

MUSUL

Número 1. Primer trimestre. Año 1 (Noviembre 2.019)

LA REVISTA

G.M. Geoff J. Booth
Presidente de
International Hapkido Alliance
9º Dan



Pronto comenzaremos con la edición de nuestro documental



El 8º ITS se celebró en Sevilla con éxito

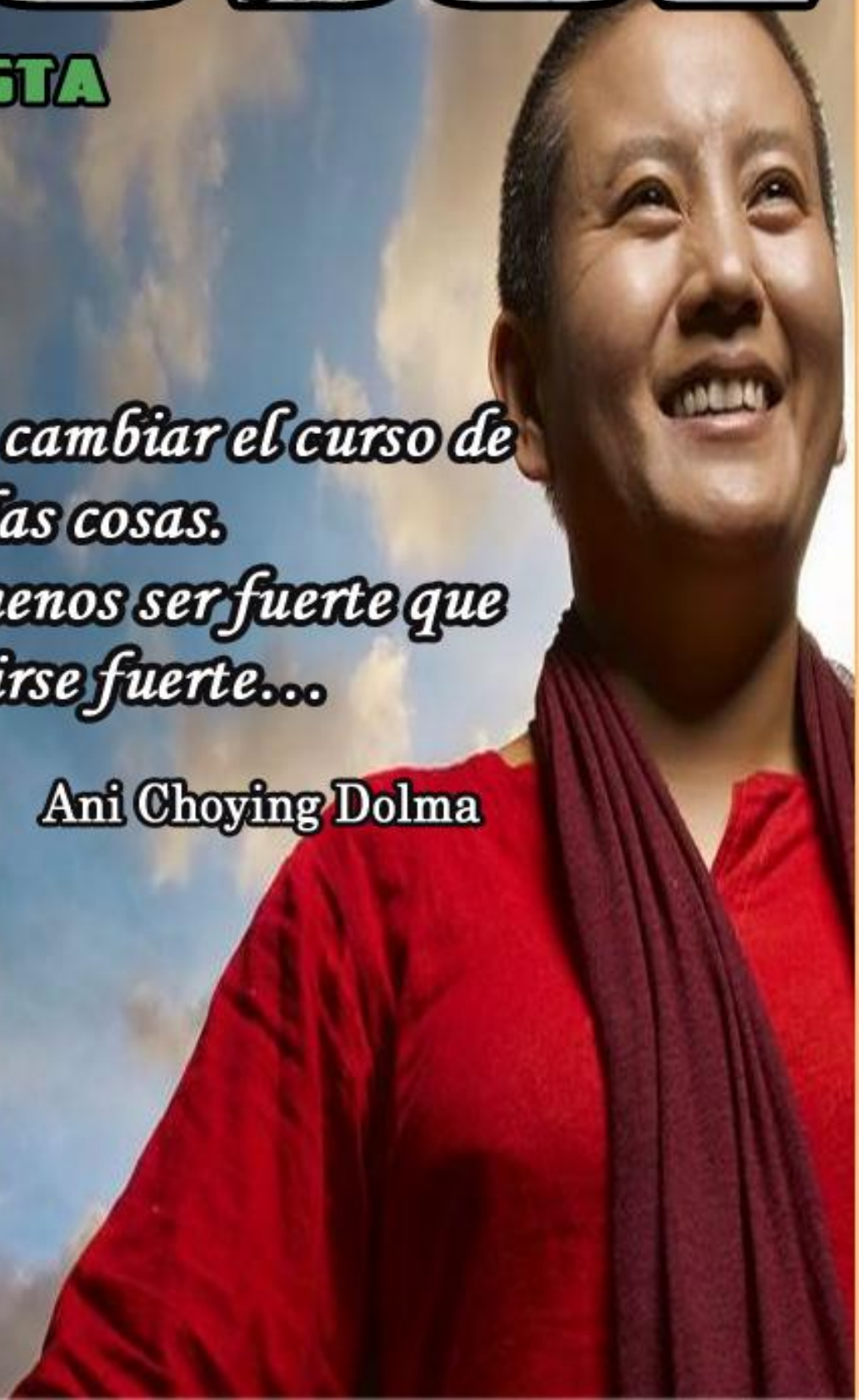
MUSUL

LA REVISTA

*Uno puede cambiar el curso de
las cosas.*

*Importa menos ser fuerte que
sentirse fuerte...*

Ani Choying Dolma



MUSUL

LA REVISTA

Páginas y contenidos

Presentación	3
En portada: Entrevista al G.M. Geoff J. Booth	4
Comienza la temporada	9
Almas de Construcción Masiva	10
Del “no hacer” a la eficacia en el combate: cuando el arte se libera del artista	11
Así nació el Doyang	13
El equipo Apolo, Imprescindible	19
Veamos que nos dice	20
El 8º ITS, se celebró en Sevilla con éxito	22
Hapkido, el auténtico MMA	27
Un libro, una peli y algo de internet	29
Hapkido Solidario	30
Circulo: Artes marciales y Viceversa	32
Curiosidades	36
Noticias	38
Un poco de Historia	41

Idea y dirección de contenidos: **José Luís Rueda Castaño**

Diseño y Montaje : **Pedro Manuel Morón Amorín**

LA LLEGADA

Sí, hemos llegado. Después de mucho trabajo, ya estamos aquí. Al igual que esa peli, “La Llegada”. Trata de unos extraterrestres que llegan a la Tierra intentando comunicarse con los humanos con un lenguaje diferente. Pues eso, hemos querido darle a nuestra revista cierta personalidad. Por eso, hemos metido sesiones ineludibles en una revista de Artes Marciales, pero también cosas frescas, diferentes y divertidas.

Años después de que surgiera la idea de hacerlo, y con algunos meses de retraso desde que comenzamos su edición, hoy por fin podemos anunciar la llegada de **“MUSUL-LA REVISTA”**. **MUSUL** significa Arte Marcial, así que nos representa a todos.

Principalmente, hablaremos de Artes Marciales coreanas, pero daremos cabida a cualquier artículo o información que nos llegue de cualquier Arte Marcial.

Tenemos amigos y compañeros alrededor del mundo, de modo que esta aventura se presenta muy interesante. Poder contar con la experiencia y con la visión de multitud de profesionales, dará sin duda mucha riqueza a esta nueva vida que hoy nace. La intención en esta primera temporada, es ofrecerla de manera trimestral, aunque dado el retraso que hemos padecido por diferentes razones, pronto tendréis el número dos y el tres. Sin embargo, tenemos programado que para la siguiente temporada salga de manera bimensual.

Hay mucho que compartir en el mundo de las Artes Marciales. Mucho conocimiento que el público general aún no conoce. Por eso, lo haremos siempre con mucho cariño y mimo para que, los lectores, no solo sean artistas marciales o frikis, sino cualquier persona que quiera acercarse al magnífico mundo de conocimiento de las Artes Marciales. Os presentamos a MUSUL-LA REVISTA

Envía tus propuestas o contenidos a:

hapkidosevilla@hotmail.com

EN PORTADA

Entrevista al G.M. Geoff J. Booth

El pasado siete de Septiembre, sucedió algo histórico para la comunidad del “Kwan Nyom Hapkido”. Sin duda, la mejor forma de clausurar un magnífico ITS, fue la entrega que los delegados internacionales hicimos a nuestro presidente, otorgándole el 9º Dan tal y como la tradición manda.

En secreto, los diferentes representantes presentes durante el ITS, nos estuvimos reuniendo en la habitación 234 del hotel “ribera de Triana” para decidir en qué momento le hacíamos el reconocimiento. Estuvimos discutiendo durante horas y esquivando al gran maestro por el hotel. En mi caso particular, no era raro verme por los pasillos, pues durante el evento estuve casi más tiempo allí que en casa. Pero aun así, hubiera sido muy raro vernos a todos los representantes juntos deambulando por el hotel. Más de una vez tuvimos que mirar al techo silbando...

Definitivamente, decidimos que era imposible darle la sorpresa tal y como teníamos pensado. El Gran Maestro, es como el padre de todos y, los padres, casi siempre se dan cuenta de todo sin que nadie les diga nada... De manera que, tuvimos que negociar con él la forma de hacerle un reconocimiento. Además, por respeto, grado y edad, ninguno de nosotros podía hacer esa negociación con él. De modo que necesitábamos la ayuda del G.M. Mc Murray de Estados Unidos o del Sihan Anthony de Rumanía. Finalmente, fue este último el encargado de “amansar a la fiera” y se estableció que, en vez de hacerlo durante la cena de gala, lo haríamos al clausurar el ITS, en el mismo lugar en el que habíamos estado sudando durante una semana.

De esta forma, casi 43 años después de que el G.M. Geoff J. Booth iniciara su camino en las Artes Marciales, los representantes de la “International Hapkido Alliance” teníamos claro que había llegado el momento de reconocerle el mayor grado, el 9º dan.



Entrevista al G.M. Geoff J. Booth

Unos años atrás, en Noviembre de 2013, el propio Doju Nim Ji Han Jae, entregaba el 10º Dan de “Shin Mu Hapkido” al G.M. Geoff en el Doyang del G.M. Mackenzie en New Jersey.

He tenido el privilegio de poder estar presente en ambos reconocimientos y sé cuál fue más emotivo para nuestro maestro....

El G.M. Geoff, al igual que muchos estudiosos de las Artes Marciales, también siente que el grado de 10º Dan solo debe ser “portado” por el fundador, pero otro día os hablaré de la pantomima y del mercado de los grados...



Ahora, os quiero compartir un poco de la sabiduría del Gran Maestro. Lo que vais a leer lo extraigo de una entrevista realizada en México el día 28 de octubre de 2.015 y otra hecha en el Doyang Choson dos años después. Espero que os aporte mucho.

Señor, ¿Qué es un ITS? ¿Qué aporta al Hapkido?

Es un entrenamiento internacional en el que nos reunimos Hapkido-ins de todo el mundo con “cero política”.

Cada ITS es diferente por algo, ¿Qué ha tenido de diferente/especial el ITS de México 2.015?

Dos palabras: México y los Mejicanos. Me gusta su forma de ser amigable y lo amables que son. También me gusta el clima y la comida del país.

En su opinión, ¿Cómo se encuentra a nivel mundial el Hapkido?

Pienso que el Hapkido se encuentra en un mal lugar. Muchos maestros están dejando de lado la calidad. Es muy sencillo comprar certificados y grados y la gente no quiere entrenar para conseguir cosas.

¿Qué piensa acerca de los orígenes del Hapkido?

Creo que en el nivel más alto hay dos personas involucradas. Creo que, si la pregunta es acerca de lo que es el Hapkido actualmente, o acerca del Hapkido solo con técnicas... con eso, sabemos quién es el fundador.

Señor, he tenido la oportunidad de estar con usted en cinco países entrenando. Usted siempre está en el Doyang, que para mí es lo normal. Sin embargo, todos conocemos a supuestos “grandes maestros” que no hacen nada, miran a todos por encima del hombro y alardean continuamente... ¿Qué opinión le merecen?

Bien, lo primero: no puedes ser maestro o gran maestro sino tienes alumnos. Si no desarrollas una forma de construir la técnica de los alumnos, estás fallando. El respeto primero se da y así es como vuelve. Cada persona que quiere hacer Hapkido, tiene mi respeto.

¿Qué es para usted el Hapkido?

No es algo separado de mí, es lo que soy, lo que pienso. No son cosas separadas.

¿Cree que podríamos conseguir estudiantes con más disciplina y entrega si pudiéramos introducir las Artes Marciales en los colegios?

Si, lo creo al 100%. Enseñamos disciplina, motivación, auto-confianza... eso repercute en la sociedad. Hay muchas actividades que pueden hacer los niños y creo que los deportes son saludables, algunos estimulan el trabajo en equipo pero creo que donde ellos no llegan las artes marciales dan disciplina y cosas como el respeto e incluyen el concepto de familia más que trabajo en equipo. No importa si eres el peor o el mejor niño, eres parte de la familia de Hapkido.



**Joyería
Sarang**
SONRÍE, REGALA AMOR
www.joyeriasarang.com

Calle Cultura, 42
San José de la Rinconada
Sevilla
954 105 194

Las Artes Marciales forman parte del ADN de países como Korea, usted ha viajado por más de 40 países, ¿Hasta qué punto cree que influye, en la actualidad, la presencia de las Artes Marciales en oriente y en occidente? ¿Por qué esa diferencia?

Creo que hay dos cosas importantes, dos palabras: respeto y disciplina. Y cuando viajas por muchos países asiáticos ves más respeto y disciplina. Por eso cuando alguien dice que para entrar más rápido al tren hagamos un fila y podremos entrar bien todos. Ellos lo entienden y muestran respeto unos a los otros y disciplina haciendo la fila. Y estas son dos cosas que las artes marciales enseñan. En Korea, Japón y partes de China, la disciplina de las Artes Marciales lleva cientos de años marcando la diferencia. Eso no ocurre en otros países del mundo. Es evidente que la cultura de las Artes Marciales se reflejan en la sociedad. Si hay una fila para guardar orden, tengo que colocarme en esa fila.

Respecto a nuestro papel educativo, ¿cree que hay diferencias entre el trabajo realizado en un Doyang de Artes Marciales como el Hapkido o el desempeñado por deportes como el Taekwondo?

Sí, aquí es donde la gente tiene que entender la diferencia... esta caja representa a las Artes Marciales y aquí podemos meter Hapkido, Karate, Taekwondo; Taichí... Esto no es correcto. Hay muchas cajas y hay DEPORTES MARCIALES. Se basan en competición como Taekwondo o Judo, cosas que están en los JJ.OO. Otros, hablan de temas como la salud, ahí podemos hablar de Taichí, trata sobre movimientos para reforzar tu salud. No sobre disciplina o defensa personal, es sobre salud. Luego vemos las exhibiciones marciales donde está el Wushu basadas en mostrar acrobacias y trucos. Por lo que tenemos todos estos apartados. Es como decir que la comida es toda igual. Pero existe la china, la japonesa, la italiana, la española...Y todas son diferentes. Son comida pero no son iguales. Tenemos comida cremosa, picante... Las artes marciales son iguales. Muchos tipos distintos. Hapkido es de los pocos que es completo. No es un estilo de deporte, mantiene todos los otros elementos que componen las artes marciales. Hay pocos que hagan eso y Hapkido es de ellos. Pero todos son diferentes. Y tienes que pensar en ello cuando lleves a tus hijos a una escuela. ¿Es este un sitio en el que van a competir? Porque la competición significa querer derrotar a otro. Tu mente dice: "Quiero ganarle". Mientras que en Hapkido la mente dice: "Quiero trabajar con él quiero ayudarlo". Es muy diferente. Quieres que tu hijo pelee contra gente o que trabaje con la gente. Por lo que sí. Hay una gran diferencia. Y creo que la gente debe entender eso. Y si voy a una escuela, ver la escuela, los estudiantes, los niños... Y habrás dado con la gente adecuada. Hay respeto, hay una atmósfera positiva. Siempre les digo a los padres y niños que prueben una clase. Que vengan y prueben una clase. Es como probar algo. Y que tengan una idea de lo positivo que es. Pero es obvio que hay contundentes diferencias entre las artes marciales.

Si tuviera que hablar de “enemigo” del Hapkido, ¿Cuál cree que es el peor?

Voy a ir con la sociedad. No tenemos respeto ni disciplina ni recompensa al esfuerzo. Ahora es más fácil no hacer nada. Permanecer en casa, jugar al ordenador, con el móvil, es más fácil no esforzarse. Por lo que somos las víctimas de la sociedad. La gente no quiere asegurarse de que verdaderamente te esfuerzas, trabajas duro, aprendes cosas. Vas al colegio y llegas al último de la carrera y todavía te dan una medalla. Todos tienen medalla. ¿Por lo que por qué querría ganar? ¿Por qué querría esforzarme? ¿Por qué querría trabajar duro? Voy a trabajar. No tengo ganas de trabajar solo quiero estar presente para que me firmes y cobrar. Por lo que somos verdaderamente víctimas de la sociedad. La gente se conforma con el promedio. Debemos volver a respetar a los que trabajan duro. Necesitamos decir, tú trabajas más, tú vales más, tú ganas más, mereces más respeto. Necesitamos recuperarlo. El mayor enemigo de Hapkido es el cambio en la sociedad

¿Le gustaría decir algo más?

He enseñado Hapkido por más de 40 años. Es mi vida, mi pasión. Hapkido es el vehículo, la idea de lo que hago para enseñar a la gente. Para trabajar con la gente. ¿Por qué hago eso? Porque en esos momentos cuando ves a alguien conseguir un beneficio por lo que has hecho, refiriéndome a convertirse en mejores personas, a que Hapkido salvó su vida... si un policía o militar gracias a Hapkido logra salvar otra vida... La recompensa para mí es el resultado, el cómo puedo impactar en esa persona. Y como tengo que enseñar alrededor del mundo en más de 30 países tengo cientos de estudiantes con los que me he visto involucrado.

Solo deseo que más gente sea parte de ese proceso. Más padres, más escuelas, más países, más políticos que trabajen juntos como equipo y empezar a hacer de esto un lugar mejor. Me refiero al planeta, no solo España o Europa o cada país. Pero creo que la gente tiene que empezar a trabajar junta y tristemente parece que para ello tenemos que luchar contra un océano. Pero si cada día puedo hacer algo que dé un paso para adelante hago un buen trabajo. Esa es mi misión; continuar avanzando.

J.L. Rueda Castaño



Alpeimpress

+ info
666 82 74 62 - 657 37 08 68

DISEÑOS PERSONALIZADOS

Camisetas - Tazas - Diseño Gráfico
Comuniones - Bodas - Bautizos
Todo tipo de imprimibles



alpeimpress@gmail.com

Comienza la temporada 19/20

Por un motivo u otro, llevamos varios años iniciando la temporada de manera especial. Esta, si cabe, lo fue aún más por la organización del “International training seminar” en nuestra tierra. Incluso durante el ITS estuvimos ya dando clases.

En este comienzo de curso 2019/2020, tuvimos la oportunidad de hacer seminarios con el maestro Hugo de México quien, junto a algunos miembros del equipo de Guadalajara, estuvo unos días más entre nosotros una vez terminado el encuentro internacional.



Se ofrecieron seminarios para niños y adultos y, una vez más, pudimos aprender de la gran experiencia de este miembro de nuestra familia.

Por otro lado, al comenzar la temporada, en el Doyang Choson se entregaron diferentes packs de regalo para, de alguna manera, premiar a los alumnos que más libros leyeron durante la pasada temporada. Para nosotros, es muy importante que los alumnos más pequeños se aficionen a la lectura. Actualmente, contamos con sendas bibliotecas en el Doyang Choson de Alcalá del Río y también en el Doyang Jeonsa Do Kwan Guillena.

Los libros, revistas y trabajos que tenemos, pueden ser sacados tanto por alumnos como por los familiares.

Estos son los alumnos que más leyeron durante la temporada pasada:

- Mario Sánchez Magro
- Samuel Velázquez Ruíz
- Samuel Nieves Pérez
- Elisa Valero Rodríguez
- Hugo Arteaga Carricondo
- Héctor Jiménez De Miguel
- Natalia Calero Bravo
- Aarón Jiménez Mato
- Ángel Maestre Oliva
- Noelia Guerrero Pérez



Enhorabuena a todos!!

Almas de construcción masiva- El documental



Antes de que finalice el año comenzaremos con la edición de nuestro documental. De esta forma, iniciamos la cuenta atrás para su finalización y posterior proyección. Este proyecto, que lleva caminando casi cuatro años ya, nos ha llevado a México, Argentina, Uruguay, Australia, Finlandia y Korea.

Hemos estado trabajando para ofrecer algo nuevo, inédito, diferente. Será la primera vez que se aborda el tema de la educación desde el punto de vista de artistas marciales en un documental.

Durante este tiempo, nos hemos encontrado muchas puertas cerradas, nulo apoyo de las instituciones y muchos desalientos. Con todo, eso no hizo más que motivarnos aún más y hemos seguido adelante hasta finalizarlo. En pocas semanas, comenzaremos con la edición en "Studio 47".

Si todo va bien, primero haremos una presentación privada para un grupo de personas al que se le pasará una encuesta sobre el documental. Después de pasar ese filtro crítico, anunciaremos una presentación abierta para quien quiera acudir. Después, nuestro objetivo es que se emita en el mayor número posible de televisiones del mundo ya que también contará con su versión en inglés.

De una forma u otra, daremos con la forma de que llegue a la mayor cantidad de personas posibles. Estamos convencidos de que las Artes Marciales tradicionales bien hechas deben alcanzar el mismo nivel de importancia en las sociedades occidentales que el que tienen en determinados países de oriente desde hace siglos.

•¿Es adecuado el actual sistema educativo?

•¿Van nuestros hijos contentos y motivados al colegio?

•¿Es útil estar cinco horas sentados en una silla?

•¿Qué puede aportar el Hapkido?

•¿Qué es la educación? ¿Dónde se encuentra?



DEL “NO HACER” A LA EFICACIA EN EL COMBATE: CUANDO EL ARTE SE LIBERA DEL ARTISTA.

Y tú que deporte haces? Esta pregunta nos suena ¿verdad?, y después de sentir durante un instante que lo que hacemos va más allá de lo puramente deportivo, respondemos: Yo estudio Artes Marciales, sea la que sea, cada cual nombra su estilo y se deja invadir por cierto aire de solemnidad y certeza de que lo que hacemos se posa en muchas ocasiones en parte de nosotros que van más allá de lo ordinario.



¿Quién lucha en un combate? ¿Yo, con todo mi repertorio técnico y destreza acumulada en la experiencia de estudio? pero, ¿y esas veces en las que parece que desaparezco y sin embargo es cuando más presente siento mis gestos y más me adapto a la incertidumbre de la lucha?. En esas ocasiones, posiblemente hemos saboreado el estado de “WU WEI”, un concepto taoísta (aunque tiene su sinónimo en todas las culturas), el cual traducen muchos estudiosos de esta corriente filosófica cómo “hacer sin hacer”. Y eso de hacer sin hacer... estos chinos siempre igual, con sus paradojas y expresiones que requieren un golpe en la sien para que las neuronas se desanuden y permitan volver a nuestra lógica y pensamiento racional...

Después de algunos años y de escuchar a maestros de distintas artes marciales, voy a mostraros lo que creo que en parte nos quiere decir este misterioso concepto. Todos hemos repetido incansablemente técnicas y técnicas, ya sean de golpeo, de neutralización de ataques, posturas fijas, desplazamientos, etc. Una vez repetidas y comprendidas desde lo puramente motriz, la ciencia de hoy nos habla de “memoria en los tejidos”, es decir, de cierta capacidad de nuestro cuerpo de reproducir patrones motrices complejos ante ciertos estímulos ya sean internos o externos. Este grado de destreza física, conjugado con la actitud y disposición correcta puede dar lugar a una experiencia de sentir que en determinadas ocasiones hay una fuerza que nos lleva, una inercia que trasciende lo volitivo y se adapta sorprendentemente bien a las exigencias del medio, en nuestro caso, respondiendo a una situación de lucha.

Teniendo en cuenta lo anterior, debemos decir que hay algo más. El concepto de wu wei implica “desaparecer”, entonces, ¿me estás diciendo que huya? ¿Salir corriendo del tatami?, NO, espera....Wu Wei, hacer sin hacer, pone el acento en la actitud de identificación del que hace, es decir, en el terreno psicológico relacionado con el exceso de implicación emocional en la tarea a realizar.

Si el intelecto y el pensamiento toman el mando en el combate, probablemente desencadenemos una cascada de emociones que seguramente nos hagan o perder o no saber perder. ¿Recordáis la frase? “be water my friend”, fluye, se agua, y si estudiamos el agua vemos que se adapta a todas las cosas, que siendo el elemento vital por excelencia es transparente y a veces se evapora, se va y vuelve.

En definitiva Wu Wei nos dice que podemos alcanzar estados de existencia liberados de nuestra idea preconcebida de lo que somos, de nuestros inmaduros intereses, todo ello limitante al fin y al cabo, siendo las artes las que llevan al artista a indagar en su SER, sea la pintura, la poesía o un estilo marcial, no son más que herramientas para expresar y saborear esa parte de nosotros que se apoya en lo que escapa al intelecto.

Por ello, al menos para mí, la excelencia en el combate pasa por no pensar en que estamos combatiendo, sino en combatir, no tener la consciencia de que gobernamos el arte sino dejar que el arte surja y se exprese a través de nosotros. Aún después de todo lo dicho debemos ser conscientes que el Taoísmo es una filosofía práctica y experiencial, es decir, sus conceptos más profundos no pueden ser entendidos por el intelecto ni expresados completamente por la palabra aunque este texto en parte lo pretenda. Feliz entrenamiento a todos/as. Be wáter Friends!!

*Miguel Ángel Moreno Vela
Profesor de Qi gong y Tai Chi Chuan*



Jabón Natural a Granel

C/Asuncion 33:Bajo
Alcalá del Río
Sevilla

659 40 03 97

<https://www.jabonagranel.com>

Así nació el Doyang ...

JEONSA DO KWAN

UNA PEQUEÑA RAMA DE ESE GRAN ARBOL LLAMADO CHOSON.

Corría el año 2.012, la escuela Choson ya tenía diferentes localizaciones en la provincia. Fue en el mes de Mayo cuando, los padres de unos alumnos que Sa Bon Nim Rueda tenía, le proponen introducir el Hapkido en un proyecto que ellos tenían para la localidad de Guillena. En esa época, ya compaginaba trabajo por las mañanas con mi formación como instructor por las tardes y, mi maestro, confió en mí este nuevo proyecto.

Estos padres alquilan un local donde imparten clases de flamenco, tenían una sala sin utilizar de menos de 50m2, donde se habilitó para las clases de Hapkido.

No fueron fáciles los comienzos, ya tenía que compaginar mi trabajo con las clases, lo cual era muy estresante, porque muchísimas veces tenía que discutir con mi encargado para que me dejara salir a mi hora y llegar a tiempo al doyang, a eso sumamos que solo contaba al principio con tres niños, los cuales ya eran alumnos de CHOSON que vivían en esa localidad, y algún que otro amigo de ellos.

Pero cuando lo económico no era lo prioritario para mí en este proyecto, sino la pasión por lo que haces y sigues el camino aprendido, por el que quizás sea una de las personas mejor formada en este Arte Marcial, la semilla ya estaba plantada, ahora solo tocaba regarla y trabajar para que pudiera dar sus frutos. Ahí nace LA RUTA DEL ARTE.



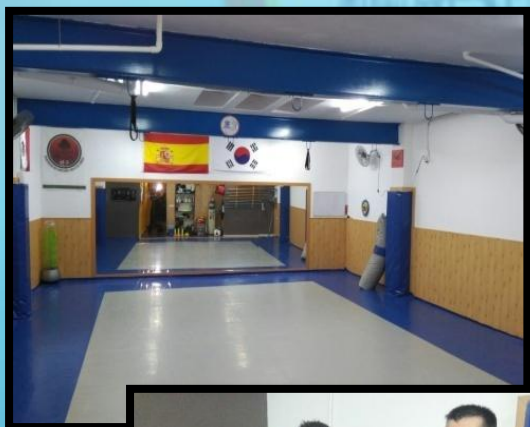
Bajo este nombre empiezan las clases de Hapkido en la localidad de Guillena, tenía claro que para poder hacer realidad mi sueño, y que el doyang se consolidara dentro de la Escuela, tenía que trabajar mucho y seguir formándome de la mejor manera posible, que no era otra que seguir al lado de mi Maestro y viajar mucho con el Hapkido para atesorar experiencia. Para esa época ya había pisado Corea Del Sur y México.



No pasaría mucho tiempo hasta que tengan que dividir por turnos los alumnos más pequeños y poner un turno de adulto. Siempre bajo la supervisión del Maestro José Luis Rueda, el cual aparte de ir asiduamente para ver la evolución del doyang, también imparte seminarios de Defensa Personal para mujeres y Seminarios para Policías, esto hace que cada vez se hable más de Hapkido en esta localidad, lo cual nos lleva a plantearnos cambiar de local, para dar una formación de más calidad a los estudiantes de la escuela.

En el verano del 2013, aprovechando el mes de agosto que las escuelas permanecen cerradas, el equipo técnico de la escuela decide dar el salto para abrir un doyang mas grande, gracias a la ayuda de uno de los alumnos que disponía de un local, comenzamos con las obras para hacer vestuarios, oficina y un tatami de 70m2, adecuado a la necesidad que ya demandaba el número de alumnos. Para entonces ya tenía claro que quería dedicarme al 100% a lo que mi corazón me pedía y anhelaba, que no era otra cosa que transmitir de la mejor manera posible a mis alumnos el Hapkido bien hecho.

Esto me lleva a dejar mi trabajo y hacer un gran cambio en mi vida, y tomé una de las decisiones más importantes de mi vida. En Septiembre del 2013 inauguramos el nuevo Doyang, LA RUTA DEL ARTE pasaría a ser JEONSA DO KWAN (Escuela El Camino Del Guerrero).



El inicio de este nuevo proyecto, no podía tener mejor KI (Energía) para empezar que el proporcionado por todos los alumnos de la escuela CHOSON, los dos artífices de este proyecto (Mi Maestro y yo) y venido desde México para la inauguración Kwan Jang Nim Hugo Iván Calderón, cofundador junto a Sabom Nim José Luis Rueda de la Asociación Internacional De Hapkido Chingu.

No pasaría desapercibido la manera de trabajar de este doyang, en poco tiempo se consolida y es reconocido por toda la zona, para los padres se hace latente la necesidad de un doyang así para la formación de los más pequeños y para los mayores.

A pesar de ser una escuela que no suele participar en competiciones, siempre esta dispuesta a colaborar y ayudar cuando es requerida, consiguiendo resultados excelentes, tanto en competiciones nacionales, como internacionales.

Cada vez los proyectos de CHOSON son más y más, la mente incansable de su director no deja que nadie se relaje y bien sabemos el equipo técnico de la escuela y los alumnos más veteranos, que acomodarse o pensar por un momento que ya está todo el trabajo hecho, daría al traste con lo conseguido hasta ahora. Por eso el nivel de exigencia del Maestro Rueda con sus instructores y alumnos es siempre el máximo.

Ese esfuerzo y trabajo constante, seguirá dando los frutos, ya que en 2015 contactan conmigo desde la localidad de Gerena, para ver si hubiera la posibilidad de empezar allí a impartir clases y seguir así con el proyecto ya consolidado de JEONSA DO KWAN.

Después de dejar mi trabajo, tenía todo el tiempo del mundo para dedicarme a lo que realmente me apasionaba, me ilusionaba la idea de seguir expandiendo todo el proyecto de formación de CHOSON, y también era el momento de ponerme a prueba, para ver si estaba a la altura de poder dirigir otro doyang.

Así que en Septiembre de dicho año, al comienzo de la temporada de clases, gracias a directivos de Gym Aquasport, la Escuela cuenta con otra rama más. Desde el principio la aceptación es buenísima con los más pequeños. A pesar de ser un pueblo muy tradicional y que la mayoría de los niños estén en las escuelas deportivas, sobre todo la de fútbol, comienzan a interesarse por algo distinto, algo que está en las antípodas de las otras actividades de la zona, por eso cuando los familiares se informan y conocen el proyecto de formación que se ofrece a los alumnos, quedan sorprendidos e ilusionados, tal es así, que a día de hoy hay lista de espera en este Doyang



Tan solo un mes después de empezar las clases en Gerena, recibo una llamada desde el AMPA de un pequeño pueblo de la sierra norte de Sevilla, El Garrobo. Habían escuchado hablar de nuestro proyecto y estaban interesados en introducir el Hapkido en esta localidad de a penas 800 habitantes.

A pesar de que en este Doyang nunca ha llegado a tener más de 15 alumnos estudiando Hapkido a la vez, desde el principio, va a ser uno de los más ilusionantes que se me presenten después de llevar ya varios años impartiendo clases. Prueba de ello es que a día de hoy, el alumno más aventajado de Jeonsa Do Kwan, el cual también se está preparando para ser uno de los nuevos instructores de la Escuela, sale de aquí.

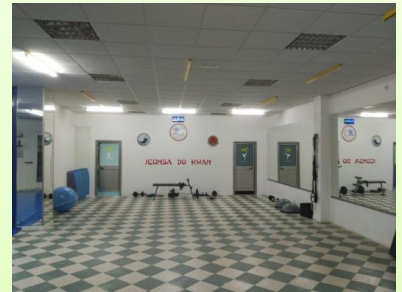


La escuela seguía consolidándose. Esto hace que el trabajo se multiplique por tres, pero eso sirve de motivación tanto para mí, como instructor, como para mi Maestro como director de la Escuela. Ese afán por superarnos, por seguir creciendo y buscar siempre lo mejor, hace que en 2017 tomemos la decisión de unirnos a la **IHA** (International Hapkido Alliance), presidida por el **G.M. Geoff J. Booth**, después de muchas reuniones, viajes e investigación por parte de Sabom Nim José Luis Rueda, llegamos a la conclusión, que ahora mismo es la organización mejor estructurada a nivel mundial, donde prevalece lo que siempre se ha llevado a cabo en CHOSON desde su inicio, honestidad, concepto de familia y trabajo, mucho trabajo.

La filosofía del SOBREESFUERZO es lo que ha llevado al éxito a esta escuela, por eso no nos supone ningún problema adaptarnos al nuevo contenido técnico y volver a formarse para poder impartir el programa nuevo a los alumnos.

Con la ilusión de esta nueva etapa, **JEONSA DO KWAN** sigue creciendo y consolidándose cada vez más, con lo cual quizás había llegado el momento de dar un nuevo paso. La escuela merecía un lugar acorde al número de alumnos y al proyecto de formación llevado a cabo hasta el momento, y por eso en Enero del 2018 nos trasladamos a la ubicación actual. Un local con más de 300m², 2 vestuarios con capacidad para más de 20 personas cada uno, biblioteca con zona de juego y 2 tatamis, el principal de más de 110m² y otro desmontable de 50m².

Escuela de Hapkido Jeonsa Do Kwan



Como cada World Tour que hace el G.M. Geoff todos los años, empieza su gira en nuestro país y en Marzo el nuevo local tiene el privilegio de ser inaugurado por él, que al igual que el anterior también tuvo un anfitrión de lujo, este no podía ser menos. Eso hacía presentir un gran augurio y así fue.

Ya sabiendo que la próxima **ITS** sería en Guillena y con ello la responsabilidad tan enorme que conllevaba ese acontecimiento, el equipo técnico junto con un comité de alumnos de diferentes Doyang nos pusimos manos a la obra para que todo saliera a la perfección. Y así fue, hasta ahora el mejor **ITS** a nivel organizativo y con más países participantes.

Pero el **ITS** aún tenía una sorpresa guardada para **JEONSA DO KWAN**, a parte de acoger el Sun Bae Training (entrenamiento para cinturones provisionales y negros) que da el pistoletazo de salida al evento, el Doyang se convertiría en historia para la organización, al hacerse el primer examen para 7º Dan de la IHA, tuvimos el honor y el gran placer de ver la tesis de espada que nos brindó el Maestro **Henrie Ceulen**, poniendo el vello de punta a todos los allí presentes.



Detrás de todo esto hay un trabajo y un esfuerzo incalculable. Haber estado en Corea Del Sur, 5 veces en Mexico, Portugal, Australia, Finlandia, Marruecos, montones de ciudades de España, volver este año a Corea Del Sur y el año que viene volar a EEUU, miles de horas de reunión con mi Maestro, que como he dicho antes, es de los más formados a nivel mundial sobre este ARTE MARCIAL ,todo con un mismo fin, HAPKIDO.

Gracias a todo ello, a la labor inconmensurable de mi Maestro y la confianza depositada en mí, hoy **JEONSA DO KWAN** cuenta con más de 120 alumnos, este árbol llamado CHOSON y sus diferentes ramas en forma de Doyang, son un referente a nivel nacional e internacional de como enseñar Hapkido de forma seria, de divulgar y expandir un proyecto de vida, donde prevalece los valores por encima de todo.

Aun nos queda mucho por aprender y por lo tanto mucho por ofrecer.
Gracias a todos los que han confiado en este proyecto.



EQUIPO APOLO

IMPRESCINDIBLE

Casi desde el comienzo del camino de nuestra escuela, siempre hemos contado con familiares que se ofrecen a ayudar y a participar de la rica vida que tenemos. En ese sentido, siempre nos hemos sentido arropados y afortunados con la predisposición de muchos familiares. Con el tiempo, la escuela comenzó a crecer y nosotros nos fuimos profesionalizando en todo lo que ese crecimiento exigía.

Han pasado algunos años, multitud de eventos, cientos de experiencias y actividades, cientos de alumnos, muchas vivencias positivas y otras de mucho crecimiento y, con todo eso, sumado a una enorme dosis de gratitud, entrega e ilusión, se configuró nuestro equipo APOLO. A decir verdad, nunca nos planteamos de manera concisa crear este “sub-grupo” de la escuela, por eso precisamente no tenemos una fecha exacta de “fundación” de este equipo. Fue surgiendo. Algunos familiares iban participando en las actividades y, con el tiempo, en la propia organización de las mismas.

Actualmente, el equipo APOLO, está presente en la gran mayoría de actividades y propuestas de la escuela y son, en cierta medida, como el AMPA de nuestros Doyang. Además de ellos, tenemos otros muchos familiares que colaboran y nos ayudan igualmente.

Por razones de tiempo u otras motivaciones, no participan tanto como quizás querrían, pero son igualmente importantes para todos.



Actualmente, estamos a punto de ampliar este maravilloso equipo humano con el que tantos momentos hemos pasado ya y que, sin duda, refuerza el carácter familiar de la escuela.

Cuando estamos de convivencia en el campo, ellos ayudan a preparar y a recoger; si nos vamos de exhibición, colaboran en las tareas organizativas; proponen ideas; nos critican y acuden a reuniones para tomar decisiones.

Gracias a todos los familiares que dan soporte, confianza y cariño a la escuela. Gracias a todos.

Por cierto, APOLO significa Apoyo y Logística.

VEAMOS QUE NOS DICE...

Alba Donoso Calado empezó a practicar Hapkido cuando tenía 4 añitos, actualmente tiene 21. Es natural de Villaverde del Río, en Sevilla. Pertenece al primer grupo de niños que tuvo la escuela Choson, aunque ella practicaba en el Doyang de su localidad, llamado "Master Kim". La entrevistamos por varias razones, algunas de ellas son: porque fue la primera mujer en graduarse como primer dan en la escuela. Cuando tenía 9 años, fue la primera niña occidental en participar en un campeonato mundial de Hapkido en Korea y, por cierto, consiguió medalla de oro en su categoría de defensa personal. A su vuelta, estuvo en el programa de televisión de "Juan y medio" y en el de "La banda del Sur", os compartimos fotos de ello.



Su hermano Yeray, literalmente echó los dientes en el Doyang. Esto nos cuenta Alba...

¿Qué ha aportado el Hapkido en tu vida?

El Hapkido en mi vida ha aportado un cambio radical, educación, formación y un estilo de vida diferente. Me ha ayudado a tener las cosas claras de mi vida, lo que quiero y lo que no, a tener educación y modales y a querer luchar siempre por lo que se quiere.

Según tú, ¿Qué destacarías del contenido técnico de Hapkido?

Sin duda, lo que más me ha llamado siempre la atención son las técnicas de defensa personal.

¿Qué le dirías a las mujeres que piensan que las Artes Marciales son cosa de hombres?

Estoy totalmente en contra del pensamiento de que Hapkido es solo cosa de hombres. Es evidente que no es así. Cada día hay más mujeres que se dan cuenta. Además, tenemos que dejar los prejuicios y vergüenzas a un lado. Pienso que todos tenemos derecho a hacer un arte marcial seas hombre o mujer, no importa el género a la hora de aprender a defenderse. De hecho, aunque parezca absurdo a las mujeres nos viene bien tal y como está la sociedad hoy en día y a hay que hacerles ver entre todas que las que tienen ese pensamiento están muy equivocados, las mujeres también podemos, no importa el género.

¿Y qué les dirías a los hombres que piensan que las Artes Marciales son cosas de hombres...?

A los hombres que piensan que solo es cosa de hombres... están totalmente equivocados. Es completamente absurdo pensar que una mujer no puede realizar exactamente las mismas actividades que un hombre. Les diría tanto a las mujeres, como a los hombres que piensan así, que dejen la mentalidad antigua atrás.



Cuéntanos tu experiencia más enriquecedora como Hapkido-in. ¿Por qué recomendarías a un amigo que hiciera Artes Marciales?

Mi experiencia más enriquecedora, aparte de lo aprendido y de lo que sigues aprendiendo, es la familia que se forma. Cuando formas lazos con personas que no conocías de nada a través del Hapkido y pasa el tiempo y sigues teniendo esos lazos, te das cuenta que no solo es un Arte Marcial; es una forma de vida.

Recomendaría que hicieran Artes Marciales porque te enseña a mirar la vida de otra manera; a apreciar lo más pequeño, aprendes a saber defenderte, la historia... todo. Hapkido es mucho más que un Arte Marcial.



International training Seminar. El ITS de los detalles

Y ya pasó. Tanto tiempo trabajando y esperando y, de repente, se fue casi en un suspiro. La cena de gala en el salón “La Alacena” de Alcalá del Río, fue el broche de oro a una intensa semana de convivencia, compartiendo sudor y conocimiento en un mismo suelo. Durante una semana, el hotel “Ribera de Triana” fue el cuartel general de las expediciones de otros países y, también, el punto de partida en el que se iniciaron no pocos paseos nocturnos.

Casi cuatro años antes, sucedía una conversación entre el G.M. Geoff y el Sa bon nim Rueda mientras desayunaban mirando la presa que sujeta el río Guadalquivir a la altura de Alcalá.

“El siguiente ITS será aquí, pero no debe saberlo absolutamente nadie por ahora”. – comentó el presidente de la IHA.

Desde ese momento, se puso en marcha la maquinaria que daría lugar a la celebración, en nuestra tierra, de uno de los eventos de Hapkido más serios del mundo. Buscar alojamientos; lugares donde comer; posibles excursiones y, sobre todo, una institución pública que nos ofreciera apoyo sincero para poder realizar los entrenamientos en un pabellón público.

En 2.017, una pequeña delegación de nuestra escuela viajó a Australia para participar en el 7º ITS. Allí, el Gran Maestro anunció, en su momento favorito del evento- la cena de gala-, que país sería el siguiente en acoger nuestro encuentro internacional. Por fin, se hacía público y, por fin, se podía empezar a trabajar involucrando a más gente.

Nada más llegar a España, algunos familiares y alumnos empezaron a ofrecer ideas para ayudar: podemos organizarnos para lavarles la ropa en nuestras casas....; en mi casa se puede quedar quien quiera....; y en la mía!!

El espíritu acogedor, solidario y participativo que por lo general reina en nuestra tierra, brotó sin que nadie lo pidiera, fue maravilloso.

En la escuela nos pusimos a ahorrar con idea de que ningún alumno que tuviera interés, se perdiera el evento. Tuvimos bastantes problemas a nivel organizativo. Lo primero que nos condicionaba era el clima. De hecho, tuvimos varias discusiones antes de decidir que la mejor fecha sería en Septiembre.

Se creó un comité organizativo en España y otro en Australia. Comenzamos a hablar con entidades, hoteles, ayuntamientos, prensa...

En la clase de adultos de la escuela, se realizaron diez entrenamientos “pre-ITS” que sirvieron para adaptar un poco a los alumnos a la metodología de entrenamiento que se suele dar en un ITS. Cuando nos dimos cuenta, estábamos yendo y viniendo al aeropuerto para recoger a nuestros compañeros llegados desde otros países.

Uno de los detalles que hizo de nuestro ITS algo diferente, fue la manera original en que dimos la bienvenida a nuestra familia foránea. ¿Hay que ir al aeropuerto? Allí que nos encajamos con pancarta, sombreros de lancha y chacina incluida...



La delegación de los compañeros de Australia tuvo algunos problemas para llegar, dada la huelga de pilotos que había en esos momentos, pero finalmente llegaron bien todos. Y así, el día 31 de Agosto, celebramos una fiesta de bienvenida en la piscina municipal de Alcalá del Río, gracias a la colaboración de la concejalía de deportes.

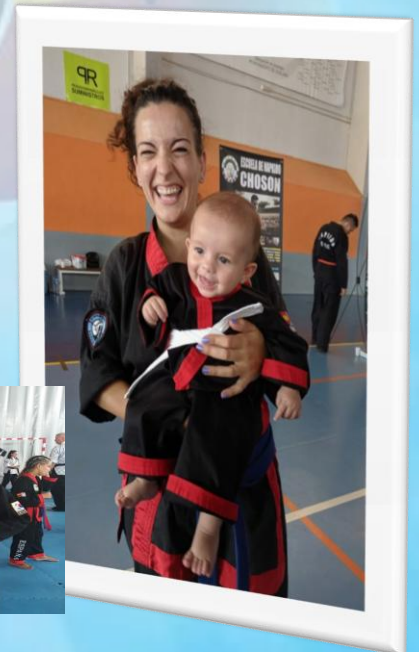


Al día siguiente, empezaba lo bueno. El primer entrenamiento siempre es exclusivo para los más veteranos: el "Sun bae training". Ese día, se consumieron más de cien litros de líquido durante las cinco horas de entrenamiento intenso.

En el Doyang Jeonsa Do Kwan se llegó a alcanzar casi cincuenta grados de temperatura. De poco sirvieron los ventiladores y el aire acondicionado. Todos, desde el minuto uno, dándolo todo en aquel entrenamiento histórico. El mismo día, después de comer, se realizó la tesis práctica del maestro Henrie (Holanda) para séptimo Dan. Los allí presentes fueron testigos de un examen histórico.

Con ese agotador día de entrenamiento, daba comienzo una semana inolvidable de entrenamiento. El Ayuntamiento de Guillena nos cedió el espacio y estuvo pendiente del evento desde un año atrás, estamos muy agradecidos porque se nota cuanto hay verdadera intención de hacer cosas.

En el pabellón cubierto municipal, estuvimos entrenando desde por la mañana temprano hasta la hora de comer. Pudimos repasar toda la programación hasta primer Dan y conocer temáticas distintas con cada profesor.



Como en cada ITS, la convivencia fue lo mejor. Sin duda, el ITS de España ha sido el de los detalles. Nuestro equipo de organización se encargó de que todos los días hubiera agua y fruta para los asistentes. Cada profesor representante, tuvo a una persona “sombra” que estuvo pendiente de él todo el tiempo que duró el ITS.

Por las tardes, nos reuníamos en Sevilla para mostrar la ciudad a aquellos compañeros que deseaban hacerlo de la mano de los nativos. No hay revista suficiente para contar tantos momentos y anécdotas.



Llegó el sábado y con él, la esperada cena de gala. Esa noche es muy especial para todos, aunque principalmente para el G.M. Geoff. Él es el encargado de anunciar donde realizaremos el siguiente ITS, así como de dirigir la entrega de certificados y reconocimientos al finalizar la cena. Nosotros, la vestimos de flamenco y diversión. Todos disfrutamos en familia.

Además, para muchos, esa era la última noche en la que tendrían oportunidad de disfrutar juntos. El “Family Day” previsto para el Domingo se suspendió por varios motivos y algunos compañeros tomaban el vuelo de regreso a sus casas esa misma noche.



El Salón “La Alacena” de Alcalá del Río se vistió de gala para albergar una cena que, para la gran mayoría, fue especial e inolvidable. Atrás quedaron las horas de entrenamiento bajo un calor agotador y un nivel de exigencia alto y constante. Aquella noche, era para reír y para hacer fotos, muchas fotos.

El equipo Español acudió a la cita con los colores de la bandera de IHA y recibió a los compañeros de otros países regalando aceite de nuestra tierra y un “welcome to the dinner” que sin duda, no olvidarán.



Ahora, ya nos preparamos para el siguiente, que será en Estados Unidos. Septiembre de 2.021. Allí nos volveremos a encontrar...



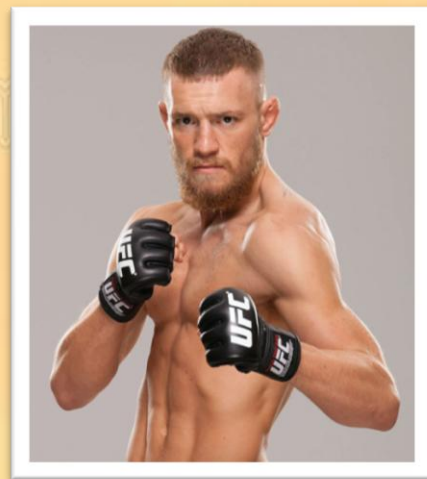
Hapkido: El auténtico MMA

Hace algunos años, se pusieron de moda las MMA (Mixed Martial Arts por sus siglas en inglés). Estas, nacen de la idea de mezclar técnicas de diferentes Artes Marciales y deportes de contacto. En poco tiempo, y gracias principalmente a la capacidad que tienen los norteamericanos para vender casi cualquier cosa, las MMA se hicieron globalmente conocidas hasta el punto de que, hoy día, hay escuelas que enseñan MMA por muchos países.

La idea que se percibe por lo general, es que las MMA son un Arte Marcial como lo puede ser, por ejemplo, el Kung fu, el Aikido o el Kali filipino, pero en realidad, nada más lejos de la realidad. Para explicarlo mejor, desglosaremos el propio nombre, en Español que es casi lo mismo. Mixtas: Si, sin duda. Si reunieran a un grupo de profesores de diferentes Artes Marciales, como el Hapkido, el Kung fu o el Aikido junto con un grupo de profesores de deportes de contacto como el Boxeo o el Taekwondo y nos pusieran a ver un combate de MMA, todos, veríamos técnicas propias de nuestra disciplina. De eso no hay duda, la mezcla de técnicas empleadas en los combates de MMA derivan de diferentes fuentes.

Marcial: Si hablamos de “milicia”, de Martes (Dios de la guerra), posiblemente pudiera valernos el término, pero apurando mucho.

Arte: Aquí es donde más trabajo nos cuesta encajar... Ver a dos oponentes usando todo tipo de técnicas de lucha sin apenas reglas, sangrando, golpeándose incluso cuando uno de los dos ya está semi- inconsciente o fuera de sí... no, definitivamente no es arte.



En los combates de MMA, están permitidos casi todos los tipo de ataques: golpes de mano, puño y codo; técnicas de patadas, incluidos los rodillazos (este tipo de técnicas se usan cuando el adversario está muy encima nuestra, por lo que son muy contundentes); proyecciones; llaves; trabajo en el suelo; estrangulaciones...

En cualquier caso, se sobre entiende que el nombre de MMA es, en realidad, una marca, una forma de vender que, sin duda, ha acertado. Lo que pasa es que, visto desde el punto de vista de quienes estudiamos a fondo un Arte Marcial y vivimos ese sendero de crecimiento y aprendizaje, las MMA no son lo que dicen ser.

Dicho esto, hay algo en lo que queremos hacer algo de hincapié. El título de este artículo lo dice: Hapkido: el auténtico MMA. Y así es, si nos ceñimos al significado estricto de la expresión “Artes Marciales Mixtas” veremos que tiene mucho que ver con la evolución del Hapkido. Nuestro Arte Marcial es como la probeta que nunca sale del laboratorio. Tenemos raíces ancestrales y adaptaciones modernas; tradición de siglos y técnicas de vanguardia.

Si entendemos que MMA es un Arte Marcial que “mezcla” contenidos de otras, eso es Hapkido. A lo largo de los siglos, Korea ha sido invadida infinidad de veces, el pueblo coreano ha tenido que defenderse casi de manera constante, por eso ha desarrollado mucho y muy bien las Artes Marciales.

Fruto de ese proceso continuo de guerras, el propio Hapkido es el nieto de ciertas Artes Marciales en las que se trabajaba con unos programas muy completos: todas las distancias del combate (incluido por supuesto el cuerpo a cuerpo); de pie, sentado y en el suelo, con puños y piernas, puntos de presión, proyecciones, técnicas de luxación, inmovilizaciones, golpes disuasorios y golpes contundentes,... todo eso, pero dando prioridad al crecimiento personal por encima de lo competitivo; poniendo por delante lo espiritual y detrás el ego; primero el autoconocimiento y el desarrollo personal y después el triunfo. Eso, es un Arte Marcial y no, no tiene mucho en común con el espectáculo de las MMA.



UN LIBRO, UNA PELI Y ALGO DE INTERNET...

Esta sesión nace con la firme intención de divulgar diferente material que anime al lector a seguir indagando y disfrutando del infinito mundo de conocimiento de las Artes Marciales: películas, documentales, libros, páginas web...

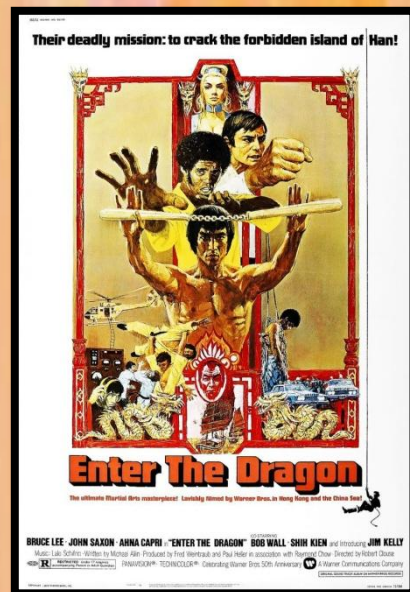
Aquello que conozcamos y que estimemos interesante, será compartido y comentado de manera breve.

En este primer número, os hablaremos de “Operación Dragón” por partida triple.

Lo primero que recomendamos encarecidamente es la peli; originalmente llamada “Enter the Dragon”. Se estrenó de manera oficial el 26 de Julio de 1973, apenas una semana después del fallecimiento de su protagonista, **Bruce Lee**.

Este film, fue el primero que se rodó de forma conjunta entre una productora de Hong Kong (*Concord production*. Fundada por el propio Bruce lee y su amigo Raymond Chow) y la norteamericana Warnr Bros.

Le película deja claras evidencias de la aportación del propio **Bruce Lee** al guión. Él tenía muy claro que quería mostrar diferentes aspectos filosóficos de la cultura oriental y, por es, todo comienza en un templo Shaolín.



Argumento

Bruce es invitado a participar en un torneo de Artes Marciales que se realiza en una isla privada propiedad de un hombre poderoso y extravagante. Antes de partir, Bruce recibe la visita de un agente del servicio secreto Británico que le pide colaboración, pues tienen fundadas sospechas de que en esa isla se llevan a cabo diferentes actividades delictivas.

Casi 15 años des pues del estreno, **Robert Clouse**, amigo personal de **Bruce Lee** y director de la película, publicó un libro titulado “El rodaje de operación Dragón” en el que, además de compartir un sinfín de fotografías inéditas, cuenta anécdotas del proceso de rodaje. No es un libro con una “gran literatura”, pero sin duda, es de coleccionista.

Por último, os compartimos el enlace del vídeo que hizo famoso a este niño Japonés, gran admirador e imitador de Bruce Lee. Se llama **Ryusei Imai**.

https://youtu.be/W9STRGRhJ_c

El primer enlace, es el vídeo en el que aparece realizando movimientos de una secuencia de la película “Juego con la muerte”, pero también os compartimos otro enlace de su participación en un programa de televisión, donde aparece manejando dos Nunchakus. Lo de este niño es realmente espectacular.



<https://youtu.be/mh5SIfGISA>

HAPKIDO

SOLIDARIO

En nuestra escuela de Hapkido colaboramos con diferentes entidades y organizaciones que, a su vez, se crearon con la intención de trabajar en comunidad ayudando a quien lo necesita. Entendemos que, dar apoyo y ser solidario es una obligación siempre y, desde que la escuela tomó algo de fuerza y puedo empezar a contar con más alumnos y familiares involucrados, pudimos ir organizando mejor nuestra labor de soporte y haciéndola mucho más fructífera. En esta sesión, os iremos compartiendo algunos de esos proyectos con los que la escuela colabora. Ojalá que, después de leer cada artículo, alguien más se sume a la causa y pueda aportar un poco más de ayuda. De igual forma, queremos que esta sea una ventana de divulgación para esas organizaciones.

La primera de la que os hablamos se llama ACAT. Los alimentos que dejáis a la entrada de las exhibiciones, son para que ellos puedan gestionarlos y entregárselo a familias que ni tienen recursos. Si las cifras os ayudan o pueden motivaros un poco más, es bueno que sepáis que, desde el año 2.017, hemos entregado a esta organización cerca de dos toneladas y media de alimentos. Entre todos, es más fácil.

ACAT nace en 1986, con el objetivo de abordar las toxicomanías ante una situación de alta incidencia en la población, sobre todo joven y la carencia de recursos de tratamientos tanto públicos como privado.

Trabajamos por el **desarrollo** personal y la **integración social** de personas con **problemas de adicciones**, **pocos recursos económicos** y/o en riesgo de **exclusión social** mediante programas de SENSIBILIZACIÓN PREVENCIÓN, ATENCIÓN E INCORPORACIÓN SOCIO-LABORAL desde una perspectiva **humanista**.

Queremos ser una entidad **refrente** a nivel **municipal** en la **atención integral** de personas con problemas de **drogodependencias** y **exclusión social**, adecuando nuestros programas a sus necesidades reales, llevándolos a cabo con criterios de **calidad** y trabajando en **red** con otras instituciones públicas y privadas.

La **infancia y juventud** son las etapas que más influencia tienen en nuestra vida. En éstas se asientan las bases de lo que más adelante seremos como adultos y en ellas adquirimos los valores y principios que determinarán nuestra conducta, tanto de manera individual como social.

Por ello, desde ACAT apostamos por ofrecer a familias con escasos recursos económicos un espacio donde poder atender a sus hijos/as en materia escolar, social y lúdica, llevando a cabo de esta manera **un programa de actividades anual en el que entendemos la educación como una herramienta para la formación de personas independientes, autosuficientes y con criterios propios y donde apostamos por el uso y disfrute de un ocio sano, saludable y divertido, estableciendo desde edades tempranas relaciones sociales de igualdad y respeto entre chicos y chicas.**



**ASOCIACIÓN CIUDADANA DE
AYUDA AL TOXICÓMANO (ACAT)**
Avd. Jardín de las Delicias 34
San José de La Rinconada
Sevilla



954 790 896- 691 248 931



acatrinconada@gmail.com



Acatrinconada



www.acatrinconada.com

Círculo: Artes Marciales y Viceversa

- Me han explicado, varias veces, la importancia de saludar cuando llego al Doyang. Con el tiempo, lo he entendido y asimilado perfectamente: ¿Cómo no voy a saludar a mis compañeros de trabajo?
- Durante la clase, uno de mis compañeros se ha hecho un poco de daño. Inmediatamente, todos nos hemos girado hacia él esperando que esté bien. Sabemos que es importante que él sienta que le ayudaremos si hace falta: Entiendo perfectamente la sensación de angustia que tiene mi amiga después de que sus padres se hayan separado.
- Permanezco atento y quieto ante las explicaciones de mi maestro: ¿Por qué no lo voy a hacer igual en la reunión que tengo mañana en el trabajo?
- Tengo la capacidad de cuidar de mi compañero cuando hacemos técnicas: También la tengo con mis amigos.
- A veces, por más que repita las series técnicas, no me sale nada bien: Por eso comprendo que no siempre se gana y, no pasa nada por ello.
- Ahora tengo más claro la importancia de cuidar mi cuerpo: Hago deporte y como bien.
- Me motivan con contenidos difíciles y retos duros: Superaré lo que me pongan por delante. Sé que es cuestión de desearlo de verdad.
- Estoy en una escuela de Artes Marciales donde me ayudan a crecer: Sé que no tengo porqué aplastar al otro para avanzar yo.
- Tuve un problema importante con uno de mis compañeros y mi maestro nos mandó un trabajo conjunto: Sé que los problemas pueden solucionarse dialogando.
- Entreno con compañeros y compañeras sin que ninguno tenga restricciones de ningún tipo: ¿Por qué voy a tolerar que en mi entorno se discrimine a alguien por su sexo?
- Mi compañera ha aprobado el examen de cinturón y todos estamos orgullosos y contentos: También me produce felicidad ver el ascenso de mi compañero de trabajo.



Librería y Papelería
TODO NIÑO

Material escolar - Impresiones digitales - Regalos
- Prensa - Libros - Juguetes - Fotografías

Phone House

Calle Asunción, 15, 41200 Alcalá del Río, Sevilla - 955 65 10 61

- Soy consciente de que muchos se esfuerzan, así que procuro sobre esforzarme: No me quedaré callado cuando mi jefe me grite, porque sé que algún día podré ser un jefe que no grite a nadie.
- Me han enseñado a meditar y a calmar la mente: No tengo prisas, sé que llegará.
- Mi maestro me inspira respeto y le saludo con cariño: ¿Cómo no voy a hacer lo mismo con las personas importantes de mi vida?
- En el Doyang fomentan la amistad, la empatía y la curiosidad por conocer a los compañeros: Le enviaré un “wasap” a mi amiga para saber cómo está.
- Leo en la escuela, me insisten en que busque libros de temas que me atraigan: Leo en casa y donde sea.
- Le he contado a mi maestro que saqué un 10 en Matemáticas y, además de darme un abrazo y felicitarme, pidió a mis compañeros que me aplaudieran: Mañana estudiaré más.
- Veo que mis padres y mi maestro se llevan súper bien y se respetan: Ahora tengo aún más claro que esto es bueno para mí.
- Me han explicado mil veces que aprendemos todo sobre la defensa personal con el objetivo de no usarlo nunca: Sabré usar otras herramientas para solucionar conflictos.
- También me han enseñado que, cuando es estrictamente necesario, debo defenderme: No me humillarán fácilmente. Sabré solucionar conflictos también de manera contundente.
- Gracias a las llaves; a las técnicas de patadas; a las técnicas de caídas y de proyección; gracias a los golpes dados y recibidos; gracias a esos momentos en los que he puesto al límite mis capacidades físicas...: Ahora, respeto más mi cuerpo y procuro mantenerlo sano.
- Tengo claro que hay figuras de autoridad en la escuela: Refuerzo las otras figuras de autoridad de mi vida.
- También tengo claro que mis compañeros veteranos saben más y puedo aprender de ellos: Me callaré la boca cuando hablen los que saben más y aprovecharé la oportunidad para aprender.

- Soy importante para mí y para la escuela: Daré a cada uno su espacio y me haré respetar.
- En mi escuela no se regala nada: No voy a pedirle al profesor que me aprueba la asignatura si el considera lo contrario.
- En mi escuela no se regala nada: Entiendo perfectamente que lo que tengo es fruto de mi esfuerzo.
- En mi escuela no se regala nada: Habrá cosas que me cuesten más, pero me sentiré aún más feliz cuando las consiga.
- No existe competición entre compañeros, cada uno se desarrolla en base a lo que se esfuerza, a sus habilidades e inquietudes, a su asistencia a clase y a la calidad de esa asistencia a clase...: No me compararé con nadie. Lo que tengo es lo que soy.
- Me decían en la escuela que nos parecemos a los alpinistas, que escalan un pico y ya piensan en subir a otro: Me siento vivo, sé que siempre podré más. No me conformo.
- El Doyang es uno de esos lugares en los que se fomenta la cultura, el conocimiento y el autoconocimiento: No será fácil engañarme.
- Una vez, me pidieron en la escuela que cerrara los ojos e intentara adivinar si la persona que me atacaba había sido mi compañero Rumano; la Gitana; el ruso o el negro: Alrededor mía, veo personas.
- Me explican mil veces en que fallaba, y lo hicieron con paciencia, cariño y delicadeza: Mis trabajadores son importantes para la empresa.
- En el Doyang, confluyen todo tipo de energías y formas de pensamiento; diferentes formas de ver y entender el mundo y distintos objetivos; caracteres de todo tipo y personalidades desiguales: Sé adaptarme y dialogar.

Podría escribir varias hojas así.

Doyang, significa escuela de Artes Marciales. Al principio, un Doyang es un sitio al que vamos a entrenar; pronto, entendemos que es un lugar en el que aprendemos cosas importantes para la vida. Hay un momento en el que muchos piensan que la escuela se separa del resto de su vida y es cuando se le escuchan expresiones como: Cuando estoy fuera de la escuela no soy Hapkidoín...

Con el paso del tiempo, el estudio y la practica adecuada; con el transcurrir de la rica vida del Doyang y de la acumulación de experiencias, al fin, uno entiende que no hay un “dentro y un fuera”. Sino que, lo que nos enseñan en el Doyang es para siempre, para asimilarlo y hacerlo nuestro: Otra parte del tesoro que añadimos a nuestro gran cofre de la vida....

Llegamos al Doyang y, de manera simbólica (y real), dejamos nuestros zapatos fuera para dejar también los pensamientos que no pertenecen a ese escenario. Damos la clase y nos renovamos energéticamente y, cuando me vuelvo a colocar los zapatos, noto que las preocupaciones que venían conmigo antes de comenzar la clase, ya no son tan difíciles de asimilar y/o solucionar.

El Doyang me nutre y yo lo nutro a él; asimilo o afirmo una serie de conceptos, habilidades y conocimientos que estaban ahí, en alguna parte; salgo y entro en el Doyang de manera física, pero jamás lo hago en esencia, porque no existe la posibilidad de entrar y salir de la vida misma. Mis conocimientos son mis mejores armas y mi alma enriquecida es capaz de enriquecer a quienes quiero. No hay un “dentro y un fuera” porque parte de lo que soy, es gracias al estudio y al despertar de la conciencia y, otra parte de lo que soy, también se queda en el Doyang para que los demás crezcan, no solo en el Doyang, donde sea, donde esté.

Las Artes Marciales pueden entenderse como un continuo viaje de ida y vuelta, y viceversa, y viceversa otra vez. Es lo infinito, como el círculo.

SBN J.L. Rueda Castaño



**PSICONUTRICIÓN
COACH**

653 93 90 64

Miguel Angel Gutiérrez



Curiosidades

En este apartado, compartimos con todos algunas cosas curiosas sobre las Artes Marciales, su historia, la de los países orientales, filosofía, mitos... Cada número, contaremos algunas curiosidades que, sin duda, despertarán el interés de más de uno para seguir investigando sobre determinados temas, ¿Quieres comenzar a leer?

Las coreanas son las más coquetas de mundo

Es posible que hayáis leído o escuchado algo sobre esto... en Korea, a las mujeres, les encanta ir maquilladas. Pero no como en otros países, no no. Allí, hay un verdadero culto al cuerpo, sobre todo en mujeres, aunque también los hombres. Actualmente, son referencia mundial en el mundo de la cosmética y los productos para cuidar la piel.

Cuando van a la playa, la gran mayoría de ellos se baña con ropa. Al contrario que en España, ellos no quieren broncear su piel sino lo contrario, permanecer más bien blancos.

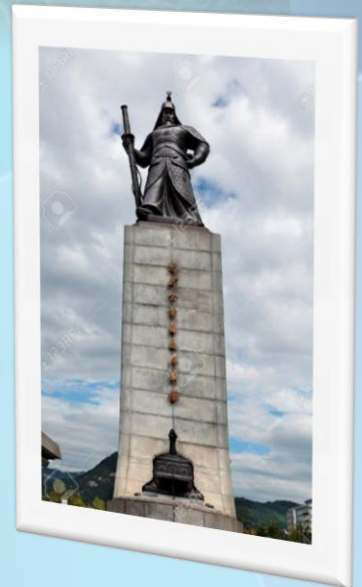
En determinadas zonas de las capitales de Korea del Sur, hay barrios en los que se pueden encontrar varias tiendas de este tipo de productos en la misma calle.



Yi sun shin y el Cid campeador

¿Sabes que tiene en común estos dos guerreros históricos?

Pues, además de que ambos consiguieron grandes hazañas en el campo de batalla, los dos fueron “usados” después de su muerte. El fallecimiento del guerrero Hwarang , fue encubierto con la idea de que el enemigo no lo supiera. Derrotar a Yi Sun SHin era todo un honor para el ejército Japonés invasor y los coreanos no podían correr el riesgo de que se conociera su fallecimiento. Tampoco entre sus tropas...



Curiosidades

Las técnicas duelen menos

Hay una norma importante en Hapkido que muchos no conocen y otros, conocen pero no la usan. En las clases, con frecuencia nos manipulamos las articulaciones, principalmente de las extremidades superiores. Cuando un compañero ejerce presión sobre nosotros para realizar una técnica, por norma general, nos infringe bastante dolor. Sin embargo, podemos hacer que duelan algo menos sencillamente expirando aire por la boca justo en el momento en el que nos hacen esa técnica.

Etiqueta

A la hora de sentarse a la mesa, en Korea, nadie se sirve su propia bebida. Siempre se ofrece a los demás y estos, toman su vaso con dos manos. En el caso de que haya una persona mayor o, en nuestro caso, un maestro presente en la comida, nos volveremos para dar el primer sorbo después de haber brindado. Jamás, ponemos nuestro vaso por encima del vaso de una persona con más grado que nosotros.

En las siguientes fotografías vemos dos ejemplos: En el primero, el actual presidente de Korea del Sur, Mun Ye In, brinda con Doña Letizia. Él, por cortesía, mantiene su copa por debajo de la de la reina. En la otra imagen, los dirigentes de ambas partes de Korea, brindan casi a la misma altura. Nuevamente, el presidente Mun Ye In mantiene su copa levemente más baja que la de Kim Yong Um. En este caso, debería haber sido al contrario ya que Kim es más joven.



--- NOTICIAS

Nos fuimos al cine

Se lo debíamos. Al finalizar la temporada anterior, se nos había acumulado trabajo y no nos dio tiempo a cumplir con una promesa. En la escuela siempre decimos: “esfuerzo igual a recompensa”. Muchos de los pequeños, habían conseguido, por méritos propios, que los lleváramos a ver una peli al cine. De modo que, en cuanto comenzó la temporada 19/20, nos montamos en el autobús y disfrutamos de una mañana muy divertida.

Se portaron todos muy bien. Hay que decir que todo fue más fácil gracias al apoyo de algunos de los alumnos de la clase de adultos que nos acompañaron.

Todos, niños y adultos, disfrutamos viendo “El Rey León”



El cónsul honorífico de Korea en el Doyang

Desde hace casi 15 años, nuestra escuela mantiene cierto contacto con los representantes políticos de Korea en España. En alguna ocasión han colaborado con alguna iniciativa de la escuela.

Desde finales del 2018, tomamos un contacto más real y efectivo con el cónsul honorífico de Korea en Sevilla, D. Francisco Herrero Maldonado. Después de mantener varias conversaciones con él, el cónsul tuvo a bien visitar la escuela central Choson, donde compartió con nosotros una tarde viendo las clases de niños.

Los lazos entre esta entidad y la escuela se estrechan y el respeto y las ganas de colaborar es algo mutuo.

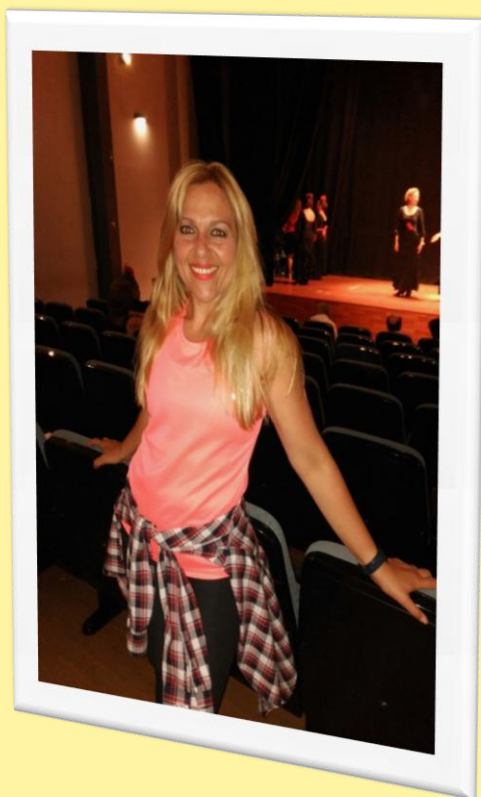


Una rama más

A comienzo de temporada hemos recibido una llamada desde un AMPA de “El Castillo de las guardas”. Tienen intención de poner clases de Hapkido y les gustaría contar con nuestra escuela. En breve, tendremos una reunión y valoraremos la posibilidad de comenzar a impartir clases allí. Es un nuevo reto que nos llena de ilusión.

Semanas temáticas

Nuestra profe de las emociones estuvo impartiendo clases durante una semana en el Doyang Choson. Pepi, ya se ganó el cariño y el respeto de los alumnos en la temporada anterior cuando ya hicimos un trimestre completo de semanas temáticas. En esta ocasión, hicieron actividades muy divertidas enfocadas a saber asimilar y respetar cualquier estado anímico. ¡Repetiremos



La Katrina Mexicana

Este año decidimos cambiar la fiesta del primero de Noviembre. Después de varias ediciones súper divertidas del “Haplloween”, hemos cambiado para traer a nuestras escuelas un trozo de la tradición de nuestros amigos de México. De esta forma, organizamos sendas convivencias en Jeonsa Do Kwan y en Choson donde, además, contamos con la colaboración de algunas madres que maquillaron a los alumnos como estuviéramos en el día de muertos de México realmente. Hicimos dulces típicos, juegos tradicionales y, con los más grandes, os quedamos a dormir sobre el suelo de Jeonsa Do KWan Guillena.

No hay duda, lo volveremos a hacer, fue súper divertido!!



ITS 2021

La misma noche de la cena de gala del ITS España, comenzamos a organizar nuestra asistencia en el siguiente. Si todo va bien, en Septiembre de 2021, nos veremos de nuevo en Carolina del Norte (Estados Unidos). Ya hay un grupo de alumnos que está ahorrando para ello. Si alguien está interesado en incorporarse, por favor que lo comunique.



UN POCO DE HISTORIA

Las pretensiones colonizadoras de Japón se han sucedido en diferentes épocas a lo largo de la historia. A finales del siglo 16, se puso en marcha un plan con la intención de invadir a China.

Dada la situación geográfica, para poder hacerle la guerra a China, las tropas Japonesas tenían primero que atravesar Korea. En esa época, Japón era dirigido por el Daimyo **Hideyoshi Toyotomi**, un líder histórico que consiguió grandes avances para Japón y del que hablaremos más detenidamente en otros números.



Estatua de Hydeyoshi Toyotomi
que se puede ver en la ciudad de Osaka

En un primer momento, se solicitó permiso al rey **Sonjo** (monarca número catorce de la dinastía Choson) para que permitieran el libre paso de las tropas Japonesas hasta la frontera con China, pero esta petición fue inmediatamente rechazada. Choson, ya había aprendido a lo largo de su convulsa historia y no quería más guerras. Sabiendo lo complicado de su situación geográfica, Korea se había aliado con el enorme imperio China y este les daba protección. Bajo ningún concepto, los reyes coreanos querían cerrar ese acuerdo con ellos.

De esta forma, el Samurái **Hideyoshi**, envió a un primer contingente de barcos para atravesar la península coreana. El 13 de Abril de 1592, un enorme ejército Japonés puso pie en Busan, una de las ciudades costeras del país vecino.

En poco tiempo, lograron dominar a la actual Seúl. El ejército coreano tuvo una respuesta débil ante la llegada de más de 150.000 soldados japoneses. Su rey, corrupto y débil, huyó hacia Uiju, una pequeña ciudad al Norte de Pyongyang, muy cerca ya de China.

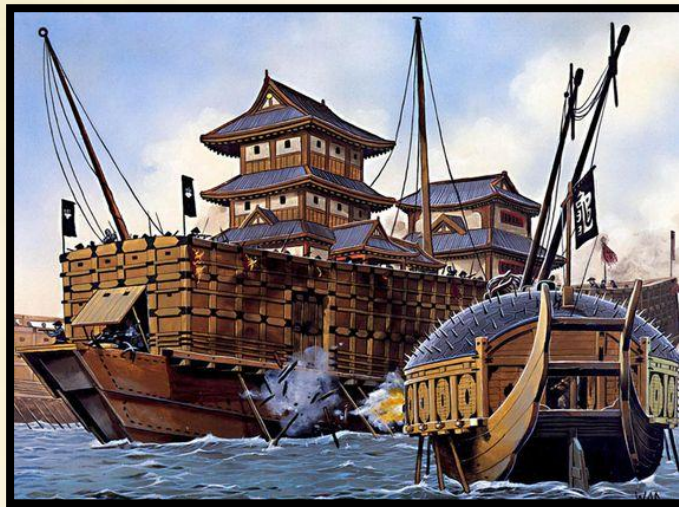
El 14 de Junio, justo dos meses después del inicio de la invasión, el general **Konishi Yukinaga** tomaba otra ciudad importante de Korea: Pyongyang.

Hideyoshi Toyotomi, no estuvo presente en esa primera invasión. Dirigía desde tierra a unas tropas formadas por diferentes clanes de guerreros Samurái. Una vez fue informado de que ya existía un “corredor” en Korea por el que poder introducir más soldados para invadir China, se dispuso a mandar más barcos. Pero había algo con lo que no contó...

Poco antes de la invasión, el rey **Sonjo** de Choson, fue tentado por uno de sus generales a dismantelar el ejército naval. El general **Shin Lip** no creía necesario mantener esa partida económica. Por suerte, hubo otro alto cargo militar que convenció al monarca de todo lo contrario, el almirante **Yi Sun Shin**.

Con un rey exiliado, el mítico guerrero coreano, tomó el mando y logró cambiar el mermado estado anímico de sus tropas. De esta forma, con apenas 12 barcos acorazados, se echó al mar y consiguió cortar el suministro de provisiones de los barcos japoneses.

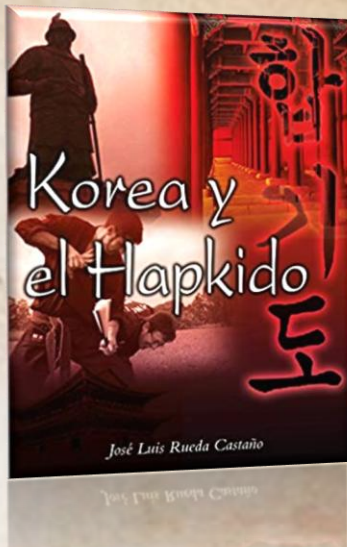
Esto, sumado a la contraofensiva de guerrillas que los soldados coreanos mantenían en tierra y, sobre todo, debido a la llegada del potente ejército Chino, le dio la vuelta por completo a la situación y esa primera invasión japonesa se dio por fracasada.



No obstante, eso no fue más que el comienzo de un largo periodo bélico. Esta guerra no terminó ahí. Históricamente, se conoce como **“Imjin War, la guerra de los siete años”**. Hay mucho que contar, muchos personajes y hazañas. Lo veremos en otros números.

J.L. Rueda Castaño

Para quienes quieran profundizar

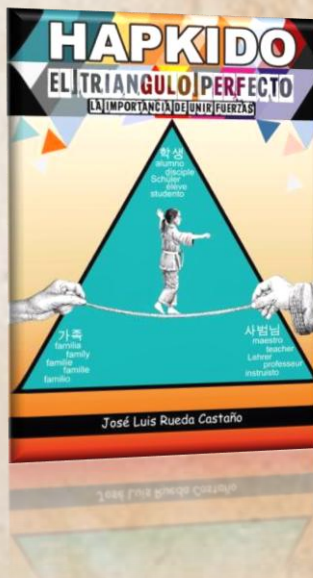
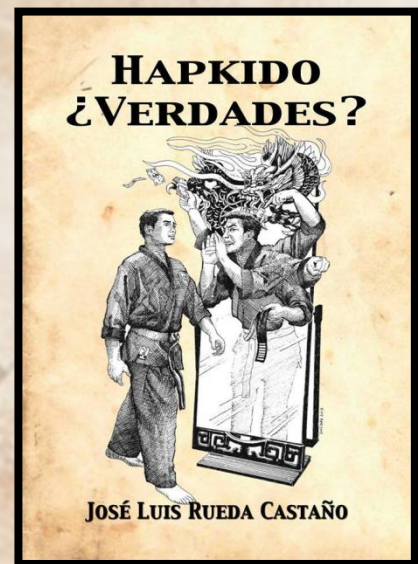


Korea y el Hapkido

La historia de Korea como nación, no se entiende sin conocer la evolución de las Artes Marciales. Este libro te introduce en la apasionante historia del país asiático, desde la época de los tres reinos hasta el conflicto que hoy día divide en dos a la nación. De igual modo, habla del Hapkido explicando conceptos básicos y hablando de sus orígenes.

Hapkido ¿verdades?

El primer libro de Artes Marciales del mundo que incluye fichas transparentes. Sin orden, sin capítulos. Todo es fruto de una investigación profunda. ¿Quieres saber hasta que punto está el Taoísmo presente en el Hapkido? Filosofía; explicaciones concisas y fáciles de entender sobre la efectividad del Arte Marcial; ¿Porqué el Águila es el animal que representa al Hapkido?; ¿que tiene que ver Bruce Lee con este Arte Marcial...?



EL TRIANGULO PERFECTO

Cuando un niño comienza a aprender una actividad, necesita que su entorno más cercano se involucre también. Cuando eso es así, todos los efectos positivos que esa actividad pueda ofrecer al niño se potencian. Este libro habla sobre la importancia de caminar juntos. Está escrito desde el punto de vista de las Artes Marciales, pero es, sin duda, útil para cualquier formador y muy recomendable para padres y tutores.

Para cerrar nuestras revistas, queremos pedirnos que nos enviéis fotografías especiales. Seleccionaremos las mejores y las iremos compartiendo.

¿Quieres que tu foto cierre la revista? Envíala!!



Hoy os compartimos esta del templo Budista **"Heinsa"** de Korea del Sur. Es un lugar mágico sumergido entre montañas. Alberga la famosa "Trípitaka coreana", patrimonio de la UNESCO.

Está prohibida la reproducción total o parcial de esta revista sin la autorización previa por escrito del titular de los derechos de propiedad intelectual.

La dirección de la revista no se hace responsable de las opiniones vertidas por sus colaboradores