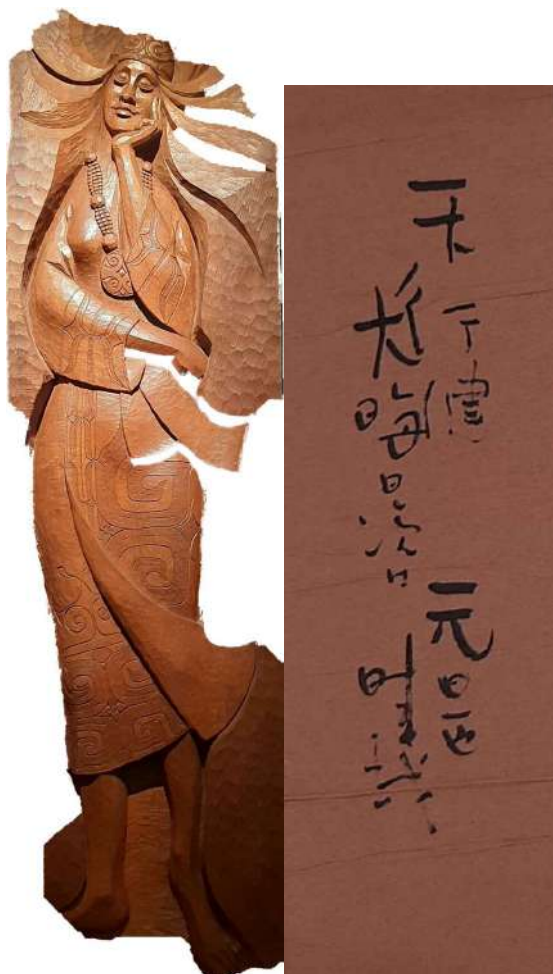


**SEITAI JAPÓN,
MI HISTORIA INTERMINABLE**
Joseba Sierra Ruiz
Alumno de Katsumi Mamine Miwa
Miembro de la fundación Seitai Barcelona
Miembro ordinario del Seitai Kyokai Japón



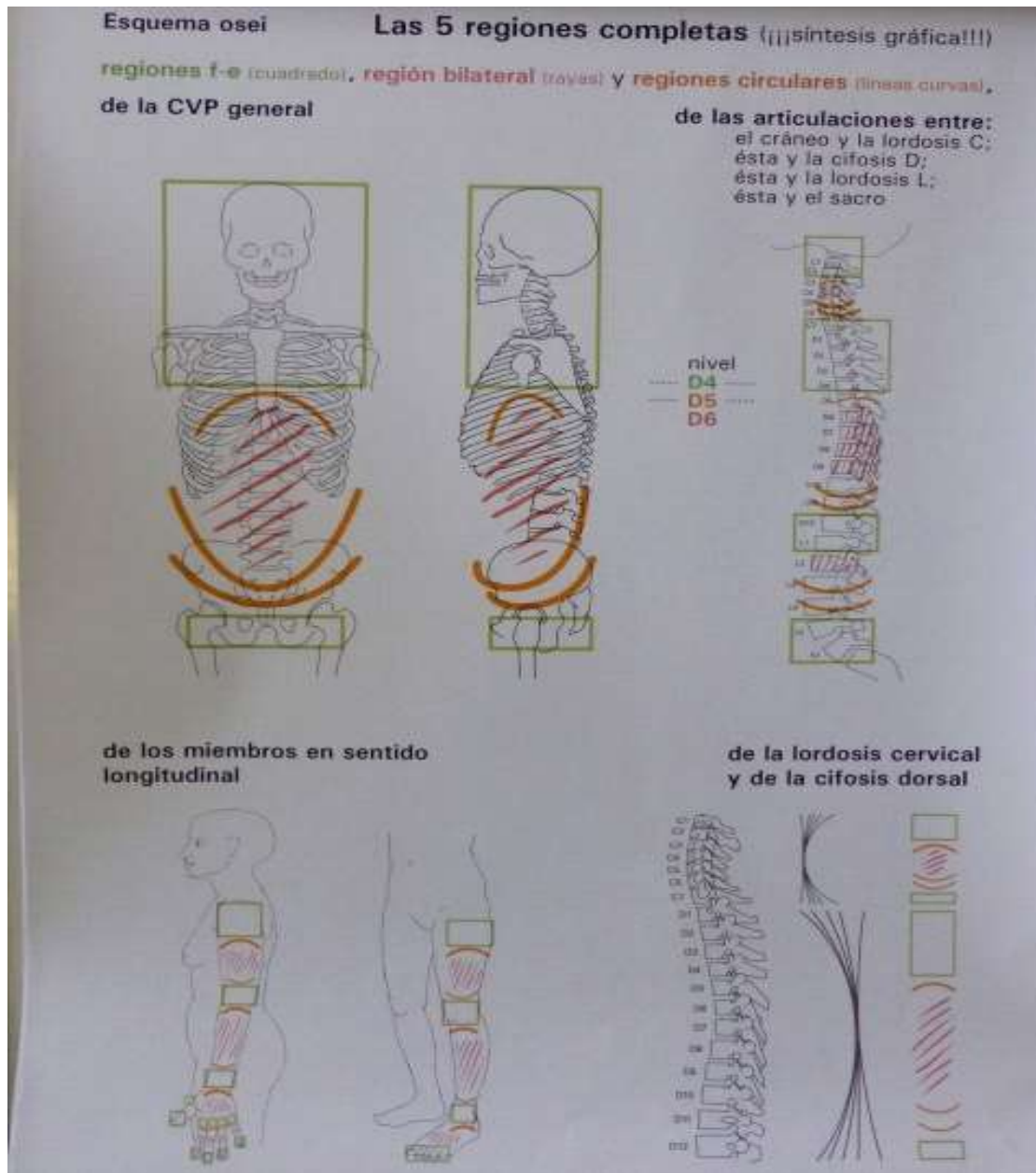


ESQUEMA OSEI, DE BARCELONA A JAPÓN PASANDO POR EUSKADI....

Desde Barcelona a Japón pasando por Euskadi, mi amada tierra. En memoria de mi maestro Katsumi Mamine, de su gran obra y del legado de su maestro, Haruchika Noguchi. En memoria de mi amuma, la luz de mi vida y a quien debo estas sólidas raíces que me han mantenido firme en los momentos más difíciles. Han pasado once años desde aquel día en el que por diversas circunstancias, no se si aleatorias, casuales o causales, pero sí maravillosas, llegara por primera vez a aquel piso de República Argentina, al dojo del Seitai Barcelona. Recuerdo la sensación que me inundó nada más entrar al piso, todo me resultaba familiar, la decoración, el Ki, la luz natural que entraba, la distribución, era como volver a casa de mi amuma, aquel piso antiguo del centro de Bilbao en el que me crié, con moqueta y sillones de color verde, puertas y ventanas de madera , el crujir del suelo, me sentía en casa desde el primer momento. Entré al dojo y me senté en el suelo a la espera de que empezara el curso.



Cual fue mi sorpresa, al ver aparecer a Katsumi con su kimono, una vez más resultaba todo familiar y cercano. Me pareció muy interesante lo que explicó, pero había algo que no era racional, que iba más allá de lo que decía, su postura, su voz, su pasión, su ki, todo su ser comunicaba algo que yo ya conocía e intuía, pero que me sonaba a muy lejano, al pasado



EL ESQUEMA OSEI. LA GRAN OBRA DE KATSUMI MAMINE

Octubre de 2014.

En ese curso Katsumi expondría por primera vez de forma práctica y teórica, el Esquema Osei, la base de la cultura Seitai y la gran obra de su vida. De forma inédita, con unos ejercicios muy sencillos y divertidos que hacíamos en pareja, experimentábamos como la vida se expresaba a través de las distintas regiones de la CVP, de los miembros y del eje cerebral, como todo se coordinaba. Experimentarlo, comprobarlo empíricamente era fascinante. Yo estaba maravillado, y al mismo tiempo me hacía tantas preguntas, como algo tan sencillo y riguroso no se conocía, y si la vida se expresaba y coordinaba tal y como podíamos comprobar con esos sencillos ejercicios, o por el contrario, si se inhibía y bloqueaba, si no se coordinaban las distintas oseis en cada uno de nosotros que repercusión podía tener a nivel vital.

Cuanto más exploro, más profundizo en la práctica y en el estudio de la ciencia, más me maravillo del gran rigor que hay en el trabajo de Katsumi y de Noguchi. Como decía Katsumi,

la ciencia lo está diciendo. No necesitamos comprobarlo ni contrastarlo, basta con vivirlo y experimentarlo, pero saber que la ciencia con sus últimos avances e investigaciones , está diciendo lo mismo que desveló Noguchi hace un siglo, es fascinante. Los avances de la última mitad del siglo pasado en genética, y más recientemente este siglo , las técnicas de biología molecular que están simplificando las bases de la genética del desarrollo, nos muestran claramente cómo se forma nuestro ser desde una única célula, e incluso antes, ya en los cromosomas, en nuestro ADN, como están dispuestos y cómo se expresan espacial y temporalmente los genes responsables de orquestar el desarrollo del futuro ser, de formar sus ejes principales, anteroposterior, dorsoventral y bilateral, la formación de su esqueleto axial, de sus miembros también a nivel anteroposterior, próximo distal y dorsoventral, de sus órganos, sus tejidos, su cerebro y todas sus células, formando su maravillosa, única e irrepetible individualidad, su osei de taiheki, su osei de ADN.



Katsumi me conectó de nuevo con mis raíces, con mi amuma, con mi infancia, con mi tenshin. Yo siempre le trasladaba mis preocupaciones e inquietudes, él lo resumía y simplificaba todo al núcleo de mi ser , al deseo profundo, a la esencia, a lo verdaderamente importante para mí, al deseo de amar con todo mi ser y al tenshin, que ya había salido. Tengo grabada esa imagen, su rostro sonriente mirándome fijamente con el dedo índice alzado, repitiendo, Tenshin, no lo olvide....me decía con esa mirada dulce.

Tras la muerte de Katsumi , hace cinco años, un profundo deseo nació en mí, viajar algún día a Tokio para conocer desde dentro la Cultura Seitai, para entender en primera persona aquello que tanto preocupaba a Katsumi, y para honrar su memoria. Pensé que sería una idea pasajera como otras tantas, y que desaparecería con el tiempo, pero no fue así, arraigó con fuerza y fue germinando, de igual forma que con Katsumi nació el deseo de volver a mi tierra, a Euskadi, retomar la lengua de mi familia, reencontrarme con mis raíces y

con aquella tierra que tanto amaba mi amuma, y de la que con tanta pasión me hablaba cuando yo era un niño, pero de la que tanto se había alejado con el paso de los años, y como mi amuma, Katsumi hablaba de su tierra y del Seitai de Tokyo con amor y tristeza.

PAU CASALS, EL MAESTRO DE NOGUCHI.....VOLVIENDO DONDE TODO EMPEZÓ



Con mi última visita a Barcelona, debía saltarme con mucha pena mi clase semanal de Chelo en Bermeo con mi profesora Yurena , pero debía ir a Barcelona y aclarar de una vez por todas los próximos pasos. En esta ocasión, decidí ir a casa de mi madre, algo que nunca había hecho, pues está en Roda de Bará y bastante alejada de los sitios a los que tenía que desplazarme, en la ciudad de Barcelona y alrededores.

De casa de mi madre a la estación más cercana de Renfe hay 5 km caminando. Debía ir a visitar a un amigo a Vilanova i La Geltrú , hacía muy buen tiempo y decidí ir paseando por la playa junto a la orilla, estaba inmerso en mis pensamientos, pensaba en el maravilloso esquema Osei de Katsumi, en su trabajo, en las regiones, en la vida desde su primera formación, en la primera célula, en los genes HOX , en el embrión, mientras caminaba y escuchaba el sonido del mar, por la playa vacía de gente. Cuando me di cuenta de que estaba algo perdido pregunté a un vecino por la estación de St. Vicenç de Calders, el buen hombre me respondió sorprendido, uff...la has dejado muy atrás, estás ya en el Vendrell, ahí está el museo Pau Casals...señalándome una gran casa con un precioso jardín junto al mar , cómo dice??, le pregunté asombrado, así que me dirigí a la casa, entré en los jardines y vi un grupo de niños jugando y dibujando, no sabía cómo acceder a la casa ni si estaba abierta al público. Me acerqué a los niños y les pregunté. Con esa chispa y alegría que les caracteriza mostraron gran interés en indicarme, mientras me mostraban los dibujos que estaban haciendo, me dijeron que ellos acaban de salir de la casa y que yo también podía entrar, así que me dirigí al interior de la casa y entré.



No había nadie, y nada más entrar al salón principal, apareció Pau Casals en una gran pantalla tocando la famosa suite nº1 de Bach, que me trasladó al dojo con Katsumi. Visité la casa, vi varios videos y a Casals a lo largo de su vida, escribí y envié algún video a mi profesora Yurena, haciéndole broma pues aunque me había saltado la clase de chelo había valido la pena, ella también estaba maravillada y pronto también haría una visita con unos amigos de Barcelona.





DE BARCELONA A JAPÓN PASANDO POR EUSKADI, Y DE JAPÓN AL MUNDO...MI HISTORIA INTERMINABLE

Ha pasado un año desde mi llegada a Barcelona de Japón, todavía estoy intentando asimilar algunas experiencias. Ha sido un viaje maravilloso, inolvidable, mágico y difícil de transmitir con palabras. Tres meses intensos y muy bien aprovechados. Han sido varias las personas del entorno Seitai las que han mostrado interés en conocer detalles de esta aventura, del Seitai de Japón, de Hiroyuki Noguchi, de la práctica, de Katsumi y su recuerdo. La fundación Seitai Barcelona me pidió organizar una jornada, un seminario, para compartir la experiencia con la gente, pero no me he visto con ganas, no quería ningún protagonismo, y no sabía como poder compartir de forma abierta desde lo más profundo de mi ser, transmitir lo que realmente ha supuesto este viaje y como encaja en una historia que va mucho más allá en el tiempo y en el espacio que el simple viaje a Japón. Finalmente, organizamos un encuentro informal con los miembros del patronato para compartir esta experiencia y poder entrar en detalle en los temas que fuera necesario. Fue un bonito encuentro en el que compartí esta experiencia en familia, recordamos a Katsumi e incluso practicamos alguno de los ejercicios que aprendí con Noguchi, Kokeguchi y Meri San en Japón. Prometí al patronato de la fundación, que prepararía un escrito sobre esta experiencia para compartir con ellos, para que pudieran publicarlo y compartir con todo el entorno Seitai. Podría escribir un libro sobre

este viaje pero debo resumirlo y al mismo tiempo no omitir los detalles más importantes.

SEITAI KYOKAI, SETAGAYA

13 de enero

He quedado con Fumiko San en la estación de Fumakotamegawa, cercana al dojo, a las 15.15 h. Entramos y subimos unas escaleras, y en la primera planta hay una mujer con kimono que nos pregunta, va a buscar a alguien, y sale un hombre con kimono de unos 60 años, se presenta como Shikata, con una voz muy grave, alto y bastante agradable. Me dirijo a él en japonés, y me presento protocolariamente, le explico quien soy y le hablo de mi carta en mi rudo y tosco japonés. Fumiko San continua y aclara de forma más detallada, entre ellos hablan en japonés, creo que Fumiko se molesta porque yo hablo y quiero comunicarme por mí mismo. Para mí es importante transmitir mi sentir, ella no puede entenderlo pero Shikata, que dice no conocer a Katsumi, lo percibe y creo que sabe más de lo que dice. Así que nos pide un momento, entra a una sala y vuelve a salir. Me dice que venga a las 16.30 h a apuntarme a la conferencia, pagaré los 3000 yenes(18 €) y podré asistir. Al finalizar podré entregar en mano mi carta a Noguchi Hiroyuki, yo no doy crédito, estoy contento, y le muestro mi agradecimiento a Shikata san. Nos vamos, acompaño a Fumiko san a la estación, y a las 16.30 h regreso yo solo al dojo para inscribirme y asistir a la conferencia que dura 4 h, de 17 h a 21 h.

Siempre agradeceré y recordaré la ayuda de Fumiko San. Llego al dojo, subo a la primera planta, está Shikata san, hay una mujer y otro hombre, todos en kimono. Shikata me pide los datos, los escribo en un papel, pago los 3000 yenes y me acompaña arriba, a la segunda planta, donde está el dojo. Ya hay varias personas, mujeres y hombres, todos en kimono. Me presenta a un joven de unos 35 años, Okada San, habla inglés, y nos medio comunicamos. Él me acompaña al interior del dojo y me coloco en el suelo junto a otras personas. Es un dojo muy bonito, con una foto de Noguchi de perfil, ya mayor, como la que aparece en la Web de la fundación. No se puede entrar el móvil ni grabar, aunque tampoco había pasado por mi cabeza. Hablo con algunas personas, me presento, practico mi japonés, todos muy cordiales, apunto algunos nombres y mientras llega Hiroyuki Noguchi hago katsugen, pero no veo a nadie a mi alrededor haciendo, algo que me sorprende, pues el dojo se va llenando de gente. Todos están sentados en posición japonesa pero inmóviles. Dan Sensei(Hiroyuki Noguchi) dio la conferencia de 4 horas y durante los últimos 20 minutos hicimos unos ejercicios en pareja. Apareció Key San, una mujer japonesa que hablaba francés, y estuvo conmigo. Los ejercicios no eran sencillos, había que concentrarse en unas regiones de la derecha e izquierda de la espalda y de los miembros, y sentir la diferencia. Había unos 50 o 60 asistentes, y me sorprendió que nadie practicara katsugen. Al finalizar la jornada, Key san se ofreció a acompañarme con Dan sensei para entregarle la carta y hacer de intérprete del francés al japonés.

ENCUENTRO CON HIROYUKI NOGUCHI

Nos dirigimos al pequeño recibidor que hay a la salida del dojo, con una mesita y unos sillones pequeños, donde está Hiroyuki Noguchi charlando y fumando con algunas personas, Me acerco, se levanta, y me presento. Me saluda estrechando mi mano con cariño y risas, de manera muy cercana. Yo le suelto todo el rollo en japonés sobre mi viaje y sobre Katsumi Mamine. Le entrego el sobre, lo abrimos, y le muestro las fotos del encuentro en Montjuic al que él mismo asistió en el 86. Le hace mucha ilusión verse tan joven y recordar aquel encuentro. Cuando ve la foto de Katsumi, pronuncia su nombre con emoción. Le hablo en francés y Key traduce, también le digo algunas cosas en japonés. Se queda mi carta para leerla con calma. Me invita a asistir a la próxima jornada, el siguiente sábado 20 de enero a dojo, son cuatro horas de práctica. Debo asistir a más clases para poder entender lo que está trabajando Dan Sensei, cuál es la finalidad de estos ejercicios. Posiblemente pueda asistir a Komae, a la antigua casa de Noguchi, con Okada san a realizar alguna práctica para reforzar lo que hacemos en el dojo con Noguchi. Percibo que Okada san está empezando a dar clases y Key san le dice que podría ir yo con él algún día. Okada san debe ser una persona

de total confianza de Noguchi Hiroyuki para utilizar el dojo de Komae

KOMAE, PRIMERA PRÁCTICA EN EL DOJO CON OKADA SAN

Viernes, 19 de enero

Asisto por primera vez a Komae, la casa de la familia de Haruchika Noguchi. Realizaré una práctica con Okada san. La práctica se basa en una serie de movimientos repetitivos que deben hacerse en orden y con espacios y pausas entre cada uno de ellos, SAHO es el nombre, para alcanzar la postura japonesa sazen, sentarse de rodillas pero paso a paso. Más tarde llega una mujer, Tsuda san, muy dulce, me recuerda a mi tía Amaia. Ella también hace los mismos ejercicios.

Debo explicar que antes de iniciar la práctica mantuve una conversación tensa con Okada San. Él me dijo que debía hacerme miembro ordinario para poder continuar asisitendo a las prácticas con Dan sensei en el Dojo central, algo que yo deseaba.

Me dijo el coste que tenía inicial pero no me dio muchos más detalles. Yo le pregunté que a cuántas prácticas podía asistir, pero él no especificaba, le hice entender que quería conocer el Seitai en Japón, y que estaba dispuesto a hacer sacrificios, pero que no me sobraba el dinero, y que si debía abonar un importe anual como miembro, como mínimo necesitaba saber si iba a poder asistir cada mes a las prácticas con Dan sensei o si sólo iba a poder asistir a la jornada del próximo sábado. Okada san finalmente me confirmó lo mismo que key san, que podría asistir cada mes con Dan sensei. La comunicación con Okada san no era muy fluida, mi inglés no era muy bueno, la comunicación fue mucho más fluida con otras personas pudiendo hablar sólo japonés, con una mirada o un gesto bastaba para entendernos, sin embargo con Okada san, aunque hubiéramos hablado castellano, creo que no nos hubiéramos entendido muy bien.

SESIÓN DE PRÁCTICAS EN EL DOJO CENTRAL CON NOGUCHI HIROYUKI

Sábado, 20 de enero

Accedo por segunda vez al dojo de Tokio, para la práctica de 4 horas. Me hago miembro ordinario del Seitai de Japón, realizando el pago correspondiente y rellenando el formulario con mis datos. En ese momento no imaginaba que recibiría un documento oficial de administración y un carnet con mi número de miembro, cuya validez es de tres años. Teniendo que pagar solamente una cuota anual de mantenimiento de unos 30 €. Iniciamos la práctica guiada por Dan sensei, el realiza los ejercicios con Okada san y Sato san, sus dos personas de confianza. Sato san se sienta a mi derecha, debe tener unos 60 años y va vestido como un samurai. Es una persona muy agradable, realizamos juntos la práctica, y en algún ejercicio donde eran necesarias tres personas, se sumó Okada san. Son ejercicios de mucha concentración y rigor, no logro entender cual es el objetivo pero participo, observo y escucho. Caminamos en una postura muy complicada, aunque este ejercicio no es complicado para mi afortunadamente, en cuclillas hacia delante y detrás. Levantamos el pie del compañero estando estirados, y así se va pasando la tarde, hay risas y un ambiente distendido, pero echo en falta la sencillez de los ejercicios de Osei, el Katsugen y el yuki. No imagino a algunas personas de cierta edad avanzada del dojo de Barcelona haciendo estos ejercicios, aunque tengo muchas ganas de seguir profundizando porque intuyo que hay mucho rigor en el trabajo de Hiroyuki Noguchi. Al finalizar la práctica unas mujeres muy simpáticas se acercan y me hablan. Una de ellas, Minako San, me dice que conoce a alguien que practica en su dojo Katsugen y yuki, y me pone en contacto para asistir a una práctica de katsugen el 8 de febrero. Ko Keguchi es el nombre de la familia, él es el maestro y Mery san , la mujer , que también guía algunas prácticas de katsugen. Por algún motivo, esta mujer muestra interés en mi y me ayuda a encontrar donde practicar y compartir el seitai tradicional de Haruchika Noguchi y de Katsumi. Hoy debo agradecer de todo corazón a Minako san que se cruzará en mi camino, pues lo que viviría con la familia ko keguchi los próximos meses fue una experiencia inolvidable. Minako me facilitó la dirección exacta del dojo de Ko Keguchi, que

se encontraba en el mismo domicilio, en Setagaya Daita.

KOKEGUGHI SENSEI Y MERI SAN

8 de febrero, 19 h de la tarde

Tengo mi primera práctica con Kokeguchi sensei, Katsugen kai. Hace 4 días que me he instalado en mi nuevo domicilio, en Shimokitazawa, a través de la escuela de japonés encontré una casa para estudiantes con una habitación económica, independiente y cierta intimidad. Aquí estaré los dos meses restantes. Cual ha sido mi sorpresa al descubrir que el dojo de Kokeguchi está a 15 minutos de mi nueva casa caminando. No me pasó por la cabeza cuando Minako San me dio su dirección, pues al indicar Setagaya Daita, pensaba que sería cerca del Seitai Kyokai. Setagaya es un distrito muy grande, casi un millón de habitantes. En Tokio hay unos 23 barrios que suman unos 13 millones de habitantes. Que hermosa casualidad, a sólo 15 minutos caminando, ahora que se todo lo que viví con ellos, Kokeguchi sensei, Meri san, sus dos hijos, Yahiro y Soya, y sus amiguitos. Meri san me recibe y me saluda, yo me presento en japonés e intercambiamos unas palabras. Me invita a entrar al recibidor, donde me descalzo, y paso a un cuarto a dejar mis cosas. Meri san me acompaña al pequeño dojo, al entrar me inunda una sensación de paz y armonía, hay una foto grande al fondo en el centro que me cautiva, es Noguchi con mediana edad en su coche, su expresión tiene algo diferente a las fotos que había visto en webs o en el Seitai Kyokai y en Komae. Es su mirada, su dulce y suave sonrisa, su cara es algo más gruesa que en otras fotos, la mantengo en mi mente a día de hoy. Parecía tener vida. Me arrodillo y saludo. Llegan algunas personas, todas ellas mayores que yo, nos saludamos y nos presentamos. Somos unas siete personas con Meri san. Aparece Kokeguchi sensei con su kimono, hombre de unos 50 años, se sienta y nos saluda. Ni kokeguchi sensei ni Meri san hablan inglés salvo palabras sueltas. Hay un hombre que sí habla un poco inglés y me intenta traducir algunas cosas importantes. Practicamos katsugen en pareja y en grupos de tres. Hacemos una práctica muy curiosa y divertida con una caña de bambú que sujetamos entre tres personas con los ojos vendados, e iniciamos la práctica de katsugen mutuo.

Kokeguchi nos pone a cada uno una caña fina de bambú en una mano, sentados en posición japonesa, donde busca el feeling y la mejor posición, en la que la CVP no lateraliza cuando otra persona desde atrás te coge la cintura y te intenta mover, しんたい (Shintai) si no te mueves. せいしん (Seishin) si te mueves. Debes estar plenamente en tu cuerpo y no solo en la mente para no moverte, para ello debes conectar con tu centro y recuperar tu alineación, tu osei de taiheki. Fueron prácticas muy divertidas, encontré en ese dojo algo familiar al dojo de Barcelona. Allí sentí a Noguchi, su legado, a Katsumi en sus orígenes, eran prácticas sencillas, divertidas y al mismo tiempo potentes. Era como estar con una pequeña tribu indígena participando en sus ancestrales rituales, y en paralelo me pareció ver y escuchar a un niño cruzar el dojo corriendo, luego supe que era Yahiro, el hijo pequeño de los Kokeguchi con el que más adelante jugaría.

Kokeguchi sensei fue alumno de Hiroshima Yamaguchi, uno de los discípulos más cercanos a Haruchika Noguchi. Meri san heredó ese precioso dojo de su padres. La tarde se pasó volando y al finalizar la práctica tomamos té japonés con unas galletitas en la pequeña sala que Meri san había preparado. Me despedí de Meri san y Kokeguchi sensei, y quedamos en escribirnos para la próxima práctica.



Montjuic-Barcelona 1986, Katsugen kai, en la foto aparecen Jordi Griera, Dan sensei, Mori y Katada, padre de Meri san, entre otros a los que yo no reconozco.

SUNITSU KATADA, PADRE DE MERI SAN, VIAJÓ A BARCELONA CON HIROYUKI NOGUCHI EN 1986

Al día siguiente recibo un mensaje de Meri San agradeciéndome la participación en el katsugen kai . Me dice que recordó los tiempos de su padre, que participó en el katsugen kai organizado en Barcelona hace 40 años, pues su padre viajó con los japoneses que acompañaron al hijo de Noguchi, Hiroyuki. Me dice que su abuela y la madre de Katsumi eran grandes amigas. Le contesto muy agradecido y le envío las fotos que entregué a Dan Sensei del evento de Montjuic en 1986. Cual fue la sorpresa cuando me responde que aparece su padre, Sunitsu Katada, en una de las fotos. Me envía la foto con su padre y una flecha que indica " My father". Me invita a asistir a una jornada de Yuki, Yuki-kai, el próximo 12 de febrero, festivo nacional en Japón. Yo le confirmo encantado. Montjuic-Barcelona 1986, Katsugen kai, en la foto aparecen Jordi Griera, Dan sensei, Mori y Katada, padre de Meri san.

YUKI KAI, SEGUNDA PRÁCTICA CON KOKEGUCHI SENSEI Y MERI SAN

Setagaya Daita, 12 de febrero, festivo nacional.

Asisto a mi segunda práctica con Kokeguchi sensei, en esta ocasión a las 12 h de la mañana, y dura unas tres horas, jornada de Yuki me indicó Meri san. Al llegar, saludo a Meri san, me descalzo y accedo al dojo, cuando entro ya hay una chica joven dentro, sentada en el suelo y haciendo katsugen, me mira y me sonrío. Su mirada y sus ojos parecen los de una pantera. Me sonrío de forma muy natural, con complicidad, como si ya nos conociéramos hace mucho tiempo, es curioso porque ella me es familiar. Me presento, ella se llama Watanabe san, pronuncia mi nombre, Joseba san, como nadie lo había hecho hasta ahora, resuena con eco en mi cabeza. Que chica tan genuina, no sabría decir cuál es su edad, podrían ser 25 como 35 o 40, no tengo ni idea, pero desprende una gran vitalidad. Hablamos en japonés, y alguna

cosa en inglés, pero poco. En cualquier caso la comunicación es fluida, yo mismo me sorprendo. Van llegando otras personas, más mayores que yo, nos presentamos. Somos unas seis personas, Meri San y Koheguchi sensei que guía la práctica. Es una práctica increíble, hacemos katsugen mutuo y yuki. La práctica de katsugen con Watanabe san es una experiencia inolvidable, el movimiento sacude todo el cuerpo de Watanabe san de cabeza a pelvis, mis manos se colocan solas en su cuello y sus lumbares, y nos movemos al unísono. También hicimos yuki y katsugen en grupo. Tras finalizar la práctica tomamos te y galletas, y Meri San saca unos libros muy gordos que entrega a diferentes personas para que busquen algo en concreto, no les entiendo. También se ha unido a nosotros Yahiro, el hijo pequeño de Meri San, que está con Watanabe y conmigo. Meri San acerca uno de los libros y me enseña un artículo, son noticias del Dojo central, eventos, publicaciones de Noguchi en vida, y aparece una con Katsumi en una foto de adolescente tocando la guitarra, me emociono al verla. En otro escrito Noguchi habla de Katsumi en Barcelona, recién llegado, y hay publicada una carta que Katsumi le envía a Noguchi desde su habitación en las ramblas con apenas 23 años. Meri san me permite hacer fotos de los artículos, pero sólo para compartir con la familia de Katsumi y para guardar yo como recuerdo, no difundir en redes. También me enseña una preciosa foto que guarda, es de su abuela con la madre de Katsumi y otras dos amigas, eran amigas íntimas y asistían juntas al dojo con Noguchi Haruchika. No doy crédito con lo que estoy viviendo allí. Tan solo ha pasado un mes desde mi llegada a Tokio, y está siendo un viaje mágico en toda su expresión.

CONFERENCIA Y DOHO EN SEITAI KYOKAI

10 de febrero, conferencia en el dojo central.

Asisto a la conferencia del sábado 10 de febrero que al igual que en enero, imparte Dan Sensei(Hiroyuki Noguchi), de 17 h a 21 h. Apenas entiendo palabras sueltas, pero siento el ambiente, escucho, observo entre los asistentes, todos sentados y muy atentos. Al finalizar realizamos unos ejercicios prácticos. En esta ocasión estoy con Tanaka san, una mujer de mediana edad, profesora de matemáticas, que ya conocía de las anteriores veces. Al finalizar me acompaña al metro, yo vuelvo a Shimokitazawa y ella toma otra línea. El sábado a la noche el metro va lleno de gente joven, un gran ambiente en el centro de Tokio, hago transbordo habitualmente en Shinjuku y es un espectáculo el movimiento de gente que hay a las 22 h de la noche en el centro de Tokio.

17 de febrero, Doho en el dojo central.

Asisto a la práctica de 4 horas con Hiroyuki Noguchi, como los otros sábados, el dojo está prácticamente lleno, hay unas 50 o 60 personas. Estoy con Tomizawa san, un hombre algo mayor que yo , muy agradable y con el que es fácil comunicarse. Sólo habla japonés pero me resulta todo muy fluido, una vez más confirmo aquello que va o no va entre dos personas más allá del idioma. En ocasiones no hacen falta palabras. Hiroyuki Noguchi guía la práctica y hacemos unos ejercicios muy curiosos, en los que creo que Noguchi intenta demostrarme mediante la práctica unas dudas que planteo a Okada san en Komae días atrás, sobre los distintos pasos que hay que dar para adoptar Saho, sentarse en la postura japonesa, y por qué es importante cada paso y el espacio entre cada uno de ellos. Con un bolígrafo en el suelo que debemos coger , primero de cualquier forma y sin pensar, con una sola mano y seguidamente escribir. Después, usando ambas manos respetando cada espacio entre paso y paso, al colocar, coger el bolígrafo, y finalmente escribir. Demostrando la diferencia en nuestra CVP de la primera a la segunda vez,shintai o seishin. Es curioso experimentar la diferencia. Es dar importancia a cada movimiento con un lado y con el otro, respetando los espacios, las pausas. Realizamos otro ejercicio similar pero con una caña de bambú más gruesa. También lo hacemos leyendo unas palabras, notando la diferencia en el eje mientras leemos concentrados respecto a cuando no lo hacemos. También hacemos yuki y Naikan, escucho la palabra por primera vez, 内観 ないかん(Observar o visualizar el interior). Es la base de las prácticas de Dan sensei. Durante la práctica Tomizawa san está acogiendo mi brazo, siento como tocan mi hombro y no unos segundos, pero al abrir los ojos Tomizawa san sólo podía acoger mi brazo porque su otra mano estaba en mi cabeza. Le pregunto si ha tocado mi hombro pero me indica que no. Dan Sensei o bien Tomizawa san, estaban tocando

mi hombro con la mente, sin contacto de las manos. Todo esto lo iré ordenando y asimilando tras la última práctica en marzo, y en especial, a mi llegada a Barcelona. Todo lo practicado y aprendido en Japón, emerge y empieza a tomar forma tras regresar a casa, a Barcelona, practico y combino Naikan con el katsugen y el yuki, sigo profundizando y aprendiendo. Todavía hoy siguen emergiendo detalles de aquellas prácticas con Dan Sensei, Kokeguchi Sensei y con Meri San, a quien debería llamar también Sensei, pero ella y yo siempre nos comunicamos como Joseba San y Meri San, y por ello la cito así, pero es Sensei y una persona muy sabia de la que aprendí mucho en en sus prácticas, tanto como con Kokeguchi,

KATSUGEN KAI CON MERI SAN EN SETAGAYA DAITA

Miércoles, 20 de febrero a las 10.30 h Katsugen kai.

Asisto a una práctica de katsugen con Meri San un día entre semana, yo deberé marchar media hora antes para llegar a tiempo a clase y al examen que tengo de japonés. Esta parte es la más dura y estuve a punto de tirar la toalla con la escuela de japonés, pero valió la pena aguantar hasta el final.

En la práctica somos muy pocos, una mujer muy agradable de avanzada edad, a la que no conocía, Meri san y yo, pero fue realmente divertido. Hicimos katsugen mutuo. También hicimos katsugen inducido de la forma tradicional, desde la cabeza con los pulgares en las fontanelas y el resto de dedos en las sienes. Meri san iba contando, así dos o tres veces, hasta que el receptor iba bajando la cabeza y entrando en katsugen, entonces la otra persona colocaba las manos en la espalda de manera natural, dejándose llevar. Hicimos algún ejercicio con la caña de bambú buscando la mejor posición para alinear el eje(Shintai).

Me despido y Meri san me indica que me enviará un mensaje para participar en juegos con niños japoneses y con sus hijos un fin de semana, ella sabía que yo tenía mucho interés en poder practicar japonés y con niños para mí era la mejor forma.

JORNADA DE JUEGOS CON LOS HIJOS DE MERI SAN Y SUS AMIGOS

Sábado 2 de marzo, Setagaya Daita.

Hemos quedado el sábado 2 de marzo a las 12.45 h en la puerta de casa de Kokeguchi y Mery San, con ella, sus hijos Yahiro y Soya, y un amiguito, Yuma. Desde ahí iremos caminando al Complejo Hanamido, una antigua escuela de primaria que ahora utilizan como instalaciones recreativas de juegos al interior y al aire libre para niños de todas las edades. Cuando llegamos hay unas niñas que conocen a Soya, el hijo mayor de Meri san, son compañeras de clase. Van a buscar un balón de fútbol , formamos un círculo y uno se pone en el medio, así que a jugar y correr. Van llegando algunas niñas y niños que se suman. Jugamos un buen rato y después vamos al interior. Hay muchos niños y padres, principalmente madres. Nos descalzamos, nos registramos y subimos a la primera planta. Jugamos al ping pong, somos Soya, Yahiro, Yuma, su hermano pequeño y yo. Hacemos una rueda y quien falla sale. Al pequeño hermano de Yuma apenas se le ve la cabecita por encima de la mesa de ping pong, pero le da a la raqueta. Se nos acaba el tiempo y salimos de la sala. Es hora de merendar, las madres llevan aperitivos y bebidas. Vamos a una zona de mesas donde se sientan todos los peques. Hay una niña pequeña muy simpática y energética cuyo nombre no recuerdo, que conoce a los hijos de Mery y sus amiguitos, la madre también está con Mery, pero no puede despistarse porque su pequeña desaparece en cuanto puede, es más rápida que ella. Después de merendar salimos al exterior, al patio. Vamos a jugar al oni, me explican por encima pero no lo entiendo realmente hasta que empieza el juego. Aquí llegaron a juntarse unos 20 niños de todas las edades, entre 4 y 14 años, y yo, algo excepcional, porque Mery san y su amiga no participaron, era demasiado movido y después lo entendí. Uno es el ONI, el demonio, pero no te das cuenta hasta que le ves la intención de alcanzarte, y si te toca eres tú el ONI hasta que tocas a alguien. Algunos niños eran auténticas balas, explosivos, debo decir que me jugué el físico en dos ocasiones, pues

corríamos como locos, saltábamos por encima de barandillas, de escaleras, porterías, entre arbustos. Fue uno de mis mejores días en Japón, jamás lo olvidaré, viví el tenshin en esencia con esos niños, y volvería a vivirlo una vez más antes de volver a Barcelona.....

CONCIERTO DE CLABECIN DE KEY UEYAMA

Domingo, 3 de marzo, Sala luterana Tokio.

Key san es una pianista, o mejor dicho, clavecinista reconocida en Tokyo, toca el Clavecín, que parece ser es diferente al piano y fue bastante popular durante el Barroco. Daba un concierto con una pianista italiana en Sala luterana de Tokyo, y me invitó. Inicialmente dije que no pero ella insistió, y asistí. Me gustó bastante, especialmente el sonido del clavecín, diferente al del piano. Como llegué con tiempo, entré aunque todavía estaba cerrada la sala, y allí estaba la madre de Key san, en la entrada junto a las chicas que vendían las entradas y recibían a la gente. Me impresionó la sala, pues era de un gran lujo. La madre de Key san insistió para que pasara y me sentara con el padre de key san, estaba en unos sillones comiendo algo, y con mucha cercanía me invitó a sentarme. Hablamos en japonés, inglés y francés. Pasamos un rato muy agradable. Luego llegó el tío de Key san. Finalmente entramos al concierto y disfruté viendo tocar a Key san y a su compañera.



KATSUGEN KAI CON KOKEGUCHI SENSEI

Sábado 9 de marzo, Setagaya Daita.

Asisto a una nueva práctica de Katsugen con Kokeguchi sensei. Somos unas 7 personas con Meri San, coincido con personas ya conocidas. La práctica, como todas las demás, es muy interesante y divertida. Kokeguchi nos coloca a cada uno en diferentes posiciones, dejando a una persona en el medio, y demuestra cómo la posición de cada uno de nosotros afecta sobre la CVP de esta persona, hasta que consigue la posición ideal, de feeling, donde el eje está más alineado y no hay lateralización, SHINTAI. Realizamos un ejercicio similar, en el que una persona está de pie, y otra con la mano simula que extrae el ki de las distintas zonas de la CVP, cabeza, cuello, pecho, cintura y pelvis.

KATSUGEN KAI EN HONBU DOJO SETAGAYA

Sabado 16 de marzo de 13 h a 16 h.



Asisto a mi primera práctica de Katsugen al dojo de Haruchika Noguchi, voy a conocer el dojo practicando katsugen. El dojo que tantas veces había imaginado con Noguchi y los cientos de asistentes, mientras leía la revista Zensei. Estoy contento de poder tener esta experiencia antes de marchar a Barcelona. Entro al dojo y una mujer me indica que me descalce y suba a la primera planta, donde se realiza la práctica. Subo y veo ante mí un maravilloso dojo iluminado por la luz del sol con cuadros de Haruchika Noguchi y también hay uno de Roi sensei, el segundo hijo fallecido hace 10 años.

Aparece Nakamura sensei, que me saluda, es un hombre cariñoso y simpático de mediana

edad. No quiere que le llame sensei. Iniciamos la práctica y suena la música de Pau Casals, la mítica suite que escuché nada más llegar al museo de Pau Casals en El Vendrell. Practicamos katsugen individual y katsugen en pareja. Hacemos los tres clásicos ejercicios preparatorios antes de iniciar la práctica. Hacemos una pequeña pausa a las dos horas, charlo con unas mujeres muy simpáticas. Me sorprende tristemente que haya tan poca gente en la práctica, éramos unas 8 personas. Al finalizar la práctica ayudo a Nakamura sensei a limpiar el tatami, práctica habitual que hacían los asistentes. Dialogamos sobre el katsugen , sobre Katsumi, sobre Dan sensei, Roi sensei. Hablamos desde el respeto y el cariño. Me acompaña al dojo de Dan sensei para la conferencia que tiene lugar a las 17 h. Tengo algunas fotos que nos hicimos juntos, pero por respeto a su privacidad, prefiero no publicarlas.

KATSUGEN KAI CON MERI SAN

Lunes 18 de marzo., Setagaya Daita.

Tenemos práctica con Mery san. Somos 6 personas, hoy ha venido Hiroshima san(Mika le llaman familiarmente), veterana practicante y amiga de Meri, ella ya asistía con el padre de Meri San, Katada. Es una mujer muy agradable, de pocas palabras, no es tan mayor como las otras asistentes, alrededor de los cincuenta años. Practicamos katsugen en fila, después practicamos en parejas y hacemos un ejercicio muy curioso en el que una persona se coloca al lado de otra, inclinándose ligeramente hasta apoyar su cabeza en el hombro de la compañera. Cuando intentamos moverlas desde su cintura, no lateraliza, Shintai. Sin embargo la compañera sí lateraliza con poca fuerza.

Invierten posiciones y sucede exactamente lo mismo, ahora la que no está inclinada y apoyada sí lateraliza. Sin embargo, tras la práctica de katsugen mutuo, al hacer este mismo ejercicio, ninguna de las dos personas lateraliza, pero si la fuerza se ejerce desde la parte superior de la espalda hacia delante van las dos personas indistintamente y sin esfuerzo hacia delante, F-E. Realizamos una práctica en parejas de katsugen mutuo pero uno al lado del otro y enfrentados, cogidos por el brazo, cada uno sujeta el brazo del otro con las dos manos, cada uno sitúa sus manos en la parte superior, por encima del codo del compañero, de manera que se consiga la mejor posición, Shintai. Seguidamente Meri san da el aviso, inspiramos e iniciamos la práctica. Mika y yo practicamos juntos. Si tuviera que buscar las palabras adecuadas para definir esta experiencia, me da cierta vergüenza, nos dejamos llevar, nos convertimos en uno solo, cogidos por los brazos, totalmente pegados el uno al otro, nos convertimos una bola de energía que se movía libremente, nuestras CVP como una sola, fue una experiencia que me gustaría poder repetir, pero no se si seré capaz de reproducirla como Meri san lo hizo con nosotros.

Al finalizar la práctica Mika y yo marchamos caminando juntos hacia la estación, me explica que conoce a Meri San hace más de 20 años, y que conoció a su padre. Mika san toca el violín en la filarmónica de Tokio , y ha viajado por Europa. Le digo que yo he empezado a tocar el chelo, aunque apenas he empezado a emitir alguna melodía, riéndome. Conoce y admira a Pau Casals. Es una mujer con la que se puede hablar fácilmente, nos entendemos, en japonés, con un poco de inglés, gestos, ki, etc. Hacemos el trayecto de metro juntos y nos despedimos con un fuerte abrazo, sobran palabras.

Ella , como otras personas, han llenado de luz y fantasía mi aventura en Japón.

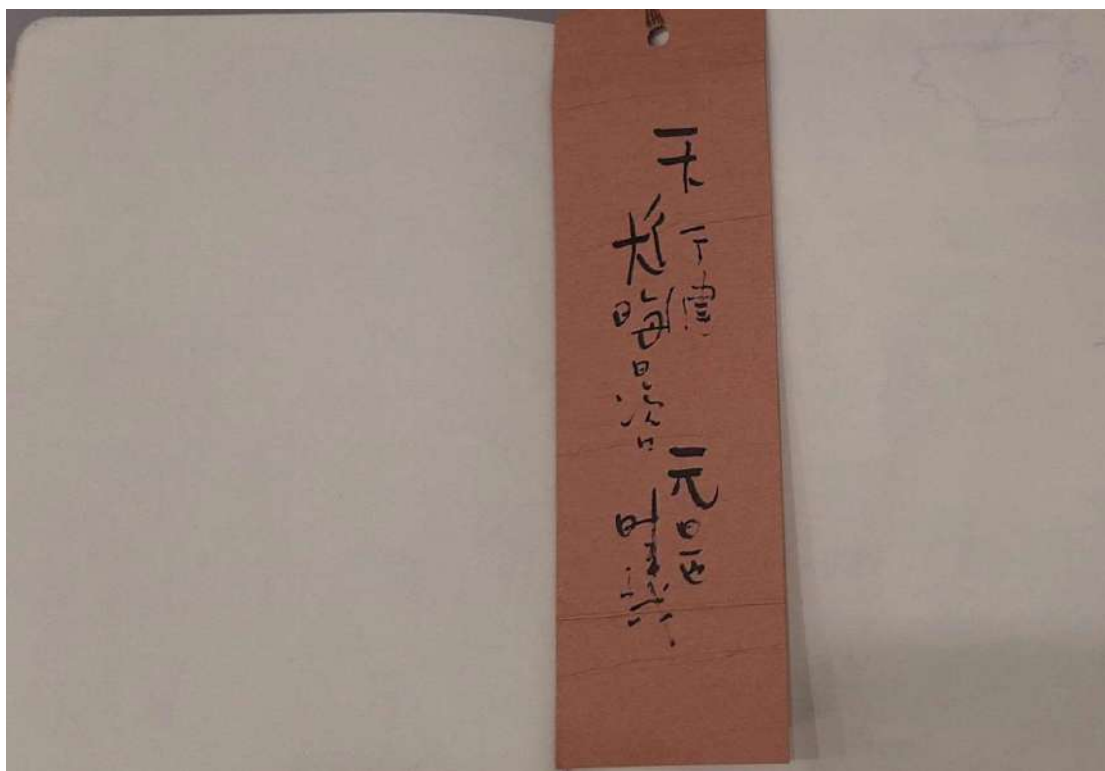
TAG RUGBY EN COLEGIO DE PRIMARIA DE SETAGAYA

Miércoles, 20 de marzo, Setagaya, 10.30 h.

Meri san me invita al evento de tug rugby en el colegio de sus hijos, se celebra cada año al finalizar las clases. El tag rugby es un rugby al que juegan mucho los japoneses , a diferencia

del rugby tradicional no es posible el contacto físico, sólo tirar de unas tiras de color que los jugadores llevan colgando en los pantalones, y si te la quitan no puedes moverte, debes pasar el balón. Cuando llegamos voy conociendo a los distintos niños, de distintas edades, son muchos. Conozco también al entrenador, sensei le llaman todos. Un hombre muy rudo y cariñoso, al que respetan todos los niños, pero con el que también bromean. Entre unos y otros me explican las reglas. Primero jugarán los niños, pero a mí también me incluyen en los equipos, mientras que todos los padres están de espectadores. Nuestro equipo se llama Joseba tamashi, algo así como Joseba espíritu o alma. Juegan dos equipos en cada campo, en total 4 equipos.

A última hora se incorporan los padres y jugamos todos juntos. Ha llegado la hora de despedirse. Me despido de todos, especialmente de los hijos de Meri san a los que ya no volveré a ver en mucho tiempo. Meri san me acompaña un rato caminando hasta la estación. Me entrega unos presentes como recuerdo. Por un lado la foto de su abuela con la madre de Katsumi y las amigas, dedicada a Hiroki Mamine, hijo de Katsumi. Me entrega a mí una tarjeta dedicada por ella, y me regala dos puntos de libro hechos a mano por Haruchika Noguchi, eran de su padre Takada, no esperaba un regalo así. Yo a Meri san le regalo la foto de su padre que imprimí en un fotoprix, le regalo la revista del dojo de Barcelona en la que escribe Katsumi el prólogo... "Desearía todos conocieran a Noguchi". Traduzco ese escrito de Katsumi sobre Noguchi al japonés, lo imprimo y lo adjunto junto con mi revista Zensei, muy usada y desgastada, pero a Meri san le hace mucha ilusión el regalo. El texto que traduzco es el que presenté en el seminario de la fundación hace un año. Nos despedimos, nos abrazamos, le doy un mensaje para Kokeguchi sensei, y un fuerte abrazo. Ella hace un corazón con sus dos manos y con una sonrisa como la de Katsumi, llena de Tenshin, me dice adiós. Yo le digo que me reencontré con Noguchi y con Katsumi en su precioso y humilde dojo, el dojo de sus padres, el cual nunca olvidaré. Marcho hacia la estación para llegar puntual al Katsugen kai al honbu dojo.



KATSUGEN KAI HONBU DOJO.

Miércoles, 20 de marzo, Setagaya.

Fue Meri san quien me informó en nuestra última práctica, que el miércoles 20 había un katsugen kai en honbu dojo, el dojo antiguo de Noguchi, y que además ponían una grabación de Haruchika Noguchi durante la práctica. Yo le digo que no lo sabía. Ella delante mío llama al dojo por teléfono para asegurarse, y le confirman que sí, informa que yo asistiré. Oh Meri san cuanto me ayudaste. El miércoles a las 13 h asisto a la práctica, llego justo de tiempo pues vengo corriendo del maravilloso evento con los hijos de Meri San y los compañeros en el colegio de Setagaya. Me incorporo a la práctica, hoy no está Nakamura sensei, que pena, pero hay otra persona, también muy agradable. Escuchamos a Noguchi mientras practicamos, es curioso porque en la grabación se oye a mucha gente de fondo, también a niños e incluso a bebés, un ambiente distendido y de jolgorio.

Imaginaba el ambiente que tenía que crearse en este dojo ochenta años atrás en el que se juntaban trescientas personas, tenía que ser increíble, quien pudiera viajar en el tiempo y vivirlo aunque fuera por una sola vez. Al finalizar la práctica estoy un rato con cuatro o cinco personas y Sensei, cuyo nombre no recuerdo. Hablamos de Katsumi, de su trabajo, del esquema Osei, y acabamos haciendo una pequeña práctica, induciendo desde las distintas regiones primero en el eje y posteriormente en las extremidades, les muestro algunos de los ejercicios que hacíamos con Katsumi, se sorprenden gratamente. Ninguno de ellos conoce el término Osei, les intento explicar su significado y hay quien dice si es el taiheki, yo le digo que sí es algo similar pero anterior al taiheki, como lenguaje que usó Noguchi en los inicios y del que se alejaría posteriormente para centrarse en los sesgos visibles, en los hábitos corporales, y que Katsumi retomó y desarrolló en profundidad en Barcelona. Realizamos unas prácticas en grupo muy divertidas, katsugen mutuo en grupo de cuatro y en fila, como un tren y cambiando de posición. Cuando salimos del dojo llueve a raudales, será que Noguchi ha venido a visitarnos, como decían los más ancianos.

KOMAE, ÚLTIMA PRÁCTICA CON OKADA SAN

Viernes 22 de marzo

Había reducido la frecuencia de mis sesiones con Okada san, pues con las prácticas en el dojo central con Dan sensei, las prácticas en el dojo de Kokeguchi sensei con él y con Meri san, así como las prácticas este último mes en el honbu dojo, mi agenda estaba bastante repleta, sin olvidar que mis clases de japonés finalizaron el 18 de marzo. Como sería la última práctica, quedo con Okada en el horairo habitual, el viernes a las 18 h de la tarde. Hablamos del esquema Osei de Katsumi, del Katsugen y de Hiroyuki Noguchi(Dan Sensei), aunque con las dificultades del idioma. Marchamos juntos en metro y nos despedimos, nos veremos por última vez el sábado en la práctica en el dojo principal con Dan Sensei.

FIN DE CURSO EN SNG SHINJUKU

Miércoles, 20 de marzo, Shinjuku.





SEITAI KYOKAI, ÚLTIMA PRÁCTICA Y DESPEDIDA DE DAN SENSEI

Sábado, 23 de marzo

Hoy es mi última práctica de doho en el Seitai Kyokai con Hiroyuki Noguchi. Ha llegado la hora de despedirse. Tras cuatro horas de práctica y ejercicios que realizamos en parejas, algunos de los cuales realicé con Key Ueyama, con Sato y con Okada, me dirijo a Hiroyuki Nogucho para despedirme y mostrarle mi agradecimiento. Le entrego un pequeño obsequio, unos kanjis que pinté yo en la escuela en la clase de caligrafía japonesa, y que expresan mis deseos de buena suerte en el futuro. Le pido si puede dibujarme unos kanjis en mi libreta como recuerdo, unos kanjis que para mí simbolizan el espíritu del Seitai, de Noguchi y de Katsumi. Tenshin, él sonríe, los dibuja y firma. Al rato, y mientras me colocaba mis zapatos, Noguchi entra a la sala y me ve, se dirige hacia mí, coge mis manos, nos miramos cariñosamente y no son necesarias palabras. Él me recordó desde el primer día a alguien muy especial y cercano, alguien que marcó mi infancia y mi vida, con quien no fue nada fácil durante mi infancia y adolescencia, pero que durante los últimos años, y especialmente, antes de su muerte, nos encontramos y nos despedimos con tristeza y amor. Hablo de mi padrastro, de mi padre.

Hiroyuki Noguchi, tal y como le preocupaba a Katsumi, se alejó del Seitai más tradicional, de las prácticas de su padre, Haruchika Noguchi, del Katsugen undo y del yuki que yo conocí con Katsumi Mamine, centrándose los últimos veinte años en el Naikan.

Pero creo que en esencia mantiene el espíritu del Seitai y de su padre, sólo que él ha puesto su propio sello, y ha aportado y enriquecido el legado de su padre con nuevas enseñanzas, muy revolucionarias, aunque para alguien que se introduce por primera vez en el Seitai

sin conocer en profundidad el Katsugen y el Yuki, puedan ser más difíciles de entender.

Para los que llevamos años inmersos en la práctica, no hay diferencia, el movimiento de la vida, fuera o dentro, visible o no visible, movimiento latente, el ki fluye entre los seres vivos, y siempre que lo vivamos desde el Tenshin no habrá diferencia. Es cierto que el Katsugen en Japón no se practica como antaño, y que el dojo antiguo ya no reúne ni una décima parte de los practicantes que había con Noguchi hace ochenta años. Noguchi podía reunir a 300 personas en aquel dojo. Me gustaría que Japón recuperara ese espíritu y la práctica del katsugen, complementándose con el Naikan de Noguchi hijo y con el revolucionario esquema Osei de Katsumi. Todo tiene cabida si practicamos con tenshin, con alegría y sin ningún otro propósito, sin querer dominar ni controlar, con la mente de un niño, con la psique del firmamento.



Ya hace días que entró la primavera y he finalizado mis prácticas en el dojo, también mi curso de japonés en SNG Shinjuku. Antes de volver a Barcelona, saldré de Tokio, cruzaré el país en tren, y me iré una semana al norte de Japón, a Kushiro, con las grullas, en medio de la naturaleza, de los humedales, conoceré el pueblo ainú en el volcán Aokan, viajaré a Abashiri, al que yo llamaba el Bermeo de la otra dimensión, pueblo pescador con hielo a la deriva en el mar de Ojostk, y otras historias que dejo para otro momento.

PARQUE NACIONAL SHITSUGEN EN KUSHIRO

Última semana de marzo



ABASHIRI

Última semana de marzo



VOLCÁN AOKAN

Últma semana de marzo



Así cerraría este maravilloso viaje. En Kushiro un cuervo vino a despedirme cuando volvía a Tokyo para coger mi vuelo a Barcelona, me siguió durante varios metros, caminando detrás mío y graznando, yo estaba perplejo y algo asustado pues me siguió durante varios metros y yo lo asociaba con un ave de mal agüero, pero alguien me explicó todo lo contrario, que en Japón es una ave sagrada sobre la que hay varias leyendas, Yatagarasu le llaman, y es un

guía, un mensajero que viene del mas allá, quien sabe ...



MUJER AINÚ
Última semana de marzo, museo de Kushiro



Esta tierra y su gente me acogieron desde el primer día, me he sentido como en casa y volveré. Del Japón más moderno de Tokio, hecho a sí mismo, al Japón más tradicional, fiel a sus hermosas costumbres y a su milenaria cultura, y también en el mismo Tokio, en el dojo de Setagaya con Hiroyuki Noguchi y sus colaboradores, y en el dojo de Meri San y Kokeyuchi. De ahí al Japón más salvaje y virgen, su naturaleza en esencia y sin alteración del hombre, su fauna, su biodiversidad, sus mares, sus ríos, sus aves y sus árboles, en el

extremo norte. Todas sus caras me han maravillado, todas forman parte de la expresión de la vida en este planeta, y conviven, así como deben convivir nuestra mente espontánea, con la que nacemos, nuestra osei de taiheki, y nuestra mente vestida, como el árbol que crece y adopta su hermosa e irreplicable forma con el paso de los años, de los siglos o incluso de milenios, fruto de su ADN, pero también de su adaptación al medio y de todas sus vivencias para llevar ésta a cabo.

