

EL BUDOKA

Nº 326 · IVª EPOCA · AÑO II · 2,50 € (IVA INC.)

Maestro Doo Hyung Cho

8º Dan de Hapkido
Korea Kido Association



Introducción al Wushu
Museo Ninja de Iga Ueno

Miaodao
El legado del General Qi Jiguang

El entrenamiento
en el Makiwara



EL HAPKIDO

La esencia de la tradición marcial coreana



00326

El Hapkido

El Hapkido es uno de los estilos más contundentes, versátiles e imaginativos del panorama marcial. Pero a la vez destaca por su fluidez, adaptabilidad...

SU
esencia



El Maestro Doo Hyung Cho cuenta entre sus alumnos con dos Campeones del Mundo y varios Campeones de Europa.

Seguramente no resulte arriesgado afirmar que la mayoría de las personas han oído alguna vez hablar del Karate, del Taekwondo o del Judo, ya sea gracias al cine, la televisión y a otros medios de comunicación. Sobre dichas artes marciales, de gran popularidad en Occidente, existen un sinnúmero de libros, reportajes y demás documentos que permiten que personas ajenas a ellas las conozcan mejor.

Pero como es bien sabido por todas aquellas personas más próximas a las disciplinas marciales, en el Mundo existe un gran número de artes marciales de las cuales algunas son más conocidas y otras lo son menos. Entre ellas cabe destacar al Hapkido, un arte marcial coreano rico en diversidad de técnicas y lleno de marcialidad.

Con el fin de divulgar este arte marcial en España, la **Asociación Kido España de Hapkido** se ha puesto manos

a la obra para confeccionar una serie de artículos que permitan a los lectores de la revista EL BUDOKA adentrarse en el mundo del Hapkido de la mano de la filial española de la "Korea Kido Association" y la "World Kido Federation", las dos organizaciones reguladoras de la enseñanza del Hapkido dentro y fuera de Corea del Sur.

El presente artículo –primero de la mencionada serie– trata de dar una visión global de los fundamentos del Hapkido, explicando cuáles son sus tres elementos principales y proporcionando una guía/descripción de los grupos de técnicas más importantes que lo componen. La historia del Hapkido, sus técnicas más representativas y el manejo de las armas coreanas son algunos de los temas que se abordarán en los siguientes artículos, que periódicamente irán apareciendo en esta revista.

En el lenguaje coreano, de estructura silábica, la palabra Hapkido recoge la esencia del arte marcial al que da nombre. Cada una de sus sílabas tiene un claro significado que se deriva de su grafismo chino original:

Hap: Unión, coordinación, armonía y equilibrio

Ki: Energía, fuerza

Do: Camino, vía, sistema o método

합기도

Por tanto, el nombre de Hapkido, traducido en términos literales, significa: "Método para Armonizar la Energía". Aunque este nombre es relativamente moderno (data de mediados del siglo XX), los orígenes del arte marcial en sí se remontan a muchos siglos atrás y de hecho se basan en las tres artes marciales clásicas de la región de Corea: el **Sado Mu Sool**, el **Bulkyo Mu Sool** y el **Koong Joong Mu Sool**. Todas ellas se fundamentan en los siguientes tres principios básicos:

Ryu (Principio del Agua)

La simbología del agua quiere dar a entender que ante el ataque de un adversario es necesario actuar con fluidez y flexibilidad para así evitar el efecto directo de su energía (en definitiva su ataque), pero simultáneamente poder alcanzar los puntos débiles en su defensa.

Won (Utilización del Círculo)

En la filosofía oriental, el círculo representa tanto el principio como la infinitud del Universo. Aplicado al Hapkido, la noción del círculo busca transmitir la idea de que no puede haber una finalidad en las artes marciales, sino que el desarrollo sostenido, tanto en la técnica como en el espíritu, sólo tienen lugar si la persona realiza un esfuerzo continuado y desinteresado.

Hwa (Principio de la Armonía)

El concepto de armonía trata de poner de manifiesto que todo aquello que acontece durante un enfrentamiento debe transcurrir de forma armónica, dejando claro que

el uso de la fuerza para contrarrestar la fuerza del atacante no es la estrategia más sabia a seguir. En cambio, el redireccionamiento de la energía del atacante a través de la armonía será el camino más llano hacia el control de la situación.

Aunque estos tres elementos principales puedan parecer a primera vista un tanto místicos, todos ellos se reflejan inequívocamente en las técnicas, formas y maneras que el Hapkido enseña. Por ese motivo el Hapkido no debe ser contemplado como un mero deporte u otro método oriental más de defensa personal, sino como un arte marcial dedicado a cultivar la fuerza mental mediante el inculcación a los Hapkidoín (practicantes de Hapkido) de valores profundos como la humildad, la autodisciplina, la lealtad y el respeto.

Uno de los puntos fuertes del Hapkido es la gran riqueza del conocimiento que transmite. A diferencia de otras artes marciales, el Hapkido no se limita a un aspecto determinado como pueda ser el combate o la defensa personal, sino que combina todos ellos para proporcionar un arte marcial completo y variado que permita al Hapkidoín desenvolverse con fluidez (**Principio del Agua**) ante cualquier situación y responder ante la misma de forma adecuada y proporcional (**Principio de la Armonía**). Dado que el dominio del Hapkido requiere el conocimiento de un amplio espectro de técnicas así como una buena dosis de habilidad y destreza, el Hapkidoín nunca tiene la sensación de haber llegado al fin, dado que siempre queda algo por aprender (**Utilización del Círculo**).

Con el fin de dar al lector una idea sobre la diversidad del Hapkido, se describen a continuación los grupos de técnicas más importantes de este arte marcial, donde conviene resaltar que todos ellos forman parte del entrenamiento diario del Hapkidoín y no son meramente temas teóricos del mismo.

Primeramente están aquellos grupos que tratan aspectos más fundamentales y más relacionados con la filosofía de las artes marciales. Algunos de ellos son practicados de forma explícita durante el entrenamiento, otros se aprenden de forma implícita a medida que se evoluciona en el conocimiento individual del Hapkido:

Hohup-bop

Las técnicas de respiración representan un pilar importante en la correcta práctica de las artes marciales, puesto que dotan al Hapkidoín no sólo de su capacidad de relajación y concentración, sino también de la herramienta necesaria para el control y proyección de la energía (Ki-bop).

Ki-bop

La palabra ki significa en chino energía o fuerza. Trasladado a las artes marciales, Ki representa la concentración y acumulación de energía que acto seguido es canalizada a la parte corporal encargada de ejecutar el golpe. El dominio del Ki requiere su tiempo y entrenamiento.

Sim-bop

Ya se ha mencionado antes que el Hapkido busca cultivar la fuerza mental de sus practicantes. Esta transformación se fomenta mediante la realización de



El Maestro Doo Hyung Cho (8º Dan de Hapkido y único representante oficial en España de "The Korea Kido Association" y "The World Kido Federation") es el presidente de la Asociación Kido España de Hapkido (Kidohae) con sede central en el Gimnasio Kong In (c/ León Gil de Palacio 3, E-28007 Madrid, Tel: 91 551 01 29).

ejercicios espirituales (Sim-bop) que desarrollan las dotes de percepción, juicio, paciencia, audacia, etc., con el fin de poder ser firmes ante cualquier realidad.

Durante la primera fase del aprendizaje del Hapkido, que se extiende desde el primer día en que el estudiante pisa el Dojang hasta que alcanza el grado de Cinturón Negro 1^{er} Dan, el Hapkido es confrontado con un elevado número de técnicas que incluyen no sólo las patadas y los puños típicos, sino también muchas técnicas de defensa y de caídas. Todas ellas se pueden englobar en los siguientes grupos:

Chase

Al igual que en la mayoría de las artes marciales, la enseñanza de las posturas básicas representa el primer paso a dar por el aprendiz. A medida que progresa en su aprendizaje, irá conociendo posturas más complejas, principalmente gracias al entrenamiento de los Hyongs (véase más adelante).

Su-bop

Saber usar los brazos para bloquear golpes y llevar a cabo ataques es crucial para el enfrentamiento en cortas distancias y por ello es de las primeras cosas que el Hapkido aprende y que debe dominar antes de poder completar la primera fase de su aprendizaje.

Jok-sul

En este grupo tienen cabida todas las técnicas de pie empleadas en el Hapkido. Además de las patadas más elementales como pueden ser la patada frontal (Ap Chagui), la patada lateral (Yop Chagui) o la patada circular por detrás (Dora Chagui), el Hapkido dispone de un gran arsenal de técnicas de pie con fines muy específicos. Un buen ejemplo de ello es la patada llamada Chagae Chon (patada para derribar a un jinete montado a caballo), cuyo nombre claramente indica su origen ancestral a la vez que su aplicación específica.

Yu- sul

Todo Hapkido debe dedicar una importante parte de su entrenamiento diario al aprendizaje, entendimiento y perfeccionamiento de la inmensa cantidad de técnicas de defensa que contempla el Hapkido. Sólo ya para la obtención del Cinturón Negro 1^{er} Dan el aprendiz debe dominar un total de 196 llaves organizadas en 17 grupos, donde cada grupo contempla una situación ante la cual se busca la defensa. Ejemplos de grupos son: defensa contra agarre de la muñeca (Son Mok Su), defensa contra agarre del traje (Ui Bok Su), defensa contra ataque con cuchillo (Dando Mak Gui), defensa contra inmovilizaciones en suelo (Wa Gui), defensa contra el ataque de dos oponentes (I In Chori Sul), etc.

Hyong

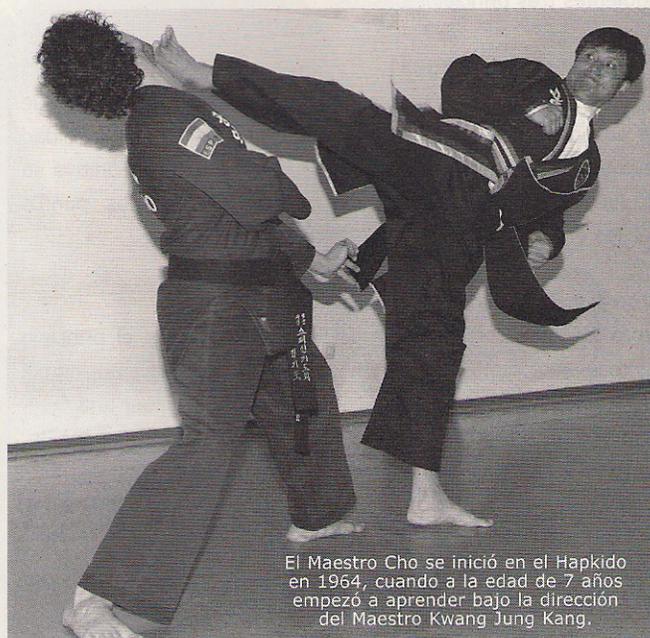
Todas las artes marciales con raíces antiguas disponen de las llamadas formas (en Karate serían las Katas y en Taekwondo los Pumses, por ejemplo). En Hapkido todo cinturón debe aprender un Hyong sin armas, siendo complementado en cinturones superiores por un segundo o incluso un tercer Hyong, pero esta vez con armas tales como el palo (Bong), la espada (Gum) o los dobles cuchillos (Ssang Dan Gum).

Nak-bop

Por si el Hapkido no tuviera suficiente con todo lo anterior, debe aprender a proteger su cuerpo de los impactos resultantes de proyecciones y barridos, para lo cual debe entrenar el arte de las caídas. El Hapkido dispone de una gran variedad de técnicas en este apartado que, básicamente, permiten absorber el impacto ocasionado por cualquier tipo de caída.

Daeryon

El arte de la guerra, que en definitiva es el origen de muchas de las artes marciales, no estaría completo sin el entrenamiento del combate. Dado que en el Hapkido está permitido realizar barridos y proyecciones, los combatientes tienden a tener más cuidado con no acercarse demasiado a su oponente, dado que en competición el punto por barrido no da lugar a dudas.



El Maestro Cho se inició en el Hapkido en 1964, cuando a la edad de 7 años empezó a aprender bajo la dirección del Maestro Kwang Jung Kang.

Kyokpa-sul

Dentro de este grupo se incluyen todas las técnicas de rompimiento que se emplean para partir tablas de madera, rasilones u otros elementos duros. La finalidad última de este grupo es la depuración de la técnica, la cual debe ser muy buena para evitar lesiones, y el endurecimiento de las zonas corporales empleadas para llevar a cabo tales rompimientos.

Bong-sul

Finalmente, el Hapkido se consagra al manejo del palo mediante el aprendizaje de varios Hyongs que hacen uso de él: forma de palo corto (Dan Bong Hyong), forma con dos palos cortos (Ssang Dan Bong Hyong), forma de palo mediano (Chung Bong Hyong) y la forma de palo largo (Chang Bong Hyong).

Al igual que sucede con muchas otras artes marciales, el verdadero potencial del Hapkido comienza una vez que el aprendiz ha alcanzado el grado de Cinturón Negro 1^{er} Dan. Llegado a este punto, el Hapkido debe dominar un total de 196 llaves, 8

El Maestro Cho obtuvo el título de Campeón de Corea de Combate Libre (modalidad en la que participan todos los estilos de Hapkido) en los años 1976 y 1978.



Hyongs con un total de 250 movimientos, 16 tipos de patadas, 8 tipos de bloqueos, 10 técnicas de ataque con el brazo, 17 puntos vitales, 6 tipos de caídas, el manejo del palo corto (simple y doble) y el manejo del palo largo.



Desde febrero de 1981, en que llegó a España, el Maestro Doo Hyung Cho tiene la misión de divulgar en nuestro país el arte marcial coreano Hapkido y ejercer de Quiropráctico gracias a sus estudios universitarios de Medicina Tradicional Coreana.

A partir de aquí el Hapkido in extende sus conocimientos en los grupos anteriores mediante técnicas avanzadas y aprende el manejo de varias armas adicionales que se engloban en los siguientes grupos:

Gum-bop

El arte de la espada tiene su lugar en este grupo, donde el Hapkido in es adiestrado en su manejo mediante el aprendizaje de varios Hyongs que consiguen que maneje la espada con soltura y decisión.

Pobak-sul

Estas técnicas se valen de cualquier artilugio apto para atar (como pueda ser un pañuelo, un cinturón o una cuerda) para contrarrestar el ataque del adversario y finalmente inmovilizarlo.

Danchang-sul

Las técnicas que hacen uso del bastón como medio de defensa son herencia directa de las enseñanzas que los budistas con-



El Maestro Cho, toda una institución dentro del Hapkido, está dedicando todo su esfuerzo y sabiduría en la divulgación del Hapkido en España.

sagrados en el **Bulkyo Mu Sool** transmitieron al pueblo Coreano durante el siglo XVI. Hoy en día el Hapkido no se podría considerar un arte marcial Coreano si no incluyera dicho conocimiento.

Buche-sul

Si en vez de algo flexible para atar se dispone de un objeto más rígido (como pueda ser un abanico o un periódico enrollado), las técnicas a emplear para defenderse provienen de este grupo, donde se enseña a usar el abanico para bloquear, golpear y pinchar.

Finalmente cabe destacar que el largo camino seguido por el Hapkido in no concluye una vez alcanzado el grado de Cinturón Negro 4º Dan, sino que todos los grados posteriores también requieren el aprendizaje de nuevas técnicas y Hyongs, lo que hace del Hapkido un arte marcial para toda una vida.

Miguel Hermanns Navarro, CN 2º Dan
Asociación Kido España de Hapkido
www.hapkidohae.com



Fotografías Chema Díaz (Diario AS)