

Sobre el agarre mediante tu *hara*

por Yasunari Kitaura

Quizá no haya nada más tangible que sujetar algo firmemente en la mano (s). Pero con el fin de que este acto sea realmente tangible debe hacerse mediante el *hara*.

En el hecho de sujetar una cosa en la mano (s) debe coexistir dos aspectos diferentes: uno es, por supuesto, la intención de poseerla, para hacerla propia o para dominarla, tal como indica la expresión semántica; la otra es la reacción ante una amenaza, de escabullirse del objeto sostenido en la mano. En este último caso en que la mano cerrada está fuertemente apretada, está declarando que el objeto que sostiene es algo extraño, que no le pertenece. De esta forma la mano (o en términos generales, el cuerpo) se destina a establecer contacto con "un otro" como puede ser un objeto, fundamentalmente "alien" para ella. La objetivización es inevitable. Nunca ocurre como identificación. La identificación se produce solamente a nivel emocional. Sin embargo este tipo de identificación es únicamente legítima en el dominio de la poesía, la música o el recuerdo sentimental: en el mundo de la acción es un tabú.

Lo que digo sobre el cuerpo puede aplicarse con más claridad sobre la vista y la mente. Los ojos capturan las cosas que ven no sólo como objetos, sino también como una cierta distancia. Su función consiste en la negación de la identificación inicial confusa y en su ajuste, distinguida cada vez con más claridad. Lo mismo podemos decir de la mente. La persona que cree que realmente piensa sobre algo. Pero el pensamiento toma verdadera forma por primera vez cuando se objetiviza. En tanto que la objetivización o la conceptualización es aún confusa o inmadura, en otras palabras, mientras que la idea no es lo suficientemente "clara" y "diferenciada", la tarea de pensar no se ha llevado a cabo, y por tanto no se debería dejar de buscar conceptos más precisos. Por otro lado el tema que piensa nunca aparece, nunca muestra su propio rostro ni siquiera a sí mismo, porque una vez que aparece estará realmente objetivizado, habrá dejado de ser tema de *cogito*, cuya existencia no podemos demostrar, a pesar de Descartes, de manera inmediata. Lo que podemos saber clara y distinguidamente es sólo el objeto de su *cogito*, su propio producto, el trazado de su movimiento.

Resumiendo, el cuerpo, la vista y la mente capturan al "otro" en su propio camino, pero siempre como un objeto. Todos, sin excepción, actúan como un tema de un objeto, extraño a sí mismo.

Muy distinto de estos, *hara* toma contacto con el "otro" a través de su identificación íntima. *Hara* no se conduce en otra dirección. Sólo mediante la intención de identificación puede agarrar al "otro", puede percibir su existencia. En tanto la identificación no se produce, el "otro" no existe para él. Sin embargo por paradójico que parezca, el "otro" identificado por *hara* es al mismo tiempo claramente detectado y reconocido como tal. Esta lucidez de *hara* es en sí muy diferente de la

nebulosidad de una acción emocional de identificación. Y la verdadera integración o unificación sólo puede ser lograda mediante esta peculiar facultad de *hara*. Uno de los hechos más tangibles, como puede ser sostener un objeto en las manos, se fundamenta mediante esta realidad tan abstracta llamada *hara*.

Hara, supuestamente localizada en el abdomen, no es sin embargo ni un órgano ni una parte del cuerpo; su existencia es fantasmal desde el punto de vista anatómico. Pero en nuestra acción, en nuestro sentido de existencia y vida no es solamente real, sino también esencial y vital. Mediante *hara*, el núcleo de nuestra existencia, somos verdaderamente capaces de ser, permanecer, mantenernos, instalarnos en el espacio vital, podemos integrarnos en nuestro propio universo sin ser desintegrados. Además, como acabo de decir, mediante *hara* podemos tomar verdadero contacto con el otro, imposible de otra manera. *Hara*, aún estando profundamente arraigado en el cuerpo, al no ser parte de él, no se agarra al "otro" mediante la contracción de músculos y huesos como los de nuestra mano. En su lugar se integra en él absorbiéndolo o penetrando en él. De esta forma *hara* puede agarrar al "otro" a través del agarre de las manos, invirtiendo así totalmente la situación. Pero a diferencia de la vista y la mente, *hara* no fija al "otro", no lo coge de forma estática. Al contrario, *hara* captura al "otro" en su libre fluctuación, en su constante movimiento y oscilación, porque *hara* en sí es esencialmente dinámica y vital. A diferencia de la mano o la vista, pero similar a la mente, *hara* puede eliminar la distancia y tomar contacto con el "otro" alejado de él con inmediata franqueza. *Hara* oculto en lo profundo del abdomen, también recibe el nombre de *kikaitanden*, el vasto océano de *ki* atesorado en el abdomen, cuya palpitación, respiración y comunicación con lo que le rodea y con el resto de seres animados e inanimados constituye nuestra vida en sus múltiples manifestaciones.

En mi opinión, uno de los aspectos más atractivos e interesantes del Aikido reside en el hecho de que podemos experimentar personalmente, llevar a cabo y elaborar esto a primera vista completamente irracional y fantástico en las más diversas pero concretas, rigurosas y detalladas maneras empleando nuestro propio cuerpo y el de otros en el espacio real, vivo y no simplemente geométrico, repitiéndolo infinitamente, corrigiéndolo incesantemente si fuera necesario, cada vez de forma más sutil y profunda.

Madrid, Abril 2006

About grasping by your *hara*

by Yasunari Kitaura

There is perhaps nothing more concrete than holding something firmly by your hand (s). But, in order to be really concrete in this act, you must do it by your *hara*.

In the act of holding a thing by hand (s) there coexist two very different aspects: one is, of course, the intention to possess it, to make it one's own or to dominate it as such expression as 'get (take) hold of' clearly shows its semantic tendency; the other is the reaction against a threat of slipping away of the object held in it. In this last case the tighter is the closed hand the louder is its declaration that the thing held in it is something strange to it, that it doesn't belong to it. In this way, the hand —or more generally speaking, the body--- is destined to take contact with the 'other' as an object, fundamentally alien to itself. Objectification is inevitable. Never occurs an identification. Identification occurs only in the emotional levels. However, this kind of identification is valid only in the domain of poetry, music or sentimental recollection; in the world of action it is a taboo.

What I have just said about the body can be applied more clearly about the sight and the mind. The eyes capture the thing they see not only as an object, but also always from a certain distance. Their operation consists in their denying the initial confused identification and their gradual, each time clearer differentiation. We can say the same about the mind. The person who thinks knows certainly that he is thinking about something. But the thought takes its clear form for the first time when it is objectified. As long as its objectification or conceptualization is still confused or immature, in another word, while his idea is not yet sufficiently 'clear' and 'distinct', his task of thinking is not accomplished and he should not stop looking for more exact concepts. On the other hand, the subject who thinks never appears, never shows his own face even

to himself, because once he appears he is already objectified, he has ceased to be the subject of *cogito*, whose existence we cannot prove, in spite of Descartes, in a direct, immediate manner. What we can know clearly and distinctly is solely the object of his *cogito*, its products, the trace of its movement.

In short, the body, the sight and the mind grasp the 'other' each in its own way, but always as an object. All of them, without exception, act as a subject toward an object, alien to itself.

Very different from these, *hara* takes contact with the 'other' through its intimate identification. *Hara* does not conduct in other way. Only by means of identification it can grasp the 'other', it can perceive its existence. So long as an identification does not occur, the 'other' does not exist for it. However, though paradoxical may be, the 'other' identified by *hara* is, at the same time, clearly detected and recognized as such by it. This lucidity of *hara* in its act is very different from the nebulosity of an emotional act of identification. And the real integration or unification can only be achieved by this peculiar faculty of *hara*. One of the most concrete acts such as holding a thing by our hand(s) is supported in reality by this abstract entity called *hara*.

Hara, thought to be located in the abdomen, is, nonetheless, neither an organ nor a part of the body; its existence is phantasmal from the anatomical point of view. But in our action, in our sense of existence and livingness it is not only real, but also essential and vital. By *hara*, the core of our existence, we are really able to be, sit, stand, install ourselves in the living space, we can integrate ourselves in our own universe without being disintegrated. Besides, as I have just said, by *hara* we can take otherwise impossible *real* contact with the 'other'. *Hara*, even though profoundly rooted in the body, as it is not a part of it, does not grasp the 'other' by the contraction of muscles and

bones like our hand(s). Instead, it integrates it by absorbing it or penetrating into it. Thus, *hara* can grasp the 'other' through the hand(s) grasped by this, inverting in this way completely the situation. But, different from the sight and the mind, *hara* does not fix the 'other', does not take it something static. On the contrary, *hara* captures the 'other' in its free fluctuation, in its constant movement and oscillation, because *hara* itself is essentially dynamic and vital. Different from the hand(s) and the sight, but similar to the mind, *hara* can eliminate the distance and take contact with the 'other' distant from it in immediate directness. *Hara* hidden in the depth of the abdomen is also called *kikaitanden*, the vast sea of *ki* treasured in the abdomen, whose palpitation, respiration and communication with its surroundings and other animate and inanimate beings constitute our life in its very multiple manifestations.

In my opinion, one of the most attractive, interesting aspects of Aikido resides in the fact that we can personally experiment, realize and elaborate this at first sight completely irrational and fantastic idea in the most diverse, but concrete, rigorous and detailed way using our own body and that of others active in the real, living and not merely geometric space, repeating it infinitely, correcting it incessantly if necessary, each time in the manner more subtle and profound.

Madrid, April 2006