

# Shu-Ha-Ri

Por [Yukiyoshi Takamura](#)

[Published Online](#)

Traducido por **Óscar Recio Coll**

(Nota: Takamura Sensei escribió este ensayo para su incorporación en el manual de los instructores de la Shindo Yoshin Kai. Aunque escrito específicamente para los miembros de este nivel, el de “instructor”, he encontrado tanto valor en este ensayo que he decidido hacerlo accesible a todos los miembros y lo incluiré en la próxima edición del manual del alumno del Kai. - Toby Threadgill)

“Shu-ha-ri” significa, literalmente, aceptar el Kata, diferenciarse del Kata y descartar el Kata. El propósito del entrenamiento en un ambiente Japonés clásico casi siempre sigue este proceso educativo. Esta aproximación única al aprendizaje ha existido durante siglos en Japón y ha sido clave en la supervivencia de muchas de las más antiguas tradiciones Japonesas.

Estas incluyen ámbitos tan diversos como puedan ser las artes marciales, la composición floral, el teatro, las marionetas, pintura, escultura y poesía. Si bien el Shu-ha-ri ha funcionado bien hasta la era actual, nuevas aproximaciones sobre el aprendizaje y la enseñanza están alterando este método tradicional Japonés de transmisión de conocimientos.

A medida que las artes tradicionales japonesas son transmitidas con éxito a la siguiente generación de estudiantes, queda en responsabilidad de los Sensei (profesores) de hoy en día, y a su sabiduría, el enfrentarse a los puntos fuertes y a los obstáculos que pueda haber en el proceso de Shu-Ha-Ri.

En este ensayo me centraré en el Shu-Ha-Ri y su singular aplicación a la honorable tradición marcial de la Takamura ha Shindo Yoshin Ryu Ju Jutsu.

## **Shoden / el nivel Inicial del entrenamiento.**

Shu (Aceptar el Kata)

El Kata, o forma, es el núcleo educativo de todas las tradiciones y escuelas Japonesas. Es la representación más visible del conocimiento de una escuela agrupado en un conjunto aparentemente simple de movimientos o conceptos.

Ya que el Kata es tan accesible se suele caer en el error de creer que es el aspecto más importante a la hora de determinar la habilidad o progreso de un estudiante. De hecho, el Kata adecuadamente enseñado sí contiene en su interior el Ura, o nivel de información oculto, pero esta información subyace más allá de la superficie u Omote de lo apreciable a simple vista.

Sin primero dedicarse plenamente a la maestría del Omote del Kata, el estudiante está destinado a permanecer como un principiante para siempre, incapaz de progresar hacia la verdadera profundidad del conocimiento que está oculto en el Ura.

Para experimentar Shu y aceptar el Kata, el estudiante debe primero someterse a sí mismo y a su Ego a lo que, en apariencia, son series aleatorias de ejercicios repetitivos.

Muchas veces estos Kata iniciales o Shoden están diseñados con la intención de poner a prueba los niveles de concentración de los estudiantes y su devoción al aprendizaje. En algunas de las tradiciones más rigurosas, el Kata está ideado para crear incomodidad a nivel físico. Superar este malestar físico significa sólo el primer nivel o paso del estudiante a la hora de concentrarse mentalmente en una sola tarea. A medida que el estudiante vaya progresando a través de los diferentes Kata, otros aspectos estresantes o distracciones aparecerán. Ya que estos procesos aumentan en intensidad, la mente del estudiante aprende a procesar la información y el estrés de una manera mucho más eficiente. Con el tiempo los diferentes procesos neuromusculares se convertirán en intuitivos.

Una vez que este nivel de Kata es absorbido satisfactoriamente y ejecutado de igual modo, el estudiante ha alcanzado el primer nivel de su entrenamiento.

A lo largo de su entrenamiento se le presentarán otros Kata más avanzados, lo cual significará encontrar desafíos más diversos y complicados, aunque la metodología a nivel mental para el aprendizaje ya está asentada en sus bases.

Se ha alcanzado la razón elemental para el entrenamiento con el Kata.

Los Obstáculos en la enseñanza en el nivel Shoden

En este nivel es posible, gracias al Kata, enseñarlo todo por ellos mismos. Después de todo son repeticiones físicas cuyo cometido es poner a prueba al estudiante e instruirle de modo casi totalmente privado y singular, pues supone una experiencia única para cada individuo.

Aunque pueda parecer una exageración, cualquiera que conozca los movimientos básicos del Kata puede guiar a un estudiante al primer nivel de su entrenamiento. Es incluso posible para algunos estudiantes llegar a este nivel del entrenamiento aprendiendo a través de un libro o similar.

Pese a todo, esta aproximación al aprendizaje tan descontrolada y poco guiada por parte de un Sensei coloca al estudiante en una situación peligrosa, especialmente a la hora de enseñar Kata por parejas. El error más común es la falta de una atención diligente por parte del Sensei hacia la forma física del Kata y al tempo correcto.

Por decirlo llanamente, la habilidad en la enseñanza de muchos instructores de nivel inicial viene de su propia experiencia durante su entrenamiento como alumnos. Debido a esto, ahora están inculcando estos hábitos deficientes en sus alumnos, que

deberán después desaprenderlos más adelante. Esto no sólo es potencialmente peligroso sino que también puede ser frustrante para el estudiante.

Este defecto en la enseñanza ha dado como resultado que muchos excelentes estudiantes en potencia queden desencantados con su experiencia en el entrenamiento y abandonen.

Una instrucción diligente incluso en el más básico nivel del Kata es una prioridad absoluta.

Los conceptos básicos son el núcleo de cualquier proceso y ejecución posterior y no hay que infravalorarlos jamás.

### **Chuden / el nivel Intermedio del entrenamiento.**

Shu en el nivel Chuden

En el nivel Chuden el estudio del Kata incluye un nuevo elemento. Este elemento es la aplicación o Bunkai. Ahora se presentan al estudiante la razón más profunda del kata y su construcción. También se estudia y evalúa el marco en que existe el kata. Este estudio y evaluación está, pese a todo, estrictamente limitado a la ejecución pura del kata, sin ninguna variación. Sólo a través de un estudio estricto, el Kata puede demostrar de manera precisa su relevancia al estudiante a un nivel que éste pueda comprender.

Durante este proceso el Sensei ayuda al estudiante a que empiece a atisbar la existencia del Ura, esos aspectos que yacen ocultos bajo la superficie o forma puramente física del Kata.

Para algunos estudiantes este descubrimiento es una revelación mientras que para otros había sido obvia desde hacia tiempo. De cualquier manera, el Sensei debe ahora presentar de manera precisa y adecuada los conceptos básicos de una manera más abstracta de lo que lo había hecho con anterioridad. De este modo se prepara el terreno para el segundo aspecto del Shu-Ha-Ri.

Ha (Diferenciarse del Kata)

En el concepto tradicional Japonés de Shu-Ha-Ri, Ha es el primer indicio de expresión creativa permitida al estudiante. Es cuando el Henka Waza o variación se experimenta por primera vez.

También se ha llamado “la forma divergente que existe en la forma” o “la variación ortodoxa que co-existe en los límites estrictamente definidos de un kata mayor”. Es cuando se anima al estudiante a que considere cualquier tipo de respuesta a un fallo que pudiera existir en el Kata en su estado puro. Una enseñanza extremadamente atenta se requiere por parte del Sensei en este punto, ya que demasiada desviación o variación les llevará a descuidar la técnica o adulterarla, mientras que demasiada restricción puede mermar cualquier talento intuitivo que ya se tuviera.

Motivar un talento creativo, que es intuitivo en el estudiante, es el principal propósito, pero esta experiencia creativa debe estar diligentemente templada por las fronteras del Kata. El Kata debe permanecer reconocible como el Kata. Si el Kata se distancia demasiado de la norma, deja de estar en conexión con el Kata original y pasa a ser una expresión diferente de la técnica. Es imprescindible que tal diferenciación se evite en este nivel del entrenamiento.

Ha en el nivel Chuden

Una vez que el estudiante descubre las fronteras de su entrenamiento dentro del Kata, se dará cuenta que las posibilidades de aprendizaje son casi ilimitadas. Ahora el progreso viene en forma de saltos de habilidad que no se habían experimentado con anterioridad.

Muchos alumnos excelentes demuestran su auténtico potencial durante esta fase de su estudio. Los conceptos y formas de la Ryu (escuela) se integran de tal manera que estimulan la mente del estudiante a nivel intelectual. Ahora más que nunca valora completamente el Kata y reconoce la sabiduría técnica que existe en su interior. Consecuentemente, muchos Sensei encuentran este momento el más gratificante en el progreso de un estudiante. Los frutos del trabajo de Sensei se ponen de manifiesto poderosamente durante este periodo.

Los obstáculos en la enseñanza en el nivel Chuden

En este momento se debe mantener una “adherencia” estricta a los conceptos fundamentales de la escuela o tradición en particular. El desviarse de estos conceptos que definen la Ryu permitiría al estudiante encaminarse en una dirección que no estaba prevista ni definida por parte del Ryuso (Fundador). Las fronteras del Kata deben ser respetadas y seguidas para que la Ryu mantenga su identidad y su foco de desarrollo.

(The full article is available for subscribers.)

<http://www.aikidojournal.com/article?articleID=222&lang=es>