

INFORMACIÓN GENERAL

¿Qué es el SOO BAHK DO MOO DUK KWAN?

Es un arte marcial tradicional coreano metodizado por el JSJ Hwang Kee cuyo lanzamiento oficial se realizó en noviembre de 1945. Si bien sus reales orígenes se remontan a varios siglos en el tiempo, JSJ HWANG KEE, lo metodizó y le dio ese nombre luego de muchos años de preparación y esfuerzo personal.

Este arte marcial reconoce gran influencia China: ya que su fundador estudió mucho tiempo bajo la instrucción de un maestro chino llamado Yan Kuk Jin. Okinawense: ya que, durante los años de ocupación japonesa en Corea, los únicos libros de artes marciales autorizados eran precisamente de este origen.

Pero su mayor influencia es el gran aporte extraído del libro de artes marciales coreanas más antiguo que se conoce llamado MOO YEI DO BO TONG JI. Este libro fue profundamente estudiado durante años por Hwang Kee a partir de 1957, año en que lo encontró en una biblioteca de Seúl, Corea, y finalmente traducido por él mismo para su posterior difusión entre los practicantes de Soo Bahk Do. Es en este libro donde se detalla el Arte Marcial desde dinastías de más de 2700 años atrás, denominada Soo Bahk.

¿Qué es un arte marcial?

Un arte marcial está caracterizado por el hecho de que el principal objetivo que persigue es el de proveer conocimientos a la persona para lograr un mejor estado integral de sí misma, alargando y mejorando su vida, mantenerla como si fuera una eterna primavera. Si bien los conocimientos se consiguen a través de la práctica de técnicas de defensa y ataque, usando manos y pies, el principal objetivo no es el de convertir a una persona en un arma mortal, sino todo lo contrario, alguien que sirva para afianzar la paz mundial. Por tanto, se debe tener claro que el más importante principio de un arte marcial es que la mente es el actor primario y el cuerpo el secundario. Por último, hay procesos que son importantísimos a la hora de practicar nuestro arte marcial: a) La vía de la virtud y el deber; 2) El respeto y conocimiento de la naturaleza (el ki); 3) Saber que el cuerpo se convierte en un arma; 4) El conocimiento del ambiente social. También para saber que según el fundador del estilo el propósito que existe detrás de un verdadero arte marcial es la prolongación de la vida útil más allá del período de vida normal, manteniéndola siempre como si fuera una eterna primavera.

Se distingue a un artista marcial de un deportista, por la diferente motivación, mientras que para el deportista el objetivo es buscar la victoria en una competencia, para el artista marcial el objetivo es mental e interno más que externo, ya que lo marcial se

nombra MOO DO, lo que contempla la palabra MOO que lleva implícita la acción, una acción no agresiva, sino defensiva, la marcialidad destinada a preservar toda forma de vida. Y también contempla la palabra Do (TAO), que se refiere a los principios fundamentales de la naturaleza, el vacío que genera. En forma sucinta también se puede agregar como necesario para que el MOO sea la acción descripta, el MUN o educación, cultura, conocimiento, ya que sin estos elementos la acción puede llegar a ser mal dirigida.

Por tanto, solo es un artista marcial que tiene el conocimiento necesario para dirigir su entrenamiento marcial hacia la detención de conflictos, manifestándose en forma de defensa y contraataque, y siempre regida por los principios fundamentales del TAO. Solo así el artista marcial podrá ser reconocido como un MOODOIN.

¿Qué significa SOO BAHK DO MOO DUK KWAN?

Toda palabra oriental tiene su traducción literal (es decir palabra por palabra) pero también tiene su significado especial o intrínseco. En cuanto al significado literal de las palabras podemos decir que Soo = Mano; Bahk = Golpe; Do = Método o Camino; Moo = Aspecto marcial, marcialidad; Duk = Virtud y Kwan = Escuela. O sea que siguiendo su traducción literal el SOO BAHK DO MOO DUK KWAN es el Método del Golpe de Mano a través de la escuela de la virtud Marcial. Ahora bien para entender cabalmente el SOO BAHK DO MOO DUK KWAN, debemos atender principalmente a su significado interior, el que podemos traducir de la siguiente manera, Soo = El hombre en cuanto ser humano; Bahk = la maestría o perfeccionamiento; Do = el método, vía o camino; Moo = Si bien sigue siendo el aspecto marcial, pero sólo en cuanto disciplina que tiende a evitar o no generar conflictos, su representación es una mano deteniendo una espada, por lo tanto su significado interior es el de la no lucha la no-violencia, ni externa ni interna; Duk = es la virtud que nos permitirá mantenernos en armonía con el Universo y a través de ello poder hacer realidad el Moo y Kwan = es la escuela o la fuente de conocimientos. Por lo tanto, si queremos traducir en forma completa el significado de SOO BAHK DO MOO DUK KWAN, debemos decir que es **“la fuente de conocimientos que nos permite adquirir la virtud de armonizarnos con todo lo creado y su energía para poder detener y evitar los conflictos internos y externos con el objetivo final de ayudar a conseguir la paz sobre la Tierra. El método por el cual se consigue esto, es la vía o camino por el cual se dota de maestría o habilidad al hombre en cuanto a su calidad de ser humano.”**

Finalmente, estar en el SOO BAHK DO MOO DUK KWAN es abrazar el deseo de disciplinarnos para conseguir la armonía necesaria para poder ser centro de armonía y no generador o receptor de conflictos.

¿Cómo está organizado el SOO BAHK DO MOO DUK KWAN a nivel mundial?

Está agrupado en el WORLD MOO DUK KWAN Inc., cuyo presidente en el ámbito mundial es el Kwan Jang Nim HYUN CHUL HWANG, quién sucedió a Jang Shi Ja HWAN KEE después de su paso a la inmortalidad, y con sede central en Seoul, Corea. Existen diferentes zonas en el mundo, que agrupan países de su entorno. En nuestro caso Argentina pertenece a la Zona 4 que abarca Latinoamérica. Entre ellas, federaciones de México, Puerto Rico, Panamá, Argentina, Chile, Costa Rica, Brasil y Uruguay. A nivel técnico Argentina depende de Francisco Rafael Blotta Sabom Nim, quién a su vez depende directamente del Hyun Chul Hwang Sabom Nim, hijo del fundador de la escuela. A la fecha de la presente actualización de estos escritos, debo mencionar que JSJ Hwang Kee falleció en Julio de 2002, por lo que a la fecha el Kwan Jang Nim, es su hijo y sucesor Hyun Chul Hwang.

¿En Argentina, dónde se practica?

Actualmente se practica en las regiones de Mendoza, Buenos Aires, Mar del Plata, Córdoba, Carlos Paz, San Luis, Santa Cruz, Salta, Catamarca. Se realizan seminarios a lo largo del año, y un torneo Anual en alguna de las sedes. Incluso se han llevado adelante la realización de varios eventos internacionales en Argentina. Técnicamente está dirigida por el TAC Nacional (ver Organización Moo Do), y administrativamente, por la Asociación Argentina de SooBahkDo MooDukKwan, legalmente constituida.

¿Cuáles son los principios fundamentales de la práctica del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN?

La práctica del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN está basada en los principios del **TAO (Do)**, y fundamentalmente en el **SIP SAM SEH**, importante creación de JSJ Hwang Kee, ya que en forma de versos da los principios fundamentales que debe tener todo arte marcial. Además, existen **8 CONCEPTOS CLAVES** que dan pautas para desarrollarse y crecer como artistas marciales, los **5 VALORES** y además de los **10 PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DE FE** que nos hablan de la forma en que podemos crecer como seres humanos. Para aprender sobre estos fundamentales conceptos se deberá estudiar los anexos correspondientes. Un libro fundamental para entender estos principios es el libro llamado **MOO DO CHUL HAHK (Filosofía del Moo Do)**.

¿Que significado tiene el escudo del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN?

El escudo del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN está formado por la figura de un puño dorado visto de frente, rodeado de hojas de laureles a ambos costados, cada uno con catorce hojas verdes y seis bolitas rojas, bajo los cuales se encuentra una cinta en color azul con las palabras Soo – Moo - Bahk. El significado de este hermoso escudo es fundamental para tener una idea de los fines perseguidos por el Soo Bahk, ya que el puño dorado representa el empeño o esfuerzo de movilizarse en pos de la verdad, el honor y la justicia. Las catorce hojas de cada laurel representan la cuna del Soo Bahk, o sea las catorce provincias de Corea, ya que es muy importante conocer en qué ambiente nació y se desarrolló este arte marcial. Las seis bolitas rojas representan a los seis continentes en los que actualmente tiene representación el Soo Bahk, y paralelamente muestra el deseo de que el SOO BAHK DO MOO DUK KWAN sea difundido en el ámbito mundial sin discriminación de raza, credo o religión. La leyenda al pie del escudo muestra el Arte marcial o Soo Bahk, palabras que ya hemos descrito en nuestras anteriores respuestas y en el centro y entres ambas palabras el término Moo, dándonos de esta manera el diseño de que lo fundamental de este arte marcial es la no-violencia, la no-guerra, la no-generación de conflictos. El color azul de la cinta es muy sugestivo ya que representa el color del agua, que en oriente el agua es el elemento que representa el conocimiento. Es decir que nuestro escudo podría leerse de la siguiente manera: **“El SOO BAHK DO MOO DUK KWAN es el conocimiento nacido y desarrollado en Corea para ser difundido a nivel mundial para darle al hombre disciplina suficiente para lograr la maestría necesaria para poder ser generador de armonía y amor suficientes para detener los conflictos y en caso de ser necesario movilizarnos sólo con verdad, honor y justicia.”**

¿Qué significado tiene la bandera de Corea?

La bandera de Corea tiene en su centro la representación del Yin y el Yang, o mejor dicho el Um y Yang en coreano. Estos dos semicírculos, que tienen un diagrama muy especial, pues representan la doble polaridad de energía (positivo y negativo) presente en todas las cosas creadas, y su particular dibujo indica que algo de Um está presente en Yang y viceversa, es decir que nada es totalmente Um ni nada es totalmente Yang, además dan la perfecta impresión de que uno sigue al otro, como si estuvieran en un permanente movimiento circular, lo que da la clara visión de que nada es estático, sino que todo lo contrario, todo es movimiento en el Universo. El funcionamiento de Um y Yang se denomina Tae Guk, quien a su vez debe su movimiento de cambio al principio de la armonización que ejerce la neutralidad del Do. En cada ángulo de la Bandera figuran unas líneas rectas, algunas continuas otras divididas en dos, que reciben el

nombre de trigramas, y que tienen el significado de Cielo, Tierra, Agua y Fuego, conceptos estos muy importantes al momento de entender la filosofía oriental.

¿Por qué se usan cinturones de color?

El color del cinturón, además de tener un importante sentido filosófico, da idea del avance dentro de la práctica del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN. El significado filosófico de cada color se puede interpretar como sigue. El color blanco representa el invierno, su potencial en este momento de su entrenamiento está cubierto por el blanco puro de la nieve, está el practicante todavía no tocado por el conocimiento y la experiencia del Soo Bahk Do, tanto como el cinto blanco comience su entrenamiento y el tiempo pase, su verdadero potencial comenzará a surgir y mostrarse a sí mismo. El cinturón naranja, no tiene significado filosófico propio, pero representa el período de tiempo entre invierno y primavera. A través de su práctica de Soo Bahk, el cinto naranja comenzará a descubrir algo de la nieve para ver quién es realmente el practicante y qué es lo que realmente hace. A través de la continua práctica y dedicación el cinto naranja quedará expuesto a nuevos desafíos físicos y disciplina mental. Al pasar el tiempo el cinto naranja comenzará a ver el crecimiento del potencial en carne propia, igual que una flor emerge a través de la nieve entre invierno y primavera en busca de los elementos que lo habiliten para alcanzar su pleno potencial. El color verde representa la estación de primavera. A través de sus esfuerzos y acción continua en Soo Bahk Do el cinto verde habrá traído el crecimiento de la primavera, y verá el crecimiento de su potencial de manera más visible, como una planta, limpia y saludable desde la tierra. A través del cumplimiento de su responsabilidad de continuar practicando bajo la guía de un instructor certificado de Soo Bahk Do su conocimiento y habilidades físicas continuarán creciendo tal cual una planta continúa creciendo y pronto florecerá. El color rojo representa el verano, y como cinto rojo el practicante no tiene temor, el entrenamiento lo ha preparado para aceptar cualquier desafío con confianza y actitud positiva, tiene ahora aún mejor entendimiento del Soo Bahk Do y bajo la continua guía de un instructor comienza a prepararse para el siguiente estado del entrenamiento, madurez y cosecha. El color de los Dan es azul y no negro como en cualquier arte marcial. Esto es así, porque nuestro Kwan Jang Nim dice que el color negro se alcanza cuando no hay nada más que aprender, no hay nada más allá del lugar en dónde nos encontramos, mientras que una persona que está viva siempre tiene algo por aprender, o sea puede lograr nuevos conocimientos, y el conocimiento tiene el color del agua, representado por el color azul. Luego de que un dan se convierte en Ko Dan Ja (cuarto dan en adelante) agrega una franja roja al centro del cinturón y a lo largo de todo el cinto. Esto tiene un significado muy especial, y está relacionado con el hecho que el maestro debe ser muy fuerte por dentro pero muy suave en su exterior (Neh Khang Weh Ju). Los cinturones se van obteniendo a medida que el practicante de SOO BAHK DO MOO DUK KWAN rinde exámenes adecuados para cada nivel. Lo

verdaderamente importante es que obtener un color de cinturón no se convierta en una carrera, sino que el que lo obtiene realmente sienta que representa su verdadero nivel de crecimiento.

¿Qué objeto tiene el cumplir con las formalidades tales como el saludo, etc.?

Como el SOO BAHK DO MOO DUK KWAN se trata de un arte marcial tradicional, basa su fundamento en el respeto hacia los símbolos que reflejan su filosofía, la patria de nacimiento del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN, la de su fundador y del país en el que se está aprendiendo. También mediante el saludo a las personas, según sea su nivel de jerarquía, se refleja la humildad y el respeto que debe tener todo practicante de artes marciales. En cuanto al saludo a los compañeros de práctica, éste refleja el sincero agradecimiento por ayudarnos a continuar con nuestro aprendizaje, ya que nuestro compañero nos presta su atención, energía y físico para que podamos adquirir nuevos conocimientos aún a riesgo de su propio sacrificio personal. Todo esto es parte algo muy grande e importante denominado MOO DO JA SEH.

La expresión física de Soo Bahk Do es MOO DO JASEH. Sabemos que MOO DO es UN LENGUAJE (el lenguaje espiritual o físico). Jaseh es una postura. Necesitamos una buena postura tanto física como espiritual. Ja significa forma y belleza. Seh significa aspecto o fuerza.

Manera (Ja) significa:

1. Una manera de hacer algo o la forma en que algo se hace o sucede.
2. Una forma de actuar, producir, o comportarse.
3. Socialmente forma correcta de actuar.

Aspecto (Seh) significa:

1. Una forma de que algo puede ser visto por medio de la mente.
2. Aspecto de los ojos.

Moo Do Jaseh es una manifestación física de **ma'ulm**. Por lo tanto, la forma de realizar el Moo Do jaseh determinará su proximidad con el arte de Soo Bahk Do. La forma de presentar un Chung Gul Jaseh, por ejemplo, es una manifestación de su ma'ulm. Del mismo modo, la forma en que usas tu dobok dirá mucho acerca de quién eres como persona. Un dobok sucio y arrugado cuenta una historia diferente a un dobok limpio y bien planchado. Moo Do Jaseh lo es todo en nuestra formación, incluida la forma de atar el cinturón y la forma de comunicarse con los juniors, seniors, y el público en general. Moo Do Jaseh se manifiesta a través de tu caminar, tu tono de voz, tus palabras y tus acciones. Desde el punto de vista espiritual, todo el comportamiento ético es Moo Do jaseh y se

puede resumir con el término-Duk Haeng (acción virtuosa). Moo Do Jaseh se manifiesta en cada una de nuestras acciones. Si este es el caso, entonces cada acción refleja nuestra filosofía. A medida que uno practica más y más, y se acostumbra a actuar con buen Moo Do Jaseh , todo lo que hacemos se convierte en ceremonioso, no como resultado de la repetición inútil, sino como resultado de un esfuerzo sincero, coherente y natural.

Las acciones se convierten en ritos de como atamos el cinturón, planchamos nuestro dobok, como limpiamos el Do Jang, y como nos ayudamos mutuamente. Cuando todas estas cosas se hacen ritos o ceremonias, uno llega a ser más que un artista marcial. Usted se convierte en un artesano de Soo Bahk Do. El arte lo define a uno y uno contribuye a definir el arte. Cuando usted se convierte en todo un artesano, que se convierte en un escenario de serenata, lleno de belleza. Esta es la verdadera maestría.

¿Cómo se reconoce la antigüedad de cada practicante senior (Dan) en SOO BAHK DO MOO DUK KWAN?

Cada practicante al aprobar su examen de dan, recibe su número de registro en el Libro de Dan de SOO BAHK DO MOO DUK KWAN que se lleva especialmente en la Sede Central en Corea y bajo la directa supervisión del Kwan Jang Nim. Este número recibe el nombre de DAN BON, y se trata de un número que en forma correlativa creciente se le da a cada dan y que conservará por el resto de su vida. Este número nos da la exacta antigüedad que tiene cada Senior dentro del sistema. Cuando se desarrolla algún evento en dónde existen Dan que nunca se han visto antes, y tal vez ostentan el mismo nivel de cinturón azul o Kodanja, sabe cuál es el lugar que le corresponde en la fila al conocer el número de Dan Bon de las otras personas. Este número es muy respetado entre todos los miembros Senior a nivel mundial, porque representa el instituto de la jerarquía dentro del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN.

¿Qué son las llamadas técnicas básicas?

Las técnicas básicas, son un conjunto de movimientos simples o individuales que se enseñan para que el alumno aprenda a conocer paso a paso las técnicas para el correcto uso de su cuerpo, especialmente de sus manos y pies. Dentro de las técnicas básicas se aprenden bloqueos y golpes dados con las manos y con las piernas, se aprenden las distintas formas de pararse o posiciones, y que dan estructura a cada técnica que se utilizará en el futuro, y lo que no es menos importante, sino que, todo lo contrario, la respiración. El rol del aprendizaje de las técnicas básicas es muy importante y equivalente al que cumplen los cimientos de una casa, ya que sin buenos

cimientos no es posible levantar buenas paredes y mucho menos un buen techo que dará seguridad y abrigo a sus ocupantes. Ahora bien, las técnicas básicas, que se realizan por lo general al comenzar una clase, también pueden y deben utilizarse para comprender mejor y lograr una buena armonización entre cuerpo, mente y espíritu. Es decir que, al ejecutar técnicas básicas, no se debieran hacer por el sólo hecho de que entreno un determinado movimiento, sino que, al prestar especial atención a cada movimiento, le estaremos dando el nivel de concentración adecuado para poder sentir como se unen nuestro cuerpo, con nuestra mente y nuestro espíritu. Una unidad dirigida al todo. Para esto debo recurrir a la guía experimentada de un instructor con conocimientos sobre meditación, respiración y conducción del Ki. Visto desde este punto de vista, las técnicas básicas adquieren un significado muy especial y las convierte en algo que regocija toda nuestra práctica. De más está decir que desde la técnica básica misma debe el instructor comenzar a guiar oralmente a los estudiantes a través de la filosofía interior del arte, especialmente el conocimiento de Sip Sam Seh, para que desde los primeros movimientos se familiarice con el flujo permanente de la energía, la importancia de iniciar todos y cada uno de los movimientos desde Huri (cadera), entender los principios básicos de la estabilidad y el movimiento, y de comenzar a percibir el cambio de lo lleno a lo vacío. Si esto no se hace, es como si le enseñáramos a caminar a un niño mal y después tratamos de corregirlo cuando ya ha hecho un hábito muy asentado el hecho de caminar mal, lo mismo con la forma de hablar, de tomar los cubiertos, etc. El estudiante debe ser guiado desde el primer momento en forma suave y de manera que entienda la simpleza de los conceptos del Sip Sam Seh, neutralidad, um y yang, así con el correr de los años, estaremos generando mejores practicantes de nuestro arte marcial, verdaderos MOODOIN.

¿Qué son los Hyungs o formas del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN?

La práctica de técnicas básicas de pies y manos, y el acondicionamiento del cuerpo es el comienzo del estudio del arte del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN. Si miramos el combate actual, las formas no parecen ser necesarias en el arte marcial. Sin embargo, practicando formas se perfecciona la habilidad de ejecutar técnicas de manos y pies libremente. Es fundamental hacer el mejor uso posible de nuestro cuerpo en todo momento. Algo básico en todo arte marcial, es que las técnicas básicas son aprendidas y luego aplicadas y transformadas en formas. Toda forma en nuestro arte marcial tiene una unidad y un propósito. Por lo antes dicho, las formas básicas consisten en un bloqueo, un golpe y giros programados para desarrollar control, ritmo, poder y velocidad. A medida que las formas progresan, las formas se van volviendo más complejas en la variedad, combinación y secuencia de bloqueos, patadas, golpes, saltos y giros. Una forma avanzada puede llevar años de diaria práctica y una intensa concentración. La forma bien ejecutada y con cierta perfección, es una exquisita fusión de mente y cuerpo, es un arte elevado y un objeto de belleza. Sin embargo, la forma no

es un arte en sí misma. La forma como un ejercicio, es aquella parte del arte que acondiciona la mente, el cuerpo y los reflejos para la presión que significa el combate libre y en última instancia para conflictos defensivos reales. Las secuencias de movimientos pueden simular respuestas a muchas clases de ataques y estrategias para la defensa contra un número de atacantes y aprender a controlar del espacio propio en correspondencia con la dirección de los ataques. En diferentes formas un discreto número de movimientos son puestos juntos en intrincadas secuencias y variados patrones. El practicante no recordará solamente el orden de la forma, sino que es más importante para él concentrarse en el equilibrio, ritmo, control de la respiración, la variación de la velocidad y el control del poder. Es más vital prestar atención a estas cosas para que la forma se aproxime más a un ideal viviente. Sería irrespetuoso considerar que uno conoce una forma simplemente en virtud de haber memorizado una serie de movimientos individuales. Si viéramos la forma como partes de movimientos individuales, seríamos testigos de habilidad, pero no de arte. La forma es el cuerpo madre o esencia de todos los aspectos de la técnica en las artes marciales. El practicante debe ejecutar las formas con sinceridad y con profundo compromiso con un ideal. Además, debe practicar sólo aquellas formas para las cuales está mental y físicamente preparado, sería irrazonable y presuntuoso realizar formas destinadas para un nivel superior, y se estaría haciendo un daño a sí mismo y un falso servicio a nuestro arte. En suma, para estudiar las formas uno debe estar preocupado por la aplicación y el significado detrás de cada movimiento y técnica, sea esta ofensiva o defensiva, de esta forma encontraría el significado detrás de cada movimiento, la interrelación entre movimientos y la razonabilidad de cada secuencia dentro del significado completo como un todo. Finalmente, si uno no fuera a considerar la historia, el valor, y el concepto de las formas, uno podría desarrollar cientos de formas con movimientos individuales adecuados. Esto sería, en efecto, un intento de crear nuevos ideales, una diferente filosofía. Aquello destruiría la integridad de nuestro arte marcial. El cuerpo de formas tradicionales nos ofrece más que suficiente desafío, dificultad y complejidad para toda una vida. Cada forma tiene su propio carácter, igual que cada persona tiene el suyo. Los elementos que le dan ese carácter distintivo a cada forma pueden ser entendidos como sigue:

1. Secuencia: La apropiada y correcta secuencia de movimientos en una forma particular.
2. Control del Poder: La liberación, contención y relajación de la energía explosiva del poder focalizado.
3. Contracción y expansión (Tensión y relajación): Manejo de la respiración y la exactitud en la acumulación y liberación de la energía o el poder.
4. Control de la velocidad y el ritmo: Coordinación y respeto de los patrones de movimientos a tasas apropiadas en cada subsecuencia dentro de la forma.

5. Dirección de los movimientos: Certeza de equilibrio y confianza en los pasos y cambios de dirección.
6. Espíritu o actitud: Evidenciar un sentido de calma y humildad basado en el autoconocimiento y dedicación a la forma perfecta.
7. Poder de la técnica: Rigor y fuerza de movimientos especialmente evidenciando un poder equivalente en ataques y defensas.
8. Entendimiento de la técnica de la forma: Demostrar en la forma que la secuencia de movimientos ha sido internalizada y fluye con la naturalidad y facilidad en la respuesta de los reflejos, esto quiere decir, sin la obvia intervención de pensamientos conscientes.
9. Distintas presentaciones de la forma: Evocación en el observador de conciencia vívida de específicas clases de ataques y de un número y dirección de atacantes para los cuales la forma fue diseñada.
10. Perfecto final o terminación: Como evidencia adicional de concentración y control, el último movimiento de la forma termina en el preciso punto en el cual comenzó, y luego se mantiene congelado o ajustado allí hasta que pueda retirarse.
11. Precisión de movimientos: La exactitud en la ejecución de un movimiento es un reflejo de la mejor de las coordinaciones lógicas de equilibrio, distancia, poder, habilidad y control.
12. Intencionalidad: Dirección y concentración de la atención completa sobre puntos de poder. La intención de los ojos comunica tanto la determinación de defender contra ataques y un plan predeterminado o deliberado diseñado para la defensa. Más allá, los ojos anticipan la dirección intentada de los movimientos por rápidos cambios y luego la concentración sobre un punto de poder.

¿Cuál es el principal aporte técnico que realiza el SOO BAHK DO MOO DUK KWAN?

El principal aporte técnico que realiza el SOO BAHK DO MOO DUK KWAN es el del uso apropiado de la cadera (HURI). Ya lo dice JSJ HWANG KEE en su Canción de las Trece Influencias (SIP SAM SEH), que la fuente de la voluntad reside en la cadera, y que en todo momento hay que prestarle atención a la cadera. El correcto uso de la cadera hace que los movimientos que efectuamos contengan una más alta dosis de energía, soltura y eficiencia. Nunca debemos olvidar que la cadera está ubicada a la altura de nuestro punto uno o centro de energía principal y de equilibrio, y por tanto al movilizar nuestra cadera en primer lugar, antes de efectuar el movimiento final, estaremos incorporando a ese movimiento el equilibrio y energía necesarios para que sean ejecutados de una manera más fluida y sin tanta intervención de la fuerza física. La

cadera debe ser utilizada tanto en golpes de manos, piernas, bloqueos, desplazamientos, giros y saltos; es decir en la totalidad de oportunidades en las que debemos mover nuestro cuerpo. Este uso de la cadera es lo que distingue principalmente al SOO BAHK DO MOO DUK KWAN de todos los otros artes marciales. Codos y rodillas deben permanecer como unidos por un cordón invisible a la cadera, estos solo deben moverse cuando la cadera los haya invitado a hacerlo. Por último, es importante conocer que la columna vertebral es el eje central vertical del cuerpo, la que es base fundamental de nuestro equilibrio, balance y neutralidad. Es responsable de que el Ki se eleve hasta la cabeza e incluso llegue al DAN JUN para su almacenamiento. La columna vertebral está apoyada en el centro de nuestra cadera, formando una natural balanza, en donde el lado izquierdo es UM y el lado derecho YANG, por tanto, cualquier posición fuera de equilibrio produce un exceso ya sea en el lado UM o el YANG, con conciencia en el abdomen y con una espina dorsal en buena posición, el equilibrio será restaurado. Este grupo, espina dorsal y cadera (UM YANG) son las que inician todos y cada uno de nuestros movimientos.

A veces lo que se dice tan fácil, en la práctica es bastante complicado de lograr su aplicación. Por ello lleva mucho esfuerzo y enfoque, lograr que la cadera sea el primer motor, y no los pies o brazos, que son los que en general, al ver el movimiento pareciera que se ha movido la cadera, pero en realidad no lo ha hecho en absoluto, sin que ha habido un movimiento no generado por Huri, entonces el Sip Sam Seh se ha descuidado, y por tanto el proceso carecerá del flujo de energía que el cambio de lleno a vacío produce.

¿Cuál es el principal aporte filosófico del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN?

El Moo Duk Kwan fue establecido por JSJ Hwang Kee el 9 de noviembre de 1945, basado en los principios básicos de filosofía (MOO DO CHUL HAHK) para contribuir al desarrollo humano en WEH GUNG (Poder externo), NEH GUNG (poder interno) y SHIM GUNG (poder mental/espiritual). Su método y su continua guía para desarrollarse en estas tres áreas es único para nuestro estilo y nos ha hecho capaces de crecer en nuestro MOO DO (arte marcial). No sólo es importante qué significan estos tres conceptos, sino que debemos tratar de llevarlos a nuestra vida cotidiana. En este orden de ideas podemos decir que WEH GUNG significa "poder externo". Esto se refiere a los movimientos físicos reales desde donde el poder es creado y es una cosa visible (YU SANG). La fundamental aplicación de Weh Gung en el entrenamiento es el uso de la cadera. Una de las áreas de énfasis en nuestro entrenamiento es el apropiado uso de la cadera tanto en acciones ofensivas como defensivas. Esto hace de nuestro estilo Moo Duk Kwan único y distinto de otros. El correcto uso de la cadera lo ayudará a crear energía de una manera más eficiente con un mínimo de esfuerzo y le permitirá ejecutar los movimientos con un máximo de poder y equilibrio.

NEH GUNG significa “poder interno”. Éste es el cambio real en nuestro cuerpo interno - por ejemplo, cambios creados por la respiración - desde dónde el poder es creado. La aplicación fundamental de Neh Gung en nuestro entrenamiento es en la respiración, ésta es muy importante en las ejecuciones de movimientos y además es la base de la vida. Las ejecuciones sin apropiada respiración se convierten en movimientos sin vida. La relajación (SHIN) y la tensión (CHOOK) son elementos muy relacionados con el Neh Gung. También SHIN CHOOK es uno de los ocho conceptos clave para la práctica del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN y es uno de los más importantes conceptos para la creación de poder. La apropiada respiración crea tanto SHIN CHOOK como CHOOK SHIN, los cuales giran creando poder. Para entender mejor la aplicación de Neh Gung en el entrenamiento, éste ayudará a incrementar la conciencia del mundo interno del propio cuerpo y utilizando la energía (KI) libremente. Esto es importante sobre todo cuando el artista marcial está entrando en edades maduras, el correcto entendimiento de Neh Gung puede ser utilizado para proveer y mantener la salud y la vida longeva. Para mejorar sensiblemente el Neh Gung, es fundamental el conocimiento y entrenamiento intensivo de las técnicas de MOO PAL DAN KHUM.

SHIM GUNG significa “poder mental/espiritual”. Éste el movimiento mental real - motivación - desde dónde el poder es creado. Shim Gung es una cosa invisible (MU SANG). La aplicación fundamental de SHIM GUNG en el entrenamiento está en el abdomen (DAN JUN). Hay muchos aspectos y una gran gama de desarrollos respecto del Shim Gung. Básicamente el abdomen (Dan Jun) es el origen del Shim Gung. La mente es el actor primario. La mente necesita comunicarse con el abdomen. Poniendo la mente en el Dan Jun y manteniendo la base de la espina erecta, su disciplina mental y física será activada, y esto constituye el escenario inicial del Shim Gung (poder espiritual).

Es muy importante saber que Shim Gung se conecta con Weh Gung a través del Neh Gung.

Ahora bien, SHIM GUNG, NEH GUNG Y WEH GUNG, deben estar presente los tres todo el tiempo al mismo tiempo.

¿Qué son el YU SANG y el MU SANG?

Son las dos grandes clasificaciones en las que se encuentra todo lo creado, y por ello también participan de la eterna dualidad del Yin y el Yang. YU SANG son todas las cosas visibles en el Universo. Es decir, son todos aquellos hechos físicos que es posible advertirlos con el solo hecho de utilizar nuestros sentidos. Participan de la calidad de Yu Sang, el cuerpo, sus partes, el movimiento que realizan, tanto externos (brazos, etc.) como internos (órganos internos). En cambio, MU SANG (MU es el NO SER) son todas las cosas invisibles en el Universo. Es decir que participan del concepto de Mu Sang los

sentimientos, los valores, el amor, la amistad, etc. O sea, todas aquellas abstracciones que los seres humanos solo “sentimos” como algo imposible de tocar, ver, oler, escuchar o gustar, ya que las cosas Mu Sang no puede percibirse a través de los sentidos. ¿Cuánto amor podemos ver?, ¿Cuánta amistad puede guardarse en un cajón? Por tanto, YU SANG es lo material y temporal, mientras que MU SANG es la esencia y por tanto eterna.

¿Qué es el KI?

En el principio de los principios sólo existía la COMPLETA NADA, imposible de imaginar, de ella surgió el NO SER SUPREMO, el UNO, energía total y que lo comprendía todo, que no tiene ni imagen ni forma, no puede nombrarse ni definirse, pero que forzado a ponerle un nombre se lo denominó **DO (TAO)**. Luego se dividió a sí mismo en dos dando origen al GRAN SUPREMO, y dio origen a la energía positiva y negativa, el **UM y el YANG (espacio y tiempo)**, y con esta división se dio comienzo a la creación de todas las cosas constituyendo el REINO DE LO MISTERIOSO, esta energía creó las estrellas las que al explotar y dividirse crearon los planetas, y en cada planeta la división continuó hasta que a partir del primer átomo de hidrógeno comenzó a palpar la vida primero en las aguas, luego en la tierra, hasta el nacimiento del primer hombre. Esta energía que procede de Dios, Hacedor Cósmico, o como se lo quiera llamar, que es la misma que se dividió a sí misma y dio origen al Universo, es la misma que habita en cada una de sus creaciones, esta energía es la que recibe el nombre de KI, que tal vez no se pueda ver o explicar cabalmente qué es, pero que indudablemente existe. Este Ki o energía, debe diferenciarse totalmente, es decir que es algo totalmente distinto a lo que comúnmente se llama energía - luz eléctrica, fuerza corporal o vitalidad, etc.- ya que la naturaleza del Ki es la que dio origen a todo lo demás incluso a lo que vulgarmente se llama energía. El Ki es inmanente en todas las cosas, y por ello nos conecta con todas las cosas, fluye libremente y todo lo toca. Cuando consciente o inconscientemente se desvía su fluir se causa daño mientras que cuando logramos que fluya libremente es causal de alegría, salud, bienestar y de amor hacia todas las cosas. Sería necesario en este punto volver al anexo de la Canción de las Trece Influencias (Sip Sam Seh, Base y Fundamento del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN).

Finalmente, ¿Qué es Ki?, Si analizamos el carácter chino para KI tiene en su porción superior unos trazos que representan VAPOR, ATMOSFERA, AIRE, el cual existe, pero no es visible al ojo, no tiene forma, y es vacío; en la porción inferior es un elemento representando la palabra “MI” la cual significa el arroz que los humanos consumen, lo que sustenta la vida, lo que produce. La combinación de ambos elementos forma la palabra KI la cual significa Poder, Fuerza o Energía primaria. También ki se traduce como respiración universal o simplemente aire. El concepto de ki va mucho más allá de

simplemente aire. Es mucho más que una fuerza elemental y que está manifestada por la energía de nuestros cuerpos.

Hay muchas clases de Ki, así como hay muchos tipos de energía. Los dos tipos de Ki relacionados con la respiración son Chun Ki (Ki del Cielo) y Ji Ki (Ki de la Tierra) similar a la energía que una planta extrae del cielo (chun Ki) y los nutrientes de la Tierra (Ji Ki), todo tiene Ki, algunos transmiten Ki más que otros, por ejemplo, el aire nos da a nosotros más Ki que la tierra.

En nuestros cuerpos el Ki es tomado a través de comer, a través de nuestra piel y principalmente a través de la respiración. Cuando respiramos el Ki es absorbido y almacenado en nuestros cuerpos. El área en la que el Ki es almacenado es llamada el Dan Jun (Ha Dan Jun) el cual se traduce como Mar Rojo o Mar de Ki.

El Dan Jun es el área del bajo abdomen debajo del ombligo. El Dan Jun guía, almacena y emite Ki a medida que el cuerpo lo necesita. Una vez que el Ki es absorbido y almacenado es dividido o usado en dos modos distintos; I) Dirigiendo el Ki, el cual es distribuido a través del cuerpo así puede éste funcionar. II) Como Ki protector el cual es dirigido a la superficie del cuerpo para protegerlo a Ud. de influencias o heridas provenientes del exterior.

El estudio y la práctica del desarrollo de nuestra energía es llamada Ki Kong lo que significa trabajo de adquisición de energía. Ki Kong es el modo para desarrollar e incrementar la energía en su cuerpo así puede ser ésta dirigida y transmitida por medio de su deseo o voluntad.

Si bien MOO es el elemento de marcialidad desde el punto de vista de evitar el conflicto ¿Qué es el conflicto o qué tiene que ver con el KI?

A través de los tiempos, y en el juego de la supervivencia del hombre, la conexión con el todo se fue perdiendo, y por tanto se fue bloqueando consciente o inconscientemente el flujo de Ki, lo que convirtió al Hombre en un ser necesitado de energía. Si nos trasladamos a nuestros días, vemos que el Hombre se esfuerza mucho por mantener sus posesiones, su ubicación, y al no estar conectado con el Todo, no puede renovar su energía (Ki) de forma natural, por tanto, recurre al recurso de “sacarle” la energía a los demás, o sea que obtiene su energía a través de la técnica de control que le permite extraer energía de los demás para sentirse más fuerte. Esto como se puede advertir fácilmente es el principal generador de conflictos. Conflictos estos de muy diversa modalidad, ya que el conflicto puede ir desde un simple enojo, hasta la violencia total, pasando por estados de falta de autoestima, depresión y una infelicidad permanente. el SOO BAHK DO MOO DUK KWAN a través de la práctica de la disciplina como arte marcial, invita al hombre a obtener la virtud y la maestría de conseguir su energía a través de la conexión con la fuente original e inagotable de

energía (Ki) que es el Universo y de esta manera, obteniendo el logro de convertir a sus practicantes en personas completas y felices ayudar a transmutar la energía negativa que genera el conflicto entre los hombres, en energía positiva y llegar de esta manera a cumplir con el objetivo de ser instrumento de la Paz Mundial.

Algo más sobre MOO. Su equivalencia con el WU WEI.

El término chino WU WEI que en coreano se dice **MU WI**, significa Mu = vacío – no ser y Wi = Acción, y se la puede definir como NO ACCION, pero contrario a lo que se podría entender como algo totalmente inactivo de pasividad plena, a lo que se refiere a la falta de acción posesiva, especulativa y que tiene por fin manipular personas y entornos. El MU WI, es la acción despojada de interés en el resultado, es lo que se hace por el sólo fin de tener que haber sido hecho, sin fijarse en los beneficios de realizarlo así. Por tanto, al estar despojada de toda especulación en los resultados, y al no estar dirigida a la manipulación, los conflictos no surgen por lo tanto el MOO se consigue del modo más natural posible. El término Moo participa de muchas formas en la filosofía de nuestra escuela. Podemos encontrar términos tales como:

MOO DO CHUNG SHIN, normalmente traducido como “**El Espíritu del arte marcial**” pero también se refiere a la **Actitud o Intención**, es un modo mucho más asertivo o Yang (positivo) de estar en la Naturaleza, el Moo Do Chung Shin es en sí mismo la filosofía puesta en acción.

En cambio:

MOO DO SHIM GUNG, es cual se refiere al **Espíritu**, el cual debe ser suave y calmado y productivo, mientras sigue siendo **poderoso**, este término (UM) hace más alusión al estado de la mente, lo cual lo convierte en un término más pasivo (Um – Yin) y también incluye al **AMOR**.

Moo cómo vemos tiene una referencia diferente en todos los términos, sin embargo, ellos son diferentes matices del significado, justamente como existen diferentes tipos de manzanas. Las manzanas siguen siendo manzanas en esencia, pero ellas difieren en tamaño, forma, color y gusto.

A esta altura estamos en condiciones de decir qué es el **MOO DO**. Moo Do, está formado por la palabra Moo, como ya se lo definiera a lo largo de este trabajo, y Do, que es el TAO, o sea que es la acción marcial pero que es guiada por los principios naturales del Do, o sea no es solo práctica de artes marciales, sino que es su práctica teniendo en cuenta la filosofía del Do (TAO).

MOO DO JA SEH

El propósito de Soo Bahk Do

Soo Bahk Do es nuestro Moo Do, o arte marcial. El "arte", o "Do", es un lenguaje del espíritu y el cuerpo, por lo tanto, "Moo Do" es el lenguaje del espíritu y del cuerpo a través de entrenamiento marcial. No es el Moo Do lo que importa, sino cómo lo expresamos lo que importa.

Muchos practicantes creen Soo Bahk Do se traduce como "camino del golpe de mano". Esta es una traducción inexacta y hace poco para describir a nuestro arte, mediante el etiquetado simplemente como una forma de ataque. Soo Bahk Do no se define como un método para golpear con las manos, en lugar Soo Bahk Do es una herramienta para fortalecer nuestro lenguaje espiritual y físico y mejorar en general el bienestar personal



fig.1

El término "Soo" significa "mano" pero la mano es una representación del cuerpo humano. Mira la figura 1 para ver la escritura ideograma para el término "Soo" (secuencia de comandos de Ideograma es un viejo estilo de la escritura china y el estilo de escritura primero que utilizó el término Soo Bahk). Es una representación del cuerpo humano con una cabeza, la médula espinal, y la cola (rabadilla). Las dos líneas horizontales simbolizan los brazos y las piernas. Realización de una mano real al revés, cada dedo representa una de las cinco ramas principales del sistema nervioso:

El dedo medio representa la columna vertebral. Los dedos índices y anular representan las piernas. El dedo pulgar y meñique representan los brazos.

El término "Bahk" tiene muchos significados incluyendo a enredarse, giro, vuelta, dar golpes, o cambia. Un ejemplo podría ser un agricultor remover el suelo que es una forma de cultivar la tierra. Otro ejemplo podría ser un herrero que trabaja con el metal golpeando y plegando para producir algo de valor. El que más se ajusta es el del maestro instruyendo a su estudiante. Cada traducción tiene una cosa en común: Bahk es un término para mejorar o cultivar. El símbolo de la izquierda es el mismo símbolo para "Soo", mostrando un cambio humano. Así como un granjero y herrero hacer un esfuerzo tremendo y trabajar duro para lograr el resultado deseado, nosotros, como Moo Do In (Practicantes del Arte Marcial) debe dar un esfuerzo sincero también. El cultivo de nuestro físico sólo llegará después del acondicionamiento físico intenso a medida que golpee, gire y cambie su cuerpo. El mismo proceso se requiere para un cambio espiritual. Sólo después de haberse expuesto a los desafíos de la vida y superarlos con éxito, eligiendo el camino de la virtud se puede lograr el refinamiento espiritual.

"Do" es un término abstracto que es traducido como un camino espiritual o la vía. El lado izquierdo del carácter representa un camino o vía de acceso y el lado derecho representa una cabeza. El do puede ser expresado y observado a través de nuestras acciones.

Por lo tanto, Soo Bahk Do significa en realidad el camino del arte del bienestar humano. Nuestro destino es mejorar todos los aspectos del yo. Tenemos que mantener todas las partes de nuestro ser saludable. Hay tres áreas distintas que debemos concentrarnos para mejorar:

Nuestra piel, los músculos y los huesos se relacionan con nuestra salud externa, físico. A fin de fortalecer nuestro cuerpo, tenemos que aplicar un método científico. Esto se logra en el Do-Jang como podemos mejorar nuestra fuerza, resistencia, flexibilidad, y la técnica. Nos vamos a fortalecer y mejorar nuestro cuerpo físico a través de Weh-Gung.

Nuestra salud interna se refiere a la forma en que comemos, dormimos y respiramos. El entrenamiento tanto en MOO Pahl Dan Kuhm y la MOON Pahl Dan Kuhm (de pie y sentado & Piezas de Brocado) mejorará la salud de los órganos internos a través de la respiración Ki-gong y la comprensión de O-Haeng. Nuestra salud interna está estrechamente relacionada con O-Haeng, O-Ki, y los correspondientes cinco órganos internos: riñones, hígado, corazón, pulmones y el bazo. Lamentablemente, son pocos los MOO DO IN que entienden las relaciones de O-Haeng, pero es un componente vital para la formación de Neh-Gung 内功 (esfuerzo interno sincero).

Nuestro espíritu, o ma'ulm, se relaciona con el corazón o el alma. No es intelectual, sino espiritual. Mayor entendimiento sólo es beneficioso siempre y cuando se aplique a cultivar una de estas tres áreas distintas: Weh-gung, Neh-gung, o de Shim gung. El valor de los 8 conceptos clave, por ejemplo, es mucho más que una norma para la mejora de la técnica marcial. Coraje, la concentración, la resistencia, la honestidad, la humildad, y otros son principios que deben ser grabados en su ma'ulm, y ponerlo de manifiesto en cada una de sus acciones, tanto dentro como fuera de la do-jang. Se trata del verdadero entrenamiento Shim-gung 心 功 (sincero esfuerzo espiritual).

Los tres actúan juntos para encontrar el bienestar. El compuesto nos da la buena salud y longevidad. Soo Bahk Do es el vehículo para mejorar cada uno de estos tres aspectos de nuestro ser y que es el propósito de Soo Bahk Do.

Kohn Kyung significa esfuerzo sincero. Con el fin de mejorar el mismo en estas tres áreas, es importante que haya un esfuerzo sincero. 功 Gung es otro término que se traduce en esfuerzo y es la base de los términos Shim-gung, de Neh Guong, y Weh Gung. Sólo mediante el ejercicio de esfuerzo sincero para cultivar el alma, la respiración y los órganos internos, y el cuerpo físico, el practicante de Soo Bahk Do tendrá éxito en el propósito final de Soo Bahk Do.

Soo Bahk Do nos ofrece varias herramientas para lograr su propósito de "rejuvenecimiento y la prolongación de la vida más allá de la duración normal":

Um Yang es el equilibrio, que significa armonía.

Sip Sam Seh, que comprende Pal Gwe y Oh Haeng (no debe confundirse con la canción del Sip Sam Seh).

Chil Sung

Yuk Ro (pronunciado Yoong-no).

Cada uno de estos es un instrumento importante, o bien es necesario estar conectado a la historia, la cultura y la filosofía de Soo Bahk Do. Son mucho más que simples listas o en condiciones de memorizar, pero tienen una gran importancia y aplicación en su Moo Do el entrenamiento dentro y fuera del Do Jang. Si no se puede aplicar estos principios tanto en su formación y vida personal, no se puede conectar con el arte. En la canción del Sip Sam Seh dice: "La falta de observancia [esos principios] con atención, será como perder su tiempo en un suspiro."

¿Cuál es la actitud que debe adoptar la persona que decide aprender y practicar el SOO BAHK DO MOO DUK KWAN?

La persona que concurre a un lugar de enseñanzas, y lleva consigo todo su bagaje de pre-conocimientos o preconceptos estará más dispuesto a juzgar que a aprender lo que su instructor o maestro está dispuesto a enseñarle. Quién puede poner más líquido en una copa cuándo ésta se encuentra ya totalmente llena. Si alguien persistiera en querer adicionar más líquido en dicha copa, ésta se derramaría y no agregaría ni una gota al interior de la copa. Por tanto, cuando una persona decide ponerse bajo un instructor o maestro para aprender el arte del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN, deberá ir a su encuentro como si fuera “una copa vacía”, es decir concurrir vacío de todo pre-conocimiento o preconcepto y dejar que las enseñanzas que se le imparten, por más simples o rudimentarias que parezcan penetren en ella. Siempre, y si así lo deseamos, hay lugar para más enseñanzas, siempre hay algo por aprender, esto permite que la vida continúe, incluso el instructor o maestro será discípulo de otro, y esto es muy importante, porque convierte al SOO BAHK DO MOO DUK KWAN en un arte viviente.

¿Qué es el estilo?

Esto debería responderse a través de la lectura del capítulo llamado **RYU PA**, escrito por el JSJ Hwang Kee en su primer tomo acerca del SOO BAHK DO MOO DUK KWAN. Al Respecto en su libro dice que Ryu Pa significa “las aguas de un río bajan divididas”. Esto quiere reflejar una verdad muy natural. Un río tiene un sólo origen y las aguas que baja por su cauce son siempre las mismas, pero no parecen iguales a través de todo su trayecto. Esto es así porque el agua al recorrer por sendas naturalmente excavadas en el terreno, puede que en algunas partes le toque pasar por un lugar apacible y sin ningún obstáculo geológico por tanto esas aguas y por ende ese río parecerá ser muy tranquilo, pero tal vez en alguna parte un brazo haya debido desviarse merced a alguna característica natural de su cauce y le toque pasar por un recorrido dónde abundan las rocas y otros accidentes naturales que vuelven a sus aguas turbulentas y casi violentas. ¿Esto significa que es otro río? ¿No es acaso el mismo río que sólo ha debido dividir sus aguas para poder seguir corriendo naturalmente y no estancarse? Es decir que el agua, a pesar de ser la misma, de llevar el mismo mensaje de frescura y naturalidad, ha debido ser de distinta manera en determinado momento debido a la zona que le ha tocado atravesar. No es acaso lo mismo que sucede en una familia, como cualquier otra del mundo, que los padres se van poniendo viejos y sus hijos van creciendo, y aunque pertenecen a una misma familia, cada hijo ha debido someterse a distintas circunstancias en su vida, y por tanto han tomado la palabra del padre y de la madre y han debido respetarlas y seguirlas, pero siempre de acuerdo con su propia experiencia de vida. También es lo mismo que pasa en todas las religiones, ya que cada predicador toma la palabra que le ha sido enseñada, y con toda su honestidad y sinceridad la trasladará a sus feligreses de

acuerdo con su personal modo de interpretarla. Pero debemos tener en cuenta que siempre se trata de la misma enseñanza recibida, del respeto de los ideales y creencias de sus iniciadores, y que es transmitida de acuerdo con la formación personal, a sus circunstancias de vida y su propio modo de ver o interpretar las cosas. Esto no quiere decir de ninguna manera que el sentido originario de lo transmitido se cambie, sino que sólo se los difunde de una manera distinta o no a la manera en la que se lo enseñaron a él.

¿Qué significa KWAN?

Si bien el término KWAN lo hemos traducido siempre por escuela, y así hicimos referencia en el punto **3)** guarda un significado mucho más profundo aún. KWAN en idioma coreano también hace referencia a **HERMANDAD o FRATERNIDAD**, e internamente Kwan representa la **Armonía de cuerpo, mente y espíritu**. Por último, me gustaría agregar que la palabra China para designar a los templos, monasterios o escuelas en dónde la enseñanza era entregada es **KUAN**, cuyo significado literal es **Contemplar u Observar**. O sea que podemos decir sin temor a equivocarnos, que Kwan es el lugar en dónde en un ambiente fraterno, con hermanos en la misma búsqueda, tratamos de encontrar la armonía de cuerpo, mente y espíritu, a través de la observación o contemplación de los hechos naturales que acompañan nuestra vida.

El significado interno de DO y DUK.

Así como se expresa en la introducción de la historia del Soo Bahk Do Moo Duk Kwan, nuestro estilo se basa en el Do, que no es otro que el TAO. La palabra china Tao, que es equivalente a la japonesa y coreana Do significa literalmente “camino, vía o sendero”, pero si tenemos en cuenta que el ideograma que sirve para escribir esta palabra está compuesto por una cabeza y unos pies, lo que a prima facie vendría a referir, que Do es el camino que recorre la cabeza, es decir el camino que se recorre usando la luz intelectual, pero también significa comienzo, luz, sentido y espíritu, la conciencia y es estar despiertos, podremos concluir que el DO viene a significar el camino, vía o sendero que permite vivir con lucidez y en actitud despierta caminando hacia el despertar interior.

El DUK, que es el vocablo coreano para la palabra china TE, se puede traducir por VIRTUD. El ideograma de la palabra china TE está compuesto de cuatro elementos: en primer lugar, dos pies, uno delante del otro, indicando la idea de movimiento, el segundo signo que interviene es una cruz que, teniendo en chino la equivalencia numérica de diez, simboliza la perfección y la armonización de los contrarios, a continuación, figura un ojo, alusión a la visión espiritual y en último lugar, aparece un corazón, símbolo de la realidad íntima del ser humano. Lo que indicaría que en realidad es una acción o potencia que mueve al ser humano para que en forma

armónica pueda crecer hacia la vida espiritual. También se le puede dar el significado de rectitud, eficacia, ley, fuerza o potencia, por consiguiente, el DUK es la virtud o fuerza del DO, la rectitud o eficacia que permite al principio supremo engendrar y mantener el orden universal. Por tanto, podemos ver que el DUK es la potencia que le da eficacia al MOO en su aspecto de evitar los conflictos internos y externos.

La Misión 2000 – Postulados básicos.

JSJ Hwang Kee ha dado especial énfasis en dirigir toda la energía de los practicantes del Moo Duk Kwan hacia la **MISIÓN 2000**. La misión se basa en seis postulados básicos, los cuales son:

- a) ***Relaciones humanas nacionales.*** El mejoramiento de las relaciones humanas comienza con su entrenamiento disciplinado. Aplicando la Filosofía del Moo Do en nuestro diario entrenamiento. Una vez que nos sentimos bien con nosotros mismos a través del entrenamiento, podemos hacer a otros sentirse bien con ellos mismos. Esto incluye a la familia, amigos, estudiantes y extraños.
- b) ***Relaciones humanas internacionales.*** Aplicar la filosofía del Moo Do en el entrenamiento con en el primer punto, pero aquí la influencia es hacia las personas de otros países.
- c) ***Organización Moo Do.*** Vivir de acuerdo con la filosofía del Moo Do en todo lo que hagamos, esto quiere decir que el Moo Do no es sólo un conocimiento intelectual, el Moo Do es “acción hacia”.
- d) ***Administración Activa.*** Mantener la disciplina de administración oportuna. Esto incluye certificaciones, papelería para efectuar exámenes y otros deberes administrativos.
- e) ***Organización de los miembros de Soo Bahk Do.*** Primero ser un miembro activo de la Federación. Luego participando activamente en los eventos de la Federación y hacer que nuestros estudiantes hagan lo mismo. Esta tarea está en conjunción con el punto uno.
- f) ***Estabilidad financiera.*** Conseguir que todos nuestros estudiantes estén registrados como estado fundamental para que brinden soporte financiero a la Federación. Tomar sabias decisiones financieras como un miembro de la Comisión Directiva para conseguir y mantener la estabilidad financiera de la Federación.

EL OBJETIVO TRASCENDENTAL: LA MISIÓN 2000

El Soo Bahk Do Moo Duk Kwan, tal como es, un verdadero arte marcial, tiene objetivos trascendentales, que van mucho más allá de un simple deporte o de un pseudo arte marcial, que sólo pone su mirada en el logro de objetivos meramente físicos, por el contrario la mirada del creador del Soo Bahk Do Moo Duk Kwan, el JSJ Hwang Kee, ha puesto su mirada en el futuro del desarrollo humano, el crecimiento de una generación de personas fuertes interiormente, libres para pensar, sanas de cuerpo, mente y espíritu, capaces de proceder correctamente, con armonía interior y exterior. Por ello encomendó, en 1989, a todos los Dan del mundo, orientar sus esfuerzos hacia la “Misión 2000”.

¿Cuántos, ¿NO DIGAMOS PRACTICANTES DE SOO BAHK DO, SINO DE LOS DAN CONOCEN LOS LINEAMIENTOS DE LA “MISIÓN 2000”? Esta es una pregunta que deberíamos poder contestar con toda seguridad, diciendo que TODOS, pero en la realidad no sucede así.

¿Qué es la Misión 2000?

Es el deseo más ferviente de JSJ Hwang Kee, el hecho de que cada practicante de Soo Bahk Do Moo Duk Kwan bajo la atenta guía de los instructores certificados, se convierta en un instrumento de la paz mundial. Ahora bien, ¿no es éste un objetivo, QUE, A PRIMERA VISTA, ¿PODRÍA CONFUNDIRSE CON UNA UTOPIA? Pues bien, no es así, ya que una utopía es algo que existe sólo en abstracción, y que es en efecto algo muy difícil de lograr, por no decir imposible. La “Misión 2000”, propone que cada uno de nosotros, a través de la práctica del Soo Bahk Do Moo Duk Kwan, logremos ser cada vez mejores personas, y para ello coloca en nuestras manos un instrumento extremadamente valioso. Al practicar conscientemente el Soo Bahk Do Moo Duk Kwan, el estudiante, sea novicio, adelantado o muy avanzado, deberá entrar en contacto con las bases filosóficas del estilo, tales como el Sip Sam Seh, los ocho conceptos claves, los diez principios de fe, y el conocimiento alternativo de los preceptos orientales acerca de la energía, el Um y el Yang, y tal vez conocer el TAO TE KING. Ya con el sólo hecho de entender el significado profundo del nombre de nuestro estilo Soo Bahk Do Moo Duk Kwan, comenzará a comprender de qué manera la “Misión 2000” puede empezar a convertirse en una realidad muy tangible, muy lejos de la utopía que suponíamos al principio.

Cuando cada persona, aprenda que puede dominar sus impulsos negativos, ser honesto y tener la suficiente humildad para reconocer errores propios, la grandeza para perdonar los fallos de los demás, estará fomentando su propia paz interior, su necesaria armonía, y sin darse cuenta quizás, estará llevando esa paz y esa armonía al resto de las personas que entran en relación con él. Así y por efecto multiplicador, al ayudar a otras personas a encontrar su propia paz y su armonía interior, éstas transmitirán el mismo efecto sobre otros, hasta llegar el momento, en que esa

pequeña piedra tirada al azar en un estanque, de aguas muy quietas, comenzará a hacer olas que moverán todas las aguas, y alcanzarán hasta las orillas más alejadas. No debemos olvidar que, al provenir nuestra existencia, de aquella primera que dio origen al Universo, pertenecemos a él, y por tanto cada una de nuestras acciones tiene efecto sobre la totalidad, entonces arrojemos piedras de bondad, de consolación, de ayuda, de apoyo, de consideración, en el estanque de la vida, en la que todos los seres humanos se bañan, para que las ondas que este acto cree muevan el agua y alcance a todos nuestros compañeros de existencia. De esta forma, la utopía habrá desaparecido, dejando en su lugar una realidad superior. ¡TOMEMOS CONCIENCIA!

Una sugerencia, el primer paso para armonizar nuestro espíritu es dejar de lado nuestro pesado bagaje de rencores, y comencemos a perdonar de verdad en nuestros corazones todas aquellas cosas que alguna vez creímos que eran malas para nosotros, perdonar de verdad, es restañar totalmente la herida y no dejar que nunca más aflore a la superficie, para que nuestros juicios o pensamientos estén libres de esa temible atadura y limitación. Seamos positivos y pensemos hacia delante, sin mirar por sobre el hombro.

El espíritu del MOO DUK KWAN esté para siempre con ustedes.