado; y súbitamente, florecieron, tomaron vida, renacieron de entre las cenizas, resucitaron del olvido, sacudieron e hicieron arder el cuerpo, iluminaron la mente, transformaron el corazón, liberaron el cuerpo y sacaron a relucir el alma de los seguidores de Aoki Sensei.

En una ocasión, tras un memorable *shinnya-keiko* (una práctica especial nocturna) los estudiantes

vieron claramente una nube de energía pura, verde esmeralda emerger del suelo. Esta energía viva les penetra después completamente; se sintieron felices, eufóricos, extasiados. Se abrazaron unos a otros riendo y lloraban en una celebración de la Vida Una, de alegría, de compasión e iluminación. Había ocurrido, milagrosamente, lo que Aoki sensei y su maestro intuían: que existía *algo más* a lo que no se podía acceder por el camino de la voluntad o de la mente: *la gracia*.

Ellos se habían puesto en el camino, vaciando la mente y el cuerpo, purificando el corazón. Se hizo visible el concepto Zen, *Shinshin—Ichinyo*: el cuerpo y la mente son una misma cosa. Inevitablemente surgió otro gran descubrimiento: *Jita- Ichinyo*: uno mismo y el otro son una unidad. De ahí sobrevino la gran revelación, hecha carne, hecha cuerpo: *Tenchi-Ichinyo*: el Universo y el hombre son una unidad.

Shintaido, al que se conoce como “el arte marcial del siglo XXI” un arte de paz, de expresión lúcida de la Vida, de armonía con la Madre Naturaleza y de no violencia, había nacido.

MISOGI: LA PURIFICACIÓN

Risuke Otaque sensei, maestro de sable, nos advierte:

“Los principiantes deben tener presente en su mente que si manejan el sable con odio dentro de sí mismos, éste se convierte en un *satsujin-ken*, un instrumento de muerte. Es solamente cuando el hombre de sable se entrena con un corazón y un espíritu justos que el sable que maneja se convierte en un *katsujin-ken*, un sable que da la vida y no que quita la vida”.

Y Anzawa Heigiro, gran maestro de Kyudo, nos recuerda:

“Los discípulos de la Arquería, que quieran vivir en esta Vía Suprema y Noble, no deben olvidar, ni siquiera por un instante, el gran espíritu del desapego, del desinterés, del abandono de sí mismo, que puede permitirnos entrar en el Mundo Sagrado del Absoluto, del no-ego, y realizar la Belleza Suprema.

Misogi, la purificación de la mente y del corazón, es una etapa ineludible en el sendero espiritual del *budo* en general, pero sobre todo del Karate-do, la Arquería, el Aikido o el arte de la espada. No se debe, no se pueden alcanzar etapas superiores de práctica sin pasar por un periodo prolongado de *misogi*.

Los grandes maestros del Aikido, sobre todo los pertenecientes a la llamada “primera generación”, fuertes, pobres, cultos, enamorados de su arte y de las enseñanzas de O-sensei, como Shirata Rinjiro sensei, recomendaban practicar *misogi* antes que cualquier otra técnica espiritual e incluso a la vez que las técnicas de Aikido. Consideraban que el Aikido era una forma perfecta de *misogi*, si se realizaba con un objetivo trascendental.

En este sendero de purificación se ofrecen muchas formas de purificación, por medio del ayuno, periodos de silencio, la alimentación vegetariana, retiros en la Naturaleza, en la soledad de las cimas y de los bosques, donde someterse al control de los deseos, al desapego, el ascetismo, la meditación, las abluciones bajo un torrente helado (*sui-gyo* o *taky-gyo*) y otras técnicas ascéticas.

En el India védica, Patanjali, el gran compilador de la doctrina yóguica, establecía las ocho etapas del yoga (*yogamarga*) partiendo de la pureza de carácter (*saucha*) y la no-violencia (*ahimsa*) como

portales ineludibles antes de entregarse a cualquier simple ejercicio de respiración (*pranayama*) o posturas físicas (*asana*), sin lo cual, estas practicas distan mucho de ser inocuas, y pueden resultar extremadamente peligrosas.

Sobre ello, desafortunadamente, raramente hablan los expertos en sus seminarios, los libros sabios de artes marciales o simplemente de disciplinas llamadas "orientales", que ofrecen al lector incauto técnicas secretas, definitivas, milagrosas, antaño reservadas a las lúcidas mentes de discípulos muy seleccionados y sometidos a terribles pruebas de selección y entrenamientos, antes de acceder a misteriosas practicas esotéricas que conllevan graves riesgos.

Si consideramos ciertas formas de Budo, como el Aikido de O-Sensei, el karate-do tradicional y ciertas escuelas de sable y arquería clásicas como auténticas "vías de unión" o *yóguicas*, es evidente que estas etapas de purificación son de obligado cumplimiento, pues por el contacto con el mundo sutil de las energías del *ki*, se ven estimuladas nuestras tendencias e inercias latentes, si antes no se ha producido una transformación del carácter y una purificación del corazón.

Existen dos formas fundamentales de *misogi* o purificación: el que *nosotros hacemos* o realizamos por nuestros propios esfuerzos en la lucha por el avance de la consciencia, y el que *nos es hecho* por la energía o "inteligencia de la vida" por medio de las pruebas, de las reacciones kármicas, del dolor y del sufrimiento que generamos con nuestros pensamientos, palabras y actos.

Es evidente que deberíamos entregarnos a la propia purificación personal, por medio de la corrección de nuestros hábitos físicos, mentales y emocionales, antes que la "energía de la vida" nos empuje o nos fuerce a una purificación mucho más difícil y dolorosa.

Podemos purificarnos bajo una cascada de agua helada, alimentarnos de vegetales crudos, ayunar, meditar, entrenar austeramente, pero sino purificamos nuestro corazón, esas prácticas pueden convertirse en un auténtico veneno, en un gran mal en nuestra vidas y en las de los que nos rodean.

Un sencillo pero habitual ejemplo es el fenómeno que ocurre cuando por medio de prácticas de meditación, de ejercicios de respiración o simplemente de concentración, se despiertan los centros etéricos del *Hara* o "mente abdominal", donde dormitan desde tiempos inmemoriales miríadas de recuerdos, traumas psicológicos provenientes de experiencias dolorosas, sufrimientos pasados en otros reinos de la Naturaleza y en innumerables vidas anteriores.

Esos dragones o fantasmas dormidos de nuestro subconsciente pueden despertarse súbitamente y causar grandes crisis personales, problemas de salud, enfermedades psicológicos o atraer accidentes. Esto explica porqué muchos practicantes e incluso expertos en artes marciales y otras disciplinas espiritualistas son proclives a grandes explosiones de carácter, a crisis de cólera, a pasiones desatadas, apegos, deseos vehementes de poder, de gloria, de fama, de avaricia, de lujuria, e incluso a una tendencia a la agresividad y la violencia física, verbal o intelectual.

Hay quienes creen -y enseñan- que en el desarrollo de la energía supuestamente panecéica del *hara* o "mente abdominal" se encuentra el secreto de la liberación, cuando en la realidad, el *Hara* es el portal de nuestra mente subconsciente, un verdadero cubo de la basura donde se almacenan millones de recuerdos, de escorias mentales y emocionales, asuntos sin resolver, situaciones caducadas, sentimientos devaluados y traumas psicológicos.

Concentrar nuestra mente y nuestra respiración en el *Hara* sin una purificación gradual del corazón y de la intención, es literalmente destapar la caja de los truenos, con todas sus fatídicas consecuencias para nuestra salud física y nuestro equilibrio mental y emocional. La meditación se ocupa de sanear y limpiar esos tóxicos residuos que contaminan nuestra vida y nuestra felicidad, utilizándolos como combustible para generar luz y liberación.

Es sabido que algunos expertos conocidos de Aikido y otras artes marciales atemorizan a sus alumnos con su sola presencia y que en su cercanía sentimos una sensación de intranquilidad y

desasosiego. Sabemos que muchos alumnos- víctimas de simples estudiantes avanzados que arbitrariamente son considerados como maestros e incluso como “guías espirituales”- tienen miedo de sus profesores, pues irradian una energía insana, oscura y destructiva. Cuando Onisaburo Deguchi conoció a Takeda Sogaku, el instructor de Daito-Ryu de Morihei Ueshiba, dijo de este: “apesta a muerte y asesinato”.

Cuenta la leyenda que en una ocasión, cuando Takuan, el célebre maestro Zen, meditaba con su discípulo Miyamoto Musashi en una cueva, una serpiente muy venenosa se infiltró en la caverna y se deslizó suavemente sobre las piernas del monje, que no se inmutó en lo más mínimo. Sin embargo, cuando se topó directamente con Musashi, silbó y huyó despavorida. Su instinto natural le advirtió de que se hallaba en presencia de un gran depredador, pues es sabido que Mushashi- que al final de sus días se convirtió al budismo y devino un hombre de paz- fue en su alocada juventud un airado espadachín, orgulloso y terrible, al que se le atribuyen mas de sesenta combates a muerte, incluidos varios contra niños, que “heredaban” la obligación moral de defender el honor familiar o el prestigio del *ryu*.

Deberíamos abandonar inmediatamente un *dojo* donde el instructor evidencie síntomas de un desarrollo de esas nefastas energías; que envenene a sus alumnos con malas palabras, con inmundicias verbales, con luchas de intereses partidistas, políticas; con guerras de bandos, de escuelas, de clanes rivales. Con críticas a otros profesores o sistemas, y con frecuencia con habladurías y calumnias que envenenan y violan el corazón del *dojo* y de la Tradición. Debemos alejarnos despavoridos de donde no sintamos una atmósfera de paz, de libertad, de armonía, de belleza, de alegría, de compasión y en resumen de verdadera espiritualidad.

Es evidente que tales actitudes se alejan mucho de las enseñanzas de los auténticos maestros, pues evidencian una energía oscura, negativa y nefasta, con harta frecuencia emanada de la mente del instructor; un *ki* maligno y destructivo, con el que desgraciadamente contagian y envenenan a sus alumnos, que llegan a desarrollar a su vez los mismos defectos de carácter, las mismas inercias morales y tendencias psicológicas mórbidas, debido al ascendente nefasto que el falso instructor proyecta sobre sus infortunados alumnos.

Este *ki* negativo que en la tradición japonesa se conoce como *yoriki* o *ya-ki*, es el “*mal ki*”, la energía contractiva y destructiva del miedo y del ego, totalmente distinto del *Ki* positivo, expansivo, constructivo, alegre, feliz, y vital o *Sei-ki*.

Un maestro de karatedo Shotokai y mas tarde de Shintaido, Haruyoshi Ito, se preguntaba porqué muchos de sus compañeros de práctica e incluso grandes expertos de artes marciales muy conocidos, desarrollaban enfermedades muy graves o sufrían grandes crisis personales y accidentes, o morían jóvenes. Su reflexión le llevó a pensar que se debía a la indiscriminada práctica de ejercicios de meditación, de respiración, de *mantrams* o sonidos místicos, o a la aplicación de secretos esotéricos, sobre todo relacionados con la energía del *ki*-con fines malignos- aunque ellos no fueran conscientes- o competitivos, individualistas y egocéntricos.

Las vías yóguicas, las grades enseñanzas de las religiones, el ocultismo budista (*mikkyo*), las prácticas iniciáticas y espirituales del sufismo, del yoga, el *zazen*, los sonidos sagrados (*kototama*) del shitoísmo místico, el cristianismo esotérico, las técnicas de meditación o el *pranayama*, al igual que ciertas artes marciales superiores como el Aikido de O-Sensei, el Shotokai de Shigeru Egami, el Shintaido de Aoki sensei, o la “vía del sable” de escuelas con un gran trasfondo pacificador y espiritual, u otras “vías de despertar”, fueron descubiertas por los grandes sabios de la antigüedad para trazar una carta de navegación para la Humanidad y liberar a los seres de la prisión de *maya* “la gran ilusión cósmica” y destruir la rueda del *sámsara*, el ciclo eterno de nacimientos, muertes y renacimientos. No para ser utilizadas con un espíritu de competición, de desafío, de guerra contra los demás, contra la Naturaleza y sus inexpugnables leyes o contra sí mismo; a menudo desde el

egocentrismo más absurdo, desde el orgullo, la soberbia y miedo instintivo, para el desarrollo del ego o la superioridad.

Hito sensei dedujo que aplicar y practicar esas técnicas esotéricas con un espíritu individualista y violento, era la causa de los graves problemas de salud física o mental, de los accidentes y de las trágicas muertes de varios de sus compañeros e instructores.

Si no se purifica preliminarmente el corazón y se dedica nuestra práctica al beneficio de todos los seres sintientes, con alegría y compasión, tales prácticas son un veneno letal para la mente. Experimentar con el *ki*, sin haber purificado la personalidad de sus numerosos defectos, inercias y tendencias, y limpiado el corazón de sus grandes impurezas, es literalmente, *jugar con fuego* y trae siempre nefastas e inevitables consecuencias kármicas.

Según los maestros de Oriente, la purificación preliminar más importante es la de las palabras. Cuando a Jesús de Nazareth le preguntaron maliciosamente los fariseos acerca de lo que debían comer y beber, éste les respondió: *“No es malo aquello que entra en el corazón del hombre, sino aquello que sale, pues lo que de la boca sale del corazón proviene”*.

Deberíamos pues, ante todo, vigilar nuestras palabras, que a menudo surgen desde nuestro subconsciente, desde nuestros traumas, desde nuestros deseos incumplidos, nuestra ira, nuestra cólera, desde nuestro dolor y desde nuestro miedo.

Los sabios de la Madre India enseñan que la lengua humana es la peor de las armas; que las heridas de lengua humana se infectan rápidamente, son extremadamente contagiosas y tardan mucho tiempo, incluso vidas, en sanar. La lengua humana ha sido y es la causa de grande sufrimientos, de tragedias innumerables, de crímenes monstruosos, de destrucción de la amistad, de la belleza, de la alegría, de la justicia. Es causa de la separación de los grupos, de la escisión de las familias, de destrucción de personas, de ideas, de enseñanzas de gran valor para la humanidad, y en suma, de la extinción de lo más puro, bello, justo y divino que hay en nosotros.

Deberíamos apartarnos como de la peste de las personas que critiquen, que calumnien, que injurien impunemente a los demás, que hablen de forma negativa, que esparzan rumores y desaliento, que con su cháchara inmundada, ponzoñosa y estéril atenten a la unidad, la bondad, la belleza y la alegría de los grupos, pues llevan implícitos los mórbidos venenos, temiblemente destructivos, de los celos y la envidia, hijos de la avaricia y del rencor y nietos del miedo. Para los sabios de Oriente, la envidia y los celos son una grave enfermedad degenerativa causante de muchas enfermedades físicas y psíquicas a menudo incurables y terriblemente destructivas y contagiosas, para quien las sufre, y para quienes a su alrededor, las padecen.

Un monje budista afirmó al autor que una conversación negativa mantenida *mas de cuarenta segundos* nos ponía inmediatamente en vinculación con el campo energético nefasto que generó esas mórbidas palabras. Ese mismo monje, perteneciente a la tradición de Shingon (“de la Verdadera Palabra”), una enseñanza que pone un énfasis muy especial en los *matrams* y el uso de los sonidos místicos, y por tanto en la extrema importancia de las palabras, era un gran meditante con enormes dotes de clarividencia. En una ocasión me aconsejó no acercarme a tales personas de verbo corrupto, pues según él: *“no puedes ver lo que llevan a su alrededor...”* (¡Espero que se refiriera simplemente a su aura!).

Reinos, culturas, obras de arte, vidas ejemplares, ideas geniales, inventos, descubrimientos, han sido destruidos por la malignidad de la lengua humana. No existe, sepamos, mejor diagnóstico del estado interior de nuestra mente, del nivel de nuestra consciencia, que nuestras propias palabras, pues evidencian y revelan las *sombras* (como diría Carl Jung) de nuestra subconsciencia. El

lenguaje agresivo, cínico, procaz, crítico, destructivo o violento, revela un inconsciente enfermo, traumatizado o herido, y habla a voces del propio miedo en el que vivimos sumergidos.

Dice el santo-poeta Kabir:

“Puedes rezar con tu rosario, pintar tu frente con ceniza y llevar greñas largas y ostentosas, pero si una daga mortal permanece en tu corazón ¿cómo vas a tener a Dios? “

Y Mahatma Gandhi añadiría:

“Tomar el nombre de la No-Violencia cuando se tiene una espada en el corazón, no solo es hipócrita y deshonesto, sino también cobarde”.

Las personas verdaderamente avanzadas moral o espiritualmente siempre obran y hablan de forma constructiva, dedicando su energía, su talento, su inteligencia, su cuerpo y su alma a descubrir formas de ayudar a los demás, de eliminar su sufrimiento, de hacerles felices, de liberarles, de encontrar medios que alivien el “hambre del hambriento y la sed del sediento”. Son un ejemplo de vida constructiva, edificante, expansiva, alegre y feliz, caracterizada por una “voluntad de hacer el bien”. Las personas de consciencia expansiva encuentran fácilmente semillas de vida y de esperanza entre las ronzas y las rocas donde los demás solo ven muerte, duda y desesperación.

MAS ALLÁ DE LA VIOLENCIA

Jiddu Krishnamurti, una de las inteligencias más preclaras del siglo XX, habló así acerca de la violencia.

-Hemos construido una sociedad que es violenta, y nosotros, como seres humanos, somos violentos; el ambiente, la cultura en que vivimos, es el resultado de nuestro esfuerzo, de nuestra lucha, de nuestro sufrimiento, de nuestras aterradoras brutalidades. Por lo tanto, la pregunta más importante es ¿será posible terminar con esta tremenda violencia en nosotros mismos?

-La fuente de la violencia es el yo, el ego, el yo mismo que se expresa de tantas maneras diferentes- en la división, en tratar de ser o dejar de ser alguien.

- Mientras sobreviva en nosotros una idea de un “yo” distinto, separado, aún de manera sutil, siempre habrá miedo, siempre habrá violencia. Hay violencia al tratar de ser yo, de llegar a la cima, de ser distinto, de ser superior, mejor, incluso de ser un hombre genial o un santo. Hay violencia porque no surge del amor sino del miedo.

Para Krishnamurti, el cambio de la sociedad es algo secundario, ocurrirá natural e inevitablemente cuando los seres humanos realicen un cambio en sí mismos. No puede existir un cambio en la sociedad sin una revolución interior, sin una profunda necesidad de cambio en lo

personal. Esa metamorfosis puede proceder de una toma de consciencia individual, progresiva o súbita, o de un hondo sufrimiento.

Gautama Buda, bajo el árbol de Bodhi, descubrió y enseñó a los hombres que el origen del mal y del sufrimiento era el deseo; que el miedo surge del deseo de perder algo y es el origen del conflicto del que nace el sufrimiento. Krishnamurti enseñaba que a menos que la mente esté absolutamente libre de temor, toda clase de acción engendra más prejuicio, más desdicha, más confusión; que es imposible ser no violento mientras subsista el miedo; de esa forma, la no violencia se convierte en un subterfugio, en un disfraz, en una caricatura de santidad que puede deshacerse inmediatamente ante la tensión y el conflicto. La causa del fracaso de los movimientos no violentos se debe fundamentalmente a que los líderes y seguidores de esos grupos defensores de la no-violencia, en realidad no poseen paz interior.

Las religiones del desierto han utilizado el miedo como un eficaz sistema de control de las masas, ejerciendo un poderío despótico sobre las mentes- el temor a la muerte, al castigo, a la condenación, a la no recompensa- e injertando en nuestra subconsciencia las mórbidas semillas del miedo y la culpa, desde las que a menudo pensamos, hablamos, actuamos y sentimos.

Todos nosotros- dice Krishnamurti- funcionamos desde un centro de miedo, de ansiedad, codicia, placer, desesperación, esperanza, dependencia, ambición, comparación y desde ese "centro de miedo" pensamos y actuamos. Estamos acostumbrados a vivir sumidos en una niebla de temor, de superstición, de ignorancia. Desde ese núcleo de miedo hablamos, nos expresamos en lo cotidiano, creemos, opinamos, juzgamos o simplemente, condenamos.

Existe el temor a ser rechazados, a no ser aceptados, a ser distintos, a estar solos. Acudimos al trabajo por miedo (a la pobreza, al desahucio, al hambre, a la soledad) buscamos compañía por miedo, huimos de la soledad por miedo, nos sentimos solos por miedo. A veces, incluso, le ponemos otros disfraces y podemos decir que actuamos en nombre de la libertad, de la justicia o del amor, pero en el fondo, estamos hablando desde nuestro núcleo de miedo ¿podemos seguir viviendo con miedo? ¿Cómo podemos seguir existiendo desde ese miedo, desde esa ansiedad, desde ese conflicto interno? Por desgracia, nuestra relación con los demás, con la Naturaleza, con lo Divino, no está basada en el amor, sino en el miedo. En una ocasión, le pregunté a un santo hindú: ¿Cómo puedo ser libre? Su categórica respuesta fue: ¡no tengas miedo!.

Nada es tan difícil como aprender y enseñar a ser libres; llegar a creer desde el fondo de nuestro corazón que somos libres parece una batalla perdida. Tenemos derecho a ser libres. Pero la libertad no es indulgencia, anarquía, caos, libertinaje. No es hacer lo que yo quiero por encima de los derechos de los demás, pues mi libertad, dice el proverbio, termina donde comienza la del otro. La libertad implica la absoluta responsabilidad de nuestros pensamientos, palabras y actos, y la valiente aceptación de las repercusiones visibles o invisibles que estos tienen sobre nuestras vidas y las de los demás.

Pero el hombre del primer mundo, utilitarista, angustiado, ansioso, profundamente atemorizado e infeliz, necesita respuestas materiales o mas bien materialistas; soluciones rápidas de usar y tirar, doctrinas *prêt-à-porter* que justifiquen su actitud negligente e interesada en un mundo relativo. Desde el punto de vista espiritual y seguramente por causa de las religiones organizadas, el hombre del primer mundo, egocentrado, agresivo, competitivo, violento, es prácticamente un analfabeto. No cree que sus pensamientos, sus palabras y sus actos tengan consecuencias en el

presente o el futuro; puede expropiar, puede arrebatarse por la fuerza, violar la naturaleza, diseccionarla, viviseccionarla para encontrar el origen de la vida. Puede torturar en nombre de la ciencia sin consciencia, puede agotar las energías de la Naturaleza, puede guerrear cuando no consigue lo que quiere, cuando los demás no hacen lo que él desea, aun a costa de la felicidad o el sufrimiento de su prójimo y de sí mismo; *es un bárbaro* - como dice un maestro oriental- *con toda su estúpida civilización*.

Para Krishnamurti, toda violencia surge del conflicto entre el yo real y el yo ilusorio, es decir, nuestra verdadera naturaleza y la idea que tenemos de nosotros mismos. Desde el momento en que existe en nosotros algo que desea sobrevivir, conservarse o ser superior a los demás, existe el temor a la pérdida. De esta forma, deducimos que la violencia surge del miedo. La violencia mental, moral, verbal o física surge del temor a la pérdida del ego que está siempre muerto de miedo; teme morir, teme no sobrevivir, teme ser desenmascarado, teme ser descubierto, aniquilado, destruido. A menudo las personas egocentradas, e incluso de egos superlativos -y muchos personajes históricos famosos o infames son una muestra evidente- estuvieron toda su vida sumidos en una espesa niebla de miedo.

El hombre supuestamente evolucionado- materialmente evolucionado- puede llegar incluso a matar si su egoísmo pesa más que su miedo a la justicia en la balanza de la convivencia social. No cree que exista un *karma*, una ley de causalidad, de acción y reacción o de Justicia Cósmica. Tampoco cree en la reencarnación y extrañamente confina la eternidad de la Vida a unos escasos años de semi-consciencia en el plano material- ¡de los cuales, un tercio los pasa dormido!- no es extraño que suframos terriblemente, que tengamos miedo, que estemos muertos de miedo, si nuestra vida consiste en lograr objetos materiales, si creemos que la vida se define en la búsqueda del placer y la huida del dolor, y que la muerte del cuerpo y del ego supondrá el final, el vacío, *la nada*.

No obstante, para Krishnamurti, la violencia es una forma de energía y por lo tanto, podemos transformar nuestra violencia en algo creativo, en algo que implique evolución, que sea edificante, que nos libere. Ya hemos comprendido que no se crea nada bueno, ni nuevo, ni constructivo desde el temor, desde el odio o el resentimiento. Podemos utilizar el amor como una energía creativa, curativa, redentora, pacificadora, pero ¿Cuánto amor hay en nosotros? ¿Es posible que exista en grandes cantidades, puesto que no lo utilizamos? Pero de alguna forma intuimos que ese *otro amor* que desesperadamente buscamos debe de ser un amor sin deseo, sin ansiedad, sin orgullo, sin celos, sin miedo, sin la amargura que parecen ir de la mano del llamado amor humano, ese amor patético y ficticio de cada día. Nos dice Krishnamurti que debemos llegar a conocer aquello que llamamos amor y entonces, estaremos libres del miedo. Una mente abierta, una consciencia expandida, una actitud de brazos abiertos, de “exquisita vulnerabilidad”, es necesaria para alcanzar ese añorado objetivo. En sus palabras santas, escuchamos:

“Para no tener resistencia, para no tener barreras por dentro hacia algo, para ser realmente, completamente libre, de todos los impulsos secundarios, de las obligaciones y demandas, con todos sus pequeños conflictos e hipocresías, hay que andar por la vida con los brazos abiertos. Y aquella tarde, caminando sobre la arena mojada, con las gaviotas y el mar alrededor de ti, sentías el extraordinario significado de la libertad sin trabas y de la gran belleza del amor que no estaba dentro ni fuera de ti, sino en todas partes. “

No podemos ser libres en forma alguna mientras tengamos miedo. En cualquier momento, el temor puede hacer estallar los resortes de la agresividad y de la violencia. Mahatma Gandhi decía:

“Puedo imaginar a un hombre armado hasta los dientes que sea un cobarde, pero no puedo concebir que sea un cobarde alguien que se enfrenta al enemigo sin armas y con la única fuerza de su convicción y de su verdad”.

La violencia de género es un claro ejemplo del miedo llevado a la destrucción del objeto amado o deseado, por el temor a la pérdida del control. En este tipo de violencia, desgraciadamente a la orden del día, el agresor intenta y a menudo consigue destruir el objeto de su pasión o de sus apegos por la vía de la extrema violencia. En el llamado “síndrome de Estocolmo” encontramos también una forma exacerbada, casi grotesca de miedo, que lleva a la víctima a identificarse emocional y patológicamente con su torturador. Es sabido que muchos delincuentes y criminales crecieron en familias rotas, sin hogar, sin calor humano, sin amor, sin ternura y rodeados de miedo.

Es evidente que el miedo surge del pasado, es decir, de la memoria subconsciente donde se han ido acumulando millones de experiencias, desde nuestro paso por el mundo mineral, vegetal y animal, hasta el reino humano. Se dice que el miedo es el recuerdo del dolor como el deseo es el recuerdo del placer.

Se deduce pues que el miedo y el deseo proceden del pasado y que no podemos ser libres mientras no nos liberemos del pasado. Mientras una parte de nosotros se encuentre vinculada con el pasado, existirá el temor y por tanto, la inercia a la violencia.

Es sabido que el ser humano tiene tendencia a destruir aquello que teme. Se han masacrado montañas de inocentes criaturas debido al temor o a la superstición. Tal vez por esa razón las guerras religiosas, si bien sirven de pretexto a causas mucho más terrenas que divinas, sean las más cruentas, económicas y eficaces. Se ha torturado y dado muerte a sabios, a santos, a genios, a seres luminosos, a grandes maestros espirituales por el simple hecho de que su luz revelaba nuestra penumbra y evidenciaba nuestra oscuridad. Su belleza, su inteligencia, su elevada moral, su sabiduría, su infinita compasión y su incondicional amor ofendían grandemente nuestra mugre moral, nuestro harapo intelectual, nuestro deseo y apego emocional disfrazado de amor. Todos los grandes avatares fueron sacrificados porque iluminaban la oscura noche en la que nos hemos acostumbrado a vivir y deslumbraban los ojos de aquellos que prefieren vivir en las tinieblas, en un mundo de sombras, de medias verdades, de medianías, de medias tintas, de medias luces, en el que nos movemos a tientas, pero con soltura.

¿Cómo podemos vencer al miedo? ¿Cómo podemos derrotar a sus terribles hijos, la violencia, el resentimiento, el orgullo, los celos, la envidia, el egoísmo? Los sabios nos dicen que solo con el amor, pues el verdadero amor es siempre expansivo, abnegado, valiente y heroico. Como dice San Pablo, el amor todo lo perdona, todo lo acepta, todo lo comprende. Una madre es capaz de internarse en la selva infestada de fieras para buscar a su hijo, donde ni siquiera un guerrero armado hasta los dientes se atrevería, y la Naturaleza nos da muestras constantes del amor abnegado y heroico de las hembras en defensa de sus crías. Por desgracia ese amor maternal es más bien instintivo, pues raramente se extiende a otro ámbito que el de la propia prole.

Pero el amor del que nos hablan los maestros es el amor sin miedo y sin ego. No se trata del amor humano, ese amor emocional, visceral, posesivo, apegado e infeliz que sufre y que hace

sufrir, cuan a menudo hecho de deseo y temor, que se transforma rápidamente en su opuesto, sino el amor desapegado, extendido, agápico, luminoso y firme del corazón que libera la mente y expande la consciencia.

En Aikido, en el Karatedo Shotokai, en Shintaido, la extensión de nuestras manos abiertas hacia el adversario proclama a los cuatro vientos nuestra intención sincera de evitar el combate, nuestra sana esperanza de lograr la paz, de establecer lazos, treguas, pactos, en la línea fronteriza de nuestro espacio y del suyo. Este gesto lleno de simbolismo nos habla de mediar en el conflicto, pacificar, recuperar la armonía, reestablecer la paz. O sensei Ueshiba nos dice:

-El camino del guerrero, el arte de la política, es detener el conflicto antes de que se inicie; consiste en derrotar al adversario espiritualmente, haciéndole comprender la locura de su acción. El camino del guerrero es establecer la armonía.

-El verdadero guerrero siempre cuenta con tres armas. La radiante espada de la pacificación, el espejo de la valentía, la amistad y la sabiduría, y la piedra preciosa de la iluminación.

- En el arte de la Paz no hay disputas; el verdadero guerrero es invencible porque contra nadie lucha. Vencer significa derrotar la idea de disputa que albergamos en nuestra mente.

- El arte de la paz no se apoya en armas ni en la fuerza bruta para triunfar; en lugar de eso, nos afinamos con el Universo, mantenemos la paz en nuestros ámbitos, nutrimos la vida y evitamos la muerte. El verdadero significado de la palabra samurai es aquel que sirve y se adhiere al poder del amor.

- El arte de la Paz es el principio de la no-resistencia. Porque aquel que es no resistente, cuenta desde el principio con la victoria. Los que tienen malas intenciones o pensamientos pendenciosos son derrotados instantáneamente. El arte de la Paz es invencible porque contra nada lucha”.

LA VICTORIA POR LA PAZ

¿Son las artes marciales, interpretadas desde un trasfondo filosófico y trascendental, o más concretamente su filosofía mística, panteísta y no violenta, una poderosa alternativa a la actitud beligerante, egocentrada y destructiva del hombre hacia la Naturaleza, la Humanidad y en definitiva hacia sí mismo?

André Nocquet, maestro de Aikido, ilustre discípulo occidental de Morihei Ueshiba Ueshiba, quien viviera varios años como discípulo interno del fundador, escribió:

“El Aikido es la victoria por la paz. Este concepto no permite vencer sino convencer de que el ataque es inútil. Es preciso proyectar en el corazón del adversario y en la más

oscura conciencia, una fuerza benéfica tal, que venceremos por su causa y también por la nuestra”.

Los principios del Aikido pueden ser aplicados a otras artes marciales con notable éxito, con superior éxito incluso, pues proponen una actitud expansiva, circular y horizontal del pensamiento y del acto, a diferencia del radicalismo vertical, rígido, anguloso y restrictivo del pensamiento y la acción racional en las que hemos sido educados. Es por la aplicación del círculo, de la espiral, de la “esfera dinámica” que todo conflicto, toda separatividad, toda inercia se disuelve en si misma. Numerosos problemas de la vida cotidiana se resuelven por si mismos con la aplicación del principio circular de la energía. El Maestro Ueshiba nos dice:

“El círculo engloba el espacio y es de la perfecta libertad de este Vacío que nace el Ki (la energía primordial). Es a partir de ese Centro que los procesos de creación son unidos por el espíritu del Universo sin límites. El Espíritu es el Creador, el hombre eterno insuflando la vida a todas las cosas. En el interior del círculo, el Ki del Universo es dirigido hacia el proceso de la creación, de la evolución, de la protección”.

COMPASION Y NO VIOLENCIA

Los grandes maestros del *Budo* llegaron desarrollar y dieron ejemplo de un gran compasión. Yamaoka Tesshu, maestro de sable, considerado el más grande espadachín de todos los tiempos, aun enfermo terminal, caligrafió más de treinta mil abanicos con la excelencia de su célebre y cotizado trazo impregnado de compasión, para que las pobres familias pudieran subsistir en tiempos de hambrunas. Morihei Ueshiba adoptó huérfanos de los bombardeos sobre Tokio en la Segunda Guerra Mundial e incluso hizo evacuar el *hombu dojo*, la sede central de Aikido, para albergar familias que se habían quedado sin techo durante la guerra, mientras los discípulos entrenaban en la calle.

Todos los verdaderos maestros que he conocido en mi propia vida como estudiante del *Budo* tradicional y *sadhaka* o buscador espiritual han sido la encarnación misma de la generosidad y compasión.

Los últimos años de la vida de O-sensei en los difíciles tiempos de la posguerra fueron sin embargo los más prolíficos, los más profundos, cuando se dedicaba a la meditación, a la purificación del corazón en el escenario de la Madre naturaleza. Sus poemas, sus escritos, sus caligrafías, sus imágenes grabadas para la posteridad, rebosan de enseñanzas y visiones del Universo y de compasión. Se dedicó hasta el final a una vida de austeridad y refinamiento, a transmitir su arte de vida y a cultivar la tierra para dar de comer a los pobres supervivientes de la guerra. En esos extraordinarios años se gestó el auténtico espíritu del Aikido, rebosante de amor, de pureza, del idealismo práctico, que surgía de la luz del alma y la compasión activa de O-Sensei.

Terry Dobson, un maestro de Aikido discípulo interno de O-Sensei, que vivió esos últimos nueve años de la vida con el fundador, nos dice acerca de la fuerza de la compasión:

“Es tu responsabilidad proteger a la persona que te está atacando. Si eres acusado injustamente, puedes proteger a la persona que te acusa mirándola con compasión. Intenta entender porqué te está acusando injustamente. Entonces renuncias a la

malevolencia en tu respuesta a él. Esto es extremadamente sofisticado, porque es muy difícil para tu enemigo atacarte cuando estás en estado compasivo”.

Su santidad el Dalai Lama, un verdadero líder mundial de la compasión y la no violencia, y defensor de lo que él llama la “política de la bondad”, habla en todas sus obras acerca del valor inigualable y la fuerza de la empatía y de compasión, y no dejamos de recomendar sus enseñanzas para quienquiera desee profundizar en una verdadera tradición espiritual de enorme utilidad en el mundo de hoy. Con su ejemplo y sus palabras nos enseña acerca de la paz y la no-violencia:

-A través de la paz interior se puede conseguir la paz mundial. Aquí la responsabilidad individual es bastante clara ya que la atmósfera de paz debe ser creada dentro de uno mismo, entonces se podrá crear en la familia y luego en la comunidad.

-Para crear una paz interior, lo más importante es la práctica de la compasión y el amor, la comprensión y el respeto por los seres humanos. Los más poderosos obstáculos para ello son la ira y el odio, el temor y el recelo. De modo que, mientras la gente habla de desarme en el mundo entero, cierto tipo de desarme interno es prioritario.

-El enojo, el orgullo y la competición son nuestros verdaderos enemigos. Nunca se puede ser feliz con actitud de ira.

-Personas erradas, usan la religión en forma errada. Como resultado de ello, la religión contribuye a mayores luchas y mayores divisiones.

-La esencia del cristianismo y el budismo es la misma: la práctica del amor, para lo cual es necesario poner énfasis en el perdón y compartir el sufrimiento ajeno.

-Se dice que nuestro enemigo es nuestro mejor maestro. Al estar con un maestro, podemos aprender la importancia de la paciencia, el control y la tolerancia, pero no tenemos oportunidad real de practicarla. La verdadera práctica surge al encontrarnos con un enemigo.

-Esa oscuridad interior que llamamos ignorancia, es la raíz del sufrimiento. A mayor luz interior, menor oscuridad. Ésta es la única forma de alcanzar la salvación.

-Mi verdadera religión es la bondad. Si la practicamos en nuestra vida, no importa si sabemos mucho o poco, o si creemos en la próxima vida o no, en Dios o en Buda. En nuestra vida cotidiana tenemos que ser pasivos.

-La esencia de la vida espiritual está formada por nuestros sentimientos y nuestras actitudes hacia los demás.

-El cariño paternal, el contacto físico, la ternura amorosa hacia todos los seres vivos, la responsabilidad social y la atención especial a los menos privilegiados, todos estos conceptos son tan simples de entender. Entonces, ¿por qué su práctica parece costarnos

tanto?.

-Es mucho mejor hacer amigos, comprender mutuamente y hacer un esfuerzo para servir a la humanidad, antes de criticar y destruir.

-Estoy convencido que al final siempre prevalecerá la verdad y el amor entre los hombres por sobre la violencia y la opresión.

-Si asumimos una actitud de humildad, crecerán nuestras cualidades. Mientras que si somos orgullosos, seremos presa de los celos y la ira y veremos con desprecio a los demás y así lo único que lograremos es que reine la infelicidad. Una mente lúcida y un buen corazón acompañados por sentimientos cálidos, son las cosas más importantes. Si la mente no se dirige a los pensamientos positivos y elevados, nunca podremos hallar la felicidad.

-Lo que somos se lo debemos al afecto. Los días de nuestra existencia ocurren gracias al cariño.

-El verdadero practicante debe ser un guerrero que combate incesantemente contra sus enemigos interiores.

-Considero una sonrisa como algo único en un ser humano. Una sonrisa es también una poderosa comunicación. Una sonrisa sincera es la expresión perfecta del amor y la compasión humanas.

-Para crear una paz interior, lo más importante es la práctica de la compasión y el amor, la comprensión y el respeto por todas las formas de vida.

-La ira nace del temor, y éste de un sentimiento de debilidad o inferioridad. Si posees coraje o determinación, tendrás cada día menos temor y en consecuencia te sentirás menos frustrado y enojado.

-La ira es nuestro auténtico enemigo ya que se haya en nuestra mente. La ira no cambia nunca su naturaleza. Siempre hiere y destruye. Y lo que es peor, aniquila nuestras propias fuerzas y energías.

-Si un individuo posee la base espiritual necesaria, no se dejará vencer por la tentación tecnológica y la locura de poseer. Sabrá encontrar el justo equilibrio, sin pedir demasiado. El peligro constante es abrir la puerta a la codicia, uno de nuestros más encarnizados enemigos, y ahí reside el verdadero trabajo del espíritu.

La empatía es una eficaz forma de compasión. Ponerse al lado del otro, pensar desde sus pensamientos, ver el mundo con sus ojos, sentir sus sentimientos, encontrar el centro de su acción para comprender sus motivos. ¿Cómo habríamos actuado nosotros en su lugar?. Si practicamos la empatía, nos es imposible juzgar a los demás y menos aún condenarlos.

Empatía es ponerse en el lugar del otro, cambiarse por el otro. Las artes marciales sin empatía son burdas técnicas de destrucción. La competición es una forma absurda de progreso, es lo más opuesto a la empatía. La competición es egocéntrica, individualista, violenta; busca el beneficio

personal en detrimento del prójimo, de la colectividad. Busca la gloria, el aplauso, el premio inmediato, sin compasión ni empatía alguna. Como enseñaba y daba ejemplo mi añorado maestro Michel Coquet, es preciso tener “*la mayor tolerancia hacia los demás y el mayor rigor hacia sí mismo*”. Los maestros descubrieron que el verdadero progreso surge de la amistad, la empatía, el afecto sincero, el apoyo y la ayuda mutua.

El Dalai Lama nos habla también de la importancia de la meditación y el entrenamiento de la mente:

“¿Qué es la fortaleza que nos permite mantener la calma ante las dificultades? No es el resultado de factores externos, como medicinas, inyecciones, drogas, alcohol, ni tampoco una bendición externa. La fortaleza interior surge de un buen adiestramiento de la mente.”

Tal vez el núcleo del problema sea que el ser humano ha perdido la facultad de la introspección, de la meditación. Vivimos excesivamente hacia fuera, hacia el mundo, intentando establecer relaciones, caer bien a los demás, ser aceptados, no estar solos. Igualmente en el mundo de las artes marciales existe una gran diferencia de actitud entre los instructores y estudiantes que practican la meditación y los que no lo hacen, aunque solo sea unos minutos al día de quietamiento de los pensamientos, de soledad y silencio.

La práctica de la meditación nos pone en contacto directo con una “energía de vida” (si se me permite esta limitada expresión) en nosotros, con un manantial de energía psíquica, con una fuerza interna que pone fin a la dualidad y al sufrimiento que lleva implícita. Todos los grandes maestros del *Budo* han sido también grandes meditantes. Yamaoka Tesshu era un asiduo meditante, adepto del *zazen*, que alcanzó en su vida varias veces el estado del “despertar súbito” o *kensho*, sentado en un rincón de su minúsculo hogar de tres piezas de tatami, viviendo en la más sórdida pobreza y siendo padre de tres hijos.

Morihei Ueshiba meditaba varias horas al día, y se ejercitaba en las prácticas de *Chikon-Kishin* (“calmar la mente y retornar al origen”) tal como se las transmitiera su maestro Onisaburo Deguchi. Y lo mismo puede ser dicho de grandes maestros de la arquería, del karate-do y de otras vías marciales.

Sensei Michel Coquet era el ejemplo vivo de compasión dinámica, de entrega sin reservas y de “don de sí mismo”. Insistía constantemente en la necesidad de meditar, de introvertirse, de sumergirse en la interioridad para encontrar las respuestas a nuestros enigmas personales, para hallar la paz, el amor verdadero que está en nosotros, que es nosotros. Cada vez que le exponía alguna cuestión trascendental, me respondía: *¡medita tres horas seguidas y lo sabrás!*

A decir verdad, las artes marciales sin meditación, sin interiorización, son en algún momento del camino muy nocivas para el ser humano, pues la tremenda energía desarrollada en el entrenamiento alimenta nuestras pasiones más humanas, despierta y exacerban el orgullo, el deseo, la vanidad, el individualismo y en el peor de los casos, el egocentrismo. Ello explica porqué algunos principiantes poseen dones personales, buen carácter, sentido del humor y de empatía, mentes abiertas y cualidades morales, que pierden con el entrenamiento y se convierten en lo contrario, en personas duras de carácter, rígidas, egocentradas, críticas.

Sin la práctica de la meditación cotidiana y de la compasión, esta energía aumentada del *ki* o del *prana* se corrompe y se vuelve destructiva para los demás o autodestructiva para nosotros mismos. Un precoz diagnóstico de las causas de la decadencia de las artes marciales y del abandono de la mayoría de los estudiantes y de numerosos instructores, revelaría que los

enseñantes no meditan lo suficiente, o no lo hacen en absoluto.

Es cierto que por medio de la meditación seria y prolongada nuestra energía se renueva, se purifica nuestra subconsciente y accedemos a otras dimensiones de consciencia, que se pueden definir como “vacuidad”, “silencio” o no-ego. No obstante, sin la practica simultánea de la alegría y de la compasión dinámica, también la meditación puede convertirse en un refugio psicológico, en un placebo, en una burbuja espiritual que nos aparte de mundo y de los demás seres, y nos perjudique como personas.

Este es uno de los riesgos, entre otros, de la meditación, si no se posee la guía de un instructor competente, de un “sherpa del espíritu” que haya estado allí, en la cima o en su cercanía, y que sepa exactamente qué tipo de meditación o incluso de respiración o de acción necesitamos.

La meditación sobre la vacuidad, sobre la “*nadidad*” de los fenómenos puede secar nuestro corazón, volvernos fríos y espiritualmente rígidos, duros e intransigentes con los demás. Esa era la meditación de los guerreros *samurai*, precisamente adaptada a las artes marciales para lograr la eficacia en el combate, el estoicismo ante la adversidad, la muerte, o el sufrimiento. No olvidemos que el instrumento depende siempre de la actitud o la cualidad del operador, por ello los alquimistas del medioevo europeo decían que la grandeza de la Obra dependía de la pureza del adepto.

Algunas vías marciales, sobre todo aquellas que exigen una práctica profunda en solitario (*hitori-keiko*) como el arte de la espada (*lai-do*) o la arquería, unidas a ciertas formas de meditación sobre la vacuidad, llevan implícito ese riesgo. Por ello, Milarepa, el gran santo tibetano decía: “*¡Cuando encontréis la vacuidad, tened compasión!*”. Un gran lama tibetano, Tsogyal Rimpoché nos dice:

“Cuando el ego se encuentra con el sufrimiento, se convierte en lástima. Cuando el amor se encuentra con el sufrimiento, se convierte en compasión”

Morihei Ueshiba recomendaba practicar una meditación alegre, expansiva, en armonía con la Naturaleza y con el Universo. En el pasado, los guerreros se expresaban a través de la violencia, emanada del miedo, del orgullo, del deseo enfermizo que ha impregnado desgraciadamente el mundo de las artes marciales, enfrentando a escuelas y a expertos, en medio de guerras de clanes, de estilos, de interpretaciones y de intereses de poder.

Morihei Ueshiba utilizaba a menudo el término “*Ai*”, como afecto, amor, armonía y unidad reencontrada. De ese mismo *kanji* (ideograma) surgen otras bellas expresiones como *aishin*, sentimiento de afecto, y *aijo*: ternura. Es necesario que en este recién nacido siglo de oportunidades infinitas, abandonemos definitivamente el antiguo precepto de *aijaku*, “apego y afección”, a favor del nuevo guerrero luminoso o *aisatsu-nin*: “pacificador y mediador”. Podríamos pensar que una de las claves de la supervivencia de nuestro mundo es la existencia de este tipo de “guerreros pacíficos”, e incluso de “guerreros maternales.”

Para O-sensei, *Ai* también implicaba el sentido de “fervor sin pasión”. A menudo hablaba de “*aitade*”, arreglar las cosas por uno mismo, sin intermediarios. Pero con frecuencia, también decía que en situaciones realmente difíciles, extremas, necesitamos la protección afectuosa de la Divinidad o “*aigo*”, que expresa una dimensión del ser, una actitud de apego al ser interior, al alma inmortal, a nuestro Yo Divino, sea exterior o no.

Aigo es un distanciamiento del materialismo, un arte de vida, de metamorfosis interior hecha de desapego, de no- deseo. La misma palabra *ma-ai*, distancia o espacio-tiempo, tan utilizada en las artes marciales, posee una traducción mucho mas profunda: “*intervalo antes de la unión*”.

Sengtsan, el Tercer patriarca Zen, nos ofrece una clave para nuestra reflexión:

“Si la mirada nunca duerme,
todos los sueños cesan de manera natural.
Si la mente no discrimina,
las diez mil cosas son como son, de una sola esencia.
Para entrar directamente con esta realidad,
cuando surge la duda, di sencillamente ‘dos no’.
En éste ‘dos no’ no hay nada separado, no hay nada excluido.
En el mundo de la similitud no existe ni el yo
ni lo que no es el yo.
Comprender el misterio de ésta única esencia
es verse liberado de todas las trabas “

EPILOGO: UNA ESPERANZA DE PAZ

Kimusubi es volver a la Unidad, establecer lazos, hablar un mismo lenguaje, edificar puentes de comunicación con el adversario- espejo de uno mismo y de nuestra subconsciencia- crear espacios de encuentro, aceptar acuerdos, perder una parte del beneficio propio a favor del bien la colectividad. Esa es una de las sagradas misiones del guerreo reconciliador, del samurai pacificador, del hombre mediador entre sí mismo y la humanidad, entre si mismo y la Divinidad.

En Tailandia, y concretamente en la provincia de Kanchanaburi, a doscientos kilómetros al oeste de Bangkok, se está produciendo en la actualidad uno de los fenómenos más extraordinarios que podamos imaginar: tigres de Bengala, con justificada fama de salvajes devoradores de hombres, conviviendo pacíficamente en libertad con los pobres monjes del monasterio de Wat Pa Luangta...¡y entre los turistas¡.

Hace diez años llegó el primer cachorro, herido, que aunque poco después murió, despertó en los monjes una inmensa compasión por unas criaturas que nadie ama, y más bien teme, por los cual están siendo perseguidas hasta su casi extinción. Por medio de la calma mental, de la compasión, de la ternura paternal, los tigres se volvieron criaturas pacíficas y mansas.

Dicen los monjes que tal milagro se produce porque los tigres siguen los preceptos budistas y han adoptado los principios de la compasión y la no violencia. Atribuyen esta extraña situación, aparentemente antinatural, exclusivamente a calma mental y la mansedumbre de los monjes, debida al proceso de la meditación y a su actitud compasiva y no beligerante en todas las situaciones. El abad del monasterio, Phusit Khantidharo, afirma que los hermanos tigres que deambulan libremente junto a los monjes- llegando a sentarse a su lado y apoyar su feroz cabeza en su regazo mientras estos meditan- y que se pasean libremente por el templo, forman ahora una gran familia compuesta por tigres, monjes y otros animales como caballos, simios de diferentes especies, ciervos, pavos reales y pájaros.

El hecho aun más sorprendente de que los turistas puedan también literalmente tumbarse encima y jugar con tigres de trescientos kilos de peso de descomunal dentadura, demuestra que la fuerza de la compasión y de la no-violencia es una forma de energía viva, extraordinariamente eficaz,

transferible, “contagiable” y pacificadora. Este extraordinario fenómeno debería hacernos reflexionar muy profundamente.

Podemos creer que existe ya una “espiritualidad ecológica” o una “ecología espiritual” que implica la interacción del ser humano, como especie y como ente individual con la Naturaleza y con todos los demás ocupantes de la Nave Tierra. Esta nueva religión o filosofía vitalista será tal vez una suerte de sincretismo hecho de enseñanzas de las antiguas religiones y tradiciones seculares de Oriente y Occidente, al que se añadirán los nuevos descubrimientos de la ciencia, la ecología, la cosmofísica, la física de partículas y cuántica.

La nueva espiritualidad que nos llega es en realidad el resurgimiento de nuestra natural intuición de la existencia de una “Religión de la Vida y del Hombre”, como profetizara Theillard de Chardin, basada en una relación íntima, personal, directa, sin intermediario alguno, con el Universo, con la Naturaleza y con nosotros mismos.

André Nocquet, escribió en su maravilloso libro “*Presencia y Mensaje de O-Sensei Morihei Ueshiba*”, estas palabras que bien pudieran aplicarse a todas las artes marciales que posean esa búsqueda trascendente, y a los problemas de la sociedad actual:

-Aikido es la victoria por la paz. Este concepto no permite vencer sino convencer de que el ataque es inútil. Es preciso proyectar en el corazón del adversario y en la más oscura consciencia una fuerza benéfica tal que venceremos por su causa y también por la nuestra.

-Un verdadero aikidoka debe dejarse guiar por el *Ki* hasta el propio peligro de muerte. Esta es la única manera de pasar de la muerte a la vida. La fe en esta creencia, la certeza absoluta de que el *ki* protege y no abandona jamás a aquel que ha renunciado a la voluntad propia, vuelve al aikidoka fuerte y resuelto. Si el Aikido es amor es necesario cumplir nuestra misión uniéndonos sin cesar al Corazón del Universo.

-Si haciendo frente a vuestro adversario, lo envolvéis en vuestro corazón, podréis adivinar sus actos, esquivar sus golpes... *Si lo envolvéis en vuestro corazón podréis dirigirlo hacia la Vía que habéis recibido del Absoluto.*”

Martin Luther King pronunció estas remarcables palabras, durante su famoso discurso “*Tengo un sueño*” leído en las gradas del Lincoln Memorial, el 28 de agosto de 1963, durante la histórica Marcha sobre Washington.

Espero sinceramente que estas palabras benditas resuenen en tu alma con los ecos sobrenaturales de verdadera paz y la reconciliación:

“Hay algo que debo decir a mi gente que aguarda en el cálido umbral que conduce al palacio de la justicia. Debemos evitar cometer actos injustos en el proceso de obtener el lugar que por derecho nos corresponde. No busquemos satisfacer nuestra sed de libertad bebiendo de la copa de la amargura y el odio. Debemos conducir para siempre nuestra lucha por el camino elevado de la dignidad y la disciplina.

No debemos permitir que nuestra protesta creativa degenera en violencia física. Una y otra vez debemos elevarnos a las majestuosas alturas donde se encuentre la fuerza física con la fuerza del alma. La maravillosa nueva militancia que ha envuelto a la comunidad negra, no debe conducirnos a la desconfianza de toda la gente blanca, porque muchos de nuestros hermanos blancos, como lo evidencia su presencia aquí hoy, han llegado a comprender que su destino está unido al nuestro y su libertad está inextricablemente ligada a la nuestra. No podemos caminar solos. Y al hablar, debemos hacer la promesa de marchar siempre hacia adelante. No podemos volver atrás.

Sé que algunos de ustedes han venido hasta aquí debido a grandes pruebas y tribulaciones. Algunos han llegado recién salidos de angostas celdas. Algunos de ustedes han llegado de sitios donde en su búsqueda de la libertad, han sido golpeados por las tormentas de la persecución y derribados por los vientos de la brutalidad policíaca. Ustedes son los veteranos del sufrimiento creativo. Continúen trabajando con la convicción de que el sufrimiento que no es merecido, es emancipador.

Sueño que un día esta nación se levantará y vivirá el verdadero significado de su credo: ¡Afirmamos que estas verdades son evidentes: que todos los hombres son creados iguales¡.

Sueño que un día, en las rojas colinas de Georgia, los hijos de los antiguos esclavos y los hijos de los antiguos dueños de esclavos, se puedan sentar juntos a la mesa de la hermandad.

Sueño que un día, incluso el estado de Misisipi, un estado que se sofoca con el calor de la injusticia y de la opresión, se convertirá en un oasis de libertad y justicia.

Sueño que mis cuatro hijos vivirán un día en un país en el cual no serán juzgados por el color de su piel, sino por los rasgos de su personalidad. ¡Hoy tengo un sueño!

Cuando repique la libertad y la dejemos repicar en cada aldea y en cada caserío, en cada estado y en cada ciudad, podremos acelerar la llegada del día cuando todos los hijos de Dios, negros y blancos, judíos y cristianos, protestantes y católicos, puedan unir sus manos y cantar las palabras del viejo espiritual negro: "¡Libres al fin! ¡Libres al fin! ¡Gracias a Dios omnipotente! ¡somos libres al fin!"

Las protestas de los estudiantes en la Plaza de Tian'anmen en junio de 1989 marcaron un hito en la historia de la resistencia pacífica y la aplicación valerosa de los principios de la compasión y la no violencia. El gobierno chino había optado por suprimir las protestas por la fuerza bruta, sin avenirse a ningún tipo de negociación, echando a las calles al ejército y a los tanques, ocupados seguramente por soldados que no creían en lo que hacían, ni deseaban enfrentarse contra jóvenes sin armas que luchaban por una causa justa.

Las cámaras de todo el mundo grabaron la conmovedora imagen de un joven y anónimo estudiante que se enfrentaba solo y sin armas a los tanques chinos. Este desconocido personajes, cuya suerte sigue siendo un misterio, dio muestras de un desesperado coraje mas allá de lo humano y demostró

al mundo entero el valor y el poder de *sathyagraha*, la “firmeza en la verdad” y de *ahimsa*, la no violencia activa.

El bienamado O-Sensei Ueshiba terminaría este texto por nosotros:

¡Despojarnos de las sucias vestiduras de vuestro espíritu, abrid vuestro corazón a la evolución celeste y brillad”.

“No somos enemigos, sino amigos, no debemos ser enemigos. Si bien la pasión puede tensar nuestros lazos de afecto, jamás debe romperlos. Las místicas cuerdas del recuerdo resonarán cuando vuelvan a sentir el tacto del buen ángel que llevamos dentro”.

Abraham Lincoln

© Carmelo Ríos 2009-02-01

Bibliografía

- Morihei Ueshiba: “El Arte de la Paz”, editorial Troquel. Buenos Aires.
- Morihei Ueshiba: “The secret teachings of Akido”: Kodansha. Tokyo.
- Mitsuji Saotome: “Aikido o la Armonia de la Naturaleza”. Ed. Cairos. Barcelona.
- Sigueru Egami: “The Way of Karate, beyond Technique”. Ward Lock Limited. London.
- Jiddu Krishnamurti: “Sobre el Miedo”, Ed. Edaf, Barcelona.
- Jiddu Krishnamurti. “Mas allá de la Violencia”. Ed.Edhasa. Barcelona.
- Dalai Lama: “Compasión y no violencia”. Ed. Cairos, Barcelona.
- Lanza del Vasto: “La aventura de la No Violencia”. Ediciones Sígueme, Salamanca.
- Hiroyuki Aoki: “The body is a message of the Universe”. Ed. Kodansha. Tokyo.
- André Nocquet: “Pressence et Message du Maître Morihei Ueshiba”. Ed. Gyu Trédaniel. Paris.
- Thomas Merton: “Gandhi y la No violencia”. Ed. Oniro. Barcelona.
- Josep Maria Duch: “Gandhi Espiriuat”. MTM ediciones. Barcelona.
- JD. Cauhepé y A.Kuang: “La Métamorphose de la Violence par L´Aikido de Sumikiri”. Guy

trédaniel. Paris.

-Terry Dobson, Riki Moss y Jan E. Watson: "It's a lot like danciong. An aikido journey" Ed. Frog ltd. Berkeley. California. USA.

-Terry Dobson y Victor Millar: "Aikido in everyday of life". North Atlantic Books. Berkeley. California. USA.

- Michel Coquet: "Iaido, l'art de trancher l'ego". Ed. L'Or du Temps. Grenoble. En español: "Iaido, el arte de cortar el ego". Ediciones escuelas de Misterios. Barcelona. Edición 2009.

- Carmelo Ríos: "El Espíritu de las Artes Marciales". Ediciones Obelisco. Barcelona.

- Carmelo Ríos: "Ronin, la Vía del Guerrero Errante": Ediciones Obelisco. Barcelona.

Algunas imágenes:

<http://es.youtube.com/watch?v=wt4v9Zg2unU>

<http://es.youtube.com/watch?v=FXFpBFotTRs>

<http://es.youtube.com/watch?v=EcvaSnmqZ40>

<http://es.youtube.com/watch?v=3RAvmMkcUO4>

<http://es.youtube.com/watch?v=yfEBWJAKbW8>

<http://es.youtube.com/watch?v=g8-aXL4ZBdU>

<http://es.youtube.com/watch?v=OnOFWkzdF80>

<http://es.youtube.com/watch?v=A5rN1m2nJzk>

<http://es.youtube.com/watch?v=7HSqnjj7hwE>

<http://es.youtube.com/watch?v=X7Q5BtualTY>

<http://es.youtube.com/watch?v=jBcy-mM4xY8>

<http://es.youtube.com/watch?v=ZBonXxGVn6E>