

Editorial: El Taekwondo, un camino marcial

Por: Alberto José Campillo



Ya sea por las películas de acción, por su aparición en libros o porque las practicamos, las Artes Marciales, provenientes en su mayoría del Lejano Oriente, siempre han despertado nuestra imaginación. Con proezas que muchas veces parecen increíbles, los practicantes de estas artes milenarias están envueltos en un hábito de misterio que raya en la leyenda.

El origen de las Artes Marciales se pierde en las nieblas de la Historia y el mito se entrelaza con la realidad cuando se habla de estos inicios. Según la tradición, las Artes Marciales fueron fundadas por Bodhidharma, monje de origen indio y octavo patriarca del budismo, así como fundador de la forma Zen de este último.



Cuenta la leyenda que Bodhidharma en medio de sus meditaciones budistas pensó que solamente a través del ejercicio mental y espiritual no se podía alcanzar la iluminación, pues el cuerpo, parte vital del ser humano, estaba siendo descuidado. Debido a esto, el monje desarrolló una serie de movimientos de transmisión de la energía corporal y comenzó a entrenar su cuerpo a la par que su mente y su espíritu.

Tras el desarrollo de estas técnicas, Bodhidharma sale de su templo e inicia una peregrinación por toda Asia, para expandir sus enseñanzas. Finalmente llega a China, en donde se establece en el monasterio budista del monte Songshan en la región de Shaolin. Una vez establecido, se retiró a meditar, durante nueve años, en una cueva ubicada en la Montaña de los Cinco Animales, en donde empezó a combinar sus ejercicios de energía con técnicas de defensa que observaba en los animales de la zona, dando inicio de las Artes Marciales.

De esta fundación mítica se supone que provienen todos los estilos marciales de Oriente, entre los que se destacan el Kung-fu, el Karate, el Taekwondo, el Hapkido y el Muai-Tai, entre muchos otros. De estos estilos hay uno que en los últimos años ha ganado una inmensa popularidad en todo el mundo, hasta el punto de convertirse en deporte olímpico: el Taekwondo.

Este arte marcial de origen coreano, y cuyo nombre significa "el camino o filosofía del puño y la patada" es un arte marcial moderno que surge como respuesta a la ocupación japonesa a Corea, haciendo que distintos maestros coreanos retomaran técnicas de las artes marciales tradicionales coreanas, como el Taekkyeon, el Hwarang-do y el Subak, fundando academias para entrenar militares. Con esto, el Ejército Coreano empezó a especializarse en estas nuevas formas de arte marcial, lo que lleva a un llamado del Estado para la unificación de la técnica/del arte marcial.

Debido a lo anterior, el General Cho Hong Hi inventa en 1957 el nombre Tae Kwon Do, y funda en 1959 la Federación Coreana de Taekwondo, dando origen al arte marcial que hoy conocemos y que, en 1980, pasa a ser deporte olímpico, logrando expandirse hasta ser el segundo deporte con más federaciones mundiales después del fútbol.

El Taekwondo es un arte marcial que se caracteriza por la gran variedad y poder de sus técnicas de pateo, mucho más amplias que otras artes marciales tradicionales, entre las que se incluyen patadas saltadas, con giros, altas y directas, haciendo énfasis en la agilidad y velocidad de los golpes, garantizando así la fuerza y la efectividad de los ataques.

Las principales técnicas de pateo, o chagui en coreano, son: Ap chagui: patada de frente con la bola del pie; Bandal chagui: patada en medialuna a la zona del torso, muy utilizada en la competencia deportiva; Yop chagui: patada de lado y muy poderosa que golpea con el filo externo del pie; Dollyo chagui: patada circular con el empeine, normalmente dirigida a la cara, Nerio chagui: patada de hacha, que golpea la cara del oponente con un movimiento fuerte y rápido de arriba hacia abajo, y Dollyop chagui: patada que mezcla la forma circular de la Dollyo, con la posición del pie de la Ap chagui, golpeando así la cara del oponente con la bola del pie. De estas patadas básicas se desprenden infinitas variaciones, a las que se añaden giros, saltos y cambios de posición.

Las técnicas de defensa, o maki en coreano, se centran en los brazos del practicante y sus formas básicas son tres: Are maki, defensa baja, Olgu maki, defensa alta o a la cara, y Monton maki, defensas al medio, que con sus variaciones dan al practicante la capacidad de defenderse de golpes provenientes de cualquier dirección.

Aunque el Taekwondo es conocido sobre todo por su faceta de combate, que es la aceptada como deporte olímpico, cuenta con una faceta mucho más artística y filosófica en su práctica que son las figuras, o formas, que en coreano se denominan Poomsaes. Esta cara del Taekwondo, consiste en una serie de desplazamientos combinados con técnicas de ataque y defensa, que representan combates imaginarios, así como principios y símbolos vitales para la filosofía coreana.



Los Poomsaes básicos, que deben aprender los cinturones de colores en su largo camino hacia la maestría, son llamados Taeguk. Estas figuras, ocho en total, van aumentando en complejidad técnica, física y filosófica, a medida que el practicante va avanzando en el dominio del Arte Marcial y son los siguientes: Taeguk Il Yang, Keon, que significa Cielo; Taeguk I Yang, Tae, que significa Alegría; Taeguk Sam Yang, Ri, que significa Fuego; Taeguk Sa Yang, Jin, que significa Trueno; Taeguk Oh Yang, Seon, que significa Viento; Taeguk Yuk Yang, Gam, que significa Agua (fluido); Taeguk Chil Yang, Gan, que significa Montaña (lo inmóvil); y Taeguk Pal Yang, Gon, que significa Tierra (fuerza, concentración).

Una vez recorrido este camino, los cinturones negros deben aprender 9 Poomsaes más, a medida que avanzan de Dan, que son los siguientes: Koryo que simboliza al hombre sabio, que se caracteriza por tener un espíritu marcial fuerte así como el espíritu de un hombre sabio y honrado; Keumgang, diamante, que hace referencia a "dureza" y "meditación"; Taebaek es el nombre de una montaña, cuyo significado es "montaña brillante" y es sagrada para la filosofía Coreana; Pyongwon simboliza una llanura que es un espacio vasto y amplio, y hace referencia a la tranquilidad y la paz; Sipjin es derivada de la longevidad de los números decimales, la cual asegura que existen diez criaturas con larga vida, a saber, el sol, la luna, la montaña, el agua, la piedra, el pino, la hierba de la juventud eterna, la tortuga, el ciervo, y la grulla; Jitae que representa un hombre parado con los dos pies sobre el suelo observando el cielo. El hombre en la tierra representa la forma de lucha por la vida humana, como la patada, salto e intercambio en el suelo; Chonkwon que representa el gran poder del cielo, que es el origen de las criaturas y el mismo cosmos; Hansu que representa el agua como fuente o sustancia que preserva la vida y el crecimiento de todas las criaturas; y llyeo representa el pensamiento de San Wonhyo, un gran sacerdote budista de la dinastía Silla quien se caracterizó por la filosofía de la armonía de la mente [espíritu] y el cuerpo [materia].(Fuente: http://www.wtf.org/wtf_spanish/site/about_taekwondo/poomsae.html).



Como se puede ver en lo mencionado anteriormente, el Taekwondo, como lo indica su nombre, es más que una técnica de combate, es un camino de crecimiento personal y espiritual que lleva al practicante a dominar perfectamente su mente y su cuerpo, hasta alcanzar la maestría.

Este camino para aquellos que practicamos Taekwondo, está lleno de sacrificio, sudor, lágrimas e incluso llanto. Es un camino que tiembla el espíritu a través de la cortesía, la

integridad, la perseverancia, el autocontrol, el espíritu indomable y la disciplina. Es un camino que cambia vidas y que moldea caracteres, es el camino que han adoptado miles de colombianos, porque en nuestro país existen 31 regiones departamentales y regionales que han obtenido excelentes resultados deportivos a nivel internacional como es el caso de Katherin Dumar, quien obtuvo medalla de bronce en el Mundial de Taekwondo WTF Rusia 2015, u Oscar Muñoz, medallista de bronce en los Olímpicos de Londres en 2012, quienes nos han mostrado que ese camino de sacrificio y dolor también es un camino de alegría y triunfo, un camino en donde el practicante se puede realizar como persona y alcanzar sus sueños de manera esforzada pero hermosa.

Es por esto, para formar estudiantes íntegros física y mentalmente, que la Universidad del Rosario cuenta con su propia selección de Taekwondo, a cargo del maestro Gino Salcedo quienes es también el entrenador de la Liga de Taekwondo de Bogotá. Esta selección ha obtenido excelentes resultados a nivel universitario distrital y nacional, en los torneos de Cerros y ASCUN, por lo cual hacemos una invitación a la comunidad rosarista a participar en este equipo.