

INSTITUTO NITEN

氣合

KI

AI

María Carolina Rapetti

Introducción

Como tema a desarrollar para la composición opté por la elección del KIAI, ya que además de ser un tema muy importante e intrínseco al entrenamiento, es también un desafío y una batalla personal durante el mismo, de modo que quise investigar y conocer un poco más en profundidad a este “enemigo” habitual y del que tanto hincapié se hace durante el entrenamiento.

¿Qué es el KIAI?

Todos los que entrenamos sabemos que el *kiai* es un fuerte grito, lo consideramos como un grito de guerra. Es característico, no sólo de las disciplinas que conciernen al Instituto (Iaijutsu, Kenjutsu, Jojutsu), sino también de diferentes artes marciales como el karate, el aikido, etc. La palabra *kiai* proviene del idioma japonés y está compuesta por la conjunción de los kanji *ki* 気 (“energía”, “mente”, “espíritu”), y *ai* 合, la contracción del verbo *awasu* (あわす), que significa “unir”. El término *kiai* significa entonces “unión del ki” o “unión de energía”, y no es un simple grito, sino que es la exteriorización de la energía a través del grito, es decir, es la unión de la energía vital almacenada y su posterior descarga en forma sonora que se libera estratégica y abruptamente al momento de arrojar un golpe determinado o durante la ejecución de una técnica. El impacto sobre el adversario será doble, ya que el estímulo auditivo puede sorprenderlo o asustarlo, y la fuerza liberada del atacante en su golpe será mayor.

Como la palabra lo indica, un aspecto central del *kiai* es el *ki*. La palabra *ki* no posee un equivalente exacto en español, lo vemos traducido como energía o energía vital y, si bien es similar al concepto occidental de energía, representa muchos más que eso.

El kanji original de *ki* es 氣. El ideograma inferior 米 representa al arroz (*kome* en japonés) y el ideograma superior 水 representa al vapor que se eleva hacia el cielo. Cuando el vapor se eleva del arroz quiere decir que el arroz se está cocinando. Para occidente la energía es algo intangible como la electricidad, el calor, el vapor, etc. Pero además de este elemento impalpable que es el vapor, el kanji *ki* también está compuesto por un elemento tangible, con cuerpo, que es el arroz. Esto quiere decir que el *ki* es una energía que tiene una parte “tangible” o “material” y a la vez, una parte “intangible” o “inmaterial”. *Ki* también es entonces el proceso de transformación del arroz, ligado a la energía de la Tierra, en vapor, ligado a la energía del Cielo. También está representado el ciclo de la naturaleza, ya que el vapor devendrá en nubes y luego en lluvia que caerá trayendo *ki* del Cielo para nutrir la Tierra, parte de la cual a partir de este proceso se transformará en arroz. Se puede concluir entonces que en *ki* están representados la materia, la energía y el proceso de continua transformación de una en otra. Por eso en el

pensamiento oriental se dice que “las cosas se mueven porque tienen *Ki*”, y esto se refiere a los planetas, a las plantas, los animales y las personas, inclusive a la estructura de los átomos y moléculas. En el cuerpo humano, este *Ki* universal circula por los órganos, la piel, la sangre y los *Canales de Ki*, llamados *Meridianos* en acupuntura. Desde que nacemos, nos nutrimos del *Ki Yang* del Cielo por la respiración, y del *Ki Yin* de la Tierra mediante la alimentación. El oxígeno, elemento intangible que tomamos al respirar, pasa a formar parte de la sangre, elemento tangible presente en todos los músculos y tejidos del cuerpo. Los alimentos, elementos tangibles se transforman por el metabolismo en calor, movimiento, pensamiento y energía de los Meridianos, todos elementos intangibles o sin substancia.

La forma que toma el grito es personal e incluso circunstancial, ya que según la técnica que se ejecuta puede ser necesario vocalizar algo específico (men, tsuki, kote, etc.) El *Kiai* debe provenir del *hara* (centro vital del hombre), situado en el bajo vientre (*hara* en japonés significa justamente vientre), y no de la garganta. Este *hara* es el centro de gravedad del cuerpo y condiciona su estabilidad, sus movimientos y sus desplazamientos. Todo movimiento alcanza su máxima eficacia si ha sido iniciado en este *hara*. El desarrollo y estimulación de este centro se origina mediante la expiración profunda del aire comprimiendo el abdomen. El grito como sabemos se realiza al tiempo que expulsamos el aire.

Claridad y determinación son dos componentes fundamentales para emitir un *kiai*, normalmente se hace en voz alta, pero también puede ser en silencio, expandiendo al máximo nuestro *ki*, por tanto el hecho de gritar no tiene ninguna eficacia si su pronunciación no va acompañada de *ki*.

A continuación adjunto dos fragmentos muy interesantes extraídos del libro “*Héroes sin tiempo. Relatos de héroes, heroínas y sabios legendarios*” de Marc Boillat de Corgemont. En primera instancia tenemos un fragmento dónde se desarrolla el tema del *kiai* y el relato de un niño capaz de dominarlo; y seguido de este tenemos otro fragmento que cuenta dos historias de Miyamoto Musashi Sensei implementando el *kiai* en combate.

<< El niño, que tendría unos diez años, se acercó a los tres agresores y cuando estuvo a unos tres metros emitió un grito gutural que nacía de su vientre. Los tres se quedaron totalmente mudos y aparentemente sin fuerzas. Uno cayó de bruces al suelo. El niño los miraba fijamente, inmóvil. Sin quitarle los ojos atemorizados de encima, los tres bravucones, llenos de pánico, se recuperaron de la conmoción y echaron a correr. El niño se acercó al pequeño y le reconfortó, luego le acompañó hasta su casa y desapareció.

- ¡Formidable, lo que ha hecho el niño con ese kiai!

- Sí, el kiai es una forma muy antigua de entrenamiento y canalización de la energía, “chi” o “ki”, del hara, no es un simple chillido, como ya sabéis. Hoy en día, la tecnología aplicada

a la teoría de la energía (chi), explica cómo funciona el kiai verdadero. La energía del emisor puede simpatizar con las células del blanco y desbaratar momentáneamente su cohesión. Esto produce un shock interno que puede paralizar y hasta dar muerte.

- ¿De veras? Creía que el kiai era un grito para descargar energía.

- Y lo es, pero no es un grito de garganta, sino una emisión energética desde lo que es el “campo del elixir”, el tan tien o hara, donde la energía se almacena. Su manifestación externa es una sutil pero penetrante vibración sonora que actuaría según el principio expansivo de una bomba. Desde luego, pasar de un grito a un verdadero kiai exige entrenamiento paciente y constante bajo la guía de un maestro.

- ¿Quién es ese niño tan valiente?

- Se llama Sasuske Sarutobi.>>

<< La cuestión del kiai empleado como arma, es un asunto antiguo. En un combate famoso, Miyamoto Musashi, con su espada de madera, logró cortar netamente el brazo de su oponente, un maestro de la escuela Yoshioka, que empleaba una auténtica katana de afiladísimo acero. Separar del tronco un brazo a la altura del hombro, con una espada de madera, no es una cuestión de fuerza, pues resultaría físicamente imposible. Antes del golpe, Musashi había emitido un poderoso kiai.

En otro duelo, esta vez contra el célebre Sasaki Kojiro “Ganryu”, Musashi logró golpearle una sola vez en la cabeza dándole muerte súbita e indolora. Era imposible que un espadachín del calibre, habilidad, experiencia y fuerza de Kojiro pudiera caer en una trampa o pudiera quedar inhibido ante un ataque. Aun así, cuando Musashi replicó a su acometida, Kojiro se quedó momentáneamente inerte, permitiendo que la técnica de Musashi le alcanzara. También en esa ocasión, el golpe de Musashi fue precedido por un tremendo kiai, y se especula sobre el hecho de que Musashi hubiera llegado a dominar el arte del kiai-jutsu. >>

El kiai en los animales

En la naturaleza observamos a los animales utilizar un cierto kiai con sus rugidos, bramidos, berridos, etc. cuando se sienten amenazados. Si los observamos cuando se enfrentan unos a otros, algunos tratarán de estirarse tratando de aparentar ser más grande de lo que en realidad son, para intimidar a su adversario, pero en la mayoría de ellos se encogen, concentrándose muscularmente en su centro de gravedad o *hara*, a la vez que gruñen para más tarde pasar a la acción, desplegando toda su fuerza y energía.

En el reino animal la manifestación del kiai se produce instintivamente, ya que no son seres racionales como el ser humano. Sería interesante poder llegar a utilizarlo de forma

natural como lo hacen los animales, en un estado de “no mente” dónde pensamiento y acción son lo mismo.

Conclusión

El tema del *kiai* es complejo y profundo e involucra aspectos críticos del cuerpo, la mente y el espíritu. Es importante que como estudiantes nos demos cuenta que "el grito" no es algo trivial y prescindible, sino que es un concepto básico y una habilidad esencial para ser tomada muy en serio y que se practica y se refina en cada oportunidad. El *kiai* debe emitirse desde el abdomen y debe ser una manifestación del espíritu de lucha de cada uno. Junto con los conocimientos impartidos durante el entrenamiento, el sostenido hincapié en el *kiai* durante el mismo y luego de esta breve investigación, ahora más que nunca, y en particular, debemos dejar de ser tímidos con nuestro *kiai*. A pesar de llevar tiempo entrenando todavía siento algo de vergüenza durante su práctica. Espero que a partir de ahora, luego de visualizar mejor la importancia del *kiai* en un momento específico, poder entrenarlo y llevarlo satisfactoriamente a la práctica. Particularmente, debo dejar de pensar y ejecutar el *kiai* de modo consciente e intentar apuntar a que nazca de forma natural, apelando al espíritu de supervivencia, visualizando la “situación de vida o muerte” de cada enfrentamiento o ejecución de técnica a los que nos vemos sometidos durante el entrenamiento y dónde tenemos una sola oportunidad de escape y que necesita de la liberación de toda nuestra energía en un único golpe. El *kiai* no es nada menos que la fuente de poder y el camino hacia la victoria.

KIAI NITEN!