

González, Juan José Pedro

*Graduaciones de taekwondo (ITF) y su relación
con los principios evolutivos de la teoría de la
personalidad de Millon*

**Tesis de Licenciatura en Psicología
Facultad “Teresa de Ávila” - Paraná**

Este documento está disponible en la Biblioteca Digital de la Universidad Católica Argentina, repositorio institucional desarrollado por la Biblioteca Central “San Benito Abad”. Su objetivo es difundir y preservar la producción intelectual de la Institución.

La Biblioteca posee la autorización del autor para su divulgación en línea.

Cómo citar el documento:

González, J. J. P. (2016). *Graduaciones de taekwondo (ITF) y su relación con los principios evolutivos de la teoría de la personalidad de Millon* [en línea]. Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Argentina, Facultad “Teresa de Ávila”. Disponible en:
<http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/tesis/graduaciones-taekwondo-teoria-personalidad.pdf> [Fecha de consulta:]



Universidad Católica Argentina
Facultad de Humanidades “Teresa de Ávila”

Tesis para acceder a la Licenciatura en Psicología:

**“Graduaciones de Taekwondo (ITF) y su relación con los
principios evolutivos de la teoría de la personalidad de
Millon”**

- Tesista: Gonzalez, Juan José Pedro
- Director: Pbro. Lic. Ghibaudó, Damián
- Asesor Metodológico: Natalia Petric
- Carrera: Licenciatura en Psicología



“Aquí dejo el Taekwon – Do para la humanidad como una huella del hombre del Siglo XX. Las 24 formas representan las 24 horas, un día o toda mi vida”.

General Choi Hong Hi

Agradecimientos:

A mis padres, ya que con el presente trabajo y con mi ser he cumplido con el cuarto mandamiento: Honrarás a tu padre y a tu madre.

A mi excelente compañera de viaje por este camino llamado Vida, mi esposa Lucía.

A mis hijos, Celeste y Juan Andrés por apoyarme y ser mi incentivo para cada día ser mejor persona.

A mi padre en el Taekwondo, Rubén Remedi quién ha formado mi carácter a través del Taekwondo y lo sigue haciendo.

A los que participaron de las entrevistas, compañeros de práctica. En especial a Sergio Martínez que hoy no está con nosotros y fue en su tiempo el Instructor de mis hijos.

A mis amigos que siempre están presentes y en especial a Damián Ghibaudo mi director, por sus consejos y generosidad.

Índice:

	Pág.
Resumen	5
<u>Capítulo I: “Introducción”</u>	
I. a) Planteamiento y formulación del problema	6
I. b) Justificación del estudio	9
I. c) Objetivos de la investigación.....	10
I. d) Supuestos de trabajo	10
I. e) Área de investigación	12
<u>Capítulo II: “Marco Teórico”</u>	
II. a) Estado del arte	15
II. b) Encuadre teórico	18
<u>Capítulo III: “Marco Teórico”</u>	
III. a) Tipo de investigación	25
III. b) Muestra	25
III. c) Técnicas de recolección de datos.....	26
III. d) Procedimiento de recolección de datos y análisis.....	27
<u>Capítulo IV: “Resultados”</u>	
IV. a) Primer interrogante investigativo.....	32
IV. b) Segundo interrogante investigativo.....	53
<u>Capítulo V: “Conclusiones”.....</u>	57
<u>Anexos:</u>	
A.....	61
B.....	107
C.....	110
D.....	113
E.....	117

Resumen:

Problema: Investigar la posible relación entre los cinturones de Taekwondo y los Principios Evolutivos postulados por Theodore Millon.

Método: Se utilizó una muestra de 8 sujetos, 4 de ellos varones y las otras 4 restantes mujeres; comprendidos entre los 20 y 60 años de edad. La recolección de datos se llevó a cabo mediante entrevistas semidirigidas, utilizando frases de carácter significativas para establecer luego una articulación Teórico – Práctica.

Resultados: Se pueden identificar en los cinturones de Taekwondo los Principios Evolutivos postulados por Theodore Millon. En consecuencia se puede asociar esta identificación con la evolución del practicante de Taekwondo como persona. A su vez, los cambios autopercebidos por los practicantes de esta disciplina respecto de su persona están en cierta medida asociados a los Principios Filosóficos que postula el Taekwondo.

Conclusiones: Las leyes evolutivas se encuentran presentes también en el Taekwondo.

Si hay evolución, se puede hablar de cambio y por ende un cambio en las personas que practican Taekwondo.

Estos cambios poseen cierta relación con los Principios Filosóficos postulados por el Taekwondo.

I. Introducción

I. a) Planteamiento y formulación del problema

La presente investigación surge a partir de una inquietud particular, la práctica de un deporte a través de los años... ¿podría llegar a influenciar, moldear o modificar aspectos de la personalidad de los individuos que lo practican? A partir de diversas conversaciones con personas pertenecientes al ámbito deportivo, pude observar en el fútbol, por ejemplo, frases como las siguientes: “tengo miedo de ir al choque”, “no me siento cómodo en la posición que juego”, “conocí a mucha gente jugando al fútbol”; en ciclismo por ejemplo: “no puedo realizar educación física en la escuela, porque trotar me endurece las piernas y pierdo velocidad después en las carreras”; en natación por ejemplo: “me costó mucho aprender a nadar por el medio y no chocarme los andariveles en los torneos”.

Dichos comentarios hacen referencia a ciertos aspectos de la personalidad de los deportistas en relación con el entorno deportivo en el cual ejecutan sus actividades, situaciones que enfrentan a diario y para lograr en ellas resultados favorables es evidente que necesitan poner a prueba todo su ser y más precisamente toda su personalidad.

Respecto a lo expresado anteriormente, la Lic. Gabriela Casarico (2015) haciendo referencia al enfoque interactivo de la personalidad, (fundamento sobre el cual se asienta el presente trabajo investigativo) afirma que esta (la personalidad) interactúa con el medio y a partir de allí se modifica. Es decir que para comprenderla se requiere un análisis del contexto. En consecuencia se entiende a la misma como un binomio, personalidad – contexto y más precisamente en este caso personalidad – deporte.

A su vez, Casarico (2015) sostiene que la personalidad no se la puede pensar como algo estático a lo largo del tiempo. Entonces... si la personalidad se modifica mediante la interacción con el medio, con el contexto y además no se la puede concebir sin la presencia de su aspecto dinámico a través del tiempo, ¿se podría sostener la afirmación de que una persona, que ha practicado Taekwondo durante cuatro años de su vida, es la misma persona que cuando comenzó?

El presente estudio comprendería la personalidad en interacción con el ámbito deportivo, específicamente con las artes marciales y concretamente con el Taekwondo, valorando la posible relación entre los principios evolutivos que propone la teoría de Theodore Millon y el progreso del practicante de Taekwondo en esta disciplina, el cual comienza con el cinturón Blanco y finaliza en parte, con la adquisición del cinturón Negro.

Para la reflexión se utilizará el modelo de personalidad desarrollado por Theodore Millon, basado en su teoría biosocial y evolutiva; esta nos servirá de referencia para

valorar el aporte del Taekwondo a la conformación de la personalidad de sus practicantes.

La elección de esta teoría se da por el hecho de que es muy utilizada en la psicología del deporte. Naveira (2008) sostiene al respecto, que el modelo de personalidad de Millon, puede ofrecer una visión holística que permite estudiar la personalidad de los deportistas en profundidad. Se puede justificar debido al fuerte respaldo teórico como así también en la unión entre la teoría personológica con la evaluación práctica. Además este modelo es de carácter bio-psico-social y tiene en cuenta aspectos del desarrollo y de la interacción del sujeto con el entorno.

A pesar de todo, existen pensamientos de naturaleza opuesta a los expresados anteriormente, dado que algunos autores plantean que el deporte o las artes marciales nada tienen que ver con la personalidad. Es decir que algunos autores afirman que la actividad física, no influye en la personalidad de aquellos que la ejecutan. En referencia a lo expresado “la constatación respecto a si la actividad física modifica la personalidad o es la personalidad la que dirige la actividad deportiva, no ha llegado a conclusiones definitivas” (Rodríguez & Albo & Núñez, 2003). En contraposición podemos encontrar afirmaciones como las siguientes: “las personas que practican deporte, suelen diferenciarse en las aptitudes, en la personalidad, en los intereses, en sus objetivos” (Riera, 2003, p. 134). También Thomas (1982) afirma: “siempre se ha propagado y resaltado la importancia del deporte como factor formador de la personalidad y configurador de virtudes” (p. 215).

Frente a esta especie de disociación, se pretende esclarecer si es realmente así, o si el Taekwondo concretamente puede en verdad influenciar la personalidad de sus practicantes, confrontando esto con los principios evolutivos de la teoría de Millon en base a las autopercepciones de los alumnos y profesores de esta disciplina.

El Taekwondo (ITF) podría conceptualizarse como una disciplina perteneciente a las artes marciales como así también al ámbito deportivo. En mi caso, el primer contacto con esta disciplina se da a los nueve años de edad, hasta la actualidad inclusive. En este trayecto logre alcanzar el cinturón negro en segundo grado, denominado dentro de este arte, segundo Dan, participando a la vez en numerosas competencias y torneos. Si tomamos en cuenta las etapas evolutivas de mi persona, el inicio en este deporte se da en la infancia, atravesando la adolescencia y llegando finalmente a la edad adulta. Por tal motivo en mi opinión personal, los años dedicados a esta actividad pueden llegar a moldear la personalidad del estudiante, fijando ciertas características particulares como los llamados Principios Filosóficos del Taekwondo, comprendiendo esta supuesta influencia desde una perspectiva evolucionista como la que propone Theodore Millon.

Es preciso señalar que algunas investigaciones en psicología del deporte, tomaron como objeto de estudio al Fútbol, se pueden nombrar entre ellas las investigaciones de la Lic. Gabriela Casarico con la utilización del test MIPS en equipos de fútbol (citada en las referencias bibliográficas), la Tesina de María Díaz Luzardo (citada en el estado del arte

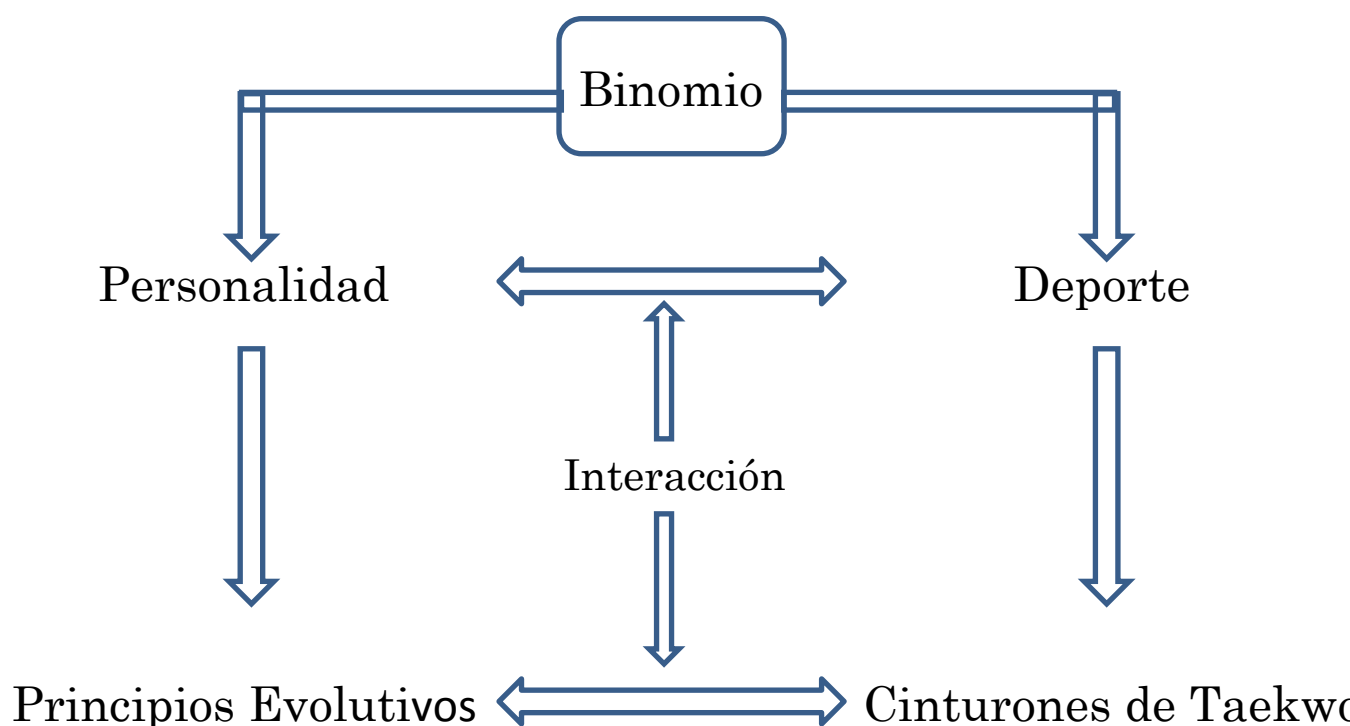
del presente estudio); las razones de la elección de este deporte se podrían encontrar en la popularidad del fútbol y la cantidad de personas que lo practican en diferentes niveles, amateur o profesionalmente. También podemos mencionar investigaciones de tipo comparativas entre personas que realizan algún deporte o actividad física (tenis) y aquellas que no realizan actividad alguna, como la de Marrero Rodríguez, Martín Albo y Núñez Alonso (citada más adelante). Estos estudios poseen una especie de similitud con la presente investigación, ya que se evalúa la personalidad y en algunos casos los estilos de personalidad, concepto desarrollado por Theodore Millon.

Dado que como decía antes, practiqué el Taekwondo desde los 9 años y ahora estudio psicología, el beneficio es en primer lugar personal, buscando una síntesis en mi persona de ambos saberes.

Pero el beneficio de este estudio también se extiende a mi práctica profesional futura, en la cual deseo utilizar con más eficacia los recursos y potencialidades que ofrece el deporte y concretamente el Taekwondo para mejorar la calidad de vida de las personas.

Teniendo en cuenta lo expresado anteriormente surgen los siguientes interrogantes de investigación:

- a) ¿Existe alguna relación entre las graduaciones (cinturones) de Taekwondo y los principios evolutivos que postula la teoría de Theodore Millon?
- b) ¿Qué cambios y/o progresos percibieron los instructores y los estudiantes de Taekwondo respecto de su persona, con el transcurso de los años de práctica?



I. b) Justificación del estudio

Para comenzar la justificación del presente estudio, se parte de la base de la existencia de numerosas investigaciones (citadas más adelante en el estado del arte), que hacen referencia a diversas disciplinas deportivas, pero no se encontraron concretamente antecedentes que estudien al Taekwondo desde una perspectiva evolutiva del estudiante de este arte. Es decir, que no se hallaron estudios que tengan en cuenta el progreso personal del alumno de Taekwondo y su posible relación con el cinturón que porta en ese momento de su vida; el énfasis aquí, está puesto en aquellos cambios personales ocurridos a través del crecimiento dentro de este arte marcial.

Las diversas graduaciones (cinturones) que posee el Taekwondo y su aparente paralelismo con los principios evolutivos de la personalidad que postula la teoría de Theodore Millon (Existencia, Adaptación, Replicación, Abstracción), constituyen en mi opinión, un interrogante que merece ser investigado como un potencial aporte que el Taekwondo podría brindar a sus practicantes o por el contrario el Taekwondo aparecería como una práctica deportiva que nada tiene para decir o beneficiar en la vida cotidiana de las personas.

Siguiendo con lo expuesto surge la siguiente pregunta: ¿por qué se utilizan los principios evolutivos desarrollados por Theodore Millon en su teoría? o mejor dicho: ¿por qué se utiliza su teoría? Respecto a estas preguntas podemos decir:

Es un hecho paradójico pero al mismo tiempo cierto y desafortunado que los psicólogos aprendan bien su disciplina simplemente mediante la observación de los sucesos corrientes de la vida. Como consecuencia de esa facilidad, es posible que eludan atemorizados los poderes – aparentemente oscuros y complejos, pero a menudo fecundos y sistematizadores – de la teoría formal, sobre todo si tienen que habérselas con teorías que no son las que aprendieron en sus días de estudiantes. (Millon, 2011, p. 24, 25)

Por lo dicho, la presente teoría según mi experiencia personal no fue aprendida o conocida en mis días de estudiante, durante el transcurso de mi carrera; en consecuencia, la utilización del presente desarrollo teórico constituye en sí, en mi persona todo un desafío, ya que no sólo es necesario cierto conocimiento de la teoría y de sus conceptos desarrollados sino que también es necesario un análisis o postura crítica para poder llevar a cabo la investigación.

Fundamentada la elección y utilización de la teoría para el presente estudio, se plantea el hecho de cómo puede ser posible esta especie de paralelismo entre los principios evolutivos postulados por Millon y las graduaciones (cinturones) de Taekwondo; aquí

¹ Enfoque interaccionista, base del presente estudio.

es propicio el siguiente interrogante: ¿Se puede extrapolar conceptos evolutivos de la teoría biosocial evolutiva al Taekwondo? Respecto a esta pregunta podemos citar la siguiente frase:

El modelo evolutivo (Millon, 1990) está formado por tres dimensiones que motivan, impulsan, vigorizan y dirigen la conducta humana, basadas en tres imperativos evolutivos – supervivencia, adaptación y replicación – que operan a lo largo de todos los niveles de organización de la naturaleza. Por ejemplo, tanto los virus como los gobiernos deben obedecer leyes evolutivas. (Millon, 2006, p. 41)

En consecuencia siguiendo esta afirmación, si los principios evolutivos se manifiestan en diversos ámbitos y las leyes evolutivas igualmente son comunes a las diferentes facetas de lo existente, estas del mismo modo se pueden expresar en la práctica del Taekwondo a través del progreso en este arte, manifestado en las diversas graduaciones que posee la disciplina.

Para solidificar este argumento y esclarecer aún más el trabajo investigativo, podemos mencionar otra expresión: los principios de la evolución reflejan, manifiestan, las funciones básicas de la naturaleza y sirven para integrar los diversos ámbitos que componen la personalidad; los principios son fenómenos universales (Group, 2015). Por ende estos principios evolutivos según Millon forman parte de la personalidad, la componen y por el hecho de ser identificados en el presente estudio, proporcionarían en cierta medida la personalidad de los practicantes de Taekwondo.

I. c) Objetivos de la investigación

Objetivos generales:

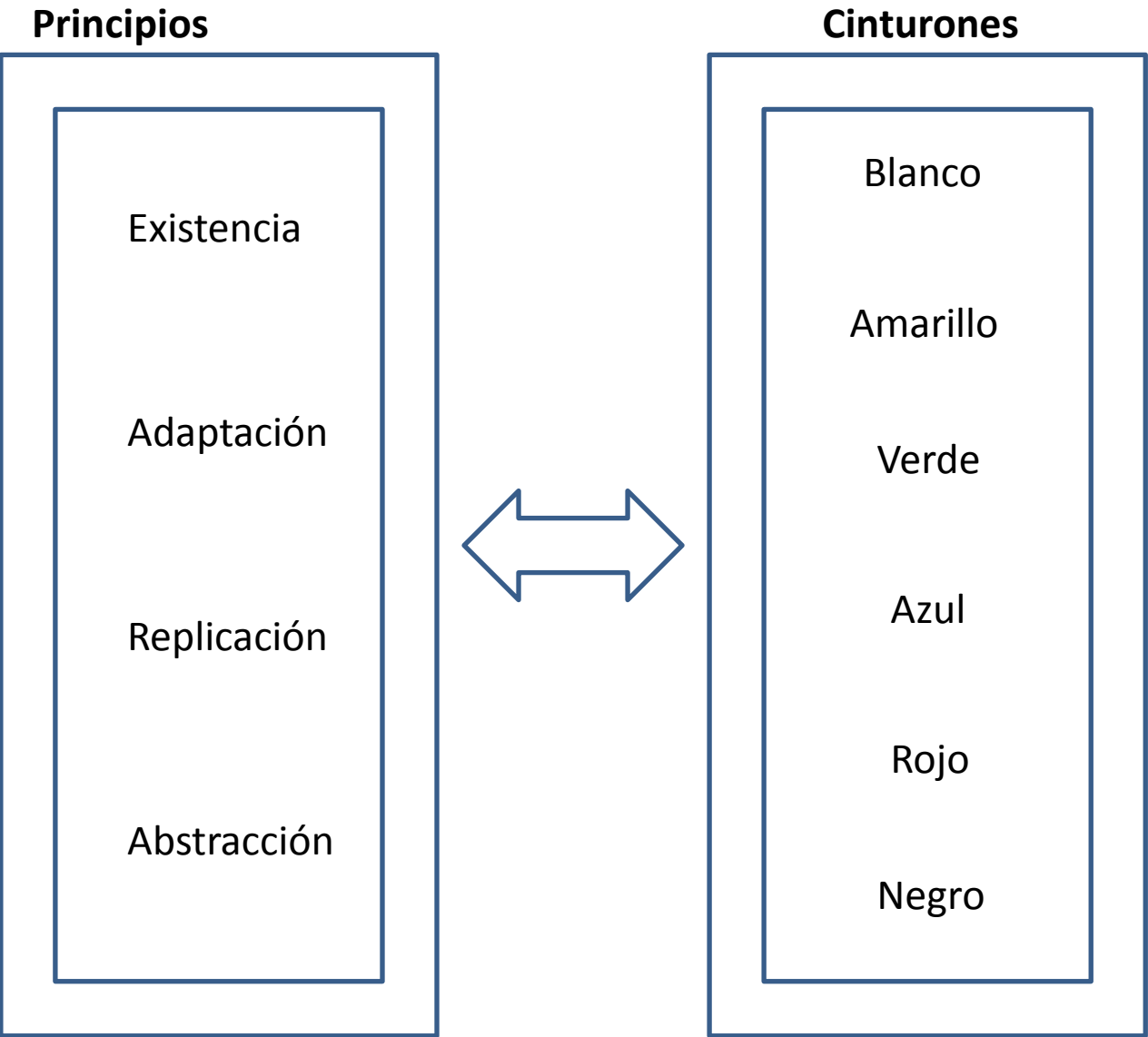
- Determinar si las graduaciones (cinturones) de Taekwondo poseen relación alguna con los principios evolutivos propuestos por Theodore Millon.
- Indagar sobre las autopercepciones de los instructores y practicantes de Taekwondo respecto de cambios personales, producidos por la práctica de esta disciplina.

Objetivos específicos:

- Enumerar características personales adquiridas por la práctica de Taekwondo, desde la perspectiva de los instructores y estudiantes de este arte.

I. d) Supuestos de trabajo

La práctica del Taekwondo promueve cambios en la personalidad según los estudiantes de este arte.



2

² Supuesto paralelismo a ser investigado...

I. e) Área de investigación

Taekwondo: Arte marcial + Deporte

Para un mejor entendimiento de este arte marcial llamado Taekwondo, el mismo está compuesto por dos partes, una parte que implica la práctica de la disciplina propiamente dicha en el Dojang (lugar físico de entrenamiento), aquí entra en juego no solo el conocimiento y adquisición de la técnica, sino también el conocimiento y aplicación de aquellos valores morales que promulga; y por último una parte deportiva, llevada a cabo en torneos y competencias, caracterizada por un ambiente reglado que se encuentra en íntima relación con lo aprendido en el Dojang. Por tal motivo el Taekwondo puede considerarse como una disciplina marcial y un deporte a la vez, permitiendo de esta manera ser estudiado a la luz de una de las ramas de la psicología, denominada: Psicología del deporte.

Ucha (citado por Roffé, 2009) dice de la Psicología del Deporte: “se define a la Psicología del Deporte como la ciencia que estudia las regularidades psicológicas de la actividad deportiva”. Ampliando la definición precedente:

Según la American Psychological Association, la psicología del deporte y de la actividad física es el estudio científico de los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otros tipos de actividad física. (Roffé, 2009, p. 16)

Si tenemos en cuenta el objeto de estudio de la psicología del deporte expresamos:

La psicología del deporte y la actividad física constituye una especialidad que tiene por objeto el estudio científico de la subjetividad de las personas que participan en la práctica del deporte, para la optimización tanto del rendimiento como de su desarrollo personal, investigando, enseñando y llevando a la práctica los conocimientos específicos alcanzados por esta disciplina científica. (Roffé, 2009, p. 13, 14)

Expuestas las definiciones y consideraciones teóricas de la psicología del deporte, se presentan a continuación algunas consideraciones básicas respecto del Taekwondo.

¿Qué es el Taekwondo? El Taekwondo es un modo de vida. Implica un cierto modo de pensar y vivir. Literalmente Tae representa toda acción o destreza realizada con los pies, Kwon representa la acción de golpear, destruir, defender con los puños y Do significa arte o camino (Choi, 1996).

Observando lo enunciado en el párrafo anterior con mayor profundidad, se extraen las siguientes palabras:

El Taekwondo también está reconocido por ser uno de los mejores medios de desarrollo y de fortalecimiento de las características emocionales, perceptivas y psicológicas que permiten a la nueva generación, sin distinción de edad, de status social o de sexo, aprender eficazmente y participar de la vida social, así como responder a las necesidades de sus semejantes. (Choi, 1996, p. 39)

Es evidente que en toda disciplina deportiva se establece una relación, entre el alumno (quien aprende el deporte en sí) y el profesor o, Instructor (en este caso, dada la particularidad del estudio), quien transmite sus conocimientos al aprendiz. Respecto a esto el creador del Taekwondo enfatiza: el estudiante debe respetar de manera análoga como lo hace con sus padres al instructor de Taekwondo; es decir que para el estudiante, el profesor ocupa una posición idéntica a la de sus padres, a su vez el instructor posee una gran responsabilidad ya que debe enseñar al niño de otro a llegar a ser una persona de buen carácter según los deseos de sus padres (Choi, 1996). Aquí se muestra en forma breve, la responsabilidad que le corresponde a cada una de las partes de la relación de enseñanza.

Finalizando con esta línea de pensamiento basada en la relación educativa, de enseñanza entre el Alumno y su Instructor, se extraen las siguientes palabras:

Es un hecho que, el éxito o el fracaso del entrenamiento del Taekwondo, depende principalmente de cómo uno observa y pone en práctica los principios del Taekwondo que deben ser utilizados como guía para todos los estudiantes serios de este arte. (Choi, 1996, p. 13)

En consecuencia se podría afirmar por las palabras citadas que, alcanzar el cinturón Negro en Taekwondo, se encuentra en relación con el conocimiento y la puesta en práctica de los principios filosóficos de esta disciplina: Cortesía, Integridad, Perseverancia, Autocontrol y Espíritu Indomable; aquí se manifiesta el carácter esencial, la estructura, que hace a la disciplina. Finalizando con este apartado surge el siguiente interrogante, el cual escapa en parte su respuesta en el presente estudio: ¿Qué importancia tiene el rol del Instructor, como formador del estudiante de Taekwondo en los Principios Filosóficos?

Adultez

Es necesario para la presente investigación realizar una descripción general, teniendo en cuenta la etapa del desarrollo en la cual se encuentran los entrevistados que participaron del estudio, es decir encuadrar el sector afectado en base a una etapa evolutiva de la vida. La etapa evolutiva es la madurez y adultez (Griffa & Moreno, 2008).

Griffa & Moreno (2008) sostienen:

Proponemos distinguir cuatro momentos en esta extensa etapa, que transcurre entre los 18 y 65 años: la juventud o segunda adolescencia (18 a 25 años), la adultez joven o temprana (25 a 30 años), la adultez media (30 a 50 años), la adultez tardía o segunda adultez (50 a 65 años).

¿Qué significa la palabra adultez y la palabra madurez?

La etapa del ciclo vital denominada adultez se encuentra anclada en la adolescencia. El vocablo adulto proviene del latín *adultus* participio de *adolescere*, que significa crecer. Y el término adultez está relacionado con el término madurez, y este último vocablo

indica el estado oportuno para que las cosas den resultados o frutos (Griffa & Moreno, 2008).

Teniendo en cuenta la sub etapa denominada juventud o segunda adolescencia, Griffa & Moreno (2008) sostienen que en esta fase los jóvenes tienden a la creación de vínculos permanentes de mayor compromiso emocional, se inician en el trabajo, en la vida matrimonial y también en la paternidad. Respecto a lo expresado, las personas que formaron parte de las entrevistas, sólo una persona no trabajaba pero era estudiante universitario; todas las personas entrevistadas en cambio tenían vínculos estables, de noviazgo, otras de carácter matrimonial y algunas ya ejercían la paternidad. Por lo tanto esta descripción se encuentra en relación con lo mencionado anteriormente.

Una de las características pertenecientes a la Adultez media es la “asignatura pendiente”, es decir aquello dejado de lado en la primera elección profesional – ocupacional (Griffa & Moreno, 2008). Esta afirmación fue corroborada en la entrevista N° 1 y en la entrevista N° 5 ya que los participantes comenzaron con la práctica del Taekwondo de grandes, habiendo quedado esto como una tarea pendiente en sus vidas.

Respecto de la Adultez tardía, dado el caso de la existencia de tres entrevistas cuyos sujetos se encuentran comprendidos dentro de esta etapa, se puede extraer con carácter sobresaliente la siguiente afirmación: “la consolidación de la personalidad suele ser acompañada de cierta pérdida de plasticidad y de flexibilidad ante los cambios. A medida que pasan los años se van cristalizando y solidificando los rasgos de personalidad, tanto positivos como negativos” (Griffa & Moreno, 2008, p. 123).

La siguiente afirmación evolutiva posee una estrecha relación con la presente investigación; ya que las graduaciones o cinturones en Taekwondo revelan su aspecto dinámico o de desarrollo (mejor dicho), en el cual según el cinturón que posea el estudiante, se evidenciarían ciertos pensamientos, características personales y conocimientos. Respecto a esto Griffa & Moreno (2008) afirman:

Cada etapa del ciclo vital manifiesta una imagen propia, cada una expresa un significado, cada una supone un grado de madures y logros específicos. Todo hombre ha de realizarse en cada una de las etapas de su vida para realizarse, a su vez, en la vida. De este modo, todo sujeto debe vivir su edad, asentarse en su edad, pero no detenerse en su edad, es decir, se sigue madurando hasta la muerte.

II. Marco Teórico

II. a) Estado del arte

Teniendo en cuenta las investigaciones realizadas en nuestra región, UCA, sede Paraná, podemos mencionar: la Tesis para acceder al grado de Licenciatura en Psicología de Koopmann María de los Ángeles, llamada “El retiro del jugador de básquet profesional. Estrategias psicológicas y conductas de afrontamiento en el proceso”. Presentada en Agosto de 2009. En la misma se estudió las diversas estrategias psicológicas y las conductas de afrontamiento posibles de los jugadores de básquet profesional momento previo al retiro de la actividad deportiva, como elección de vida. La recolección de datos se lleva a cabo mediante entrevistas semi-estructuradas y el modelo teórico utilizado es el Cognitivo. Las conclusiones a las cuales arriba el estudio son: que el cierre de la carrera deportiva de un atleta se da en etapas anteriores al retiro; el retiro es un proceso acompañado por problemas, crisis y duelos; conocer planificar y prevenir el retiro, son cuestiones clave para el jugador.

Otra investigación realizada en Psicología del Deporte, para acceder al grado de Licenciatura en Psicología, es la Tesis de Ariel Fernando Banchio, llamada “Auto-percepciones en jugadoras des-afectadas de una selección de mediano-alto rendimiento de Hockey perteneciente a la Ciudad de Santa Fe”. Presentada en el año 2009. En este estudio se tomó como muestra 25 sujetos de sexo femenino, adolescentes, jugadoras de Hockey, pertenecientes a un seleccionado de alto rendimiento (sub. 16) de la Ciudad de Santa Fe, tanto incluidas, como excluidas de este seleccionado. Los objetivos fueron: identificar variables auto-perceptivas ligadas al fenómeno de la des-afección (exclusión) deportiva de un seleccionado de alto rendimiento; e indagar acerca de posibles relaciones entre la presencia de variables propias de una percepción empobrecida de la auto eficacia como jugadoras competidoras y la aparición de situaciones características del fenómeno del abandono deportivo. Las pruebas arrojan la existencia de relación significativa entre jugadoras incluidas y excluidas: según tono emocional percibido; según indicadores de relación negativa con el entrenador; según opción de abandono deportivo con posterioridad a la experiencia de exclusión y según características de actitud resiliente percibida.

Para finalizar, se puede citar una tesis realizada para acceder al grado de Licenciatura en Psicopedagogía, de Gabriela Bonacossa, llamada “Psicopedagogía aplicada al deporte”. Presentada en Diciembre de 2000. En este estudio se plantea la hipótesis de que existen vacíos, tanto a nivel interpretativo como de intervención, que impiden la atención psicopedagógica de instancias deportivas. La segunda hipótesis que refiere a la existencia de nuevos espacios de intervención psicopedagógicos, en lo que respecta a instancias deportivas como las vinculadas a la elección de una práctica deportiva en relación a búsquedas de expresiones que refuercen y desarrollen las matrices de aprendizaje de cada niño. Y un último supuesto en el cual los procesos de aprendizaje deportivos en la iniciación y alta competencia, en deportes de equipo, desde sus distintas problemáticas, son factibles de ser abordados psicopedagógicamente. La

recolección de datos se llevó a cabo mediante entrevistas a treinta deportistas. Las conclusiones de la investigación serían las siguientes: el deporte no debe perder su sentido lúdico; cuando el deportista pierde la sensación de diversión, pierde también la motivación por entrenar y competir; el juego permite el desahogo de tensiones nerviosas, además permite el desarrollo físico, intelectual social y emocional de los niños, entre otras cuestiones.

Teniendo en cuenta investigaciones realizadas en el extranjero podemos mencionar: en relación a los estudios de los estilos de personalidad, la tesis para acceder al título de Psicólogo de María A. Díaz Luzardo, presentada en la Universidad Centro Occidental Lisandro Alvarado, en Julio del año 2012. Dicha investigación tiene como base la afirmación de que existen diferencias en los jugadores de un mismo deporte, de acuerdo al rol que ocupan en el equipo. Es decir que existen diferencias en los estilos de personalidad de acuerdo, a la posición táctica que ocupan los jugadores dentro del campo de juego. Para el presente estudio se tomó como muestra 97 jugadores de fútbol venezolanos, con edades comprendidas entre los 18 y 39 años, con 6 años de experiencia en el fútbol profesional. El número total de jugadores estaba compuesto por 8 arqueros, 20 delanteros, 38 medio campistas y 31 defensores. El instrumento utilizado para evaluar los estilos de personalidad es el MIPS, Inventario Millon de Estilos de Personalidad, de Theodore Millon. Según los resultados, el fútbol es un deporte donde los jugadores se plantean metas individuales, tanto como metas colectivas en forma conjunta. En cuanto a las Metas Motivacionales, los arqueros son los que menor tendencia tienen a satisfacer las necesidades de los demás. Los defensores tienden a anteponer las necesidades de los demás frente a las propias. En cuanto a los Modos Cognitivos se evidenció que los jugadores de fútbol tienden a buscar información fuera de sí mismo; por su parte los arqueros basan sus conocimientos de lo objetivo, concreto, de la experiencia directa. En cuanto a las relaciones interpersonales, se evidenció que los jugadores buscan estimulación y atención, suelen ser simpáticos y brillantes y en ocasiones exigentes y manipuladores, por su parte los medios campistas son capaces de establecer más vínculos afectivos y lealtades muy fuertes, con los demás miembros del equipo. Los defensores poseen una relación más sumisa y se conforman con las normas establecidas. En consecuencia se pudo evidenciar con estos aportes, que existen diferencias significativas, en los estilos de personalidad de acuerdo al lugar que ocupa el jugador dentro de la cancha.

Otra investigación es la realizada por G. Marrero Rodríguez, J. M. Albo Lucas y J. L. Núñez Alonso, denominada “Perfil de personalidad del tenista”, la cual intenta descubrir las características de personalidad del tenista Gran Canaria a partir de la comparación con un grupo de sujetos que practican deportes individuales distintos al tenis y un grupo de sujetos no deportistas. El total de la muestra está constituida por 191 sujetos distribuidos en tres grupos. El grupo de tenistas está formado por 64 sujetos federados en la isla de Gran Canaria, de los cuales 43 son hombres y 21 mujeres; el grupo de deportistas individuales está formado por 63 sujetos, 42 hombres y 21 mujeres

y el grupo de no deportistas está formado por 64 sujetos, 41 hombres y 23 mujeres, todos ellos en edades comprendidas entre los 14 y los 25 años de edad. El cuestionario utilizado fue el 16 PF-5 y en el análisis de varianza efectuado se observan tres diferencias significativas en las escalas Apertura-Cambio, Dureza y Manipulación de la imagen. Asimismo, se observan diferencias significativas atendiendo a la variable sexo.

Otra investigación que se puede mencionar es la de Carazo Vargas, Pedro; Araya Vargas, Gerardo A., denominada: “Perfil de rasgos psicológicos para el rendimiento deportivo en hombres y mujeres practicantes de taekwondo.” En la misma participaron 39 individuos costarricenses, practicantes de taekwondo, aspirantes a representar al país en competencias internacionales, sin experiencia previa en preparación mental deportiva. De estas 39 personas, 22 eran adultos entre los 18 y los 26 años y 17 eran juveniles entre los 13 y los 17 años. A estos participantes se les administró la prueba de Rasgos Psicológicos para el Rendimiento PAR-P1, de Serrato, García y Rivera. En dicha prueba se miden siete variables psicológicas: confianza, motivación, atención, sensibilidad emocional, imaginación, actitud positiva y reto. Los resultados indicaron que la variable confianza era mayor en el sexo masculino, que en el femenino. Siendo la variable confianza mayor en los individuos entre los 13 y los 17 años y la variable reto, mayor en los hombres atletas entre los 18 y 26 años. Se destaca en las mujeres la actitud positiva, en el rango de edad que va desde los 13 a los 17 años. Por otra parte los perfiles de rasgos psicológicos de estos practicantes, poseen valores inferiores a los necesarios para obtener un rendimiento óptimo en este deporte. En consecuencia se concluyó que el entrenamiento mental, es definitivo para obtener valores elevados en las variables que fueron analizadas.

Las nombradas investigaciones nos brindan un panorama a nivel nacional e internacional sobre la Psicología del Deporte con una leve inclinación hacia los estudios de Personalidad y del Taekwondo (temas centrales del presente estudio) los cuales son abordados bajo la luz de la nombrada disciplina.

II. b) Encuadre Teórico

Conceptos:

Personalidad - Graduaciones (cinturones) - Principios Evolutivos - Autopercepción

Es fundamental en el presente estudio definir algunos conceptos centrales, según el modelo de la teoría de la personalidad de Theodore Millon; a saber entre ellos:

➤ Personalidad

Millon (2006) sostiene: “La personalidad es lo que nos hace como somos, y también lo que nos diferencia de los demás” (p. 1). La definición precedente nos ofrece una primera aproximación al concepto de personalidad, nos remite a la singularidad de cada persona, su forma de ser y también a aquellos aspectos que marcan la diferencia entre las personas.

Para ampliar más este concepto Millon (2006) afirma: “La personalidad (...) parte de la biología y se integra en el entorno psicosocial. Somos seres físicos y sociales” (p. 8). En la presente conceptualización recae el énfasis en tres ámbitos que conforman al individuo, por un lado la parte biológica, por otro lado la parte psíquica y en última instancia la parte social, la cual no es olvidada.

Concluyendo... Millon (2006) enuncia: “La personalidad es el patrón de características que incluye la constelación completa de la persona. La personalidad no se limita a un solo rasgo, sino que incluye la totalidad de características de la persona: interpersonales, cognitivas, psicodinámicas y biológicas” (p. 10). Esta última definición es más compleja e integradora. En consecuencia el concepto de personalidad será entendido de esta manera de ahora en adelante cuando se lo utilice.

➤ Estilos de personalidad

A su vez Theodore Millon va más allá de la definición de personalidad y elabora un nuevo concepto, con nuevas implicancias, susceptible de ser analizado y de carácter dinámico. Millon (citado por Naveira, 2008) define los estilos de personalidad como: “unidad de análisis, que se define como los patrones de conducta, sentimientos, pensamientos y relaciones con los otros que caracterizan a un individuo frente a otro”. Respecto a lo expresado en la definición precedente Naveira (2008) sostiene: “Es una categoría supraordinal en la organización de la personalidad y sirve como base del enfoque del cambio” (p. 3).

Cuando se indaga acerca del origen del concepto de Estilos de Personalidad en la teoría de Millon, este, establece una analogía con la biología y afirma:

Durante su vida, un organismo desarrolla un conjunto de rasgos que contribuye a su supervivencia individual y a su éxito reproductivo, los dos componentes esenciales de la adaptación [fitness] postulados por Darwin. Esos conjuntos, llamados “adaptaciones y estrategias complejas” en las obras de ecología evolucionista, pueden conceptualizarse

como los equivalentes biológicos de los estilos de personalidad mencionados en la bibliografía sobre salud mental. (Millon, 2011, p. 26)

Aquí, lo dicho anteriormente hace hincapié en la relación del presente concepto con los postulados de Darwin referidos a la adaptación del organismo a su ambiente. Es decir que al hablar de estilos de personalidad estaríamos haciendo referencia a un modo distintivo de adaptación de la persona al entorno en el cual se desenvuelve. Para ilustrar aún más lo enunciado se puede enunciar dos conceptos más tomados por Millon desde las ciencias de la naturaleza, a saber:

Los organismos individuales inician su vida con un subconjunto limitado de genes relacionados con rasgos con que cuenta su especie. Con el tiempo, y a medida que el organismo interactúa con su ambiente, la prominencia de esas posibilidades de rasgos (y no la proporción de los genes) se irá diferenciando. El organismo “aprende” de sus experiencias cuáles de sus rasgos presentan una adecuación óptima a su ecosistema. En la filogénesis, por lo tanto, cambian las frecuencias reales de los genes durante el proceso adaptativo plurigeneracional, mientras que en la ontogénesis cambia la prominencia o dominancia de los rasgos basados en genes durante el aprendizaje adaptativo. En la vida de una especie y en la de un organismo miembro de esa especie tienen lugar, entonces, procesos evolutivos paralelos. (Millon, 2011, p. 26)

En los conceptos de filogénesis y ontogénesis mencionados se evidencia, que a pesar de que un organismo pertenezca a una especie específica, este tendrá un modo particular de relacionarse con el ambiente, enfatizando de esta manera el carácter dinámico y particular, único, en la interacción compuesta por estos dos factores: el individuo y el ambiente. Aplicado al ser humano, el ambiente es entendido como el entorno social con el cual se relaciona, es decir que está conformado por aquellas relaciones interpersonales que establece la persona en diferentes ámbitos como: la escuela, el club, el trabajo, la iglesia, etc. Siguiendo esta línea de pensamiento, el concepto de estilos de personalidad es sinónimo de adaptación al ambiente, en consecuencia ¿Se puede hablar de estilos de personalidad normales y estilos patológicos? ¿Cuáles son los indicadores o síntomas de un estilo de personalidad patológico?

“En mi opinión, estos modos característicos de adaptación que se originan en la interacción entre la dotación biológica y la experiencia social incluyen los elementos de lo que se denomina estilos de personalidad, tanto normales como patológicos” (Millon, 2011, p. 27). Siguiendo con este pensamiento, “cada estilo de la personalidad es, a la vez, un estilo de afrontamiento (...)” (Millon, 2011, p. 36). Las presentes afirmaciones evidencian que el organismo afronta el ambiente, interactúa con este, busca adaptarse y dependiendo de la dotación biológica y de la experiencia social se puede llegar a obtener como resultado un tipo de funcionamiento de carácter normal como patológico, según sea el caso. Para que exista un funcionamiento patológico de adaptación o mejor dicho un estilo de personalidad anormal debe manifestarse: en primer lugar una estabilidad frágil o una carencia de resistencia, en condiciones de estrés, en segundo lugar la carencia de flexibilidad frente a la adaptación que en última instancia genera la repetición de círculos viciosos que sostienen la patología (Millon, 2011).

Resumiendo el concepto de estilo de personalidad, se puede afirmar que este corresponde a un modo de afrontamiento de la persona hacia el ambiente con el cuál interactúa, cuyo fin es la adaptación, es propio y característico de la persona, por ende la individualiza de las demás personas, es por eso que se puede analizar. Cuando la adaptación no es eficaz se habla de trastorno de la personalidad (Millon, 2011). Pero este concepto y su desarrollo corresponden al terreno del psicodiagnóstico y escapa a los objetivos del presente estudio. Solo se mencionará respecto a los trastornos de personalidad su identificación y procedencia. Así es, que de las polaridades pertenecientes a las tres primeras fases de la evolución, Millon construye un sistema de clasificación de los trastornos de la personalidad (Millon, 2013).

➤ Principios Evolutivos

a) *Cuatro principios:*

Existencia, adaptación, replicación, y la abstracción. La primera se refiere a la transformación casual de estados aleatorios o menos organizados en los que poseen estructuras distintas de una mayor organización; la segunda se refiere a los procesos homeostáticos empleados para mantener la supervivencia de los ecosistemas abiertos; el tercero se refiere a tipos de reproducción que maximizan la diversificación y la selección de atributos ecológicamente eficaces; y el cuarto se refiere a la aparición de las competencias que fomentan la planificación anticipada y la toma de decisiones razonada. (Millon, 2013, p. 5)

b) *Correlación de los principios evolutivos con el mundo natural:* establecidos por Theodore Millon, los principios evolutivos son los cuatro mencionados; dichos principios poseen su fundamento en el mundo natural y a partir de allí se realiza su respectiva derivación conceptual (Millon, 2011).

Respecto del primer principio evolutivo el autor sostiene:

Entre los seres humanos, el primer aspecto de la existencia puede observarse en actos enriquecedores de la vida que son registrados empíricamente como acontecimientos placenteros (reforzadores positivos); el segundo puede observarse en conductas preservadoras de la vida orientadas a repelar o evitar acontecimientos que son de caracterizados empíricamente como dolorosos (reforzadores negativos). (Millon, 2011, p. 30)

Respecto del segundo principio evolutivo el autor afirma que:

Uno de los modos principales de adaptación es el que caracteriza el estilo de vida del reino animal, donde se observa una inclinación básica a la modificación ecológica. En el otro polo de la adaptación se encuentra el modo de acomodación ecológica, que indica inclinación a amoldarse pasivamente. Es el proceso básico utilizado por los vegetales en el curso de la evolución: un modo de supervivencia estacionario, inmóvil, esencialmente flexible y dependiente. (Millon, 2011, p. 32)

Respecto del tercer principio evolutivo el autor expresa:

En la biología de las poblaciones se denomina estrategia r a la que consiste en engendrar gran cantidad de descendientes y prestar una atención mínima a su supervivencia, y estrategia K a la que se caracteriza por la procreación de escasos descendientes y la considerable atención que se presta a su supervivencia. (Millon, 2011, p. 35)

Además de lo expresado por el autor, en este principio evolutivo, denominado Replicación, las estrategias reproductivas de los organismos se encuentran relacionadas con los géneros masculino y femenino según sea la estrategia en cuestión. Así, la estrategia r se encuentra vinculada estrechamente al género masculino y la estrategia K se encuentra relacionada principalmente al género femenino (Millon, 2011).

Respecto del cuarto principio evolutivo el autor sostiene:

Muchos piensan que la información es lo contrario de la entropía. La información cumple, en los sistemas cognitivos, el mismo rol que la energía o los nutrientes en los sistemas físicos. Un sistema físico se mantiene “succionando orden” de su entorno, incorporando energía o nutrientes y transformándolos para satisfacer las necesidades de los tejidos; un sistema cognitivo hace algo semejante, ya que “succiona información” de su ambiente, es decir, incorpora datos y los transforma para satisfacer sus necesidades cognitivas. (Millon, 2011, p. 41, 42)

Aquí Millon expone y fundamenta la relación existente entre información y el concepto de entropía, a su vez realiza una distinción respecto de sistemas físicos (vegetales, animales, organismos simples) y sistemas cognitivos (referida a una capacidad propia del ser humano). Este sistema cognitivo que se hace presente en el cuarto principio evolutivo posee:

La capacidad de manejar abstracciones – de trascender lo inmediato y concreto, de relacionar y sintetizar la diversidad, de representar acontecimientos y procesos mediante símbolos, de ponderar, razonar y prever – implica, para los organismos, un salto cuantitativo en el potencial evolutivo para el cambio y la adaptación. (Millon, 2011, p. 38)

Respecto de las actividades cognitivas Millon realiza una distinción. Así es, que realiza una división teniendo en cuenta dos funciones superiores de la cognición, las fuentes de información (de donde son obtenidos los datos) y los procesos de transformación (reconstrucción de los datos ya obtenidos) (Millon, 2011).

Si observamos el análisis expuesto, los principios evolutivos Existencia, Adaptación, Replicación y Abstracción, todos ellos se encuentran conformados por una bipolaridad, por polos opuestos de funcionamiento...

c) *Bipolaridades de los principios evolutivos:*

Aplicados estos principios evolutivos al ser humano se evidencia que “el funcionamiento normal u óptimo parece requerir, al menos entre los seres humanos, un

equilibrio flexible que entremezcle ambos extremos de cada bipolaridad” (Millon, 2011, p. 33). Es decir que cuando el ser humano se inclina hacia uno de los extremos de la bipolaridad en demasía o en su totalidad, pone en peligro el funcionamiento normal de su ser y en consecuencia su adaptación eficaz al ambiente.

d) *Principios evolutivos, similitudes con conceptos teóricos de Freud y Jung:*

Los principios evolutivos mencionados por Theodore Millon en su teoría poseen su antecedente histórico en obras de Freud y Jung. Respecto de los antecedentes teóricos pertenecientes a Freud, son evidenciados en una obra en particular. Según Millon la obra en cuestión se titula “Pulsiones y destinos de pulsión”, allí formuló un sistema de polaridades interrelacionadas para la comprensión de la mente (Millon, 2011). Para una mayor explicación Freud (citado por Millon, 2011) sostiene que nuestra vida mental en conjunto está regida por tres polaridades o antítesis: Sujeto (yo) – Objeto (mundo externo), Placer – Displacer, Activo – Pasivo. Respecto de los antecedentes teóricos pertenecientes a Jung, los mismos se encuentran formulados en su libro “Tipos Psicológicos” en el cual se explican funciones de la personalidad aludiendo al equilibrio de bipolaridades arraigadas profundamente (Millon, 2011). De esta manera se muestra la relación y similitud de los principios evolutivos postulados por Millon en su teoría y la conformación bipolar de cada uno de ellos, con antecedentes teóricos pertenecientes a otros autores.

➤ Cinturones o graduaciones

Desarrollados los conceptos de la Teoría de la Personalidad de Theodore Millon, utilizados en la presente investigación, es necesario proceder definiendo las graduaciones o cinturones del Taekwondo ITF.

Tipo de Cinturones	
Cinturón Negro	1º a 9º Dan
Cinturón Rojo con Punta Negra	1º grado
Cinturón Rojo	2º grado
Cinturón Azul con Punta Roja	3º grado
Cinturón Azul	4º grado
Cinturón Verde con Punta Azul	5º grado
Cinturón Verde	6º grado
Cinturón Amarillo con Punta Verde	7º grado
Cinturón Amarillo	8º grado
Cinturón Blanco con Punta Amarilla	9º grado
Cinturón Blanco	10º grado

3

³ Taekwondo El arte coreano de la defensa personal, por H. H. Choi, 1996, International Taekwon-Do Federation, p. 372. Derechos reservados.

Según la explicación del cuadro anterior respecto a los colores de los cinturones dentro de este arte marcial, se puede mencionar que: “Estos colores no han sido escogidos arbitrariamente. En realidad, están ligados con la tradición. Los colores negros, rojo y azul representan los diferentes niveles jerárquicos durante las dinastías de Koguryo y Silla” (Choi, 1996, p. 373). La explicación del porque de la utilización de estos colores se encuentra relacionada con la historia de Corea. Es así que, durante estas dinastías el rey en persona organizaba una contienda, combates, sin arma alguna, en donde el vencedor recibía un cargo prestigioso en el gobierno (Choi, 1996). En consecuencia estos colores otorgaban a las personas jerarquía o status social en la historia coreana.

Respecto al significado de cada uno de los colores pertenecientes a los distintos cinturones o graduaciones del Taekwondo se puede mencionar:

- El blanco según Choi (1996) “representa la inocencia, como la del discípulo principiante que no tiene ningún conocimiento previo de Taekwondo” (p. 373).
- El amarillo según Choi (1996) “representa la tierra en la que crece una planta que desarrolla sus raíces, como los fundamentos del Taekwondo” (p. 373).
- El verde según Choi (1996) “representa el crecimiento de la planta, como la destreza en Taekwondo empieza a crecer” (p. 373).
- El azul según Choi (1996) “representa el cielo, hacia el cual la planta madura se dirige, como los progresos en Taekwondo” (p. 373).
- El rojo según Choi (1996) “representa el peligro, que pide al estudiante que ejercite el control y que aconseje a sus adversarios que se alejen” (p. 373).
- El negro según Choi (1996) “representa el contrario del blanco, es decir, la madurez y el conocimiento del Taekwondo. Indica también la imprevisibilidad de la oscuridad y el miedo” (p. 373).

Conociendo el origen y el por qué de los colores utilizados para determinar la graduación o jerarquía dentro del Taekwondo y teniendo presente el significado simbólico de cada color, es oportuno preguntarse ¿qué es lo que determina el alcance, la utilización, de un cinturón específico en un practicante de Taekwondo? Respecto a esta pregunta Choi (1996) sostiene: “En el Taekwon - Do, el desarrollo del carácter, la valentía, la tenacidad y las técnicas, son graduadas tanto como la capacidad individual” (p. 726). Se explica en la presente afirmación los requisitos necesarios para que el alumno pueda portar un cinturón; es preciso señalar que los mismos no se agotan en el desarrollo técnico del practicante, sino que va más allá, haciendo una valoración de otros aspectos personales de carácter significativos a tener en cuenta como la tenacidad.

➤ Autopercepción

El último concepto a desarrollar en el presente estudio es el de Autopercepción, para establecer una aproximación al término, se hará referencia al concepto de Percepción, el cual se encuentra relacionado al termino Conciencia (Laplanche & Pontalis, 2004). En consecuencia son dos conceptos enlazados. No podemos mencionar uno sin hacer alusión al otro.

Según la teoría metapsicológica de Freud, la conciencia sería la función de un sistema, el sistema percepción-conciencia (*Pc-Cs*).

Desde el punto de vista *tópico*, el sistema percepción-conciencia se sitúa en la periferia del aparato psíquico, recibiendo a la vez las informaciones del mundo exterior y las provenientes del interior (...) (Laplanche & Pontalis, 2004, p. 71)

Concluyendo lo expuesto el término Autopercepción correspondería en la presente tesis a un juicio de valor, propio, subjetivo, perteneciente a la persona, respecto de información proveniente tanto del exterior o del interior del sujeto.

III. Marco Metodológico

III. a) Tipo de investigación

La presente investigación es de tipo exploratoria. El hecho de que posea esta característica se debe en gran parte a que no existen antecedentes que traten la temática abordada. En el estado del arte confeccionado en el presente estudio, se pueden apreciar investigaciones realizadas en diversas disciplinas, Fútbol, Hockey, Básquet y Taekwondo, pero no, una investigación que vincule conceptos teóricos de Theodore Millon y el Taekwondo como arte marcial. A su vez tampoco se pudo corroborar la existencia de investigaciones que apliquen el MIPS (instrumento de estudio de la personalidad desarrollado por Millon) al Taekwondo.

La tesis aquí expuesta es de corte transversal y el tipo de fuente utilizada en la misma es de campo, realizada a partir de ocho entrevistas semidirigidas.

III. b) Muestra

Los sujetos participantes de la muestra son ocho personas adultas, practicantes de Taekwondo ITF, cuya edad oscila de los 21 años a 60 años de edad. De esta cantidad de entrevistados la mitad son varones y la otra mitad mujeres, de este modo se pretende una evaluación imparcial de los datos, sin la posible inclinación de los resultados hacia un género en particular. Respecto al nivel educacional de las personas, todas poseen el secundario completo hasta el tercer año inclusive. El nivel socioeconómico de las mismas es medio. Es decir que no revisten situación de pobreza.

El tipo de muestreo es intencional ya que está constituido tanto por Instructores de Taekwondo como así también por alumnos practicantes de Taekwondo, de ambos sexos, todos ellos poseen al menos cuatro años de práctica y no presentan signos de inestabilidad psíquica; ambos son requisitos necesarios para ser entrevistados. Las graduaciones o cinturones que poseen oscilan desde el cinturón verde punta azul (5to Gub) hasta el cinturón negro (VII Dan).

Las unidades de análisis del presente estudio son las autopercepciones ligadas a cambios y/o progresos (evolución) de la personalidad como producto de la práctica de Taekwondo ITF.

III. c) Técnicas de recolección de datos

La técnica utilizada para la recolección de datos en este caso es la entrevista semidirigida, constituida por veinte dos preguntas y un ítem enunciado con el objetivo de que el entrevistado exprese lo que desee para enriquecer lo hablado. A continuación se presentan las preguntas utilizadas en el estudio.

- 1) ¿Qué graduación o cinturón tienes?
- 2) ¿Qué edad tenías cuando comenzaste a practicar Taekwondo y cuanto tiempo de práctica posees?
- 3) ¿Qué fue lo que te impulsó comenzar a practicar Taekwondo?
- 4) ¿Qué virtudes identificas o identificabas en tu instructor de Taekwondo?
- 5) ¿Puedes mencionar algunos objetivos respecto del Taekwondo que te hayas propuesto y decir si los has alcanzado?
- 6) ¿Percibiste algún cambio en tu persona desde que practicas Taekwondo? ¿A partir de que cinturón lo percibiste y cuáles fueron esos cambios?
- 7) ¿Qué cambios en general, se observan con más frecuencia en tus alumnos con el transcurso del tiempo de práctica? (Solo Instructores)
- 8) ¿Existió algún caso que te llamó particularmente la atención? Descríbelo. (Solo Instructores)
- 9) Si tuvieras que describir a una persona que es cinturón blanco ¿Qué características tendría? ¿Cómo la describirías?
- 10) Según tu opinión ¿Cuáles son los requisitos para avanzar de un cinturón al siguiente?
- 11) ¿Crees que practicar Taekwondo brinda seguridad, confianza a una persona? Si es así ¿A partir de que cinturón pudiste evidenciar estos sentimientos?
- 12) ¿Si tu vida estaría en riesgo usarías el Taekwondo para defenderte?
- 13) ¿Cuándo comenzaste Taekwondo te costó adaptarte a las prácticas? Cuéntame.
- 14) Observa la siguiente frase: “el Taekwondo me sirvió para...” ¿Cómo completaría esta afirmación?
- 15) Mencionar algunos motivos que impidan u obstaculicen el crecimiento, progreso de un alumno dentro de esta disciplina.
- 16) ¿Las prácticas de Taekwondo te ayudan a liberar tensiones, a estar más tranquilo? Comenta al respecto.
- 17) ¿Crees que las personas que practican este arte marcial son personas pacíficas, es decir no violentas? ¿Qué dirías al respecto?
- 18) ¿El crecimiento tanto personal como técnico del estudiante de Taekwondo, son requisitos para alcanzar el cinturón negro? ¿Qué opinas?
- 19) ¿Se podría identificar a un cinturón negro con los principios filosóficos del Taekwondo? Es decir que existiría una especie de correspondencia entre los principios filosóficos y una persona cinturón negro.
- 20) ¿Podría llegar a ser cinturón negro un practicante de Taekwondo que no posea o haya alcanzado ninguno de los principios filosóficos?

- 21) Si tendrías que identificarte con los principios filosóficos ¿Con cuáles de ellos te identificarías y por qué?
- 22) ¿Crees que una persona que llega a cinturón negro es la misma persona que cuando comenzó a practicar? Explicarte al respecto ¿Qué podrías comentar sobre esto?
- 23) ¿Querías agregar algo más? Alguna idea, algún pensamiento sobre lo hablado.

Las preguntas número siete y ocho, están elaboradas solamente para los instructores de Taekwondo entrevistados en la tesis, ya que de esta manera se obtiene una visión más integra del problema estudiado, porque el cuestionario no solo abarca la historia personal del instructor en cuestión sino que también ofrece una visión general de los alumnos que han tenido bajo su enseñanza.

III. d) Procedimiento de recolección y análisis de datos

Las entrevistas del estudio fueron realizadas previo diálogo con los participantes, en el mismo se planteó la protección y confidencialidad de la información otorgada por parte del entrevistador para una mayor tranquilidad de los sujetos involucrados.

El análisis de los datos obtenidos se realizará mediante una articulación teórico – práctica. Se tomarán fragmentos de las entrevistas para ilustrar los Principios Evolutivos postulados por Theodore Millon. Para realizar la mencionada articulación se procederá a identificar aspectos relevantes de las entrevistas en base a las escalas correspondientes a las áreas Metas Motivacionales y los Modos Cognitivos del Test MIPS (Inventario Millon de Estilos de Personalidad). Es propicio aclarar que ambas áreas integran la totalidad de los principios evolutivos desarrollados por Millon y las escalas correspondientes a dichas áreas, representan las bipolaridades pertenecientes a los mencionados principios. A continuación se transcriben las escalas del MIPS:

✓ En el área Metas Motivacionales

Existencia

Apertura: descriptivamente, las personas que obtienen puntaje elevados en esta escala muestran actitudes y conductas destinadas a promover y enriquecer la vida, a producir alegría, placer, contento y satisfacción, y a aumentar de este modo su capacidad de mantenerse en buena forma, tanto en lo físico como en lo mental. Es probable que esas personas sostengan que la existencia humana demanda algo más que la preservación de la vida y la evitación del dolor. Por otra parte, las que obtienen puntajes muy altos actúan movidas por el deseo de enriquecer su vida, tener experiencias y enfrentar desafíos vigorizantes, aventurarse y explorar, todo ello con el fin de aumentar, cuando no intensificar, su vitalidad y viabilidad. (Millon, 2011, p. 32)

Preservación: en estas personas observamos una tendencia significativa a concentrar la atención en las amenazas potenciales a sus seguridad emocional y física, una actitud de vigilancia destinada a destacar las señales de una potencial retroalimentación negativa

cuya aparición prevén, lo cual puede desviar su interés de las relaciones cotidianas y de las experiencias placenteras. La mayoría logran evitar los peligros y riesgos innecesarios, pero a menudo tienen que pagar por ello un precio, que es limitar la gama de sus emociones positivas y sus experiencias regocijantes. Por lo tanto tienden a ser inhibidas, aprensivas y pesimistas, y se preocupan en exceso por los problemas de la vida. (Millon, 2011, p. 32)

Adaptación

Modificación: descriptivamente las personas que están en el extremo activo de la bipolaridad se caracterizan por su estado de alerta, vigilancia, vivacidad, vigor, energía, empuje y tesón para buscar estímulo. Algunas conciben estrategias y exploran alternativas para salvar obstáculos o evitar el sufrimiento que causa el castigo, el rechazo y la angustia. Otras son impulsivas, excitables, atolondradas e imprudentes y buscar mañosamente placeres y recompensas. Aunque sus metas específicas varían de tanto en tanto, los modificadores activos tratan de cambiar sus vidas y de inmiscuirse en los acontecimientos en curso determinando enérgica y diligentemente sus circunstancias. (Millon, 2011, p. 34)

Acomodación: las personas orientadas a la pasividad son a menudo reflexivas y prudentes. Emplean pocas estrategias visibles para alcanzar sus fines. Se aprecia en ellas una inercia aparente, flema, tendencia a consentir y una actitud comedida. Muestran escasa iniciativa para modificar los acontecimientos; más bien dejan que las cosas sucedan y luego se acomodan a ellas. Algunas quizá no tengan el temperamento adecuado para excitarse o actuar con firmeza; es posible que las experiencias del pasado las hallan privado de oportunidades para adquirir diversas competencias o confianza en su capacidad para dominar los acontecimientos de su entorno. También es posible que confíen ingenuamente en que obtendrán lo que desean sin esforzarse o con muy poco esfuerzo de su parte. Por diversas causas, entonces, las personas situadas en el extremo pasivo de la bipolaridad parecen limitarse a subsistir, siendo infrecuente que sus actividades estén directamente orientadas a intervenir en los acontecimientos o producir cambios. Parecen suspendidas, quietas, flácidas, inmóviles, contenidas y apáticas, a la espera de que las cosas sucedan para reaccionar sólo después de que ello ocurra. (Millon, 2011, p. 34)

Replicación

Individualismo: interesadas en solo en sí mismas, estas personas tienden a tomar decisiones sin consultar a nadie, ya que no perciben la necesidad de recabar opiniones ajenas ni de contar con la aprobación de los demás. En el mejor de los casos son resueltas, llenas de iniciativa y capaces de autorrealizarse; se esfuerzan por superar obstáculos que podrían impedir la actualización del potencial que creen tener. Los demás las ven como personas dotadas de un fuerte sentido de identidad; parecen controlar su vida y regular sus experiencias y su futuro con escasos aportes o interferencias ajenos. Además de confiar en sí mismas y de ser esforzadas, emprendedoras e independientes, las personas que obtienen un puntaje elevado en la escala individualismo tratan de convertirse en lo que creen que están destinadas a ser. Sin embargo, cuando su conducta no se encauza adecuadamente, pueden llegar a ser

egocéntricas, indiferentes a las necesidades y prioridades de los demás y atentas por sobre todo a sus propios intereses. (Millon, 2011, p. 37)

Protección: las personas que obtienen un puntaje elevado en esta Meta Motivacional procuran satisfacer necesidades sociales y de pertenencia. Mantienen, con otras personas significativas de su entorno, relaciones íntimas y afectuosas en las que brindan amor es tan importante como recibirlo. Hay calidez en su relación con los demás y no necesitan esforzarse para demostrar su afecto por sus padres, hijos, conyugues o amigos íntimos. Se identifican con el prójimo y sienten una profunda preocupación por su bienestar. A menudo atienden las necesidades de sus familiares más cercanos y de sus amigos íntimos antes que las propias. Con frecuencia hacen extensivos su afecto a toda la humanidad, comprenden la condición humana y experimentan un sentimiento de afinidad con la mayoría de los pueblos.

Es el tercer par de metas Motivadoras, el individualismo vs protección, el que permite juzgar si en realidad un hombre o una mujer han dado pruebas de equilibrio entre la orientación hacia uno mismo y la orientación hacia los demás. (Millon, 2011, p. 37)

✓ En el área Modos Cognitivos

Abstracción

Este principio evolutivo está constituido por cuatro bipolaridades (como se había explicado con anterioridad); las dos primeras bipolaridades hacen referencia al origen o fuente de donde se obtienen los datos (información), el siguiente par de bipolaridades está referido a la reorganización, reconstrucción de los datos ya obtenidos (Millon, 2011).

Extraversión: unas pocas líneas de Jung pueden ser útiles para destacar rasgos esenciales de su concepción de la actitud orientada externamente:

La extraversión se caracteriza por el interés puesto en el objeto externo, la sensibilidad y la disposición a aceptar los acontecimientos externos, el deseo de influir en los sucesos y ser influido por ellos, la necesidad de participar y seguir la corriente, la capacidad de soportar el bullicio y los ruidos de todas clases y, en realidad, de disfrutar de ellos (Jung, 1937/1971, pág. 550). (Millon, 2011, p. 43)

Introversión: análogamente, la breve cita de Jung que incluimos a continuación ilustra con claridad su concepción de la actitud orientada internamente:

El introvertido no es afable, es como si apartara continuamente del objeto. Se mantiene a distancia de los acontecimientos externos, no participa. Para él, dialogar consigo mismo es un placer. Su propio mundo es un puerto seguro, un jardín cuidadosamente atendido y transitado, cerrado al público y oculto a las miradas indiscretas. Su propia compañía es la mejor. Se siente cómodo en su mundo, en el que sólo él puede introducir cambios. Su mejor trabajo es el que hace con sus propios recursos, por su propia iniciativa y a su propio modo (Jung, 1936/1971, págs. 550-551). (Millon, 2011, p. 43)

Sensación: el hecho de favorecer las fuentes que proporcionan información tangible, estructurada y bien definida, asequible a través de los cinco sentidos, tiene su correlato en una amplia variedad de conductas asociadas, como las de elegir acciones pragmáticas

y realistas, preferir los sucesos que tienen lugar aquí y ahora, y dirigir la atención a cuestiones que requieren una base fáctica y precisión cuantitativa. Según la concepción de Jung:

Hay personas que... ponen el acento en la sensación, en la percepción de realidades, y hacen de esto un principio determinante que se impone a todo lo demás. Son hombre cuya mente está orientada a los hechos, para quienes el juicio intelectual, el sentimiento y la intuición son relegados a un segundo plano por la primordial importancia de los hechos reales. (Millon, 2011, p. 44)

Intuición: en cambio, la preferencia por lo intangible, inestructurado y ambiguo es probable que esté asociada con acciones inspiradas por posibilidades, desafíos y potenciales, así como por pensamientos de carácter abstracto, complejo, connotativo y simbólico, y por cuestiones que dependen de la novedad, el misterio y la especulación. Citamos a Jung una vez más:

Para la intuición, la realidad actual sólo cuenta en la medida en que parece encerrar posibilidades, las que entonces pasan a ser la suprema fuerza motivadora, sin que importe lo que las cosas son realmente en la actualidad (Jung, 1936/1971, pág. 554). (Millon, 2011, p. 44)

Reflexión: el polo intelectual, al que se refería Jung cuando utilizaba el término “pensamiento”, indica preferencia por interpretar la experiencia a la luz de la razón y la lógica. Aunque los sucesos de la vida pueden tener un origen interno o externo, y pueden ser de naturaleza tangible o intangible, el proceso de interpretación y evaluación se inclina hacia lo objetivo e impersonal, ya que los acontecimientos son analizados por medio de la razón crítica y con intervención del pensamiento racional y sensato. Aumentando la indiferencia afectiva, es decir, reduciendo el ingobernable aporte emocional de los demás y los efectos perturbadores de nuestro propio estado emocional, es posible mantener un alto grado de cohesión y continuidad cognitivas. El análisis objetivo y la indiferencia afectiva protegen contra las incursiones no deseadas en la estabilidad cognitiva, pero a menudo el precio que hay que pagar por ello es una conducta rígida, hipercontrolada e inflexible. (Millon, 2011, p. 45)

Afectividad: en cambio, las experiencias procesadas afectivamente inducen estados subjetivos como los de experimentar agrado o desagrado, atribuir o negar valor, sentirse bien o mal, cómodo o incómodo, atraído o repelido, etc. A través de la resonancia empática, el camino de la afectividad predispone al individuo a registrar sobre todo lo que sienten los demás y no tanto lo que piensan. El individuo que se inclina hacia el polo de la Afectividad emplea “vibraciones psíquicas” para aprender más del tono emocional que transmiten las palabras que de su contenido o su lógica. La modalidad habitual de quienes presentan un estilo afectivo es la de la realidad subjetiva, una reacción más o menos “visceral” compuesta de estado de ánimo positivos o negativos, tanto globales como diferenciados. Hay, por supuesto, individuos notablemente introspectivos que se sienten inclinados a sondear estados afectivos internos con un estilo cognitivo intelectual. Estos individuos no proceden así movidos simplemente por su interés en la psicología: en algunos casos buscan obsesivamente conocerse a sí mismos. Pero por lo general el estilo afectivo de transformación se observa en

individuos que dan prueba de una modesta capacidad de análisis introspectivo, combinada con una respuesta empática franca y abierta a los demás y una sensibilidad subconsciente a las facetas emocionales – en estado puro, tanto como sea posible – de la experiencia. (Millon, 2011, p. 45)

Sistematización: los sistematizadores del esquema del MIPS tienen algunos rasgos en común con las personas que muestran la “preferencia por el juicio” que Katherine Briggs e Isabel Briggs Myers dedujeron de las ideas de Jung (Myers, 1962). Tanto la sistematización como la preferencia por el juicio se observan en personas que tienen sistemas de memoria bien estructurados, a los que añaden rutinariamente nuevas experiencias cognitivas. Dispuestos a actuar sin apartarse de las perspectivas establecidas, los sistematizadores se caracterizan por un alto grado de formalidad y coherencia, cuando no rigidez, en su funcionamiento. Es típico que sean predecibles, convencionales, ordenados, previsores, decididos, metódicos, exigentes, formales, disciplinados, meticulosos, firmes, leales y devotos. Por lo tanto, en términos evolutivos la polaridad asimiladora conduce a la continuidad y la tradición, o al mantenimiento del nivel existente de entropía cognitiva; este estilo cognitivo promueve una cohesión arquitectónica que no es alterada por variaciones riesgosas que podrían disminuir los niveles establecidos de orden. (Millon, 2011, p. 46)

Innovación: en cambio, las personas que se ubican en el polo de la Innovación se caracterizan por su disposición a formar nuevas e imaginativas construcciones cognitivas de carácter improvisado. Se sienten inclinadas a buscar ideas y soluciones creativas, a hallar nuevos modos de ordenar la información y a acumular entropía negativa, por así decirlo, apartándose de lo dado y lo conocido a fin de establecer un nivel nuevo o más elevado de organización cognitiva. Los innovadores van más allá de las perspectivas confirmadas y procuran ampliar las interpretaciones de la experiencia, sin preocuparse por demostrar su confiabilidad. Es típico que el modo imaginativo esté relacionado con la falta de prejuicios, la espontaneidad, la improvisación, la informalidad, la adaptabilidad, la flexibilidad, la impresionabilidad, la creatividad, la inventiva y la ingeniosidad. (Millon, 2011, p. 46)

IV. Resultados

Respecto a la primera pregunta de la presente investigación, se establece a continuación, un análisis en forma individual de cada una de las entrevistas realizadas, para luego arribar en el próximo capítulo a la respectiva conclusión final.

Entrevista N° 1

➤ Si tomamos en cuenta lo dicho por el entrevistado el mismo menciona:

“La vi a ella practicando (hace referencia a su hija), me gustó el grupo, me gustó la práctica, me gustó la forma del profesor, de Sergio, entonces empecé”.

“Yo seguí este deporte porque me enganché, y me gustó, lo hago por hacer una actividad física también”.

“Requisito principal para seguir avanzando, es que te guste. Porque si vos lo haces por obligación, no sirve, no, porque a la larga te frustras”.

“Pero que me llevó a que lo supere, a que me gusta, este deporte, este arte marcial”.

“O, en amarillo tal vez, porque yo apenas empecé ya note un, como que me atraían las prácticas porque yo entraba a practicar y yo me olvidaba de todo. Los quilombos del negocio. Yo me olvidaba. Volvía cansado de cuerpo pero con la mente despejada”.

Si tomamos en cuenta las afirmaciones realizadas por el entrevistado se puede evidenciar que, al momento de iniciar la práctica del Taekwondo (al ser cinturón Blanco) el factor, motivo principal es el agrado, el gusto en general, es decir por la disciplina, el grupo de práctica, el instructor, unido a un interés por cuidar la salud, por realizar una actividad física. A su vez se pudo observar (en el cinturón Amarillo) esta disciplina como un instrumento para la toma de distancia de problemas personales, de situaciones que agobian la existencia. Dichas expresiones se corresponden con el primer principio evolutivo, la Existencia, con la escala Apertura del MIPS, debido a la puesta en práctica de “actitudes y conductas destinadas a promover y enriquecer la vida, a producir alegría, placer, contento y satisfacción, y a aumentar de este modo su capacidad de mantenerse en buena forma, tanto en lo físico como en lo mental” (Millon, 2011, p. 32). Y también se corresponde la última expresión del entrevistado con la escala Preservación del MIPS, debido a la presencia de conductas destinadas a “concentrar la atención en las amenazas potenciales a su seguridad emocional y física” (Millon, 2011, p. 32).

➤ Siguiendo con la entrevista se señala la siguiente frase:

“No fácil, adaptarme al grupo no me costó. A las practicas por ahí sí, algunas cosas no me salían como quería y hasta hoy... Es que en esto algún día yo voy a llegar a primer Dan, segundo Dan, tercero, como sea y siempre hay cosas nuevas y siempre te van a estar corrigiendo”.

Si tenemos en cuenta lo enunciado por el entrevistado se puede evidenciar que es necesaria una adaptación a las prácticas, a los aspectos específicos de la disciplina; dicha adaptación se actualiza según la dificultad del cinturón alcanzado, según lo dicho. Comienza acto seguido de haber iniciado la práctica del Taekwondo. Para llevar a cabo esta adaptación, se requiere del empleo de energía y una actitud activa por parte del sujeto frente a los nuevos conocimientos a ser incorporados. Esta expresión se corresponde con el segundo principio evolutivo, la Adaptación, con la escala Modificación del MIPS, debido a la energía empleada en los acontecimientos que surgen para obtener resultados favorables (Millon, 2011).

➤ Otra frase a tener en cuenta es la siguiente:

“Creo que si le toca un buen instructor, llega a cinturón negro con más madures, más responsabilidad, queriendo servir a la sociedad, si te toca un buen instructor”

Dicha expresión está referida a una persona que llegaría a alcanzar el cinturón negro, cabe destacar que este pensamiento es dado por una persona que es cinturón Azul punta Roja, ya se encuentra muy cerca de alcanzar el cinto Negro; por ende aquí llama la atención el sentido de responsabilidad y de servicio que se gesta antes de llegar al cinturón Negro. Este pensamiento se corresponde con el tercer principio evolutivo, la Replicación, con la escala Protección del MIPS; debido a la preocupación por las demás personas y por su bienestar (Millon, 2011).

➤ Concluyendo con la primera entrevista, se seleccionan las siguientes frases:

“Me gusta mucho leer. Empecé a leer la historia Coreana, sobre el Taekwondo y me llamó, me llamó”.

“Bajar los decibeles. Yo soy una persona muy nerviosa, no lo demuestro, soy pura joda, pero en mis adentros estoy pensando continuamente, bueno. Cuando estoy en la práctica me olvido de todo eso y por ende, antes, ahora soy nervioso, pero antes capaz que era el doble. La acidez viene de eso. Pero hoy no trato de pensar dos veces”.

“Desde el punto de vista mío, trato de cumplir con todos. O sea cortesía, vos podés ser bueno pero que no te tomen el pelo. Integridad, tratás de diferenciar lo malo de lo bueno. El autocontrol, el espíritu indomable, lo que más me cuesta es la perseverancia. Pero bueno, yo ya tengo esa personalidad así. Yo sé que a la larga uno puede, pero en el momento como te decía hoy, yo practicando, cuando era amarillo lo practicaba y lo practicaba hasta que me salía, hoy también, pero por ahí es como que me pongo más ansioso. De los cinco, el tercero, la perseverancia es el que más me cuesta”. (Respuesta dada a los principios filosóficos del Taekwondo).

Lo expresado por el entrevistado hace referencia a una necesidad de conocimiento del arte marcial, no solamente a través de la experiencia sino también de tipo racional, mediante la lectura de textos específicos. También lo expresado denota el cambio en el estudiante, de reflexionar antes de actuar y actuar de una manera más calma, serena. A su vez pone en evidencia una postura crítica respecto de cuáles son los principios

filosóficos con los que se identifica, lo que implican y cuál de ellos es el que le cuesta más; en este caso la perseverancia. Estas expresiones se correlacionan con el cuarto principio evolutivo, la Abstracción, con la escala Reflexión del MIPS; dada la interpretación y evaluación de los acontecimientos desde lo objetivo e impersonal, los cuales son sometidos a la razón crítica (Millon, 2011).

“Para mí, lo que digo, esto debería ser, no obligación, sino habría que hacer hincapié a todos los chicos para que empiecen a practicar. Todas las artes marciales son buenas, son lindas, pero este arte marcial tiene los principios filosóficos, hacen que el chico crezca valorando, dándole valores a todo, teniendo valores para todo el mundo. Que eso hoy en la sociedad que estamos sería imprescindible. En la escuela sería obligación este deporte, yo no digo que vallan con un Dobok (traje de Taekwondo), que vallan con ropa de gimnasia, pero que lo de un instructor, no un profesor de educación física. Para que enseñe el respeto, que a la hora que el instructor hable ellos estén callados la boca porque se están perdiendo todos esos valores. El no burlarse de los compañeros...”

En esta frase el entrevistado menciona una postura crítica respecto de las artes marciales y la sociedad actual, dando una idea o aporte como posible solución. Esta frase se correlaciona también con el cuarto principio evolutivo, la Abstracción, con la escala Innovación del MIPS; debido a la inclinación a buscar ideas y soluciones creativas (Millon, 2011).

Resumen: desde una perspectiva evolutiva, en el entrevistado, el cinturón Blanco y Amarillo de Taekwondo se lo puede relacionar con el primer principio evolutivo de la Existencia, dado el gusto o aprecio por este arte. El segundo principio evolutivo de la Adaptación se encuentra asociado a las dificultades de ir avanzando a través de las distintas graduaciones de este arte marcial, sin que esta asociación se dé con un cinturón en particular. El tercer principio evolutivo de la Replicación se correlaciona con una cierta maduración en esta disciplina, reflejados en pensamientos de carácter ético, en este caso observados en el cinturón Azul Punta Roja. Y el último principio evolutivo de la Abstracción se evidencia en una postura crítica, reflexiva, de pensamientos que se han de consolidar ya que el entrevistado no ha alcanzado la graduación de cinturón Negro.

Entrevista N° 2

➤ En la presente entrevista el participante menciona:

“Cuando comencé fue el tema de que teníamos un grupo de amigos, que nos gustaban todo lo que eran las películas de artes marciales, nos gustaba Kung Fu (serie televisiva) y bueno el ídolo en esa época era Jean Claude Van Damme, claro, El gran dragón blanco (película)”.

“Empecé por acompañarlo a él (amigo) y me enganché, me enganché, me gustó mucho la parte... a mí me gusta mucho la parte de disciplina, que te tengan cortito, a mí me gusta que me exijan”.

Si observamos lo mencionado por el entrevistado, al momento de comenzar a practicar Taekwondo, es decir cuando este era cinturón Blanco, se da la presencia de un agrado por las películas de artes marciales y la disciplina que exige el Taekwondo como arte marcial a sus practicantes. Estos enunciados se corresponden con el principio evolutivo de la Existencia, con la escala Apertura del MIPS, debido a la presencia de “actitudes y conductas destinadas a promover y enriquecer la vida, a producir alegría, placer, contento y satisfacción” (Millon, 2011, p. 32).

➤ Siguiendo con la entrevista observamos las siguientes frases:

“Yo jamás desde que empecé Taekwondo, te puedo asegurar, jamás me puse una traba en lo que quería hacer. Yo tengo metas y hasta que no las consigo no paro. Voy a luchar para alcanzarlas”.

“Yo tenía dos mellizos alumnos el año pasado y ellos estaban muy cabeza abajo, en la escuela los trataban mal porque eran muy flaquitos y el Taekwondo durante el año que hicieron, le hizo tener confianza en ellos mismos y no dejarse pisar entre comillas por los compañeros”.

“Sí, en general son todos pacíficos. Las personas violentas no entran en el Taekwondo, vos te das cuenta cuando una persona es violenta y directamente agarras querido... o sea acá lo primero que te enseñamos es respeto. Primero la parte marcial y después la parte deportiva, la violencia se controla en el Taekwondo, aprendes a controlarla”.

“Aprender. Aprender y demostrar que estás aprendiendo y que te vas superando. Para mí esto es como la escuela, vos vas avanzando de grado, primero, segundo y en el Taekwondo lo mismo, los cinturones. Y vos para poder avanzar y rendir (cinturón) tenes que aprender, tenes que tener una constancia”.

Si evaluamos lo aportado por el entrevistado podemos observar, en las tres primeras frases cambios, modificaciones, necesarias, ocurridas en su persona y en la de algunos de sus alumnos una vez iniciada la práctica del Taekwondo. Sin establecer en detalle a partir de que graduación o cinturón sucedieron. En consecuencia se puede relacionar estas afirmaciones con el principio evolutivo de la Adaptación, con la escala

Modificación del MIPS, debido a la manifestación de vivacidad, vigor, energía, empuje y tesón para enfrentar los acontecimientos o sucesos, de manera exitosa (Millon, 2011). La última frase da cuenta de la necesidad de acomodarse, continuamente, a lo enseñado para poder así progresar dentro de este arte marcial. Es decir que cada cinturón necesita de un aprendizaje, asimilación nueva. Esta frase se correlaciona con la escala Acomodación del MIPS, debido a la estrategia empleada de acomodarse a los hechos una vez que suceden o aparecen (Millon, 2011).

➤ Otras expresiones a tener en cuenta:

“Objetivos, fueron personales, es decir de que yo podía. Yo cuando volví, volví con muchas ganas de, no sé si de enseñar sino que quería que mi cuerpo diera lo que yo quería que diera en su momento. Yo quería ser bueno, la lesión me llevó a meterle un tope, a mí la lesión me bajoneo muchísimo, una cosa que me tiró para atrás”. (El entrevistado cuando vuelve a la práctica de Taekwondo era cinturón Rojo punta Negra).

“Cuando volví, me tomé la meta de querer competir y eso me trabó un montón, mi lesión me trabó un montón, que fue antes de rendir para primer Dan”.

“Lo que más me ha gustado mucho ahora es el tema de transmitirlo, transmitir la enseñanza y transmitir la disciplina en sí y el hecho de tener chicos a cargo. A mí me gusta tener chicos a cargo y poder enseñarles, me apasiona enseñarles”.

En estos enunciados se puede observar, en los primeros dos, la existencia de un deseo personal, una meta a alcanzar cuando la persona en cuestión era cinturón Rojo punta Negra. Y en la última frase se puede evidenciar el gusto o agrado por transmitir el Taekwondo a nuevas generaciones por así decirlo. Cabe destacar que este deseo de enseñar se manifestó ya cuando el sujeto había alcanzado el cinturón Negro. Por ende las primeras dos frases se pueden relacionar con el principio evolutivo de la Replicación, con la escala Individualismo del MIPS, dada la referencia a aquellos deseos de autorrealización, y de superación de obstáculos que impiden la actualización de su potencial (Millon, 2011). Y el último enunciado realizado por el entrevistado podría correlacionarse con la escala Protección del MIPS, debido a la preocupación por las demás personas y por su bienestar (Millon, 2011). En este caso en específico por sus alumnos.

➤ Concluyendo con la entrevista se puede mencionar:

“Yo siempre fui una... si bien a veces me dicen que soy medio calentón, pero fui una persona siempre de tratar de llegar a arreglos, por decirte, algún problema, siempre solucionarlo con palabras. Pero el cambio que yo percibí fue una estabilidad en mí, yo era muy hiperactivo, demasiado, ahora no soy tanto. Yo era muy hiperactivo, era, andaba para todos lados y bueno el Taekwondo lo que hizo fue calmarme, centrarme, dialogar, que a veces parece que no, pero sí, dialogo”.

Si tomamos en cuenta la graduación de la persona entrevistada (II Dan), nos remite a un logro adquirido mediante la práctica del Taekwondo y el paso de los años por esta

disciplina, que le permite guiarse por un análisis más racional que emotivo de las circunstancias. Lo expresado se correlaciona con el principio evolutivo de la Abstracción, con la escala Reflexión del MIPS, debido a que “los acontecimientos son analizados por medio de la razón crítica y con intervención del pensamiento racional y sensato” (Millon, 2011, p. 45).

Resumen: teniendo en cuenta una perspectiva evolutiva, en el presente entrevistado, el cinturón Blanco se lo puede relacionar con el principio evolutivo de la Existencia, debido al gusto, agrado del sujeto, por la parte marcial de la disciplina en sí. El segundo principio evolutivo de la Adaptación se reflejó tanto en el entrevistado como en algunos de sus alumnos, al tiempo de haber comenzado a practicar (al año aproximadamente); es decir al llegar al cinturón Amarillo. El tercer principio evolutivo, la Replicación, se observa en este caso al llegar al cinturón Negro, en la búsqueda de objetivos propios como así también en el deseo de enseñar a los demás este arte. Y por último el cuarto principio evolutivo, la Abstracción, sería el resultado de un largo proceso recorrido (II Dan), cuyo resultado sería el cambio producido en la moderación de la emotividad.

Entrevista N° 3

- Si tenemos en cuenta lo enunciado por este entrevistado, este expresa:

“Como todo... yo antes era una persona de contextura física delgada, entonces el kiosquero pasaba me pegaba y yo decía no puede ser. Y el taekwondo, esto es lo que yo quiero, la técnica de piernas, la plasticidad, que uno pueda hacer su propia estrategia de combate y me enamoré, me enamoré del Taekwondo”.

“Yo no discrimino con lo que dije antes, a los chicos no los discrimino, pero yo creo que es una pérdida de tiempo que vengan acá y no les gusta”.

Si observamos lo mencionado por el entrevistado, este comienza con la práctica de Taekwondo debido al agrado por el arte marcial en su conjunto, a su vez esta disciplina se presenta como una opción frente a problemas que debía enfrentar y resolver. Estas características se apreciaron al momento de iniciarse en el Taekwondo, siendo cinturón Blanco. Además esta persona menciona como requisito esencial en el estudiante, el gusto por la disciplina para que los frutos se hagan evidentes. Estas expresiones están asociadas con el principio evolutivo de la Existencia, con la escala Apertura del MIPS; dado que se evidencian actitudes y conductas destinadas a promover y enriquecer la vida, a producir alegría, placer, contento y satisfacción (Millon, 2011). Además la primera expresión también se encuentra asociada a la escala Preservación, (perteneciente al mismo principio evolutivo) del MIPS; dada la atención puesta por el sujeto en la amenaza potencial a su seguridad emocional y física, cuya aparición prevé (Millon, 2011).

- Otras afirmaciones de valor son las siguientes:

“En su momento en Paraná cuando se dejó de practicar Taekwondo en el 77, Antonio ya era cinturón negro, Quique Nardea, Armandola, Humberto Sánchez que dejaron de practicar y yo siendo amarillo me hago cargo del Taekwondo en Paraná, esto acá sí o sí sigue, estén o no estén yo sigo igual”.

“El problema... no sé si me cambió el Taekwondo o el Taekwondo me formó. Si me das a elegir yo creo que lo que me formó a mí fue el Taekwondo. El Taekwondo, la parte de la filosofía, los principios filosóficos, vos tenes la cortesía, integridad, perseverancia, autocontrol, espíritu indomable. Los cinco principios realmente es algo que yo lo atesore”.

“Tanto desde blanco a llegar a negro, nomenclatura primeramente (nombres en coreano de las técnicas), protocolo del Taekwondo, que significa el saludo, el respeto, el compañerismo, saber las formas básicas (tules), ataque y defensa a un paso, saber defensa personal, lucha en el piso, técnicas de salto, manejo de bolsa, de foco, escudo”. Respuesta dada sobre los requisitos necesarios para avanzar de un cinturón a otro.

“Fui, el coreano me pegó tanto, yo no entendía por qué. Cuando fui me volvió a pegar y a la próxima práctica que fui nunca más me tocó. Yo estuve un año y medio con él,

desde el 73 hasta mediados del 74. Y nunca más, entonces yo le pregunté porque me había pegado, con el respeto que se merecía Han Chang Kim no, entonces me dice: quería probar el temple. Quería probarme si yo servía o no para Taekwondo. Hubiese probado de otra forma, porque me dolía todo”.

“No, no es la misma persona. No es lo mismo el practicante blanco, al practicante negro, que practica con los principios del Taekwondo, no. Si hablamos del Taekwondo, hablamos de los principios filosóficos del Taekwondo, de lo que es el Taekwondo en sí y lo que encierra. Su filosofía de vida que es inmensa, el que nace de blanco y llega a negro con toda la filosofía de Taekwondo, indudablemente es una persona que cambia rotundamente, cambia hasta sus pensamientos, su forma de caminar; no es que va pensar que es Dalai Lama, por supuesto que no, pero la vida la enfoca de una forma diferente”.

Las expresiones precedentes nos remiten a la obstinación en la persecución de su objetivo, seguir practicando Taekwondo, cuando era cinturón Amarillo, a su vez nos hablan de aquellas adaptaciones, acomodaciones necesarias para progresar en esta disciplina las cuales debió atravesar y cuales son aquellas adaptaciones que exige a sus alumnos para progresar, terminando con una reflexión sobre las modificaciones que suceden en la personalidad de un estudiante, desde que empieza en cinturón Blanco hasta que llega al cinturón Negro. Estas expresiones se pueden asociar al principio evolutivo de la Adaptación, con la escala Modificación del MIPS; debido a la energía, empuje y tesón de la persona, como así también por la diligencia frente a las circunstancias eventuales (Millon, 2011). A su vez se pueden asociar a la escala Acomodación del MIPS; debido a la acomodación que emplean a los diversos sucesos o requisitos de la vida (Millon, 2011).

➤ Otras afirmaciones:

“Yo a los gurises, cuando me voy a dar clases a Feliciano o a Concordia, a Vaso, Concepción del Uruguay, a San Benito o a Santa Fe, con todos los gurises, le pregunto, como vas en la escuela changuito, vas bien y... listo, no practica hasta que no valla bien en la escuela, porque primero es el estudio y después el Taekwondo”.

“No, muchas personas que han venido a practicar han sido violentas, muchísimas. Pero a través de las prácticas de Taekwondo, explicando y hablando lo que son los principios, de que es lo que se quiere buscar con esto...”

Si tomamos en cuenta la graduación del entrevistado (cinturón Negro VII Dan), se hace evidente en estas afirmaciones el interés, preocupación, por el bienestar, la educación en general de sus alumnos. Por ende se puede correlacionar lo dicho con el principio evolutivo de la Abstracción, con la escala Protección del MIPS; debido a la preocupación manifestada por el bienestar de las demás personas (Millon, 2011).

➤ Concluyendo:

“Si sí, no he terminado de alcanzar pero lo voy a alcanzar. Yo me acuerdo que era I Dan y vino en aquel entonces Sabon (Instructor IV Dan) Roberto Sanz, entonces me pregunta después de mi examen de primero, que es lo que pretendo yo del Taekwondo y le digo: “ser IX Dan”. Me acuerdo que me dijo: “no le parece que es pedir mucho”, entonces le digo: “dejo Taekwondo. Si es mi objetivo y yo no puede ser IX Dan dejo Taekwondo”. Mi objetivo es ser noveno, nada más. Y lo voy a lograr, me falta un paso para ser octavo y si Dios me da vida voy a llegar a noveno”.

“Después de 42 años, antes no, pero uno con el tiempo aprende a conocer, aprende a ver los practicantes que vienen y hay changuitos tanto infantiles como adultos, les digo estás perdiendo tiempo, esto no es para vos. Porque vos no tenes las condiciones para hacer Taekwondo porque sos muy frágil o porque tenes miedo o porque no sé. No me puedo explicar que es”.

“No, no. Porque si no, estamos diciendo que si no haces Taekwondo, no tenes seguridad, o sea que seríamos absolutos, es una estupidez. Yo creo que toda, toda, toda persona que hace un deporte de por sí ya está segura. Porque te digo que está segura, porque el deporte forma la personalidad, el deporte te forma, tanto llámale básquet, llámale fútbol, Taekwondo, tenis, cuando vos competís, cuando vas a competir no es que vas a competir con el contrario, cuando es tu primer torneo, vos vas a competir con vos. El miedo, hay si pierdo, si me mando una cagada, si no toco la pelota y si me pasa esto o sea la seguridad la brinda cada uno y cada deporte cuando llegamos a la competencia, es lo que nos brinda después una seguridad de decir ya estoy, estoy tranquilo, ya no me asusto, el miedo que tenía lo domesticué. Entonces el miedo yo lo manejo, el miedo no me maneja a mí. Y esa forma, todos los tipos de deporte te forman y te dan seguridad, no el Taekwondo, son todos los deportes, que me digas que el Taekwondo te sirve para una situación límite, sí”.

La primera expresión del entrevistado en este apartado, da cuenta de los objetivos o metas que el mismo ha forjado dentro de este arte marcial y su empeño en alcanzarlas. Lo dicho se puede asociar al principio evolutivo de la Abstracción, con la escala Extraversión del MIPS; ya que esta se caracteriza por el interés puesto en el objeto externo y el deseo de influir en los sucesos (Millon, 2011). La segunda expresión hace referencia a un conocimiento adquirido a través de los años (42 años) respecto a los alumnos de Taekwondo y los requisitos necesarios para desarrollar esta práctica. Lo mencionado se correlaciona con la escala Intuición del MIPS, perteneciente al principio evolutivo de la Abstracción; debido a el conocimiento intangible, inestructurado y ambiguo (Millon, 2011).

Resumen: haciendo hincapié en una perspectiva evolutiva de lo mencionado por el presente entrevistado, el cinturón Blanco de Taekwondo se encontró asociado al principio evolutivo de la Existencia, debido al gusto por esta disciplina, así como también por su carácter de solución frente a problemas personales que generaban angustia. El segundo principio evolutivo de la Adaptación, no se asocia a un cinturón

específico, pero se puede evidenciar a partir del cinturón Amarillo y se extiende a las demás graduaciones. El tercer principio evolutivo de la Replicación se pudo evidenciar a partir de que el entrevistado llegó al cinturón Negro debido a la preocupación y educación otorgada a sus estudiantes. El cuarto principio evolutivo de la Abstracción se correlaciona con una especie de sabiduría adquirida debido a los años de práctica, tal vez por el hecho de haber llegado a la graduación de VII Dan.

- Analizando la cuarta entrevista se puede observar las siguientes expresiones:

“Acompañar a un amigo, lo hice porque la verdad no lo conocía al Taekwondo y por acompañar a un amigo me enganché y me quedé. Mi amigo se fue... Me enganché yo y mi amigo se fue, le estoy agradecido por haberme marcado este rumbo porque descubrí algo, yo ya estaba jugando al fútbol y yo abandoné el fútbol por el Taekwondo”.

En esta expresión se evidencia el gusto o agrado por este arte marcial, desde el comienzo (siendo cinturón Blanco) y el agradecimiento hacia un amigo por haberlo llevado a practicar Taekwondo, ya que según sus palabras encontró aquí algo valioso. Esto se lo puede asociar al principio evolutivo de la Existencia, con la escala Apertura del MIPS; debido a la presencia de actitudes y conductas destinadas a producir alegría, placer, contento y satisfacción (Millon, 2011).

- Siguiendo con el análisis:

“El alumno que no le gusta este camino te deja, te abandona, me entiendes y es bueno, porque yo del año 86 que doy clases. He dado clases en barrios muy pobres, como en el club San Agustín por ejemplo y tenes la posibilidad de tener malos alumnos, malos alumnos me refiero a chicos rebeldes, con problemas de conducta y sin embargo se han ido, han dejado y siempre se han quedado los chicos buenos, chicos, y chicas buenos y nunca, nunca conocí un problema de mis alumnos”.

“Acá para poder cambiar de graduación, me tenes que demostrar que aprendiste, que algo aprendiste, la mitad aunque sea de las cosas, la aprendiste”.

“Sí, me costó muchísimo. No conocía lo que era el Taekwondo y me costó mucho”.

Los siguientes comentarios hacen referencia a aquellas adaptaciones necesarias para comenzar a transitar el camino del Taekwondo, tanto en sus alumnos como lo fue hace tiempo en su persona. Por ende se podría asociar lo dicho, con el principio evolutivo de la Adaptación, más específicamente con la escala Acomodación del MIPS; en donde el sujeto se amolda a los acontecimientos o sucesos de una manera pasiva, reflexiva, prudente (Millon, 2011).

- Otras expresiones son las siguientes:

“Mis objetivos como siempre les digo, hace muy poquito volví a usarlo, que yo aparte de tener alumnos, tengo amigos y se los dije a los alumnos que hoy me están reemplazando en el Mavi (nombre de un gimnasio), que mis alumnos se cuidan. Mis alumnos no se los trata como militares, se les enseña Taekwondo, yo me tuve que actualizar a la vida real, a olvidarme del viejo Karate coreano y crear alumnos”.

“Vuelvo a reiterar, los cambios fueron cuando empecé a tener estos amigos, antes yo era un Instructor de chicos que no conocía, hoy lo que yo tengo son mis amigos, a pesar de ser mis alumnos, son mis amigos”.

“El avance técnico de ellos, el verlos crecer, cosas como las que dijo Carla para el día del padre, que te adoptan como ese padre adoptivo. Principalmente me refiero a esos chicos o chicas en este caso, porque fueron dos. Que por x motivos no tienen el padre y me adoptan a mí como ese padre. Y esas cosas tan lindas, que te van mostrando ellos; me escribió Ian (alumno de 11 años), me escribió cositas hermosas, el tan chiquito. Eso es parte de la evolución de ellos mismos que vos le vas mostrando el camino y ellos lo aceptan o abandonan. Porque como yo les digo a todo el mundo, Taekwondo no es algo que te enseña únicamente a tirar patadas, te enseña muchísimas cosas y no es solo patadas sino aprender a escuchar, te enseña todo un camino y vos ves cuando el practicante lo va aceptando y como lo va llevando a la práctica”.

“Mira, a mí el Taekwondo me sirvió para crear una familia postiza, que son mis hijos adoptivos, a compartirlo con mi señora cuando éramos novios, con mi señora cuando yo practicaba Taekwondo, me ha dado muchísimas cosas”.

“Lo que yo te decía hace un rato, cultiva la amistad que vas a cultivar excelentes alumnos que van a seguir tu camino. Si es que tu camino es bueno”.

Los comentarios precedentes hacen referencia al cuidado de sus alumnos por parte del entrevistado, del cambio percibido en el Taekwondo a partir de que el instructor cultivaba alumnos – amigos y además manifiesta la responsabilidad de marcarle el camino a seguir a sus estudiantes. Cabe señalar que lo dicho se manifestó una vez alcanzada la graduación de cinturón Negro y la respectiva condición accidental de ser Instructor. En consecuencia se puede llegar a correlacionar estos comentarios con el principio evolutivo de la Replicación, con la escala Protección del MIPS; dado la existencia de relaciones afectuosas con las personas de su entorno y la preocupación por su bienestar (Millon, 2011).

➤ Terminando:

“Que gracias a ese estilo que cambié, tengo por dar un ejemplo un alumno que es campeón mundial. Y voy a seguir con esa meta hasta que Dios diga basta”.

“Para mal y vos tenes que indicarle el camino nuevamente, porque no todos siguen el camino de la amistad, que es un detalle muy importante, creen ser superior a ese amigo que vos tenías en la práctica todos los días y vos practicabas con él y lo dejaste de lado porque vos sos cinturón negro”. (Respuesta dada sobre los alumnos que llegan a cinturón negro).

Tomando en cuenta lo enunciado se hace referencia en estas palabras a un cambio en la perspectiva de enseñanza del Taekwondo con resultados muy favorables, además hacen énfasis en la perspectiva ética que deben sostener sus alumnos al llegar al cinturón negro. Por otra parte debe tenerse en cuenta la graduación del entrevistado (V Dan), para comprender el alcance de las respuestas otorgadas. En consecuencia lo dicho en la primera frase puede relacionarse con el cuarto principio evolutivo de la Abstracción, con la escala Innovación del MIPS; debido a las cuestiones de novedad, misterio y

especulación de la situación (Millon, 2011). Y además puede relacionarse la segunda frase con la escala Reflexión del MIPS perteneciente al mismo principio evolutivo; debido al análisis e interpretación de los acontecimientos por medio de la razón crítica (Millon, 2011).

Resumen: analizando la evolución del presente entrevistado se pudo corroborar que la Existencia como primer principio evolutivo estuvo marcada por el gusto y recompensa obtenida por haber iniciado el camino del Taekwondo a partir del cinturón Blanco. El segundo principio evolutivo de la Adaptación estuvo señalado por la dificultad en adaptarse a las prácticas de esta disciplina en su persona y en la adaptación por parte de sus alumnos al camino señalado por él, es decir por su instructor, una vez comenzado el tránsito por este arte marcial. El tercer principio evolutivo, la Replicación se pudo observar al llegar a la graduación de cinturón Negro, dado el interés por sus alumnos y la admiración ante el progreso de los mismos. Y el cuarto principio evolutivo, la Abstracción, se puede entender como el resultado de su trayectoria en el Taekwondo (graduación V Dan) ya que percibió un cambio necesario en sus métodos de enseñanza y manifiesta una reflexión de carácter ético sobre la graduación danes (cinturones negro).

Entrevista N° 5

- Se extrae analizando la entrevista las siguientes frases:

“Si yo saco conclusión había algo que siempre me llamaba, porque la serie Kung Fu yo la miraba siempre”.

“A mis amigas yo les decía cuando iba a practicar Taekwondo, voy a mi clase de terapia, para mí era clase de terapia, después de mucho tiempo empecé a decir Taekwondo, yo creo que mis amigas todavía piensan que voy a clases de terapia”.

“Si, esa persona empieza a practicar y le gusta, lo que se proponga lo va a lograr. Si te gusta vas a romper todas las barreras, si las rompo yo... si hay algo con que yo me tengo que identificar es ser perseverante”.

Teniendo en cuenta lo enunciado, se puede mencionar que al momento de iniciar las prácticas de Taekwondo en la entrevistada (cuando era cinturón blanco), existía con anterioridad un gusto o agrado por las artes marciales que se manifestaba en el seguimiento de una serie televisiva, a su vez, la misma persona manifiesta que el gusto, el agrado por la disciplina es la base para superar todo obstáculo. Además la entrevistada inicia las prácticas de Taekwondo ya que buscaba una solución a problemas personales que afectaban su vida cotidiana (pánico, aislamiento, depresión). Lo dicho puede relacionarse con el principio evolutivo de la Existencia, con la escala Apertura del MIPS; debido a la aparición de conductas y actitudes que producen alegría, placer, contento y satisfacción (Millon, 2011). Y también con la escala Preservación del MIPS; debido a la identificación de aquellas situaciones que representan una amenaza para su seguridad emocional y física (Millon, 2011).

- Continuando con la entrevista se observa lo siguiente:

“Te digo que ahí el que me ayudó mucho en ese entonces fue Mauro (Instructor), el me alentaba, me decía levante la pierna izquierda, yo levantaba la derecha, gire para este lado, yo giraba para el otro”.

“Los movimientos y lo que tengas que aprender, cada cinturón tiene un avance. Tienes que esmerarte por alcanzarlo. Yo no sé si lo alcanzo en realidad, a la perfección imposible, pero yo trato de acercarme lo más posible, sí. Hay una dedicación claro”.

Las expresiones siguientes manifiestan la dificultad que tuvo la entrevistada cuando comenzó a practicar la disciplina, es decir siendo cinturón Blanco en esta se valora la ayuda y contención otorgada por su Instructor, a su vez destaca las nuevas dificultades que surgen una vez que uno asciende de un cinturón al siguiente. Esto se puede asociar al principio evolutivo de la Adaptación, más específicamente con la escala Acomodación del MIPS; ya que las conductas que fueron desarrolladas por esta persona, estuvieron orientadas a la acomodación a los hechos o sucesos (Millon, 2011).

➤ Concluyendo podemos mencionar las siguientes frases:

“Si eso se ve. Unas de las cosas lindas que tiene el Taekwondo es el respeto hacia el otro”.

En esta enunciación la entrevistada hace referencia al trato que le otorga un practicante de Taekwondo a otro, basado en el respeto mutuo. Si se toma en cuenta la graduación de la entrevistada (Verde, punta azul) esta forma de relacionarse con los demás practicantes es un aspecto de la disciplina valorado por ella. En consecuencia se puede relacionar lo dicho con el principio evolutivo de la Replicación, con la escala Protección del MIPS; dada la importancia de relaciones cálidas y afectuosas con las demás personas (Millon, 2011).

Resumen: teniendo en cuenta una visión evolutiva, el cinturón Blanco de Taekwondo en la presente entrevista se lo puede asociar al principio evolutivo de la Existencia debido al agrado por la disciplina como arte marcial y como solución a problemas personales. Los cinturones siguientes al Blanco, sin distinción específica se podrían asociar al principio evolutivo de la Adaptación debido a la dificultad creciente que exige el Taekwondo para ir creciendo. Y por último su cinturón actual Verde punta Azul se puede correlacionar con el principio evolutivo de la Replicación, ya que es evidente el respeto y valoración del compañero practicante de TKD. Para terminar no se encontraron frases significativas relacionadas al principio evolutivo de la Abstracción, por eso se plasmaría el siguiente interrogante: ¿El principio evolutivo de la Abstracción se encuentra asociado a los cinturones más altos de Taekwondo y en consecuencia al cinturón Negro?

Entrevista N° 6

- Analizando la siguiente entrevista se pueden extraer las siguientes expresiones:

“En realidad yo quería hacer boxeo, porque mi papá es boxeador y me dijeron que en el Aqua Gym había boxeo. Yo fui justo y caí en la clase de Sergio (su instructor) y me dijo no mira boxeo acá no hay, yo había entendido que sí, me dijo yo doy Taekwondo, si quieres venir a probar la semana que viene, vení y justo fui con una amiga que ya hacía Taekwondo y dije bueno voy a ir, fui dos clases y me quede ahí. Me gustó”.

La expresión precedente nos remite al gusto o el agrado de la entrevistada por los deportes de lucha, si bien su objetivo era otra disciplina, al comenzar a practicar Taekwondo (siendo cinturón Blanco) sintió agrado por este arte marcial y decidió seguir. Esto se puede asociar al principio evolutivo de la Existencia, con la escala Apertura del MIPS; debido al placer y contento que le produce la situación a la persona (Millon, 2011).

- Siguiendo con la entrevista se sustraen la siguientes afirmaciones:

“Las correcciones, porque cuando uno empieza quiere patear la bolsa y eso. Y te dicen la cosa es así y así. Después con el tiempo te empieza a gustar esa parte”.

La expresión anterior demuestra el camino que debe aceptar el estudiante de Taekwondo cuando comienza a practicar, es decir que debe amoldarse a las indicaciones dadas por su instructor a pesar de su preferencia por la realización de otras actividades que hacen a la disciplina también. En consecuencia lo precedente se puede asociar con el principio evolutivo de la Adaptación, con la escala Acomodación del MIPS; dada la actitud comedida y de consentimiento del estudiante (Millon, 2011).

- Otras afirmaciones sostienen:

“Uno ya lo estoy cumpliendo, que es dar clases. Uno es ese. El otro es, no solo llegar a cinturón negro, sino a partir de cinturón negro llegar a crecer; quise también entrar a la selección de Taekwondo, pero no sé si voy a llegar. En realidad primero fue superarme, porque yo empecé con un problema de salud, no podía respirar bien, tenía la columna desviada”.

La siguiente expresión da cuenta de aquellas metas u objetivos que la entrevistada se ha propuesto dentro del Taekwondo; teniendo en cuenta su graduación (cinturón Rojo), llama la atención que no se hayan encontrado en la entrevista frases referidas a la preocupación e interés por los demás practicantes y por las personas en general, ya que se podría afirmar que ese es el sentido último de este arte marcial. Por lo tanto esta frase se puede asociar con el principio evolutivo de la Replicación, con la escala Individualismo del MIPS; debido a la atención manifestada en sus propios intereses (Millon, 2011).

➤ Concluyendo con la entrevista se pueden mencionar:

“Sí, en el carácter... yo cuando empecé quería pegarle a todo el mundo y no quería hablar con nadie, porque pensaba que eran rudos y después me di cuenta que nada que ver. Cuando era amarillo empecé a decir el Taekwondo no es para andar pegándose en la calle, ahí tomé conciencia, pero más conciencia tomé fue cuando llegué a cinturón Azul. Ya se ven otras cosas, ya te pegaron bastante en los torneos”.

“No, porque es algo base. Porque los principios filosóficos se van formando por etapas, por experiencia. Los vas adquiriendo para mí y si no adquiriste ninguno para mí no puedes ser cinto negro”.

“Sí, por supuesto. Si yo tuviera que elegir a una persona que es cinturón negro y su personalidad es totalmente orgulloso, pero lo hago volver al blanco, así no más le digo. Tu técnica es excelente pero volvé al blanco. No aprendiste nada. Más que nada en el Taekwondo, me molesta ese tipo de gente. Yo creo que la humildad debería ser uno de los preceptos del Taekwondo”.

Aquí las dos primeras frases remiten a un análisis, reflexión sobre dos hechos en concreto: la utilidad del Taekwondo en líneas generales (pensamiento que se consolida una vez alcanzado el cinturón Azul) y una postura crítica sobre aquellas personas que llegan al cinturón Negro. Estos enunciados se pueden correlacionar con el principio evolutivo de la Abstracción, con la escala Reflexión del MIPS; debido al análisis de los acontecimientos por medio de la razón crítica, con intervención del pensamiento racional y sensato (Millon, 2011). La tercera frase de este apartado hace referencia a su disgusto frente a practicantes de Taekwondo que han alcanzado el cinturón negro y son orgullosos, además sostiene su punto de vista crítico respecto al tema. En consecuencia esta frase puede asociarse también al principio evolutivo de la Abstracción, con la escala Afectividad del MIPS; debido al desagrado que le generan determinadas situaciones (Millon, 2011).

Resumen: partiendo desde una perspectiva evolutiva, el cinturón Blanco de Taekwondo se lo puede asociar al principio evolutivo de la Existencia, debido al agrado, el gusto de la entrevistada por los deportes de lucha. Los cinturones siguientes Amarillo, Verde están asociados al principio evolutivo de la Adaptación, dada la dificultad que tuvo para seguir las indicaciones proporcionadas por su Instructor. El tercer principio evolutivo de la Replicación se evidenció en objetivos personales a seguir en la actualidad, teniendo en cuenta su graduación al momento de la entrevista (cinturón Rojo). El cuarto principio evolutivo de la Abstracción se encontró sus primeros vestigios en el cinturón Amarillo consolidándose con mayor claridad y firmeza al llegar al cinturón Azul. Por lo tanto el principio de la Replicación y la Abstracción, en este caso, se encuentran asociados a los cinturones Azul, Rojo, es decir a los cinturones más altos.

- Analizando la entrevista presente se extraen las siguientes frases:

“Sí, uno de los primeros ya que no había sido una manera de empezar bien cuando empecé a practicar, me empezó a gustar y vi que de alguna manera me sentía floja. De un día para otro me empezó a gustar y tenía como objetivo alcanzar el cinturón negro”.

“Y que le guste al alumno porque a veces van obligados por los padres”.

Las frases extraídas señalan el gusto, satisfacción por haber elegido y por practicar esta disciplina; además menciona el hecho importante que es necesario que el alumno elija libremente este arte y que no haya sido impuesto por sus padres. Ambas expresiones corresponden con la graduación cinturón Blanco ya que el alumno debe empezar a practicar por que le gusta y no porque sea una imposición según lo dicho. En consecuencia se podría relacionar estas frases con el principio evolutivo de la Existencia, con la escala Apertura del MIPS más específicamente, debido a la alegría, placer, contento y satisfacción que produce la actividad (Millon, 2011).

- Continuando con la entrevista se menciona la siguiente:

“Principalmente la práctica. El esmero, el esfuerzo y las ganas obviamente. Me veo a mi mismo rindiendo el Segundo Dan y veo que si quiero rendir tengo que ponerme a practicar bien, intentar ser mejor de lo que fui o soy ahora como practicante”.

“No, creo que no, era medio infeliz, era medio tonta, pero no me costó porque aparte en lo físico yo hacía árabe y tenía elongación. Me acuerdo que Sergio me alagaba por la elongación”.

Las siguientes frases hacen referencia a la adaptación de la entrevistada al Taekwondo, en sus inicios según ella le fue fácil por el hecho de haber practicado otra disciplina con anterioridad, a su vez pone en evidencia la necesidad de seguir adaptándose a los nuevos desafíos para poder seguir avanzando de graduación. Lo dicho se puede asociar al principio evolutivo de la Adaptación, con la escala Acomodación del MIPS; debido a la utilización de estrategias de acomodación a las diversas situaciones que experimentan (Millon, 2011).

- Otras expresiones significativas mencionan:

“No creería que no, creería que no porque más que nada veo como nos enseñan a nosotros, como nos enseñaron, yo creo que si yo soy instructor y veo que mi alumno no se auto controla o sea en su desarrollo, no es que no voy a dejar que rinda pero se corrige eso”.

“Lo que me quedó cuando fui cinturón negro fue que me agarró miedo. Miedo a ser más responsable en el sentido de ser instructor. Porque Sergio quería que seamos todos instructores, no por el hecho de ser una obligación, porque es lindo...yo quiero enseñar pero bien y es algo que me queda pendiente en el Taekwondo, la facultad me quita

mucho tiempo en ese sentido y para dar clases de Taekwondo también hay que estudiar, no es solo ir y tirar patadas nada más. Tenemos una enciclopedia de la cual tenemos que estudiar y en ese sentido es complejo”.

Las frases precedentes hacen referencia a pensamientos respecto a la transmisión de los conocimientos de este arte a otras personas, ya que es cinturón Negro, a su vez menciona el aspecto educativo del Instructor en una situación hipotética. Por lo dicho se puede asociar estas expresiones con el principio evolutivo de la Replicación, con la escala Protección del MIPS, debido al interés y preocupación por los demás (Millon, 2011).

➤ Concluyendo:

“Sí, siempre. No tanto técnico pero personal sí. Porque yo me di cuenta cuando estaban en rojo, que había ciertas cosas que no me gustaban técnicamente como las hacía, cuando puede llegar al negro dijo a mira yo hacía esto pero me gusta más como lo hago ahora”.

“Aparte más que nada uno llega a cinturón negro con el esfuerzo y planteándose un objetivo y lo ve ya cuando llega a azul más o menos. Uno va rindiendo cada vez con más ganas”.

Lo dicho por la entrevistada hace referencia a pensamientos analizados críticamente sobre aquellos requisitos para llegar a la graduación de cinturón Negro. Esto se puede asociar al principio evolutivo de la Abstracción, con la escala Reflexión del MIPS; ya que se busca interpretar la experiencia a la luz de la razón y la lógica, con inclinación hacia lo objetivo (Millon, 2011).

Resumen: desde una perspectiva del desarrollo, el primer principio evolutivo de la Existencia se hizo presente en la entrevistada a partir del cinturón Blanco, ya que es indispensable el agrado por la disciplina para iniciar las prácticas, a su vez tiene que ser una decisión del alumno, libre, sin imposición de los pensamientos paternos respecto al tema. El segundo principio evolutivo de la Adaptación se manifiesta en una continua acomodación a las exigencias de cada cinturón sin que se asocie a uno en particular. El tercer principio evolutivo de la Replicación se evidencia en el deseo de educar y transmitir los conocimientos del Taekwondo a otras personas, se evidenció en su graduación cinturón Negro (I Dan). Y por último el cuarto principio evolutivo de la Abstracción se evidencia en una postura crítica, analítica, respecto a su trayectoria en este arte marcial, en una mirada retrospectiva desde el cinturón Negro.

Entrevista N° 8

- De la presente entrevista se extraen las siguientes expresiones:

“Taekwondo empecé como la mayoría que empieza a practicar un arte marcial, viendo películas de Bruce Lee, Jackie Chan, me llamaban mucho la atención y me ponían muy loca”.

En esta frase la entrevistada hace referencia al motivo que la impulsó a practicar Taekwondo, su entusiasmo por las películas de arte marcial. Esta predilección por las películas de arte marcial se encontró en sus inicios, es decir cuando era cinturón Blanco. Por ende se puede asociar lo dicho al principio evolutivo de la Existencia, con la escala Apertura del MIPS; dada la realización de conductas o actividades que producen placer, contento y satisfacción (Millon, 2011).

- Siguiendo con la entrevista se citan las siguientes frases:

“Sí, me costaba aprender las formas y todo eso. Me perdía”.

“Bueno, el tema de llegar a horario era un desastre. Me costó llegar a horario, pero luego me fui acostumbrando. Rendir de cinturones eso me daba mucho miedo”.

Estas expresiones remiten a aquellas dificultades que debió superar la entrevistada un vez comenzadas las prácticas de Taekwondo. Se asocia lo mencionado al principio evolutivo de la Adaptación, con la escala Acomodación del MIPS; dado que la persona se amolda a las situaciones emergentes (Millon, 2011).

- Otras observaciones son las siguientes:

“Ganas de aprender, primero y principal y hay que instruirlo para que en el día de mañana sean buenos instructores de Taekwondo”.

“Yo creo que sí, las dos cosas van de la mano porque uno crece en el deporte, se va instruyendo día a día para ser mejor instructor y enseñarles a los alumnos, entonces siempre se debe perfeccionar, actualizarse en todo, para brindarles lo mejor a sus alumnos”.

Estas expresiones hacen referencia a la responsabilidad que deben tener los Instructores de Taekwondo respecto a sus alumnos, haciendo énfasis en el progreso o mejor dicho en el crecimiento en este rol. Por tal motivo se pueden asociar estas frases al principio evolutivo de la Replicación, más específicamente con la escala Protección del MIPS; debido a la preocupación, interés, por el bienestar de las demás personas (Millon, 2011). En este caso cabe señalar la observación que realiza la entrevistada siendo cinturón Azul sobre situaciones específicas correspondientes a un cinturón mayor (cinturón Negro).

➤ Concluyendo se citan las siguientes expresiones:

“Sí, desde el principio ya te genera confianza en vos mismo. Porque se trata de ir avanzando y de superarte día a día. Aparte te enseña muchos valores y no es que uno practica Taekwondo para ir por la calle pegándole al mundo, sino más que nada para utilizarlo, que nuestro cuerpo es un arma que si sabes utilizarla bien para defenderte en casos que sean necesarios”.

“Me gustaría que se fomente el Taekwondo ITF, yo pienso que en el ITF hay más compañerismo y no es tan deportivo como lo muestran. Porque le preguntan a una persona que es el Taekwondo para vos, que ves en los juegos olímpicos y te dicen patada, patada y patada y para mí no es tan así, es una formación y no un simple deporte. Te cambia la vida y te enseña un montón de cosas también. Así que me gustaría que sea más reconocido y que pueda llegar a las personas que no tienen una situación económica buena para practicarlo. A personas que tienen discapacidad, como se ha implementado ahora, sin tener en cuenta la edad y la capacidad física como se está haciendo ahora”.

Lo mencionado aquí por la entrevistada nos remite a una postura crítica respecto de lo que significa el Taekwondo en sí, los valores que encierra, el aspecto educativo del mismo; a su vez se hace mención al deseo de que esta disciplina esté al alcance de todas las personas independientemente de su clase social. Por tal motivo se puede relacionar estas expresiones con el principio evolutivo de la Abstracción, con la escala Reflexión del MIPS, dada la interpretación y evaluación a la luz de la razón crítica de los situaciones o acontecimientos (Millon, 2011). La segunda frase se puede relacionar con la escala Innovación del MIPS (perteneciente al mismo principio evolutivo), dado la manifestación de ideas y soluciones creativas (Millon, 2011). Es oportuno señalar de que a pesar que la entrevistada posee el cinturón Azul, presenta ideas asociadas al cuarto principio evolutivo, la manifestación de esta condición evidencia un desarrollo de tipo personal por encima de un desarrollo técnico exclusivo de la disciplina en esta persona en particular.

Resumen: teniendo en cuenta una perspectiva evolutiva, el primer principio evolutivo de la Existencia se evidencia en el cinturón Blanco, en la entrevistada, dado el gusto o predilección por las películas de artes marciales, motivo que la llevo a comenzar en gran medida a practicar Taekwondo. El segundo principio evolutivo de la Adaptación se evidenció momento después de haber comenzado a practicar, en las dificultades de llegar a horario por ejemplo, rendir los exámenes, etc. El tercer principio evolutivo de la Replicación se hace evidente en su postura desde la actual graduación (cinturón Azul) mostrando su preocupación por la responsabilidad en educar y brindar a los alumnos lo mejor por parte de su respectivo instructor. El cuarto principio evolutivo de la Abstracción se muestra en una postura reflexiva de lo que implica el Taekwondo, es decir es una herramienta de defensa y además su preocupación respecto de que este arte sea accesible a las diferentes clases sociales.

A continuación se establece un análisis realizado entrevista por entrevista, llegando a una conclusión final (en el próximo capítulo), del segundo interrogante de la investigación. En consecuencia se detalla mediante viñetas aquellos cambios autopercebidos por los practicantes de Taekwondo que revisten un carácter significativo.

▪ **Tranquilidad, Serenidad.**

“Ahora en los años de práctica me doy cuenta que el Taekwondo sirve para defensa personal, pero como que te tranquiliza”. Entrevista N° 1

“Yo entraba a practicar y yo me olvidaba de todo. Volvía cansado de cuerpo pero con la mente despejada”. Entrevista N° 1

“Sí, sí... sí” (Referido a si las prácticas de TKD ayudaban a liberar tensiones). Entrevista N° 1

“Pero el cambio que yo percibí fue una estabilidad en mí, yo era muy hiperactivo, demasiado, ahora no soy tanto. Yo era muy hiperactivo, era, andaba para todos lados y bueno el Taekwondo lo que hizo fue calmarme”. Entrevista N° 2

“Más allá de que vos sabes que es un deporte donde podes librar toda la energía, todo lo que vos quieras, pero por ir a patear no terminas de librar todo pero es una ayudita que te da”. Entrevista N° 2

“Sí, sí. Te digo la verdad el Taekwondo, sí. Yo por ahí no he podido practicar cuando me operé del hombro, pero yo venía me sentaba acá y ya descargué las tensiones, por el solo hecho de estar. Yo venía y ya estaba tranquilo”. Entrevista N° 3

“Sí, siempre fue así, una simple bolsa, esa simple y estúpida bolsa que vos ves colgada, aquella persona que sabe interpretarla, te va a descargar los nervios. Yo a muchos les digo, que si tenes hasta problemas personales, esa bolsa de gimnasio te ayuda”. Entrevista N° 4

“Yo creo que en todo sentido yo he mejorado, en mi forma de ser, es como que me relaja”. Entrevista N° 5

“Sí obviamente, aprendí a tomarme las cosas con más calma, como que lo rescato de ahí, bueno uno siempre tiene problemas familiares, esas cosas y es como si empecé a ver los puntos buenos de lo que me enseñaban. Más que nada el autocontrol”. Entrevista N° 7

“Sí más vale, te descargas un montón ahí. Descargas energía, llegas tranquila a tu casa”. Entrevista N° 8

▪ **Confianza, Seguridad.**

“Para agarrar confianza en sí mismo, para ver algunas situaciones de otra manera”. Entrevista N° 1

“Sí, confianza sobre todo. Confianza en sí mismo, superarse a sí mismo”. Entrevista N° 1

“Vas logrando que cada uno tenga confianza en sí mismo” (Referido a sus alumnos) Entrevista N° 2

“Yo creo que toda, toda, toda persona que hace un deporte de por sí ya está segura”.
“Yo creo no es el Taekwondo lo que te da seguridad. Te da seguridad todo tipo de deporte”. Entrevista N° 3

“Confianza, sí, no hay que mentir te da seguridad pero, este es el Taekwondo deportivo, entonces... yo ya lo empiezo a ver, el cinturón blanco ya te va mostrando confianza, te va mostrando que le gusta, que no le gusta”. Entrevista N° 4

“A mí me la brindó, lo que yo decía en mi mente, porque yo pienso demasiado, yo decía Dios mío, fue increíble como que no encuentro explicación, yo me venía caminando por la calle como nada. Y así fue que mi vida cambió, en eso me superé”. Entrevista N° 5

“Sí, desde el principio ya te genera confianza en vos mismo. Porque se trata de ir avanzando y de superarte día a día”. Entrevista N° 8

▪ **Crecimiento personal, evolución.**

“Y en la mayoría de los alumnos lo que vos, vas a ver, es un crecimiento (...), un crecimiento de persona (...) y bueno yo en los alumnos que noto, que hay una evolución”. Entrevista N° 2

“Evolucionar como persona. Pero yo le llamo a evolución, como maestro, de aprender de tus alumnos, de aprender de tus maestros, evolucionar como guía”. Entrevista N° 2

“El Taekwondo lo que hace es formar una persona. La forma en carácter, la forma en persona, valga la redundancia, le da una moral diferente, cambia completamente. El Taekwondo puede llegar a educar”. Entrevista N° 2

“Que el Taekwondo me cambió... no, el Taekwondo me formó”. Entrevista N° 3

“No, no es la misma persona. No es lo mismo el practicante blanco, al practicante negro, que practica con los principios del Taekwondo, no. Si hablamos del Taekwondo, hablamos de los principios filosóficos del Taekwondo, de lo que es el Taekwondo en sí y lo que encierra. Su filosofía de vida que es inmensa, el que nace de blanco y llega a negro con toda la filosofía de Taekwondo, indudablemente es una persona que cambia rotundamente, cambia hasta sus pensamientos, su forma de caminar; no es que va a

pensar que es Dalai Lama, por supuesto que no, pero la vida la enfoca de una forma diferente”. Entrevista N° 3

“Yo creo que la mayoría no. Porque yo creo que en esto creces como persona, que mejoras tu carácter también”. (Referida a la pregunta de si las personas que practican TKD son violentas). Entrevista N° 5

“No, cambia la forma de pensar, de ver las cosas, porque uno va creciendo, va madurando. Está instruido para estar a ese nivel”. (Referido a una persona que llega al cinturón negro) Entrevista N° 8

▪ **Superación de problemas personales.**

“El Taekwondo ayuda mucho a las personas que están muy mal, ayuda mucho a las personas que pasan por mal momento, sienten una forma de despejarse, de esforzarse, de lograr cosas que no podían”. Entrevista N° 2

“Me sirvió como terapia y después para lograr un montón de cosas más, de patear, de girar. Como terapia lo bauticé al principio al Taekwondo. Después estás activa, llena de energía. Yo ahí encontré seguridad, un montón de cosas, vencer miedos. A mí me costaba mucho decir algo, es como que siempre estaba bloqueada. Pero ahora manejo bastante eso”. Entrevista N° 5

“El miedo fue un cambio, me saqué el miedo que tenía, me sentí más segura y fue prácticamente desde el principio”. Entrevista N° 5

“En realidad primero fue superarme, porque yo empecé con un problema de salud, no podía respirar bien, tenía la columna desviada”. Entrevista N° 6

“Sí, totalmente. En el azul, antes tenía mucho miedo cuando andaba en la calle. Porque te pegan un manotazo y te roban todo. Y ahora no me pasa”. Entrevista N° 6

“Y perdí el miedo, porque en la escuela había unas chicas que a mí y a mis compañeras siempre que íbamos a educación física nos querían pegar. Cuando empecé Taekwondo tal vez la misma disciplina me hizo ver que tenía una manera de defenderme”. Entrevista N° 7

▪ **Sabiduría, Autoconocimiento.**

“Me sirvió para decir, quiero llegar con la sabiduría suficiente, para poder cerrar la última puerta y abrir lo que venga adelante, para eso realmente, no espero más nada, no espero más nada”. Entrevista N° 3

“Me sirvió para tener objetivos porque la verdad en otros sentidos no hay objetivos, en el Taekwondo sí. En mi vida en el Taekwondo tengo objetivos, quizás en otras cosas, no. En el trabajo...no”. Entrevista N° 6

“Me sirvió para, una, creo que nunca me había planteado metas, pero nunca grandes. Para ver que si uno quiere puede. Me di cuenta que no es una disciplina aparte, lo que

vos aprendes ahí lo aplicas en la vida, capaz que no sos consciente; el autocontrol como te decía o la perseverancia que son los dos preceptos”. Entrevista N° 7

“Cuando yo empecé Taekwondo era tímida en la escuela y bueno ahora me socializo más. Supongo que sí, que una persona cambia. Yo creo en mi persona que aprendí mucho y mucho se debe al Taekwondo y sí hubiese practicado otra disciplina sería otro tipo de persona”. Entrevista N° 7

“Para enfrentar muchos momentos de mi vida, seguir hacia adelante. Para distraerme de las obligaciones que uno tiene cotidianamente, básicamente me sirvió para todo, lo tomé como un estilo de vida y hasta el día de hoy lo es. Yo si no hago Taekwondo hasta en el cuerpo se te nota, te sentís cansado, te mantiene activo y te hace bien a la salud también”. Entrevista N° 8.

▪ Creación de amistades.

“Vuelvo a reiterar, los cambios fueron cuando empecé a tener estos amigos, antes yo era un Instructor de chicos que no conocía, hoy lo que yo tengo son mis amigos, a pesar de ser mis alumnos, son mis amigos”. Entrevista N° 4

“El avance técnico de ellos, el verlos crecer, cosas como las que dijo Carla para el día del padre, que te adoptan como ese padre adoptivo. Principalmente me refiero a esos chicos o chicas en este caso, porque fueron dos. Que por x motivos no tiene el padre y me adoptan a mí como ese padre. Y esas cosas tan lindas, que te van mostrando ellos; me escribió Ian (alumno de 11 años), me escribió cositas hermosas, el tan chiquito”. Entrevista N° 4

“Lo que yo te decía hace un rato, cultiva la amistad que vas a cultivar excelentes alumnos que van a seguir tu camino. Si es que tu camino es bueno”. Entrevista N° 4

“La contención, más que nada, yo cuando empecé a ir, era una chica normal, pero con el tiempo yo empecé a relacionarme más con Sergio, a no verlo como un instructor, sino como un compañero, un amigo, un padre”. (Referido a las virtudes de su instructor) Entrevista N° 6

V. Conclusiones

A continuación se detallan las dos preguntas del presente estudio junto a sus respectivas respuestas. Además surge un tercer interrogante a partir de las conclusiones arribadas, señalando de este modo el alcance, limitación, de la presente investigación y a su vez marcando nuevas líneas de investigación.

- 1) ¿Existe alguna relación entre las graduaciones (cinturones) de Taekwondo y los principios evolutivos que postula la teoría de Theodore Millon?

Utilizando el resumen efectuado en cada una de las respectivas entrevistas, se arriba a la siguiente conclusión final: sí..., los principios evolutivos son fenómenos universales, (expresión citada al principio del trabajo), el Taekwondo, no escapa a esta formulación. En consecuencia una persona que comienza a practicar Taekwondo manifiesta a través del progreso en los cinturones o graduaciones adquiridas, los principios evolutivos postulados por Millon. Por tal motivo es posible afirmar una especie de correspondencia, relación entre las graduaciones de Taekwondo y los principios evolutivos de la teoría de Theodore Millon.

De manera detallada, el cinturón Blanco está asociado al primer principio evolutivo de la Existencia, debido al gusto, agrado y búsqueda de soluciones personales que afectan a los estudiantes al iniciarse en esta disciplina. Los cinturones Amarillo, Verde, manifiestan la necesidad del practicante de adaptarse a este arte marcial, asociándose estas graduaciones con el segundo principio evolutivo de la Adaptación. En los cinturones Azul, Rojo, por lo general, se manifiestan deseos o anhelos y a su vez una preocupación por los estudiantes de graduaciones inferiores manifestado en una creciente responsabilidad como futuro Instructor de Taekwondo. Es por eso que estos dos cinturones pueden relacionarse con el tercer principio evolutivo de la Replicación. Y por último el cinturón Negro (significado como la Madurez en el capítulo II) por lo general está asociado al cuarto principio evolutivo de la Abstracción ya que el practicante demuestra un manejo teórico, conceptual, crítico y en algunos casos de carácter innovador respecto del Taekwondo.

Para finalizar, se puede evidenciar con mayor claridad el primer principio evolutivo asociado fuertemente al cinturón Blanco y el cuarto principio evolutivo asociado de igual manera al cinturón Negro con las diversas graduaciones Danes; sin invalidar las asociaciones establecidas en el párrafo anterior.

2) ¿Qué cambios y/o progresos percibieron los instructores y los estudiantes de Taekwondo respecto de su persona, con el transcurso de los años de práctica?

A continuación se nombran aquellos cambios autopercebidos por los entrevistados respecto de su persona, en relación con la práctica del Taekwondo a través de los años:

- ✓ Tranquilidad, Serenidad.
- ✓ Confianza, Seguridad.
- ✓ Crecimiento personal, evolución.
- ✓ Superación de problemas personales.
- ✓ Sabiduría, Autoconocimiento.
- ✓ Creación de amistades.

De estos cambios percibidos a través de los años de práctica se puede relacionar:⁴

- ✓ Tranquilidad, Serenidad con el principio filosófico del Autocontrol.
- ✓ Crecimiento personal, evolución con el principio filosófico de la Integridad.
- ✓ Superación de problemas personales con el principio filosófico de la Perseverancia y el Espíritu Indomable.
- ✓ Creación de amistades con el principio filosófico de la Cortesía.

En conclusión, si se pudieron evidenciar los principios postulados por Millon en las entrevistas, se puede afirmar entonces la presencia de un desarrollo personal en los practicantes, por ende nos remite a la noción de cambios, los cuales en cierta medida, se encuentran asociados a los Principios Filosóficos del TKD.

Las siguientes frases son extraídas de algunas de las entrevistas realizadas, en estas, se resalta la importancia del aspecto ético y demás requisitos personales que debe tener todo Instructor de Taekwondo, según las personas entrevistadas.

“Ser una persona muy directa muy recta, era como un segundo padre que tenía cuando empecé con él, yo lo respetaba un montón a él. Aparte era una persona que siempre te incentivaba y te apoyaba”. Entrevista N° 2

“Porque hay cada cinturón negro, lamentablemente el Taekwondo se volvió un comercio y cualquiera ahora es cinturón negro. Sin ser, sin tener los principios filosóficos del Taekwondo, sin llegar a tener los cinco preceptos del Taekwondo, alguno es cinturón negro y hay pilas”. Entrevista N° 2

“Primeramente, manejar los principios del Taekwondo, podes patear, podes saltar, podes hacer las maravillas que vos quieras, pero si vos, no me respetas los principios del

⁴ Para comprender esta relación entre los cambios autopercebidos por los practicantes de Taekwondo y los Principios Filosóficos del TKD, leer el Anexo E.

Taekwondo y no interpretas los principios del Taekwondo, conmigo no va”. (Requisito para pasar de una graduación Dan a otra) Entrevista N°3

“No, no. El cinturón negro hoy te engaña. Te enseña los principios del Taekwondo, que tenes que ser humilde, que tenes que respetarlo. Y por otro lado te dice dame la plata si no te vas. Te vende una cosa, pero es un comerciante. Que yo no estoy en contra de que cobren para hacer Taekwondo, pero si cobras enseña Taekwondo. Enséñale los principios del Taekwondo, cobrale y no lo aceleres y regalarle cinturones porque vos queres llegar a cinturón negro porque te queda una diferencia de moneda importante. O porque en los exámenes te quedan monedas importantes”. Entrevista N° 3

“El Taekwondo, o todo arte marcial, cualquier deporte de contacto, el instructor para un chico, es Dios, es lo más grande que tiene, no hay nadie mejor que él. Pero cuál es el problema, que el instructor sabe que lo idolatran y se abusan, de las condiciones y de la inocencia de la creatura, no de un adulto, de un changuito de 13, 14 años, entonces lo idolatran y lo pueden transformar en lo que quieren y muchos han hecho eso”. Entrevista N° 3

“Vos si tenes que criticar a alguien, tenes que criticar a mí instructor, porque el alumno hace lo que yo le enseño, si el alumno lo hace mal es porque yo le enseñé mal”. Entrevista N° 4

“Mira, yo lo veo más, como yo siempre lo digo, de la persona que está al frente de esto, esa persona llamada instructor, que hay muchos que enseñan con el bolsillo abierto y son los instructores que a mí me revientan, que lo único que le interesa es la plata. Mucho tiene que ver el instructor”. Entrevista N° 4

Concluyendo con este capítulo una vez expuestos ciertos requisitos y aspectos éticos del Instructor de Taekwondo, surge un tercer interrogante, no planteado en la presente investigación.

- 3) ¿Podría evolucionar como persona y estudiante, un practicante de Taekwondo cuyo Instructor no ponga en práctica los Principios Filosóficos de esta disciplina?

Dietrich (citado por Thomas, 1982) sostiene que durante la educación no se desarrollan únicamente los procesos de aprendizaje establecidos en el plan de estudios, sino que... el profesor se convierte en un modelo para los alumnos. Aquí se señala el carácter de modelo del profesor o Instructor, el cuál es imitado por sus alumnos, dando de esta manera, el primer señalamiento a tener en cuenta frente a este nuevo interrogante.

Además de lo expresado, podemos señalar otras líneas de pensamiento, que indican la importancia de la enseñanza del deporte desde una perspectiva pedagógica, para que la persona que lo practica una disciplina pueda transpolar aquellos valores morales inculcados en esta a la vida cotidiana.

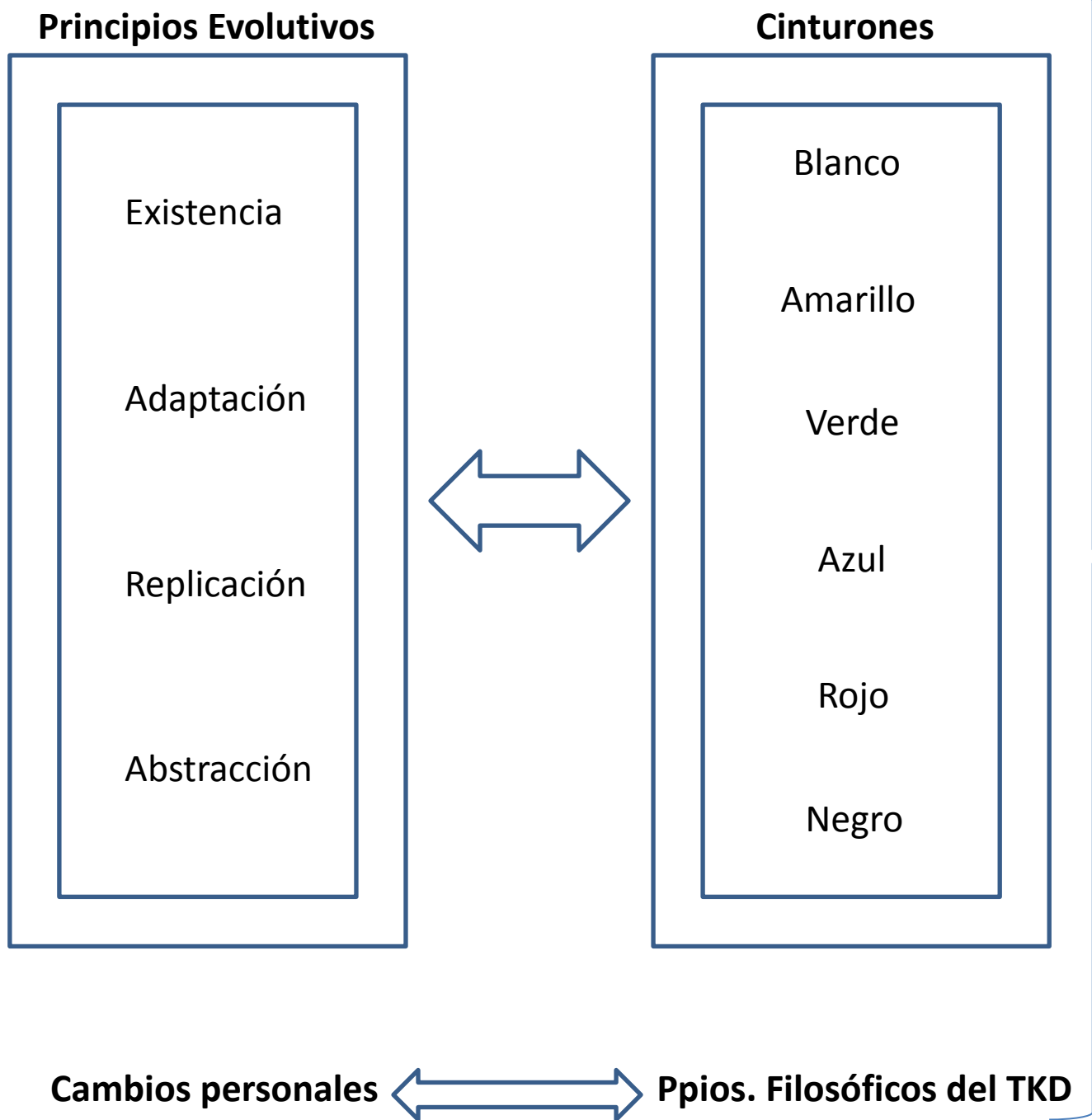
En consecuencia lo dicho en el párrafo anterior es descripto por Neumann (citado por Thomas, 1982) piensa que:

Si las fuerzas positivas propias del deporte pueden movilizarse y aprovecharse para el desarrollo y desenvolvimiento de la personalidad de una forma pedagógica razonable y efectiva, durante el estadio más temprano posible del desarrollo del niño, entonces puede conseguirse que las leyes éticas inherentes al deporte, como la honradez, la caballerosidad, el dominio de sí mismo, el juego limpio, la tolerancia y la disposición para prestar ayuda también se afirmen en la vida diaria.

Siguiendo Neumann (citado por Thomas, 1982) señala:

El traspaso de las formas de conducta, costumbres y rasgos de la personalidad que tienen manifestación positiva en el quehacer deportivo, a los campos de actividad extradeportivos, no se produce de forma automática, sino sólo con la activa colaboración de la personalidad global y dentro del marco de un proceso pedagógico perfectamente concretado.

Finalizando con el análisis de lo expuesto, respecto al profesor o más específicamente respecto al Instructor de Taekwondo y la necesidad de que esta persona posea rasgos y conductas de carácter ético, moral, para beneficiar a sus alumnos en su desarrollo y en última instancia en todos los aspectos de la vida... el interrogante precedente (la pregunta nº 3) merece ser investigada, ya que sus resultados podrían llegar a compararse con la presente investigación.



Anexo: A

Entrevista N° 1

Entrevistador: ¿Qué graduación o cinturón tienes?

⁵ Establecida la relación entre los Principios Evolutivos y los Cinturones de Taekwondo, esta, deriva en cambios personales los cuales se pueden correlacionar con los Principios Filosóficos del Taekwondo. Al margen, aparece la figura del Instructor como persona; un interrogante muy importante a estudiar...

A: Azul punta roja.

E: ¿Qué edad tenías cuando comenzaste a practicar Taekwondo y cuanto tiempo de práctica posees?

A: 35 años tenía me acuerdo y tengo 39, voy a cumplir 39 ahora en Junio, así que 4 años hace que practico.

E: ¿Qué fue lo que te impulsó comenzar a practicar Taekwondo?

A: En realidad yo la lleve a mi hija más grande Brenda. Yo cuando era chico practicaba Karate pero después dejé. La lleve a Brenda por una cuestión, de que para mí está bien que las mujeres aprendan defensa personal. Si bien yo ahora en los años de práctica me doy cuenta que el Taekwondo sirve para defensa personal, pero como que te tranquiliza, no es para salir a matar es para defenderte. ¿Qué me impulso? La vi a ella practicando, me gustó el grupo, me gustó la práctica, me gustó la forma del profesor, de Sergio, entonces empecé.

E: ¿Qué virtudes identificas o identificabas en tu instructor de Taekwondo?

A: No solamente Sergio. Del grupo veo un grupo unido y por ahí a Sergio lo veo más humano ¿me entendés.?

E: ¿Lo ves más sencillo, más cercano?

A: Yo noto que a él le interesa enseñar, obviamente que vayamos avanzando, rindiendo, todo eso pero no, el vamos a hacer una master class todos los fines de semana para sacar un mango, vamos a ir allá, lo noto así. Pero cuando empecé yo no sabía, empecé a la deriva. Después me fui dando cuenta de eso. Yo seguí este deporte porque me enganché, y me gustó, lo hago por hacer una actividad física también.

E: ¿Puedes mencionar algunos objetivos respecto del Taekwondo que te hayas propuesto y decir si los has alcanzado?

A: Bajar los decibels. Yo soy una persona muy nerviosa, no lo demuestro, soy pura joda, pero en mis adentros estoy pensando continuamente, bueno. Cuando estoy en la práctica me olvido de todo eso y por ende, antes, ahora soy nervioso, pero antes capaz que era el doble. La acidez viene de eso. Pero hoy no, hoy trato de pensar dos veces.

E: Tal vez esta pregunta se relacione en parte con la respuesta anterior. ¿Percibiste algún cambio en tu persona desde que practicas Taekwondo? ¿A partir de que cinturón lo percibiste y cuáles fueron esos cambios?

A: Calcúlale en punta verde. Pero por ahí yo siempre digo, es muy distinto practicar nosotros, casados con hijos, trabajando; que el adolescente que practica, es muy diferente.

E: Me dijiste en amarillo punta verde se dio ese cambio ¿Estaría relacionado este cambio con lo que planteaste anteriormente?

A: O en amarillo tal vez, porque yo apenas empecé ya note un, como que me atraían las prácticas, porque yo entraba a practicar y yo me olvidaba de todo. Los quilombos del negocio. Yo me olvidaba. Volvía cansado de cuerpo pero con la mente despejada.

E: Si tuvieras que describir a una persona que es cinturón blanco ¿Qué características tendría? ¿Cómo la describirías?

A: Yo creo que todos empiezan, sobre todo cuando uno es más adolescente, porque creen que van a salir a matar a alguien, o si alguien los mira feo, ir y ya... Yo supongo eso. Yo creo que los adolescentes, vamos a empezar por el adolescente, empieza porque si va por la calle y alguien te mira feo, vos te volves y lo quieres matar y no es así ¿me entendes? En las personas grandes, creo que lo empiezan como un cable a tierra como te decía hoy, porque es una práctica, algo que te gusta hacer de grande. Muchos grandes juegan al fútbol, se van de pesca, se van a las carreras.

E: Según tu opinión ¿Cuáles son los requisitos para avanzar de un cinturón al siguiente?

A: Primero ir a las prácticas, no faltar. Segundo practicar, un ratito libre en la casa, practicar. Otra prestar atención cuando están hablando y otra, requisito principal para seguir avanzando, es que te guste. Porque si vos lo haces por obligación, no sirve, no, porque a la larga te frustras.

E: ¿Crees que practicar Taekwondo brinda seguridad, confianza a una persona? Si es así ¿A partir de que cinturón pudiste evidenciar estos sentimientos?

A: Sí, confianza sobre todo. Confianza en sí mismo, superarse a sí mismo. Es lo que te decía recién, confianza en sí mismo, en antes de contestar mal o de enojarse o preocuparse por algo, pensarlo. A partir del cinturón amarillo pude ver este cambio.

E: ¿Si tu vida estaría en riesgo usarías el Taekwondo para defenderte?

A: Depende... si sobre todo si estaría mi familia en riesgo, sí.

E: ¿Cuándo comenzaste Taekwondo te costó adaptarte a las prácticas? Cuéntame.

A: No.

E: ¿Todo te resultó fácil?

A: No fácil, adaptarme al grupo no me costó. A las practicas por ahí sí, algunas cosas no me salían como quería y hasta hoy... Es que en esto algún día yo voy a llegar a primer Dan, segundo Dan, tercero, como sea y siempre hay cosas nuevas y siempre te van a estar corrigiendo.

E: Decías que te costó adaptarte en la parte técnica ¿El hecho de que no te haya costado mucho la adaptación, en general, a que lo debes? ¿A qué causa?

A: Y porque me gusta. Me costó, lo que yo por ejemplo me costaba en blanco punta amarilla, amarillo, ahora me está costando en punta roja. Con la diferencia que ahora

son movimientos más difíciles. Técnicas más complicadas, pero me gustaba, lo practicaba, por ahí ahora no tanto, estoy más complicado de tiempo. Pero antes que tenía un poco más de tiempo, me ponía a practicar. Me gusta mucho leer. Empecé a leer la historia coreana, sobre el Taekwondo y me llamó, me llamó. Pero que me llevo a que lo supere, a que me gusta, este deporte, este arte marcial.

E: Observa la siguiente frase: “el Taekwondo me sirvió para...” ¿Cómo completaría esta afirmación?

A: Para agarrar confianza en sí mismo, para ver algunas situaciones de otra manera.

E: Mencionar algunos motivos que impidan u obstaculicen el crecimiento, progreso de un alumno dentro de esta disciplina.

A: Y lo que pasa que el alumno es inocente, el alumno hace lo que hace el profesor. Acá no lo veo (referido a la escuela de Taekwondo a la que pertenece). Pero he ido a torneos que son muy localistas y vos no le podés dar ganador a tu alumno porque estás haciendo el torneo en tu casa, no lo podés engañar a tu alumno, porque tu alumno en el día de mañana se recibe de instructor y enseña mal como lo hicieron creer. Eso es lo que yo veo mal. Acá veo que se lo respeta al instructor. Y un alumno... si hay, pero creo que los profesores le ponen un freno, cuando empiezan a desviarse.

E: ¿Las prácticas de Taekwondo te ayudan a liberar tensiones, a estar más tranquilo? Comenta al respecto

A: Sí, sí...sí.

E: Era lo que habíamos hablado hoy...

E: ¿Crees que las personas que practican este arte marcial son personas pacíficas, es decir no violentas? ¿Qué dirías al respecto?

A: El que lo practica con el corazón, porque le gusta y el que se respeta a sí mismo; sí. Ahora vuelvo a hoy, el que lo practica para creer que se puede llevar todo por delante, no. Porque las hay también.

E: ¿El crecimiento tanto personal como técnico del estudiante de Taekwondo, son requisitos para alcanzar el cinturón negro? ¿Qué opinas?

A: Para mí sí, sobre todo el personal. Para mí sí, vos podés ser muy bueno, tirar unas patadas al aire pero si sos mala persona, para mí no va...

E: ¿Se podría identificar a un cinturón negro con los principios filosóficos del Taekwondo? Es decir que existiría una especie de correspondencia entre los principios filosóficos y una persona cinturón negro.

A: Y depende, depende de la personalidad.

E: ¿Podría llegar a ser cinturón negro un practicante de Taekwondo que no posea o haya alcanzado ninguno de los principios filosóficos?

A: Nunca he visto, pero me imagino que debe haber. Pero yo conozco, he visto cinturones negros que lo que menos son, son cortes. De ahí, no te puedo decir si tienen integridad, porque he hablado lo justo y necesario.

E: ¿Cortesía era algo que se evidenciaba más?

A: Yo creo que la cortesía, si bien todos los principios son importantes, pero la cortesía es como que te abre las puertas para entrar a hablar con la gente.

E: Si tendrías que identificarte con los principios filosóficos ¿Con cuáles de ellos te identificarías y por qué?

A: Desde el punto de vista mío, trato de cumplir con todos. O sea cortesía, vos podés ser bueno pero que no te tomen el pelo. Integridad, tratás de diferenciar lo malo de lo bueno. El autocontrol, el espíritu indomable, lo que más me cuesta es la perseverancia. Pero bueno, yo ya tengo esa personalidad así. Yo sé que a la larga uno puede, pero en el momento como te decía hoy, yo practicando, cuando era amarillo lo practicaba y lo practicaba hasta que me salía, hoy también, pero por ahí es como que me pongo más ansioso. De los cinco, el tercero, la perseverancia es el que más me cuesta.

E: ¿Crees que una persona que llega a cinturón negro es la misma persona que cuando comenzó a practicar? Explicáte al respecto ¿Qué podrías comentar sobre esto?

A: Creo que si le toca un buen instructor, llega a cinturón negro con más madures, más responsabilidad, queriendo servir a la sociedad, si te toca un buen instructor...

E: ¿Dependería mucho del instructor?

A: Es que cuando vos sos blanco, vos entrás y para vos el instructor es lo máximo, le copias todo al instructor. Pero sí, creo que te hace un cambio, un cambio para bien, dependiendo del instructor.

E: ¿Querías agregar algo más? Alguna idea, algún pensamiento sobre lo hablado.

A: Para mí, lo que digo, esto debería ser, no obligación, sino habría que hacer hincapié a todos los chicos para que empiecen a practicar. Todas las artes marciales son buenas, son lindas, pero este arte marcial tiene los principios filosóficos, hacen que el chico crezca valorando, dándole valores a todo, teniendo valores para todo el mundo. Que eso hoy en la sociedad que estamos sería imprescindible. En la escuela sería obligación este deporte, yo no digo que vayan con un Dobok (traje de Taekwondo), que vayan con ropa de gimnasia, pero que lo de un instructor, no un profesor de educación física. Para que enseñe el respeto, que a la hora que el instructor hable ellos estén callados la boca porque se están perdiendo todos esos valores. El no burlarse de los compañeros...

E: Muy bien. Eso es todo. ¡Muchas gracias por tu tiempo!

A: De nada.

Entrevista N° 2

Entrevistador: ¿Qué graduación o cinturón tienes?

R: Cinturón negro, Segundo Dan (denominado dentro de este arte marcial Bu sabon nim o ayudante de Instructor).

E: ¿Qué edad tenías cuando comenzaste a practicar Taekwondo y cuanto tiempo de práctica posees?

R: 14 años cuando empecé a practicar, 14,15 años, corte a los 23, 24 años y retomé en el 2011 a la edad de 38.

E: ¿Qué fue lo que produjo ese corte?

R: Cosas de la vida, como quien dice, que te cansan. Injusticias de la vida. Injusticias en el deporte como quien dice.

E: ¿Fue un anhelo volver a practicar?

R: Yo llegue a la graduación de punta negra y...el dejar fue porque ya no me motivaba, no tenía motivación, incentivo para seguir, estaba bien andaba bien y de golpe y porrazo, se te va la motivación. Yo creo que más se me fue porque me perdí un viaje, el famoso viaje a España que hizo Raúl, yo me lo perdí por chocar en la moto. Eso me acuerdo y ya después de ahí dije no...

E: ¿Qué fue lo que te impulsó comenzar a practicar Taekwondo?

R: Cuando comencé fue el tema de que teníamos un grupo de amigos, que nos gustaban todo lo que eran las películas de artes marciales, nos gustaba Kung Fu (serie televisiva) y bueno el ídolo en esa época era Jean Claude Van Damme, claro, El gran dragón blanco (película). Y eso fue lo que me motivó a empezar de verdad, porque antes nos juntábamos y teníamos un muchacho que hacía Kung Fu y empezábamos a hacer un grupito y capaz que dos o tres veces a la semana nos juntábamos en un lugar especial y practicábamos. Y él nos tiraba cosas de kung Fu, muchas películas de Bruce Lee de por medio, así empezamos. Y bueno empecé Taekwondo, por el hecho que quería tener algo serio y yo empecé por acompañarlo a un amigo que el día de hoy hace Pa- Kua (arte marcial). Empecé por acompañarlo a él y me enganché, me enganché, me gustó mucho la parte... a mí me gusta mucho la parte de disciplina, que te tengan cortito, a mí me gusta que me exijan.

E: ¿Qué virtudes identificas o identificabas en tu instructor de Taekwondo?

R: En su momento cuando empecé, mi instructor era el turco Remedi (actualmente VII Dan). Que virtudes tenía el turco Remedi... las virtudes del turco, ser una persona muy directa muy recta, era como un segundo padre que tenía cuando empecé con él, yo lo respetaba un montón a él. Aparte era una persona que siempre te incentivaba y te apoyaba, era una cosa que... y aparte la amistad que creamos con el tiempo, yo lo veo ahora y mantengo el mismo respeto pero con esa amistad. Si bien no nos vemos mucho tiempo, perduró por años, porque donde lo veo lo abrazo, beso y cerveza por medio (risas). El turco nunca dejó eso. Y bueno después mi segundo profesor fue Sergio

(actualmente IV Dan). No miento, perdón, yo dejé con el turco y deje de ir con él por el tema de que se pasó al club Echague, en esa época el club era muy careta, yo no iba con la gente del Echague en esa época. Antes se notaba mucho el nivel de personas, muy alto y bajo, yo era de nivel muy bajo y no enfocaba con la gente de ahí. Y me fui a practicar al Jockey Club desde punta azul hasta, yo deje de punta azul con Sergio, yo deje el turco y me fui con Sergio al club San Agustín, después llegue a punta azul porque había un grupo de locos que no me gustaban tampoco y me fui con Moreira y llega hasta punta roja. Yo pase por tres instructores, pero la base era toda la misma.

E: ¿Puedes mencionar algunos objetivos respecto del Taekwondo que te hayas propuesto y decir si los has alcanzado?

R: Objetivos, fueron personales, es decir de que yo podía. Yo cuando volví, volví con muchas ganas de, no sé si de enseñar sino que quería que mi cuerpo diera lo que yo quería que diera en su momento. Yo quería ser bueno, la lesión me llevó a meterle un tope, a mí la lesión me bajoneo muchísimo, una cosa que me tiró para atrás.

E: ¿Cuánto tiempo tuviste de recuperación?

R: Y la lesión estuve como seis meses para poder moverme de vuelta, bien, hasta el día de hoy la lesión la tengo, porque es una lesión incurable ya (desgarro en la pierna). Cuando volví, me tomé la meta de querer competir y eso me trabó un montón, mi lesión me trabó un montón, que fue antes de rendir para primer Dan. Obvio que si me tengo que meter, me voy a meter en alguna competencia, pero bueno, lo que más me ha gustado mucho ahora es el tema de transmitirlo, transmitir la enseñanza y transmitir la disciplina en sí y el hecho de tener chicos a cargo. A mí me gusta tener chicos a cargo y poder enseñarles, me apasiona enseñarles.

E: ¿Percibiste algún cambio en tu persona desde que practicas Taekwondo? ¿A partir de que cinturón lo percibiste y cuáles fueron esos cambios?

R: Yo siempre fui una... si bien a veces me dicen que soy medio calentón, pero fui una persona siempre de tratar de llegar a arreglos, por decirte, algún problema, siempre solucionarlo con palabras. Pero el cambio que yo percibí fue una estabilidad en mí, yo era muy hiperactivo, demasiado, ahora no soy tanto. Yo era muy hiperactivo, era, andaba para todos lados y bueno el Taekwondo lo que hizo fue calmarme, centrarme, dialogar, que a veces parece que no, pero sí, dialogo (risas).

E: ¿Qué cambios en general, se observan con más frecuencia en tus alumnos con el transcurso del tiempo de práctica? (Solo Instructores)

R: Y en la mayoría de los alumnos lo que vos, vas a ver, es un crecimiento no solamente de edad, de cuerpo, sino un crecimiento de persona o sea, vas logrando que cada uno tenga confianza en sí mismo y bueno yo en los alumnos que noto, que hay una evolución, por ejemplo tenemos un cinturón punta amarilla, Milton. Él era una persona muy sumisa, muy agachadito, no tenía confianza en nada y vos lo miras ahora tiene más confianza, respeto. Los chicos tienen mucho respeto, que es algo que los padres siempre

me dicen, es impresionante el cambio que tenes en la persona, el apoyo que le das, yo tenía dos mellizos alumnos el año pasado y ellos estaban muy cabeza abajo, en la escuela lo trataban mal porque eran muy flaquitos y el Taekwondo durante el año que hicieron, le hizo tener confianza en ellos mismos y no dejarse pisar entre comillas por los compañeros. Y bueno se valoraron, se valoran más los chicos. Para mí siempre le digo a los chicos, que él no se puede no existe, vos podes mientras sea posible, vos podes.

E: ¿Existió algún caso que te llamó particularmente la atención? Descríbelo. (Solo Instructores)

E: ¿Querías mencionar otro caso aparte del expuesto hace un momento?

R: Tengo otro caso de un pibe que llego que lamentablemente dejó Taekwondo, pero dejó por problemas familiares, no sé, a mí me dijeron que dejó porque tuvo que empezar a cuidar la hermanita. Él llegó, era un gurí que vivía agachada la cabeza y vos lo mirabas medio serio y agachaba de vuelta la cabeza y eso te da a pensar que estaba maltratado en la casa. Después me comenta Silvina (dueña del gimnasio) que sí era un maltrato psicológico por parte del padre. Capaz que no le pegaba, pero lo trataba mal, le gritaba. Ojalá, me hubiera gustado conocerlo al padre (risas). Y empezó a practicar, a tenerse más confianza y era un pibe que tenía un sobrepeso en el cuerpecito de él, él era grandote para la edad que tenía. Tenía diez años y era inmenso. Y él había cosas que no las hacía en la práctica y a la otra práctica venía y decía mira como me está saliendo. Se ve que le gustaba y practicaba y la confianza que empezó a ganar con el mismo y el cambio que tuvo, ese fue el que más se notó, más allá de los mellizos (caso anterior). Y lástima que dejó el nene porque la madre tenía que trabajar y no tenía quien le cuide el hermanito más chiquito. Ahora sé que está jugando Rugby. Pero el cambio que vi en el nenito ese (Joaquín) fue grande. De una persona muy sumisa, con la cabecita así agachada a tener. Una personalidad diferente. En un año lo vi a eso. Y se demostró en cada práctica, que ya levantaba el pechito y decía cosas. Era diferente...

E: Si tuvieras que describir a una persona que es cinturón blanco ¿Qué características tendría? ¿Cómo la describirías?

R: Lo que pasa es que los cinturones blancos es el común de las personas, cualquiera puede hacer Taekwondo y vos cuando entras a un gimnasio siendo cinturón blanco sos una persona más, en el sentido de que no podes describirla cada una tiene una personalidad diferente. Para mí el cinturón blanco es como dice el Taekwondo, es la inocencia de la persona que entra a practicar, sin saber nada. A medida que van surgiendo las clases y vas conociendo la persona ahí empiezas a poder describirla. Pero la primera imagen y la primera impresión que te da es inocente, inocente para lo que se le viene.

E: Según tu opinión ¿Cuáles son los requisitos para avanzar de un cinturón al siguiente?

R: Aprender. Aprender y demostrar que estás aprendiendo y que te vas superando. Para mí esto es como la escuela, vos vas avanzando de grado, primero, segundo y en el Taekwondo lo mismo, los cinturones. Y vos para poder avanzar y rendir (cinturón) tenes que aprender, tenes que tener una constancia. No me gusta regalar los cinturones, me gusta que se comprometan y todos los alumnos que tengo, se nota el compromiso que tienen los gurises. Se nota más en la gente grande, en los chiquitos no tanto, por la cuestión de la edad y el razonamiento que tienen. Pero en los chicos se nota también el compromiso, vos lo miras a Alejandro, cinturón blanco, viene el padre y me dice “no sabes como está, está enloquecido, va y viene a patadas y me enseña”. Milton mismo (mencionado anteriormente) el chiquito que rindió para amarillo, lo agarra al padre de espejo, de sparring. Se nota el cambio y la superación de cada uno. Ellos quieren más y más pero hay que ir frenándolos.

E: ¿Crees que practicar Taekwondo brinda seguridad, confianza a una persona? Si es así ¿A partir de que cinturón pudiste evidenciar estos sentimientos?

R: Sí, totalmente. En mi persona, yo creo que, la forma en que yo empecé Taekwondo fue diferente a lo que son ahora, yo empecé con golpes en Taekwondo, yo vengo del Taekwondo viejo, ahora es mucho más light. Si yo te tengo que decir cuando empecé a tener confianza conmigo mismo, yo desde blanco punta amarilla ya me tenía confianza, es diferente lo que era la escuela vieja de Taekwondo a la de ahora. Yo con Sergio arrancamos en el club San Agustín yo tenía 15, 16 años y era un entrenamiento militar para nosotros y lo tomamos con una seriedad y una confianza tremenda. Y yo no tenía problema siendo cinturón amarillo, pelear con un cinturón punta negra y lo demostré, era amarillo y noquee a un cinturón negro, tenía confianza en mí mismo. Yo siempre me tuve confianza pero porque vengo de otra escuela. Confianza que podía. Yo jamás desde que empecé Taekwondo, te puedo asegurar, jamás me puse una traba en lo que quería hacer. Yo tengo metas y hasta que no las consigo no paro. Voy a luchar para alcanzarlas.

E: ¿Si tu vida estaría en riesgo usarías el Taekwondo para defenderte?

R: Y sí. Es algo para lo que estamos teóricamente preparados.

E: ¿Cuándo comenzaste Taekwondo te costó adaptarte a las prácticas? Cuéntame.

R: No porque empecé con muchas ganas. Como te digo yo venía de jugar entre comillas, jugar a las artes marciales con amigos, al Kung Fu, 14 años 13 y a los 15 plenos 16 cuando arranque Taekwondo no me costó para nada. Aparte siempre me gustó el deporte. Pero no es que me gustó el deporte, empecé el deporte obligado porque yo tenía una enfermedad de principio de asma crónico agudo y probé por varios deportes, en muy poco tiempo probé muchos deportes, básquet, fútbol, softbol, vóley y el Taekwondo fue el que me llenó.

E: Observa la siguiente frase: “el Taekwondo me sirvió para...” ¿Cómo completarías esta afirmación?

R: Evolucionar como persona. Pero yo le llamo a evolución, como maestro, de aprender de tus alumnos, de aprender de tus maestros, evolucionar como un guía. Porque todos dentro de uno tenemos ese espíritu de guía. Noelia es nuestra guía en el conjunto (conjunto musical al cual pertenece el entrevistado). Yo en el ballet cuando tenía, yo era su guía y era su maestro. También aprendía de mis chicos y evolucionas como instructor, como alguien que quiere trasladar lo que aprende, es como la tradición, es el saber del pueblo de boca en boca.

E: Mencionar algunos motivos que impidan u obstaculicen el crecimiento, progreso de un alumno dentro de esta disciplina.

R: Yo creo que el mayor obstáculo en este momento que puede llegar a tener un alumno, en el tema de las prácticas, es la parte monetaria. El Taekwondo es un deporte caro, siempre se dijo y es difícil para un pibito a veces si es de una familia muy humilde, pagar una cuota de \$170. O sea lo podes llegar a pagar. Pero para mí la mayor traba es la parte monetaria y como segunda cosa, sería el tema de los padres, hay veces que los padres lo llevan a los chicos obligados para sacárselos de encima. Vos al chico tenes que llevarlo para que le guste. Las primeras clases, cuanto sale el traje, no, primero vamos a ver si al chico le gusta y si se entusiasma vos venís dentro de tres clases y me decís, che Fito vamos a comprarle el traje (Dobok), pero la mayor traba en este momento para mí es la parte económica. Si bien es un deporte de inclusión social, lamentablemente tenes que tener plata para practicar este tipo de deporte. Están las escuelas municipales que vos podes ir, pero vuelvo al tema de los padres, si es municipal es gratis y te lo mandan todos. Es como si vos ahora tuvieras un plan trabajar (risas).

E: ¿Las prácticas de Taekwondo te ayudan a liberar tensiones, a estar más tranquilo? Comenta al respecto.

R: Si...sí. Yo sí o sí necesito una semana patear algo. Lo que pasa, bueno acumulas tensiones laborales y necesitas largarla por un lado y para mí el Taekwondo es una especie... más allá de que vos sabes que es un deporte, donde podes librar toda la energía, todo lo que vos quieras pero, por ir a patear no terminas de librar todo pero es una ayudita que te da.

E: ¿Crees que las personas que practican este arte marcial son personas pacíficas, es decir no violentas? ¿Qué dirías al respecto?

R: Si, en general son todos pacíficos. Las personas violentas no entran en el Taekwondo, vos te das cuenta cuando una persona es violenta y directamente agarras querido... o sea acá lo primero que te enseñamos es respeto. Primero la parte marcial y después la parte deportiva, la violencia se controla en el Taekwondo, aprendes a controlarla.

E: ¿El crecimiento tanto personal como técnico del estudiante de Taekwondo, son requisitos para alcanzar el cinturón negro? ¿Qué opinas?

R: Y sí. Si lo quieres alcanzar en óptimas condiciones, sí. Tiene que ir acompañada la parte técnica con la parte personal del practicante, van a la par. Pero a veces hay personas que por la misma parte técnica no llegan pero en lo personal se esfuerzan y es un premio para ellos.

E: ¿Se podría identificar a un cinturón negro con los principios filosóficos del Taekwondo? Es decir que existiría una especie de correspondencia entre los principios filosóficos y una persona cinturón negro.

R: Ahí te voy a decir que no. Porque hay cada cinturón negro, lamentablemente el Taekwondo se volvió un comercio y cualquiera ahora es cinturón negro. Sin ser, sin tener los principios filosóficos del Taekwondo, sin llegar a tener los cinco preceptos del Taekwondo, alguno es cinturón negro y hay, pilas.

E: ¿Podría llegar a ser cinturón negro un practicante de Taekwondo que no posea o haya alcanzado ninguno de los principios filosóficos?

R: Pagando sí. En dos años. Ayer estaba viendo un álbum de fotos, una nenita que en febrero de 2014 era amarillo y estamos a mayo de 2015 y ya es punta roja. Entendes. O sea... Hay escuelas que vos pagas y tenes el cinturón negro.

E: Si tendrías que identificarte con los principios filosóficos ¿Con cuáles de ellos te identificarías y por qué?

R: Perseverancia. Yo creo que soy una persona muy perseverante. Yo siempre trato de buscar... En todo, en la parte laboral, luche para estar con Noelia (su pareja), que más. Lo que más me identifica a mí de los cinco preceptos es la perseverancia. Lo otro lo manejas vos. Y el espíritu indomable. Autocontrol hasta ahí no más (risas).

E: ¿Crees que una persona que llega a cinturón negro es la misma persona que cuando comenzó a practicar? Explicáte al respecto ¿Qué podrías comentar sobre esto?

R: Y no, no porque es un cambio rotundo, el Taekwondo lo que hace es formar una persona. La forma en carácter, la forma en persona, valga la redundancia, le da una moral diferente, cambia completamente. Vos podes tener sin despreciar, por decirte un guachi turro y el vago va a salir siendo guachi turro, pero va a tener otro tipo de pensamiento. Vos lo podes educar. El Taekwondo puede llegar a educar, completamente cambia. Salvo que no sea esos cinturones negros, vuelvo a repetir, que se hacen en dos años, porque en dos años no podes integrar una persona en dos años, con un camino que son de cinco años como mínimo. En dos años no podes enseñarle realmente lo que se enseña en cinco años. No tenes integridad, moral, nada.

E: ¿Querías agregar algo más? Alguna idea, algún pensamiento sobre lo hablado.

R: Referente al Taekwondo, lo único que puedo comentar es que realmente como dijo Samara en su momento (VIII Dan actualmente), es un deporte de inclusión y realmente forma personas, forma carácter, forma guerreros de la vida. El Taekwondo ayuda

mucho a las personas que están muy mal, ayuda mucho a las personas que pasan por mal momento, sienten una forma de despejarse, de esforzarse, de lograr cosas que no podían. Por ejemplo yo lo veo al Gringo (alumno) con sus limitaciones y él va, va se esfuerza y se esfuerza y es una persona que empezó Taekwondo hace tres años, cuatro años, ya de grande. Carlos mismo (alumno) 63 años tiene Carlos y es una persona que vos lo miras y hace las cosas a la par. El Taekwondo te enseña a que todo se puede, todo se puede lograr con los cinco preceptos.

E: Bueno. Muchas gracias ¡Fito! Es todo.

Entrevista N° 3

Entrevistador: ¿Qué graduación o cinturón tienes?

R: Séptimo Dan (denominado dentro de este arte marcial Sajiun nim o Maestro).

E: ¿Qué edad tenías cuando comenzaste a practicar Taekwondo y cuanto tiempo de práctica posees?

R: Empecé Taekwondo a los 12 años y tengo 42 años de práctica. Miento 13, 13 años y 42 años de práctica.

E: ¿Qué fue lo que te impulsó comenzar a practicar Taekwondo?

R: Yo hacía Judo, hice Karate – Do, hice Kung Fu, Boxeo y en junio del 73, me dice Antonio Lanciotti, que hacíamos Judo juntos con él, me dice negro vamos a hacer Taekwondo, no era Taekwondo, era Karate coreano, era todo Karate coreano. Pero no. Pero sí que te va a gustar. Y en diciembre del 73 empecé Taekwondo. Primero fui y no te das una idea, me agarró Han Chang Kim (uno de los tres coreanos que introdujeron el Taekwondo en Argentina) me pegó tanto que yo dije: no vengo nunca más a practicar. Dos semanas que se me fue el dolor, volví y ahí quedé, nunca más dejé Taekwondo. Primero por la plasticidad, era algo que yo quería. Como todo... yo antes era una persona de contextura física delgada, entonces el kiosquero pasaba me pegaba y yo decía no puede ser. Y el taekwondo, esto es lo que yo quiero, la técnica de piernas, la plasticidad, que uno pueda hacer su propia estrategia de combate y me enamoré, me enamoré del Taekwondo.

E: ¿Qué virtudes identificas o identificabas en tu instructor de Taekwondo?

R: En Antonio, Antonio era una persona innata para las artes marciales. Era algo increíble. Yo hice judo muchos años con el 6, 7 años. El nació para esto. Antonio fue campeón nacional de Judo, fue campeón nacional de Kung Fu porque hacía Kung Fu, que yo era cinturón cinta roja en Kung Fu y después fue Subcampeón mundial en el 78 en Chaco, en Taekwondo y lo que más me impulsó de la virtud de Antonio es la capacidad, la técnica y la humildad para enseñar. El único problema que tenía Antonio que es algo que está lleno de sabiduría y no sabe cómo explicarla, él demuestra, demuestra y vos le preguntabas: ¿Antonio como hiciste esto? No tengo idea me dice. Era tanta la capacidad, porque él le mezclaba el Judo, el Kung Fu y el Taekwondo para hacer ataque y defensa a un paso (ejercicio) era impresionante.

Aparte la personalidad de Antonio, esa humildad para todo, es increíble. Te digo, dentro del Taekwondo acá, no solo en la provincia, cuando nos tocó viajar a Buenos Aires, me acuerdo al curso, año 82 que hizo Park Jung Tae (uno de los discípulos del creador del Taekwondo), estaban todos los monstruos del Taekwondo, estaba el coreano Choi (creador del Taekwondo) y Antonio siendo II Dan, Park Jung Tae lo saca de lado, porque Antonio le preguntaba porque sentía mal la cadera cuando pateaba yop chagui (nombre en coreano de la patada lateral), la siente mal con izquierda, entonces Park Jung Tae lo saca de la lado y le dice: usted le va a dar clases a los III Dan para IV y él era II Dan. Con la técnica y la humildad que tenía, para decir si señor y bajar la cabeza y

sin problema en preguntar cuando tenía una duda. Era un practicante que había que practicar. Yo me acuerdo con él, con Antonio arrancábamos a las 6 de la tarde y terminábamos a las 10, 11 de la noche. Corríamos saltábamos en el parque Berduc, hacíamos unas cosas de gurises. La verdad que espectacular Antonio, un recuerdo muy lindo y sigue siendo igual.

E: ¿Puedes mencionar algunos objetivos respecto del Taekwondo que te hayas propuesto y decir si los has alcanzado?

R: Si sí, no lo he terminado de alcanzar pero lo voy a alcanzar. Yo me acuerdo que era I Dan y vino en aquel entonces Sabon (Instructor IV Dan) Roberto Sanz, entonces me pregunta después de mi examen de primero, que es lo que pretendo yo del Taekwondo y le digo ser IX Dan. Me acuerdo que me dijo: “no le parece que es pedir mucho”, entonces le digo... dejo Taekwondo. Si es mi objetivo y yo no puedo ser IX Dan dejo Taekwondo. Mi objetivo es ser noveno, nada más. Y lo voy a lograr, me falta un paso para ser octavo y si Dios me da vida voy a llegar a noveno.

E: ¿Percibiste algún cambio en tu persona desde que practicas Taekwondo? ¿A partir de que cinturón lo percibiste y cuáles fueron esos cambios?

R: El problema... no sé si me cambió el Taekwondo o el Taekwondo me formó. Si me das a elegir yo creo que lo que me formó a mí fue el Taekwondo. El Taekwondo, la parte de la filosofía, los principios filosóficos, vos tenes la cortesía, integridad, perseverancia, autocontrol, espíritu indomable. Los cinco principios realmente es algo que yo lo atesore y a todos mis alumnos le... no puedo decir que fui una persona blanda porque yo sé que fui bastante duro, yo reconozco lo que son mis prácticas pero no creo que alguien pueda decir que yo al Taekwondo lo traicioné, eso no, en eso no. Si alguien viene y me dice lo traicioné que me diga donde, cuando y como. En eso yo se lo respeto y respeto el principio del Taekwondo. Que el Taekwondo me cambió... no, el Taekwondo me formó. En su momento en Paraná cuando se dejó de practicar Taekwondo en el 77, Antonio ya era cinturón negro, Quique Nardea, Armandola, Humberto Sánchez que dejaron de practicar y yo siendo amarillo me hago cargo del Taekwondo en Paraná, esto acá sí o sí sigue, estén o no estén yo sigo igual. Y en el 77, 78, 79 daba clases, practicaba, yo no daba clases, practicaba en el club Universitario, se juntó un grupo de gente, que lo voy a hablar a Antonio, le digo mira pasa esto, esto y esto, me dice turco seguí porque yo no puedo, tenía problemas de la madre, el padre falleció, tuvo unos quilombos familiares. Entonces cada tanto venía Antonio y me decía usa el verde, después usa el azul y después en el 80 Antonio empieza a dar clases en el club Paraná Central, entonces le digo automáticamente a los gurises las prácticas son en el Paraná Central y dejé de dar clases. Porque estaba Antonio y nos fuimos a practicar con él. De todos los 30 que practicábamos, fui yo solo, el resto. Pero después arrancamos de ahí.

E: ¿Qué cambios en general, se observan con más frecuencia en tus alumnos con el transcurso del tiempo de práctica? (Solo Instructores)

R: Yo he tenido cinturones negros, donde estaba Maxi, estaba Jesús, estaban todos los changos de aquella época. Eran buenos, muy buenos practicantes de Taekwondo, los cuales llegaron a negro, listo somos cinturones negro, no hay ningún problema, pero hubo muchos más que el cinturón en vez de atárselo al pantalón se lo pusieron en la frente. Lamentablemente no entendieron que era el Taekwondo o no lo supe explicar bien. Que yo creo que eso es un poco culpa mía. Pero pasó el tiempo, pasó el tiempo y yo los veo y están en el negocio de que quieren hacer plata, no les interesa el Taekwondo, le interesa sí hacer moneda y yo lamentablemente jamás supe hacer plata con el Taekwondo, jamás, yo vivo de mi laburo y lo que yo tengo del Taekwondo que me da, sea \$10, sea \$1000 es para Taekwondo. No voy a decir que no me da un aguinaldo, no, porque en eso estoy mintiendo, yo cobro la cuota, cobro un sueldo acá en el club, pero no le saco plata y esa plata del Taekwondo es para el Taekwondo yo vivo de mi trabajo. Mucha gente no tiene laburo y quiere vivir del Taekwondo, entonces lo mal interpretan y al mal interpretar; nos da el caso que tenemos cinturones negros, que vos decís no pueden ser, de donde salieron estos negros (personas cinturón negro), donde el cual no se conoce, la nomenclatura del Taekwondo (nombre de técnicas en coreano), no saben, no le interesa, vos estás hablando de nomenclatura de formas básicas, de piernas, de técnicas de mano o le decís analíceme un tul nombre por nombre y dice realmente vos me estás puteando.

Si estás diciendo el Taekwondo es ITF, es decir Federación Internacional de Taekwondo, es internacional porque es una escuela que tiene un principio y el principio es la nomenclatura coreana, con toda su filosofía, significa que al ser una escuela internacional, vos estás acá, te vas a China y haces Taekwondo y todos saben de lo que estamos hablando. Pero hoy lamentablemente en la Argentina, en la Argentina, lamentablemente, el 80% no maneja el coreano, sino la nomenclatura en castellano, entonces no pueden salir del país, no pueden ir a ninguna parte, se les terminó el Taekwondo ahí.

E: ¿Existió algún caso que te llamó particularmente la atención? Descríbelo. (Solo Instructores)

R: ¿En qué sentido?

E: Ya sea como persona, es decir como practicante en general.

R: Si hay alguien que si me sorprendió, siempre, es Maxi Balín. Las condiciones físicas que tenía Maxi y la predisposición, era una persona, es algo innato en él, lo que él hacía estaba bien, fuerte, potente, veloz, buena técnica. Otro que me sorprendió fue Sergio Rodríguez, hoy es gendarme él, yo me acuerdo que lo hice rendir para fin de año, pero lo hice rendir para que se fuera, porque no podía ser tan malo para mí. Pero vos sabes que llegó a negro, lo que cambió, era otra persona, dijo acá estoy, se asentó porque soy cinturón negro y se aplomó. Aparte empezó a trabajar. Fueron los dos puntuales. Una vuelta me sorprendiste vos también en un torneo en Esperanza, que también yo siempre sabía que una chispa debías tener, en una parte una chispa tenías, no es posible que siempre estés apagado. En una pelea sacaste un giro que no sé cómo no lo enganchaste,

que si no. Esas son una de las pequeñas cosas que decís mira cómo me sorprendió. Por ejemplo a Andrés yo lo conozco y no me sorprende, porque Andrés es ortodoxo en su pelea, entonces no me sorprende mucho, pero si por ejemplo me sorprende Diego Erbetta, el sí me sorprende porque tiene mil mañas para pelear, pelea en la calle, peleas callejeras. Un Guillermo Borghese, un zurdo, por Dios, pelearlo al zurdo era tan difícil. Los otros changos eran muy buenos practicantes, muy buenos competidores, porque todos han competido y han traído sus laureles para su quinta, no lo vamos a negar. Pero sorpresa fueron ellos tres, cuatro con vos, que me sorprendiste, porque realmente yo jamás pensé que podías hacer eso, pero cuando la situación aprieta, cuando la mente está en estado natural, salen cosas que uno dice u como lo hice, porque no lo pensaste, fue natural, porque estás concentradísimo en lo que haces.

E: Si tuvieras que describir a una persona que es cinturón blanco ¿Qué características tendría? ¿Cómo la describirías?

R: Después de 42 años, antes no, pero uno con el tiempo aprende a conocer, aprende a ver los practicantes que vienen y hay changuitos tanto infantiles como adultos, les digo estás perdiendo tiempo, esto no es para vos. Porque vos no tenes las condiciones para hacer Taekwondo porque sos muy frágil o porque tenes miedo o porque no sé. No me puedo explicar que es. Aquel changuito cinturón amarillo (alumno de él que se encontraba practicando) no es para Taekwondo, pero el padre lo obliga a venir. Es una pérdida de tiempo. Porque en vez de hacer Taekwondo yo lo mandaría a hacer, ya que estamos acá en el club. Suponemos si yo tendría un gimnasio particular, yo ni lo tomo, porque no es para Taekwondo, él puede estar si para hacer natación, hacer básquet, pero no Taekwondo que es agresivo, él no es una persona agresiva, no es que no quiera aprender o no se le pueda enseñar, todo lo contrario, sí, se le enseña, pero ¿cómo le enseñas?, con las limitaciones que él puede tener y hasta donde él quiera llegar. Acá el Taekwondo, no solo el Taekwondo, cualquier deporte, siempre tenes que tener algo más, un poquito más, un poquito más, pero en Taekwondo jamás le podes pedir un poquito más porque no dan más en Taekwondo. Ellos están retrotraídos, ellos, entonces no los podes sacar. Por ejemplo, Alejo era una persona que cuando vino, este changuito no y empezó y lo apreté, lo apuré, lo apuré, esto es así y responde bien. Responde en presión y siempre tiene un poquito más, siempre da más. Entonces vos sabes con quien podes trabajar y con quién no. Tampoco lo podes echar, como socios del club no los echa nadie. Pero si tuviese un gimnasio particular mío, no los dejo entrar, no porque sea una persona elitista y yo quiera, no, falta ese yo quiero porque a mí me gusta, no porque me mandan. Hay muchos gimnasios, yo como el águila, anda por todas partes, dicen, yo también recorro gimnasios y vos ves a unos vaguitos y decís, que hace acá, que hace, si este no sirve para Taekwondo. Pero si sirve para pagar la cuota. Una vez me pasó un caso de, un pibe de Concordia, amanerado, que debutó en el 88 en el primer torneo, un nacional, acá en el club fue (Echague), era amarillo, lo veo competir, ganó el torneo, lo ganó. Y después lo encuentro año 2003 por ahí, tenía un alumno en Concordia y me dice tengo un alumno, lo quiere ver a usted quiere llegar a negro porque hace años que practica, 15 años hacia que practicaba y era cinturón punta negra. Cuando lo veo le

digo, vos estuviste en el torneo de Paraná. Vos sabes que a ese chango le pedían seminario, pagaba, la bolita, pagaba, tenía que llegar a negro y nadie le tomó examen. Me cuenta usted sabe, no he podido llegar, por mis condiciones... y le digo cuáles son tus condiciones, como yo soy me dice, le digo te falta un brazo, una pierna, tenes tres ojos. ¿Cuál es tu problema? Vos quieres ser cinturón negro. Déjame verte si estas en condiciones, como estás y si estás bien en diciembre rendís. Y rindió para negro, porque lo habían discriminado porque era raro. Y hoy es IV Dan. Yo no discrimino con lo que te dije antes a los chicos, no los discrimino, pero yo creo que es una pérdida de tiempo que vengan acá y no les gusta.

E: Según tu opinión ¿Cuáles son los requisitos para avanzar de un cinturón al siguiente?

R: Tanto desde blanco a llegar a negro, nomenclatura primeramente (nombres en coreano de las técnicas), protocolo del Taekwondo, que significa el saludo, el respeto, el compañerismo, saber las formas básicas (tules), ataque y defensa a un paso, saber defensa personal, lucha en el piso, técnicas de salto, manejo de bolsa, de foco, escudo. No tiene que ser exquisito, pero tiene que saber cómo se utiliza cada elemento. Por ahí me llegan alumnos como este pibe que es I Dan, lleva once años de práctica, no sabe nomenclatura, no sabe formas básicas, entonces durante once años pagó, para que pagó, para venir hoy y yo no le puedo decir, loco sos un desastre, porque la culpa no es de él. Yo tendría que agarrarlo al instructor y machacarle la cabeza. Pero cuál es el problema, te dice esta es mi clase, yo hago lo que quiero y que le vas a decir si están avalados. Y para colmo los exámenes no los toman ellos porque viene gente de afuera. Vos estas dando clases y yo voy a tu gimnasio y vos tenes un changuito que va para negro, vos tenes que ver las condiciones, vos crees que yo te voy a aprobar un examen de negro, perdóname le digo, este... Cual es el problema, que no es llegar a cinturón negro, si vos quieres el cinturón, yo te lo compro y te lo doy. Pero cuál es la responsabilidad de tener un cinturón negro, cuál es la responsabilidad que vos mañana decís, yo quiero dar clases, yo ni en pedo le dejo dar clases.

E: ¿Cuándo estas en las graduaciones de Danes, para ascender de uno a otro, cuáles serían los requisitos?

R: Primeramente, manejar los principios del Taekwondo, podes patear, podes saltar, podes hacer las maravillas que vos quieras, pero si vos, no me respetas los principios del Taekwondo y no interpretas los principios del Taekwondo, conmigo no va. Pero el Taekwondo, todos pateamos, pero que es lo que nos queda mañana cuando llegamos a viejo, hoy me tocaba a mí con 58 años, un brazo jodido, operado, una cadera que me tengo que poner un pedazo de fierro creo, pero si yo no hubiese hecho la parte de filosofía y nomenclatura, no enseño más Taekwondo. Para que quieres tener un segundo Dan, para decir yo soy y no respetar los principios, no respetar los compañeros, le faltas el respeto por solo mirarlos, pegarle a un compañero solamente porque es inferior a vos. Si no manejan los principios del Taekwondo, conmigo no llegan. No importa que patees y seas campeón argentino. Conmigo no llegan. Porque yo valoro mucho más, la parte humana, que la parte técnica, la parte combativa. Más allá de que yo soy un tarado, más

allá de que yo soy bastante loco. Yo a los gurises, cuando me voy a dar clases a Feliciano o a Concordia, a Vaso, Concepción de Uruguay, a San Benito o a Santa Fe, con todos los gurises, le pregunto, como vas en la escuela changuito, vas bien y... listo, no practica hasta que no valla bien en la escuela, porque primero es el estudio y después el Taekwondo. Y no me digas que perdes una cuota, te la pago yo pero él no viene, porque primero el estudio, porque el estudio es el que nos va a dar futuro a nuestra familia, el Taekwondo no te va a dar el futuro a tu familia o tal vez sí, o tal vez sí. Yo le apuesto más al estudio y después la práctica.

E: ¿Crees que practicar Taekwondo brinda seguridad, confianza a una persona? Si es así ¿A partir de que cinturón pudiste evidenciar estos sentimientos?

R: No, no. Porque si no, estamos diciendo que si no haces Taekwondo, no tenes seguridad, o sea que seríamos absolutos, es una estupidez. Yo creo que toda, toda, toda persona que hace un deporte de por sí ya está segura. Porque te digo que está segura, porque el deporte forma la personalidad, el deporte te forma, tanto llámale básquet, llámale fútbol, taekwondo, tenis, cuando vos competís, cuando vas a competir no es que vas a competir con el contrario, cuando es tu primer torneo, vos vas a competir con vos. El miedo, hay si pierdo, si me mando una cagada, si no toco la pelota y si me pasa esto o sea la seguridad la brinda cada uno y cada deporte cuando llegamos a la competencia, es lo que nos brinda después una seguridad de decir ya estoy, estoy tranquilo, ya no me asusto, el miedo que tenía lo domesticué. Entonces el miedo yo lo manejo, el miedo no me maneja a mí. Y esa forma, todos los tipos de deporte te forman y te dan seguridad, no el Taekwondo, son todos los deportes, que me digas que el Taekwondo te sirve para una situación límite, sí. No lo voy a negar, pero el Taekwondo no me da seguridad. Lo que me da seguridad fue la experiencia de haber entrado a un torneo, en el caso nuestro. El haber competido, haber conocido gente, conocido otros gimnasios, conocer diferentes tipos de gente, llámale Karate Do, llámale Kung Fu, porque yo tuve la suerte de hacer entrenamiento con Karate Do, Kung Fu, Taekwondo, Sipalki y eso te brinda seguridad de última, que a vos te va formando, a vos te va formando, te va a formar la tranquilidad, la vida misma. Vos te levantas a la mañana y te levantas a pelear la vida y si vos no estás seguro de que vas a hacer de tu vida, indudablemente vas a llegar a la noche con menos veinte. Ni siquiera a la noche cuando llegues, no vas a evaluar cómo fue tu día, porque realmente fue un desastre, pero si vos lo peleas y vos estás seguro de vos... yo creo no es el Taekwondo lo que te da seguridad. Te da seguridad todo tipo de deporte.

E: ¿Si tu vida estaría en riesgo usarías el Taekwondo para defenderte?

R: Sí, sí, sí, en una situación límite sí.

E: ¿Cuándo comenzaste Taekwondo te costó adaptarte a las prácticas? Cuéntame.

E: Algo de eso mencionaste anteriormente, que estuviste dos semanas para recuperarte.

R: Fui, el coreano me pegó tanto, yo no entendía por qué. Cuando fui me volvió a pegar y a la próxima práctica que fui nunca más me tocó. Yo estuve un año y medio con él, desde el 73 hasta mediados del 74. Y nunca más, entonces yo le pregunté porque me había pegado, con el respeto que se merecía Han Chang Kim no, entonces me dice “quería probar el temple”. Quería probarme si yo servía o no para Taekwondo. Hubiese probado de otra forma, porque me dolía todo (risas). Hay tantas formas y justo esa (risas). Quedé moreteado.

E: Observa la siguiente frase: “el Taekwondo me sirvió para...” ¿Cómo completaría esta afirmación?

R: Sabes para que me sirvió el Taekwondo, hoy, hoy, cuando haces un balance, de la vida, de lo que has vivido y de lo que has pasado, sabes para que me sirvió, para darme... como te puedo decir la frase, sabes para que me sirvió realmente para que cuando me toque cerrar la última puerta, poderla cerrar y mirar de frente lo que me pase, lo que viene. Para eso. Me sirvió para decir, quiero llegar con la sabiduría suficiente, para poder cerrar la última puerta y abrir lo que venga adelante, para eso realmente, no espero más nada, no espero más nada. No espero reconocimiento, no espero nada, pero si espero cuando tenga que cerrar la última puerta, cerrarla y mirar al frente. Tener la sabiduría suficiente, que falta un montón, porque cuando realmente creíste que aprendiste, te tocó morir, lamentablemente.

E: Mencionar algunos motivos que impidan u obstaculicen el crecimiento, progreso de un alumno dentro de esta disciplina.

R: No comportarse dentro del Dojang, faltar el respeto a los compañeros, no a mí, porque a mí sí me falta el respeto a la vuelta se me va, ya no tengo empacho en eso. Pero que le falte el respeto a los compañeros, comúnmente si hay un piba practicando son todos iguales, se equivocan en muchas cosas y esas cosas yo no las tolero, ni a los chicos, ni a los grandes. Llegaste acá, hasta acá llegaste, ándate, conmigo no avanzas más.

E: ¿Las prácticas de Taekwondo te ayudan a liberar tensiones, a estar más tranquilo? Comenta al respecto.

R: Sí, sí. Te digo la verdad el Taekwondo, sí. Yo por ahí no he podido practicar, cuando me operé del hombro, pero yo venía me sentaba acá y ya descargué las tensiones, por el solo hecho de estar. Yo venía y ya estaba tranquilo.

E: ¿Crees que las personas que practican este arte marcial son personas pacíficas, es decir no violentas? ¿Qué dirías al respecto?

R: No, muchas personas que han venido a practicar han sido violentas, muchísimas. Pero a través de las prácticas de Taekwondo, explicando y hablando lo que son los principios, de que es lo que se quiere buscar con esto.

Yo tenía un alumno, un changuito, terrorífico, era un rufián, porque era un rufián. Y vos sabes que el Taekwondo o me agarró cariño a mí, no tengo idea, pero fue el día y la noche. Es un caso de los más graves que tuve. Después tenía otros changos violentos que no sabían interpretar, esto es así, no, acá no podes seguir.

Por qué acá no somos violentos, que este deporte si, se nota como violento es una cosa, que sea es otra. El Taekwondo no es violento, el Taekwondo es defensivo, no es violento. No es para pegar a nadie, todo lo contrario, es para defenderte y cuando vos creíste realmente que sos el 840 que la tenes toda segura, el que no te apuñaló, te pegó un tiro. Porque sos demasiado malo y en la vida no hay que ser demasiado malo, hay que ser demasiado comprensivo hasta con el más chiquito, con el más grande. Nadie es más que nadie. Y lo que tienen muchos, que están equivocadísimos, que creen realmente que ellos están arriba y el resto está abajo y eso es mentira. Creen que ellos se superan sobre el hombre y no es así, el hombre se supera sobre el hombre, yo me supero por sobre mí mismo, no porque te estoy degradando a vos y muchos instructores piensan lo mismo. Piensan que se superan porque te están degradando, porque yo soy, porque vos estás allá. Y ustedes gracias a mí te dicen. Están en pedo.

E: ¿El crecimiento tanto personal como técnico del estudiante de Taekwondo, son requisitos para alcanzar el cinturón negro? ¿Qué opinas?

R: Sí, sí por supuesto. Los dos son necesarios.

R: ¿Se podría identificar a un cinturón negro con los principios filosóficos del Taekwondo? Es decir que existiría una especie de correspondencia entre los principios filosóficos y una persona cinturón negro.

E: No, no. El cinturón negro hoy te engaña. Te enseña los principios del Taekwondo, que tenes que ser humilde, que tenes que respetarlo. Y por otro lado te dice dame la plata si no te vas. Te vende una cosa, pero es un comerciante. Que yo no estoy en contra de que cobren para hacer Taekwondo, pero si cobras enseña Taekwondo. Enséñale los principios del Taekwondo, cóbrale y no lo aceleres y regalarle cinturones porque vos queres llegar a cinturón negro porque te queda una diferencia de moneda importante. O porque en los exámenes te quedan monedas importantes. Lamentablemente hay excesivamente muchísimos cinturones negro, que los principios le importan un carajo, lo que quieren es la plata. Hoy te enganchas un primer, segundo Dan dando clases, no acá en Paraná, no hablemos de Buenos Aires o Rosario o Córdoba. Al año los changos se compraron un auto cero kilómetro, pero todo es moneda tras moneda. El caso como el changuito de hoy tuve varios, le digo el sábado nos vamos a juntar vamos hacer técnicas para competencia de torneos, vos sabes que viene la madre y me pregunta cuánto sale, que cosa le digo, cuanto sale que cosa; el curso de combate para competencia, pero no le digo doña eso lo hacemos todos los días nosotros. Yo lo que quiero es que nos juntemos aparte, vamos a hacer combate, vamos a trabajar distinto, vienen changos de otros lugares. No si a mí siempre me cobran, le cobraban para enseñarle los tules, le cobraban para enseñarle técnicas de combate, para patear la bolsa le cobraban aparte. Todo tenía un precio. Y ese hace Taekwondo y tiene una nave

espacial y yo sigo a pata, no a pata porque me pude comprar un auto gracias a Dios. Pero con mi laburo, no con Taekwondo, pero lamentablemente mucha gente es un comerciante de Taekwondo, un comerciante mal, yo no te digo que no hagas comercio, pero hazlo bien. Cada cual...

E: ¿Podría llegar a ser cinturón negro un practicante de Taekwondo que no posea o haya alcanzado ninguno de los principios filosóficos?

R: Sí, hay un montón. Y te digo adonde hay (risas) acá en Paraná, hay en Entre Ríos, hay en Santa Fe, en Buenos Aires está minado. Y sabes cuál es el problema realmente, que todos son federativos, todos son federativos y que le vas a decir. Si nadie te da bolilla. Entonces cuando vos vas a la federación y le decís, yo, ahí viene el tarado del turco, bueno listo reunión de VIII Dan y te echan a la mierda. Como siempre les digo no hagan preguntas que no les va a gustar la respuesta, no sean tontos. Pero hay muchísimos, muchísimos que son maestros y dicen, este estuche es blanco y le contestan hermoso color blanco gran maestro. Entonces me dijo un gran maestro (IX Dan) usted tiene que ser más diplomático para decir las cosas, como quiere que le diga si usted me dice que esto es blanco y es negro, como quiere que le diga, dígame. Lo que pasa es que hay tonos grises, le digo yo no, o es blanco o es negro. Si tengo que decirle algo a alguien me sobra la cara para decirle y si me equivoqué me sobra corazón para pedirle disculpas hasta de rodillas si es necesario. Pero no voy a aceptar imposiciones, porque se le cantó a alguien.

E: Si tendrías que identificarte con los principios filosóficos ¿Con cuáles de ellos te identificarías y por qué?

R: Perseverancia, yo al Taekwondo acá en Entre Ríos, no Paraná, fui el único en su momento con cinturón amarillo, que dije esto sale adelante, cueste lo que me cueste, yo deje mi familia por el Taekwondo. Cuando mis gurisas nacieron yo estaba peleando por el interior, cuando nació mi segunda nena yo estaba compitiendo, cuando nace mi tercera nena estaba en otro torneo, la cuarta nena yo estaba en un seminario, todo por el Taekwondo. Fui muy, muy perseverante con el Taekwondo. Cuando me di cuenta de que mis gurisas eran grandes fue cuando se me caso la mayor, ahí me di cuenta que eran grandes y yo estaba viejo. Le dediqué mi vida al Taekwondo, mi vida y en eso si me das a elegir entre todas. La perseverancia. Para poder tener acá en Paraná (Taekwondo), para poder decir acá estamos y después acá las escuelas que se han abierto. Muchos que eran alumnos se fueron a otros lados, abrieron escuelas y todo eso.

E: ¿Crees que una persona que llega a cinturón negro es la misma persona que cuando comenzó a practicar? Explicáte al respecto ¿Qué podrías comentar sobre esto?

R: No, no es la misma persona. No es lo mismo el practicante blanco, al practicante negro, que practica con los principios del Taekwondo, no. Si hablamos del Taekwondo, hablamos de los principios filosóficos del Taekwondo, de lo que es el Taekwondo en sí y lo que encierra. Su filosofía de vida que es inmensa, el que nace de blanco y llega a negro con toda la filosofía de Taekwondo, indudablemente es una persona que cambia

rotundamente, cambia hasta sus pensamientos, su forma de caminar; no es que va pensar que es Dalai Lama, por supuesto que no, pero la vida la enfoca de una forma diferente. Vos empezaste de blanco y no fuiste el mismo al llegar a negro. Pero lamentablemente hay algunos que empiezan mal y terminan peor. No solo eso. Esos peores tienen que dar clases y los alumnos son peores todavía. Pero cuál es el problema. El Taekwondo, o todo arte marcial, cualquier deporte de contacto, el instructor para un chico, es Dios, es lo más grande que tiene, no hay nadie mejor que él. Pero cuál es el problema, que el instructor sabe que lo idolatran y se abusan, de las condiciones y de la inocencia de la creatura, no de un adulto, de un changuito de 13, 14 años, entonces lo idolatran y lo pueden transformar en lo que quieren y muchos han hecho eso. Algunos decían lo más grande que hay es el turco, mentira yo soy chiquito (risas). Pero siempre los respete, siempre exigí, siempre pedí, pedí pero no pedí nada a cambio de lo que yo di, yo lo único que di fue lo que yo sabía del Taekwondo y como yo amo el Taekwondo eso sí. Yo lo di y no me guarde nada con ninguno, pero tampoco pedí nada a cambio. Todo lo contrario.

Hay muchos que creen que los alumnos son de ellos, yo he ido a torneos donde hay un VII Dan hablando conmigo, acá en Entre Ríos, y vienen a hablar con ellos le piden permiso y lo dejan ahí, yo les digo está ahí tu alumno, me dicen que espere, si es rojo. Como dijo uno ese perejil es III, somos Maestros nosotros. Te juro que a mí se me caía la cara de vergüenza. Entonces me dicen que yo estoy equivocado, porque me doy mucho con mis alumnos, vos sos maestro, el alumno esta allá, vos no podés ir a comer con tus alumnos y si vos vas la cabecera es tuya y vos sos el que dirige la cena o almuerzo. Entonces uno pone la cara de que pasó acá, que te dijo la psicóloga, a ver (risas). Yo al protocolo del Taekwondo lo respeto a raja tabla, pero cuando estamos en reunión de Federación o cuando hay una cena de cinturones negros. Eso lo respeto a raja tabla. El protocolo de Taekwondo es para el dueño de casa, no importa que el dueño de casa tenga 25 años, no importa, el respeto y el protocolo es para el dueño de casa. A nadie más.

E: ¿Querías agregar algo más? Alguna idea, algún pensamiento sobre lo hablado.

R: Sabes que es lo que pasa que uno se va haciendo más viejo, no es que aprende más, escucha más. El escuchar te da el conocimiento y ese conocimiento es lo que uno, siempre busca. Lo que te dije hoy. Quiero llegar bien. Quiero llegar entero para tener la sabiduría de poder cerrar la última puerta sin tener miedo y sin temer lo que tengo adelante. Y si te morís mañana. Yo estoy tranquilo. No tengo miedo. Pero si tengo miedo de no tener la sabiduría para cerrar la última puerta, es lo que estoy buscando a raja tabla. Yo soy una persona que compro libros. Yo en casa debo tener 900 libros, yo viajo y compro libros, compro libros y biromes, es mi debilidad. Yo siempre digo, el libro que no se leyó, es un camino que no se transita, aquel que escribe un libro y vos tenes que leerlo, interpretarlo, cual es el momento de su vivencia, leer lo que te dice entre líneas, que fue lo que buscó con el libro. Yo agarro un libro y lo guardo, yo encuentro libro en la calle puede estar manchado, lo levanto y lo llevo. Me lo llevo para leerlo y saber realmente que es. Necesito saber, eso sí tengo una necesidad muy grande

de saber. Llámale libro de fantasía, novela, ciencia ficción, libro que caiga, es leído. Eso si no me preguntes nombre de autor, por ahí si ciertos autores que yo los guardo y los tengo, que me gustó la impronta del libro, eso lo atesoro un montón. Yo libro no presto a nadie, jamás, libro que prestaste libro que no vuelve.

E: Bueno ¡muchas gracias!

R: No mi viejo.

Entrevista N° 4

Entrevistador: ¿Qué graduación o cinturón tienes?

S: V Dan (denominado dentro de este arte marcial Sabon nim o Instructor Mayor).

E: ¿Qué edad tenías cuando comenzaste a practicar Taekwondo y cuanto tiempo de práctica posees?

S: Cuando empecé a practicar tenía 13 años, tiempo de práctica tengo 40 años.

E: ¿Qué fue lo que te impulsó comenzar a practicar Taekwondo?

S: Acompañar a un amigo, lo hice porque la verdad no lo conocía al Taekwondo y por acompañar a un amigo me enganché y me quedé. Mi amigo se fue...

E: Y vos quedaste (risas)

S: Me enganché yo y mi amigo se fue, le estoy agradecido por haberme marcado este rumbo porque descubría algo, yo ya estaba jugando al fútbol y yo abandoné el fútbol por el Taekwondo.

E: ¿Qué virtudes identificas o identificabas en tu instructor de Taekwondo?

S: Y ese instructor fue también nuestro único representante en la selección Argentina, de todos los entrerrianos, que fue Antonio Lanciotti, si bien en muchos de los casos me encontraba haciendo también una mezcla de artes marciales con el hermano. Pero más estuve con Antonio, y Antonio fue el que me indicó el camino a seguir, era un Taekwondo podríamos decir, digamos bruto, duro, Taekwondo antiguo. Ese era el Karate coreano.

E: Si tendrías que decir algo que admirabas en Antonio, tanto técnico como personal. ¿Qué dirías?

S: Antonio tenía todas las virtudes, porque en la parte técnica era una bestia, una bestia, pateaba, pegaba, que nos usaba a veces de bolsa a nosotros. Era un hombre que sabía mucho, mucho sabía y hoy está radicado en Italia. El loco llegaba con su camión re podrido, hacía fletes, engrasado entero, se pegaba una lavada y a la práctica, era sagrada la práctica para él y él se recibió de cinturón negro junto con gente que se conoce acá en el ambiente como José María Armándola, Quique Nardea, uno murió en un accidente de tránsito, no recuerdo ahora el apellido. Pero era un grupo de amigos, estos chicos, eran jóvenes. Mira como habrá sido de técnico Antonio que practicaba Judo y era tan bueno en las dos artes que el profesor de Judo le pregunta si iba a ir al torneo y le dijo no, porque tenía un torneo de Taekwondo y le dice, pero este es el nacional del Judo, si está bien Sensei pero yo quiero ir al torneo de Taekwondo, es mi primer torneo, quiero saber de qué se trata, a bueno está bien dijo, listo. Y Antonio lo ve que tacha, y pregunta que pasó, le dice no porque te iban a dar una beca, una beca para integrar la selección de Judo, del seleccionado argentino para ir a Brasil creo, a bueno dice yo voy, yo voy, y le

dice vos dijiste no y es no, y lo cortó. Ese era Antonio bueno en las artes marciales, muy bueno.

E: ¿Puedes mencionar algunos objetivos respecto del Taekwondo que te hayas propuesto y decir si los has alcanzado?

S: Mira, mis objetivos como siempre les digo, hace muy poquito volví a usarlo, que yo aparte de tener alumnos, tengo amigos y se los dije a los alumnos que hoy me están reemplazando en el Mavi (nombre de un gimnasio), que mis alumnos se cuidan. Mis alumnos no se los trata como militares, se les enseña Taekwondo, yo me tuve que actualizar a la vida real, a olvidarme del viejo Karate coreano y crear alumnos. Que gracias a ese estilo que cambié, tengo por dar un ejemplo un alumno que es campeón mundial. Y voy a seguir con esa meta hasta que Dios diga basta. Y cumplí gracias a mis alumnos, esta meta del V Dan porque para mí rendir o no rendir, digamos no son mis metas las rayas (Danes), pero es lindo ir cambiando de graduación, vos fijate que si mis metas hubieran sido los exámenes, hoy yo sería séptimo Dan. Pero no me arrepiento el camino que llevo, la cantidad de alumnos que hay dentro es una de las cosas que he creado, el Instituto Paranaense de Taekwondo, que somos la envidia de Paraná, porque muchos nos envidian te puedo asegurar, de la estructura que tenemos y hasta vos fijate que el turco me saluda por Facebook.

E: ¿Percibiste algún cambio en tu persona desde que practicas Taekwondo? ¿A partir de que cinturón lo percibiste y cuáles fueron esos cambios?

S: Vuelvo a reiterar, los cambios fueron cuando empecé a tener estos amigos, antes yo era un Instructor de chicos que no conocía, hoy lo que yo tengo son mis amigos, a pesar de ser mis alumnos, son mis amigos, que en muchos casos como Raúl, que Raúl es como un hijo, sin ir más lejos, Omar (otro alumno), es una persona muy cerrada y el sábado casi me hizo llorar, porque estábamos todos formados, Fito dijo unas palabras antes de entregarme la libreta y pide permiso para decir unas palabras, para agradecerme todo lo que yo he hecho por él. Yo me quedé sorprendido hasta medio lloró Omar, no podía creer lo que yo estaba escuchando... Fíjate las cosas gratificantes que tiene esto.

E: ¿Qué cambios en general, se observan con más frecuencia en tus alumnos con el transcurso del tiempo de práctica? (Solo Instructores)

S: El avance técnico de ellos, el verlos crecer, cosas como las que dijo Carla para el día del padre, que te adoptan como ese padre adoptivo. Principalmente me refiero a esos chicos o chicas en este caso, porque fueron dos. Que por x motivos no tienen el padre y me adoptan a mí como ese padre. Y esas cosas tan lindas, que te van mostrando ellos; me escribió Ian (alumno de 11 años), me escribió cositas hermosas, el tan chiquito. Eso es parte de la evolución de ellos mismos que vos le vas mostrando el camino y ellos lo aceptan o abandonan. Porque como yo les digo a todo el mundo, Taekwondo no es algo que te enseña únicamente a tirar patadas, te enseña muchísimas cosas y no es solo patadas sino aprender a escuchar, te enseña todo un camino y vos ves cuando el practicante lo va aceptando y como lo va llevando a la práctica. Como dije recién, el que

te adopta como ese padre adoptivo, que cualquiera puede pensar cualquier estupidez, pero ellos lo expresan a través de un Facebook, de un mensaje de texto y no cualquiera hace eso. Te puedo asegurar que no a cualquiera de los cinturones negros le hacen eso. Yo trato a todos por iguales, siempre quise a todos mis alumnos, mis alumnos son intocables, mis alumnos son sagrados, mis alumnos son todos campeones mundiales, porque yo quiero que sean así, para mí son así y si un día Samara (actualmente VIII Dan) que yo me peleé con él en el último examen, habla mal de mis alumnos habla mal de mí. Como yo le dije Fito, vos haces mal las cosas, ahora que no tenemos el Dobok (traje de Taekwondo), estamos los dos, porque haces mal las cosas, por una sencilla razón, de que vos si tenes que criticar a alguien, tenes que criticar a mí instructor, porque el alumno hace lo que yo le enseño, si el alumno lo hace mal es porque yo le enseñé mal. Si no tenes razón disculpa... Porque hasta Raúl se enojó, la verdad que como Maestro estuvo flojo ahí. Porque los chicos se esforzaron al máximo y gracias a Dios, estos chicos que rindieron pusieron una fuerza de voluntad. Y esta vez rindieron bien.

E: ¿Existió algún caso que te llamó particularmente la atención? Descríbelo. (Solo Instructores)

S: Creo que te resumí bastante lo que yo pienso de mis alumnos, los elogios, que tengo para ellos. El alumno que no le gusta este camino te deja, te abandona, me entiendes y es bueno, porque yo del año 86 que doy clases. He dado clases en barrios muy pobres, como en el club San Agustín por ejemplo y tenes la posibilidad de tener malos alumnos, malos alumnos me refiero a chicos rebeldes, con problemas de conducta y sin embargo se han ido, han dejado y siempre se han quedado los chicos buenos, chicos y chicas buenos y nunca, nunca conocí un problema de mis alumnos.

E: Si tuvieras que describir a una persona que es cinturón blanco ¿Qué características tendría? ¿Cómo la describirías?

S: Un cinturón blanco, es un chico inocente, que hay que tenerle muchísima paciencia. Yo siempre digo, vallamos a las formas (movimientos básicos), la peor forma o la preforma es la de cinturón blanco porque es algo, al ser el chico inocente en esto, que no conoce nada, te cuesta muchísimo enseñar eso. Y después ya no. Por algo se dice que el blanco es la inocencia.

E: Según tu opinión ¿Cuáles son los requisitos para avanzar de un cinturón al siguiente?

S: La práctica. El entusiasmo que el chico tenga en practicar. Por eso yo siempre les digo a los padres que vienen a hablar conmigo, que esto no es la televisión. No porque mi nene tira patadas para todos lados, si señora... pero no es la televisión. Acá para poder cambiar de graduación, me tenes que demostrar que aprendiste, que algo aprendiste, la mitad aunque sea de las cosas, la aprendiste. Entonces en muchos de los casos se usa el incentivo, el incentivo es pasarlo a punta amarilla, para que el vea. Préstale atención a todos los chicos cinturón blanco que comienzan, todos y como se

van entusiasmando y enganchando de a poquito. Se entusiasman y se enganchan, se enganchan y hay muchos que aprenden rápido.

E: ¿Crees que practicar Taekwondo brinda seguridad, confianza a una persona? Si es así ¿A partir de que cinturón pudiste evidenciar estos sentimientos?

S: Confianza, sí, no hay que mentir te da una seguridad pero, este es el Taekwondo deportivo, entonces... yo ya lo empiezo a ver, el cinturón blanco ya te va mostrando confianza, te va mostrando que le gusta, que no le gusta. Si con el incentivo de punta amarilla no te va, no te va a demostrar nada tampoco.

E: ¿Si tu vida estaría en riesgo usarías el Taekwondo para defenderte?

S: Si tenes una oportunidad, sí, es lo que yo siempre enseño a los alumnos. Porque tengo una mala experiencia, un alumno que lo mataron por no dejarse robar una campera que le estaban apuntando con una pistola. Y por no dejarse robar esa campera, lo mataron. Entonces si tenes esa oportunidad, que son fracciones de segundo, úsala, sino, no.

E: ¿Cuándo comenzaste Taekwondo te costó adaptarte a las prácticas? Cuéntame.

S: Sí, me costó muchísimo. No conocía lo que era el Taekwondo y me costó mucho.

E: Observa la siguiente frase: “el Taekwondo me sirvió para...” ¿Cómo completaría esta afirmación?

S: Mira, a mí el Taekwondo me sirvió para crear una familia postiza, que son mis hijos adoptivos, a compartirlo con mi señora cuando éramos novios, con mi señora cuando yo practicaba Taekwondo, me ha dado muchísimas cosas.

E: Mencionar algunos motivos que impidan u obstaculicen el crecimiento, progreso de un alumno dentro de esta disciplina.

S: La indisciplina, problemas de conducta... es lo único que te va a no permitir avanzar, porque como yo dije hablo con el alumno, aquel alumno rebelde conmigo no va.

E: ¿Las prácticas de Taekwondo te ayudan a liberar tensiones, a estar más tranquilo? Comenta al respecto.

S: Si, siempre fue así, una simple bolsa, esa simple y estúpida bolsa que vos ves colgada, aquella persona que sabe interpretarla, te va a descargar los nervios. Yo a muchos les digo, que si tenes hasta problemas personales, esa bolsa de gimnasio te ayuda.

E: ¿Crees que las personas que practican este arte marcial son personas pacíficas, es decir no violentas? ¿Qué dirías al respecto?

S: Yo lo puedo asegurar, que en un ciento por ciento, sí.

E: ¿El crecimiento tanto personal como técnico del estudiante de Taekwondo, son requisitos para alcanzar el cinturón negro? ¿Qué opinas?

S: Mira, yo lo veo más, como yo siempre lo digo, de la persona que está al frente de esto, esa persona llamada Instructor, que hay muchos que enseñan con el bolsillo abierto y son los instructores que a mí me revientan, que lo único que le interesa es la plata. Mucho tiene que ver el instructor.

E: ¿Se podría identificar a un cinturón negro con los principios filosóficos del Taekwondo? Es decir que existiría una especie de correspondencia entre los principios filosóficos y una persona cinturón negro.

S: Sí, ese espíritu indomable, esa integridad, todas esas cosas tenes que demostrarlas y más si me decís cinturón negro, cinturón negro no es cinturón blanco. Es todo lo contrario. Vos fijate, que dice Sajiun nim (Maestro), dejamos el pasado atrás y empezamos a practicar Taekwondo. Porque es verdad el cinturón negro comienza a practicar Taekwondo y todos los demás están aprendiendo, para poder empezar a practicar Taekwondo.

E: ¿Podría llegar a ser cinturón negro un practicante de Taekwondo que no posea o haya alcanzado ninguno de los principios filosóficos?

S: Yo creería que no, podría llegar pero con muchísimo más tiempo, más tiempo sí. Puede llegar pero si después mañana te agarra un cinturón negro y te dice: hermano volvé a cinturón blanco, vos no sabes nada.

E: Si tendrías que identificarte con los principios filosóficos ¿Con cuáles de ellos te identificarías y por qué?

S: Yo me identificaría con la Integridad, porque me considero una persona íntegra, una persona que aparte de lo integro, trato de estar siempre al pie del cañón, trato de que el Taekwondo siga todo firme, que mis alumnos, mis Instructores nunca lleguen tarde porque es faltarle el respeto a los alumnos, siempre tienen que estar antes. Me considero sano, otra de las cosas muy importantes para estar al frente de una clase. Porque conozco otros instructores de otro arte marcial, muy cuestionados por el tema, abuso de las personas y cosas así. Por eso me parece que yo estoy dentro del cuadro de la integridad, porque son muchísimos años que tengo al frente de una escuela.

E: ¿Crees que una persona que llega a cinturón negro es la misma persona que cuando comenzó a practicar? Explicáte al respecto ¿Qué podrías comentar sobre esto?

S: Hay muchos que cambian, muchos cambian,

E: ¿Para bien, para mal?

S: Para mal y vos tenes que indicarle el camino nuevamente, porque no todos siguen el camino de la amistad, que es un detalle muy importante, creen ser superior a ese amigo

que vos tenías en la práctica todos los días y vos practicabas con él y lo dejaste de lado porque vos sos cinturón negro.

Lo que yo te decía hace un rato, cultiva la amistad que vas a cultivar excelentes alumnos que van a seguir tu camino. Si es que tu camino es bueno.

E: ¿Querías agregar algo más? Alguna idea, algún pensamiento sobre lo hablado.

S: No sé, yo no soy de estas cosas, es más cientos de personas me han querido hacer esto y yo por una cosa u otra siempre pongo un pretexto.

E: Gané (risas)

S: No, no, sos la segunda persona.

E: Entonces fuimos dos los privilegiados (risas).

E: Muchas gracias por tu tiempo.

S: Pero por favor...

Entrevista N° 5

Entrevistador: ¿Qué graduación o cinturón tienes?

N: Verde punta azul.

E: ¿Qué edad tenías cuando comenzaste a practicar Taekwondo y cuanto tiempo de práctica posees?

N: Mira empecé creo con 56 o 55. Ponele que voy por los 5 años de práctica.

E: ¿Qué fue lo que te impulsó comenzar a practicar Taekwondo?

N: Al fallecer mi esposo empezó todo mal, en estado depresivo, bueno yo enfermé a mi hija, bueno, toda esa cosa fea y mal. Hasta que bueno, pasaron meses. Lo que yo si te puedo decir, darme cuenta es que la depresión es una cosa que vos crees que estás bien. Vos crees que estas bien y no estás así. Empecé a andar muy mal, salta nuevamente lo que es la enfermedad (cáncer). Voy a la doctora y ella me quería hacer entender en la situación que estaba y yo le decía que estaba bien. Entonces ella me lo mostró, cruelmente en qué situación estaba, cruelmente. Pero eso me sirvió para reaccionar. Pensé que sí, tenía razón, la depresión es una cosa silenciosa, que se te metió y vos no te das cuenta. No te das cuenta. Y de ahí tenía dos opciones o vivís o morís, era cara o seca. Si a mí hay algo que me sostuvo fue la parte espiritual. Siempre tuve a Dios muy presente en mi vida. Y eso fue siempre lo que me ayudó, me aferraba a eso. Bueno pasaron muchos meses, muchos, entonces un día. A... yo vivía con miedo día y noche, tenía las puertas cerradas, todo con llave de día y de noche.

Pasó el tiempo y un día me senté en la cama, entonces un día le había pedido mucho a Dios, que ya no quería más eso, entonces dije hay Dios ya no puedo seguir así, yo no quiero más esto, así no podía seguir. Me agoté, dije basta, basta, elijo vivir y de la mejor manera. Empecé a frecuentar un grupo donde somos puras mujeres y un solo hombre (20 años llevamos) que nació cuando mi hija mayor iba a la escuela, es el club de madres de la escuela. Empezamos a juntarnos en cada cumpleaños, éramos puras mujeres y un matrimonio, llevamos 20 años de la amistad esa y nos seguimos juntando en cada cumpleaños. Al inicio era juntarnos a tomar mate. Empecé a ir un ratito al grupo, solita un ratito. Si hay algo que les agradezco a ellas, ellas me ayudaban y sufrían en silencio, nunca me dijeron nada. En unos de estos cumpleaños les digo a una de ellas (Perla), sabes lo que me gustaría practicar, Karate, le dije. Habrá pasado un mes desde que le dije eso y entonces un día en la parroquia (porque yo pertenezco a un grupo de la parroquia, al igual que ella), la encuentro y me dice Nilda, Nilda tengo algo que decirte, vos el otro día en el cumpleaños me dijiste que querías hacer Taekwondo. Si yo saco conclusión había algo que siempre me llamaba, porque la serie Kung Fu yo la miraba siempre. Y bueno me dice Perla anda, anda, llévala a Rocío, que es la hija de ella, acompaña la y anda vos, ponete una calza y una remerita y anda. Te digo que no se me olvidó los días, ni la hora. Te digo eran como las siete y digo es la práctica, me cambie rápido y me fui. Cuando empecé me fui sin saber que había que rendir, no sabía nada,

fui de cabeza y me zambullí. Te digo que ahí el que me ayudó mucho en ese entonces fue Mauro (Instructor), el me alentaba, me decía levante la pierna izquierda, yo levantaba la derecha, gire para este lado, yo giraba para el otro (risas). Me costó mucho, tuve ganas de dejar. Pero vos sabes que a la segunda clase, yo venía del club caminando, no sabía nada, ni siquiera girar para el lado que me decían. Pero yo salía del club, caminando como si venían 50 y de 10, ese miedo que tenía me lo sacó el Taekwondo. En la segunda clase ya tenía una seguridad, no se me movía un pelo, igual me cagaban a palos (risas), pero estaba muy segura.

A mis amigas yo les decía cuando iba a practicar Taekwondo, voy a mi clase de terapia, para mí era clase de terapia, después de mucho tiempo empecé a decir Taekwondo, yo creo que mis amigas todavía piensan que voy a clases de terapia (risas).

E: ¿Qué virtudes identificas o identificabas en tu instructor de Taekwondo?

N: Lo que yo te puedo decir de Mauro (primer Instructor) el me alentaba, me decía que yo podía, porque llego un momento que yo quería pegar la vuelta y me dijo, no Nilda, no, si te gusta dale de a poco. Vos al ver que sos tan grande, si fueran todos grandes donde uno práctica pero eran todos chicos, es jodido. Mauro también es una excelente persona.

E: ¿Puedes mencionar algunos objetivos respecto del Taekwondo que te hayas propuesto y decir si los has alcanzado?

N: Es que todo para mí... digamos, yo todo el tiempo me estoy proponiendo que sí, hasta dos o tres movimientos que me dan me cuesta un montón. Todo el tiempo yo estoy pensando en mejorar, en lograrlo. Lo mío en lo físico, me cuesta mucho. Yo me propuse, no decir más no me sale, sino lo voy a intentar, lo intento.

E: ¿Percibiste algún cambio en tu persona desde que practicas Taekwondo? ¿A partir de que cinturón lo percibiste y cuáles fueron esos cambios?

N: Como te decía antes, el miedo fue un cambio, me saqué el miedo que tenía, me sentí más segura y fue prácticamente desde el principio.

E: Si tuvieras que describir a una persona que es cinturón blanco ¿Qué características tendría? ¿Cómo la describirías?

N: Sí, esa persona empieza a practicar y le gusta, lo que se proponga lo va a lograr. Si te gusta vas a romper todas las barreras, si las rompo yo... si hay algo con que yo me tengo que identificar es ser perseverante.

E: Según tu opinión ¿Cuáles son los requisitos para avanzar de un cinturón al siguiente?

N: Los movimientos y lo que tengas que aprender, cada cinturón tiene un avance. Tenes que esmerarte por alcanzarlo. Yo no sé si lo alcanzo en realidad, a la perfección imposible, pero yo trato de acercarme lo más posible, sí. Hay una dedicación claro.

E: ¿Crees que practicar Taekwondo brinda seguridad, confianza a una persona? Si es así ¿A partir de que cinturón pudiste evidenciar estos sentimientos?

N: A mí me la brindó, lo que yo decía en mi mente, porque yo pienso demasiado, yo decía Dios mío, fue increíble como que no encuentro explicación, yo me venía caminando por la calle como nada. Y así fue que mi vida cambió, en eso me superé.

E: ¿Si tu vida estaría en riesgo usarías el Taekwondo para defenderte?

N: Si lo aplicaría, estaría muy bien segura de que puedo, en ese instante y si en ese segundo veo que puedo creería que sí, sino me quedaría a la espera. Pero yo creo que si yo algún día, me sorprendieran y yo pueda estudiármela un segundo, yo creo que si yo estoy segura, doy el zarpazo, yo soy así.

E: ¿Cuándo comenzaste Taekwondo te costó adaptarte a las prácticas? Cuéntame.

N: Sí me costó mucho, por lo que te mencionaba anteriormente.

E: Observa la siguiente frase: “el Taekwondo me sirvió para...” ¿Cómo completarías esta afirmación?

N: Me sirvió como terapia y después para lograr un montón de cosas más, de patear, de girar. Como terapia lo bauticé al principio al Taekwondo. Después estás activa, llena de energía. Yo ahí encontré seguridad, un montón de cosas, vencer miedos. A mí me costaba mucho decir algo, es como que siempre estaba bloqueada. Pero ahora manejo bastante eso.

E: Mencionar algunos motivos que impidan u obstaculicen el crecimiento, progreso de un alumno dentro de esta disciplina.

N: Yo pienso que no hay nada que pueda impedirlo, siempre que vos tengas ganas de poner todo.

E: ¿Las prácticas de Taekwondo te ayudan a liberar tensiones, a estar más tranquila? Comenta al respecto

N: Sí, sí como te explicaba anteriormente.

E: ¿Crees que las personas que practican este arte marcial son personas pacíficas, es decir no violentas? ¿Qué dirías al respecto?

N: Yo creo que la mayoría no. Porque yo creo que en esto creces como persona, que mejoras tu carácter también. Por ahí podes encontrar alguno. Yo creo que en todo sentido yo he mejorado, en mi forma de ser, es como que me relaja.

E: ¿El crecimiento tanto personal como técnico del estudiante de Taekwondo, son requisitos para alcanzar el cinturón negro? ¿Qué opinas?

N: Sí, yo creo que sí. No sé si yo llegaría a cinturón negro, si un día me dicen usted no paso el examen está todo muy bien, sí algo quiero es ganármelo, aunque sea con un seis. Cada cinturón tiene una exigencia y vos para lograr al cinto negro lo tenes que demostrar. Lo que yo veo que cada cinturón hay más exigencia.

E: ¿Se podría identificar a un cinturón negro con los principios filosóficos del Taekwondo? Es decir que existiría una especie de correspondencia entre los principios filosóficos y una persona cinturón negro.

N: Si eso se ve. Unas de las cosas lindas que tiene el Taekwondo es el respeto hacia el otro.

E: ¿Podría llegar a ser cinturón negro un practicante de Taekwondo que no posea o haya alcanzado ninguno de los principios filosóficos?

N: No, pero hay casos. Que son cinturón negro, pero eso solo no más. De los principios nada.

E: Si tendrías que identificarte con los principios filosóficos ¿Con cuáles de ellos te identificarías y por qué?

N: Como te había dicho, con la perseverancia. Con ese principio.

E: ¿Crees que una persona que llega a cinturón negro es la misma persona que cuando comenzó a practicar? Explicate al respecto ¿Qué podrías comentar sobre esto?

N: Para mí es la misma pero con otras responsabilidades. Pero yo no tengo experiencia, yo a todos ustedes los conocí ya con el cinturón negro, tengo la experiencia de esta niña (compañera de práctica) que todavía no llegó y fijate como cambió. A mí me parece que un cinturón negro no te puede cambiar, tendrás otras obligaciones, pero no puede cambiarte tu persona.

E: ¿Querías agregar algo más? Alguna idea, algún pensamiento sobre lo hablado.

N: Lo que yo si te puedo decir es que yo trato de cambiar para mejorar, para mejor siempre para mejor.

E: Muchas gracias

N: No por nada.

Entrevista N° 6

Entrevistador: ¿Qué graduación o cinturón tienes?

C: Cinturón rojo.

E: ¿Qué edad tenías cuando comenzaste a practicar Taekwondo y cuanto tiempo de práctica posees?

C: Empecé a los 15 y hace 6 años que practico.

E: ¿Qué fue lo que te impulsó comenzar a practicar Taekwondo?

C: En realidad yo quería hacer boxeo, porque mi papá es boxeador y me dijeron que en el Aqua Gym había boxeo. Yo fui justo y caí en la clase de Sergio (su instructor) y me dijo no mira boxeo acá no hay, yo había entendido que sí, me dijo yo doy Taekwondo, si quieres venir a probar la semana que viene, vení y justo fui con una amiga que ya hacía Taekwondo y dije bueno voy a ir, fui dos clases y ya me quede ahí. Me gustó.

E: ¿Qué virtudes identificas o identificabas en tu instructor de Taekwondo?

C: La contención, más que nada, yo cuando empecé a ir, era una chica normal, pero con el tiempo yo empecé a relacionarme más con Sergio, a no verlo como un instructor, sino como un compañero, un amigo, un padre. Y hubo un tiempo que empecé a ir flojo porque mis padres se separaron, y un tiempo que yo también dejé porque tenía un problema de salud y el único que me llamaba era él. Yo no me separe de Sergio por eso, yo le debo mucho en ese sentido. Pero esa es la virtud, la contención.

E: ¿Puedes mencionar algunos objetivos respecto del Taekwondo que te hayas propuesto y decir si los has alcanzado?

C: Uno ya lo estoy cumpliendo, que es dar clases. Uno es ese. El otro es, no solo llegar a cinturón negro, sino a partir de cinturón negro llegar a crecer; quise también entrar a la selección de Taekwondo, pero no sé si voy a llegar (risas). En realidad primero fue superarme, porque yo empecé con un problema de salud, no podía respirar bien, tenía la columna desviada.

E: ¿Tenías escoliosis?

C: Peor, porque si la columna se seguía desviando me iba a perforar el pulmón.

E: ¿Y qué hiciste respecto a ese problema de salud?

C: Primero la postura, porque yo siempre estaba encorvada, después Sergio me hizo hacer espinales y ahí fue que se me acomodó y aparte la postura. Empecé a estirar la columna con esos ejercicios.

E: ¿Percibiste algún cambio en tu persona desde que practicas Taekwondo? ¿A partir de que cinturón lo percibiste y cuáles fueron esos cambios?

C: Sí, en el carácter... yo cuando empecé quería pegarle a todo el mundo y no quería hablar con nadie, porque pensaba que eran rudos y después me di cuenta que nada que ver. Cuando era amarillo empecé a decir el Taekwondo no es para andar pegándose en la calle, ahí tomé conciencia, pero más conciencia tomé fue cuando llegué a cinturón azul. Ya se ven otras cosas, ya te pegaron bastante en los torneos (risas).

E: Si tuvieras que describir a una persona que es cinturón blanco ¿Qué características tendría? ¿Cómo la describirías?

C: Agresividad (risas) porque son agresivos los cinturones blancos, desconcentrados. Desequilibrados porque muchos cinturones blancos que van y quieren hacer Taekwondo para ir a pegarle a alguien.

E: Según tu opinión ¿Cuáles son los requisitos para avanzar de un cinturón al siguiente?

C: Por lo menos en la teoría, saber que estás practicando y donde se originó. Por ejemplo... la técnica, la dedicación, porque no puedes ir dos clases e ir a rendir. Después el combate, en base a la técnica que cada uno tiene.

E: ¿Crees que practicar Taekwondo brinda seguridad, confianza a una persona? Si es así ¿A partir de que cinturón pudiste evidenciar estos sentimientos?

C: Sí, totalmente. En el azul, antes tenía mucho miedo cuando andaba en la calle. Porque te pegan un manotazo y te roban todo. Y ahora no me pasa.

E: ¿Si tu vida estaría en riesgo usarías el Taekwondo para defenderte?

C: Sí, por supuesto.

E: ¿Ni lo piensas?

C: Si, lo que me salga en el momento.

E: ¿Cuándo comenzaste Taekwondo te costó adaptarte a las prácticas? Cuéntame.

C: Si ni hablar...

E: ¿Qué te costaba?

C: Las correcciones, porque cuando uno empieza quiere patear la bolsa y eso. Y te dicen la cosa es así y así. Después con el tiempo te empieza a gustar esa parte.

E: Observa la siguiente frase: “el Taekwondo me sirvió para...” ¿Cómo completarías esta afirmación?

C: Me sirvió para tener objetivos porque la verdad en otros sentidos no hay objetivos, en el Taekwondo sí. En mi vida en el Taekwondo tengo objetivos, quizás en otras cosas, no. En el trabajo... no.

E: Mencionar algunos motivos que impidan u obstaculicen el crecimiento, progreso de un alumno dentro de esta disciplina.

C: La irresponsabilidad, faltar a las prácticas. Que es casi lo mismo. Y no querer aprender. O no aceptar las correcciones.

E: ¿Las prácticas de Taekwondo te ayudan a liberar tensiones, a estar más tranquila? Comenta al respecto

C: Si ni hablar. Llego a mi casa y ya me siento una lechuga (risas).

E: ¿Crees que las personas que practican este arte marcial son personas pacíficas, es decir no violentas? ¿Qué dirías al respecto?

C: El 50%. El 50% son pacíficas y el 50% nerviosas. En Villa Gobernador Gálvez había un Sabon nim (Instructor en Coreano) que tiene ciertos alumnos que se entrenan para competencia, solo combate. Yo hablé con él y le pregunté está buscando a alguien y me dijo: no, estoy viendo porque una de mis alumnas no quiere competir. Capaz que tiene miedo le dije. Y con la cara ya me contestó, era una cara violenta, me dijo: no, te puedo asegurar que no. Ahí te das cuenta que no es alguien pacífico, sino alguien violento. Él les pasa a sus alumnos esa violencia. Se puede ver...

E: ¿El crecimiento tanto personal como técnico del estudiante de Taekwondo, son requisitos para alcanzar el cinturón negro? ¿Qué opinas?

C: Sí, por supuesto. Si yo tuviera que elegir a una persona que es cinturón negro y su personalidad es totalmente orgulloso, pero lo hago volver al blanco, así no más le digo. Tu técnica es excelente pero volví al blanco. No aprendiste nada. Más que nada en el Taekwondo, me molesta ese tipo de gente. Yo creo que la humildad debería ser uno de los preceptos del Taekwondo.

E: ¿Se podría identificar a un cinturón negro con los principios filosóficos del Taekwondo? Es decir que existiría una especie de correspondencia entre los principios filosóficos y una persona cinturón negro.

C: Yo creo que el cinturón negro está formado por todo el Taekwondo, porque ya pasó por todo. Por cada etapa. Se supone que al llegar al cinturón negro ya está formado en los principios.

E: ¿Podría llegar a ser cinturón negro un practicante de Taekwondo que no posea o haya alcanzado ninguno de los principios filosóficos?

C: No, porque es algo base. Porque los principios filosóficos se van formando por etapas, por experiencia. Los vas adquiriendo para mí y si no adquiriste ninguno para mí no puedes ser cinto negro.

E: Si tendrías que identificarte con los principios filosóficos ¿Con cuáles de ellos te identificarías y por qué?

C: Perseverancia, porque yo por la medicina tengo prohibido hacer Taekwondo. O sea el médico me dijo así: “yo te aconsejo que dejes” y yo sin embargo seguí, aún teniendo el problema que tengo, yo sigo igual. Aunque me duela todo el tiempo eso que tengo yo sigo igual.

E: ¿Fue por el problema de escoliosis en la columna?

C: No fue por eso, yo tengo cinco nódulos en una mama, con un simple tacto se inflama y duele mucho. El médico me dijo que yo podría haber tenido ese problema, por el Taekwondo; me dijo que pare un poco de practicar. Entonces yo deje un año y volví a realizar únicamente la parte física, no combate, porque en los torneos iba a competir en formas y no en combate. Pero al tiempo empecé a competir en combate, no me aguante, me han golpeado varias veces pero me la re aguante.

E: ¿Crees que una persona que llega a cinturón negro es la misma persona que cuando comenzó a practicar? Explicate al respecto ¿Qué podrías comentar sobre esto?

C: No, muchos cinturones negros se olvidaron que un día fueron Gub (cinturón de color, desde el blanco a rojo punta negra). Conozco varios, hay muchos que se comportan como si nacieron cinturones negros. Me molesta tanto eso. Hay gente que no; hay gente que quiere más aprender que enseñar.

E: ¿Querías agregar algo más? Alguna idea, algún pensamiento sobre lo hablado.

C: No quiero agregar más nada...

E: Muy bien, ¡muchas gracias!

Entrevista N° 7

Entrevistador: ¿Qué graduación o cinturón tienes?

L: Cinturón negro, Primer Dan (denominado dentro de este arte marcial Bu sabon nim o ayudante de Instructor).

E: ¿Qué edad tenías cuando comenzaste a practicar Taekwondo y cuanto tiempo de práctica posees?

L: Tenía 14 y hasta hoy en día son 6 años, para 7 ya...

E: ¿Qué fue lo que te impulsó comenzar a practicar Taekwondo?

L: Fue así, yo practica árabe en el Aqua Gym.

E: Bailabas danza árabe...

L: Sí, y mi hermana fue una vez a buscarme y cuando bajó lo encontró a Lucas hacía guitarra con ella, entonces se puso a hablar, le dijo que si quería empezar que estaba bueno (Taekwondo). Entonces empezó mi hermana a practicar. Y bueno cuando yo hacía árabe había un chico que lo veía y me empezó a gustar y bueno ya que mi hermana empezó yo también empecé. Y fue más que nada por eso (risas).

E: ¿Qué virtudes identificas o identificabas en tu instructor de Taekwondo?

L: Lo bueno que para ser un profesor de artes marciales, me llamó la atención su manera de tratar con sus alumnos, siempre desde el principio el fue como un compañero de todos. No te veía como uno nuevo. Pasaba una clase y a la otra ya era como tu amigo. Eso es lo que me puedo acordar bien. El compañerismo.

E: ¿Puedes mencionar algunos objetivos respecto del Taekwondo que te hayas propuesto y decir si los has alcanzado?

L: Sí, uno de los primeros ya que no había sido una manera de empezar bien cuando empecé a practicar, me empezó a gustar y vi que de alguna manera me sentía floja. De un día para otro me empezó a gustar y tenía como objetivo alcanzar el cinturón negro.

E: ¿Qué cinturón tenías cuando sentiste el deseo de llegar a cinturón negro?

L: Creo que era verde...

E: ¿Percibiste algún cambio en tu persona desde que practicas Taekwondo? ¿A partir de que cinturón lo percibiste y cuáles fueron esos cambios?

L: Sí obviamente, aprendí a tomarme las cosas con más calma, como que lo rescato de ahí, bueno uno siempre tiene problemas familiares, esas cosas y es como si empecé a ver los puntos buenos de lo que me enseñaban. Más que nada el autocontrol, por ejemplo yo en mi casa discutía todo el tiempo con mi hermana. Me controlaba hasta acá. De otra disciplina no lo aprendí, sola no me hubiese dado cuenta. Y perdí el miedo,

porque en la escuela había unas chicas que a mí y a mis compañeras siempre que íbamos a educación física nos querían pegar. Ellas corrían atrás de nosotras y tuvimos que llegar a tal punto de escondernos adentro de un supermercado para que no nos peguen y yo llamándolo a mi papá. Cuando empecé Taekwondo tal vez la misma disciplina me hizo ver que tenía una manera de defenderme. Después de que empecé no me quisieron pegar más, decían uuu! Ludmila hace Taekwondo. Eso fue un punto a favor cuando empecé la secundaria.

E: Si tuvieras que describir a una persona que es cinturón blanco ¿Qué características tendría? ¿Cómo la describirías?

L: Se me viene obviamente la inocencia. He visto dos polos de cinturón blanco. Me refiero a lo que se ve de ellos por fuera o que son tímidos o que son muy agresivos. He visto que son vergonzosos, inocentes y en el caso de Axel (un compañero de práctica) que era agresivo. Ese es mi punto de vista... y en las personas mayores lo veo como que quieren experimentar algo nuevo.

E: Según tu opinión ¿Cuáles son los requisitos para avanzar de un cinturón al siguiente?

L: Principalmente la práctica. El esmero, el esfuerzo y las ganas obviamente. Me veo a mí misma rindiendo el Segundo Dan y veo que si quiero rendir tengo que ponerme a practicar bien, intentar ser mejor de lo que fui o soy ahora como practicante.

E: ¿Crees que practicar Taekwondo brinda seguridad, confianza a una persona? Si es así ¿A partir de que cinturón pudiste evidenciar estos sentimientos?

L: Sí, justamente lo que hablábamos recién...

E: ¿En tu caso en que cinturón lo evidenciaste?

L: Creo que era amarillo... por la situación que hablamos cuando las chicas me corrían en la escuela.

E: ¿Si tu vida estaría en riesgo usarías el Taekwondo para defenderte?

L: La verdad que no lo sé, porque creo que uno en esas situaciones nunca me ha pasado, en el caso de un robo, que es lo más habitual, nunca me ha pasado entonces no sé cómo reaccionaría yo.

Porque me acuerdo que Sergio (su instructor) nos decía siempre que los valientes son los que están en la tumba, los que se quisieron hacer los valientes. Porque capaz que te sentís seguro en la situación y te pasa algo igual, así que no sé cómo reaccionaría.

E: ¿En caso de que existiera la posibilidad de defenderte lo harías?

L: Sí, sí, sino corro peligro, si es algo así como que le pago y salgo corriendo o me defiende y salgo corriendo, sí. Espero que nunca me toque (risas).

E: ¿Cuándo comenzaste Taekwondo te costó adaptarte a las prácticas? Cuéntame.

L: No, creo que no, era medio infeliz (risas), era medio tonta, pero no me costó porque aparte en lo físico yo hacía árabe y tenía elongación. Me acuerdo que Sergio me alagaba por la elongación.

E: Observa la siguiente frase: “el Taekwondo me sirvió para...” ¿Cómo completaría esta afirmación?

L: Me sirvió para, una, creo que nunca me había planteado metas, pero nunca grandes. Para ver que si uno quiere puede. Me di cuenta que no es una disciplina aparte, lo que vos aprendes ahí lo aplicas en la vida, capaz que no sos consciente; el autocontrol como te decía o la perseverancia que son los dos preceptos.

E: Mencionar algunos motivos que impidan u obstaculicen el crecimiento, progreso de un alumno dentro de esta disciplina.

L: El rol de los padres es muy importante, porque obviamente si un padre no ayuda a su hijo en lo que le gusta o intenta hacer, no va a poder salir adelante nunca. En mi caso mi papá no quería que vayamos a las competencias porque mi hermana había vuelto con la nariz rota y no le gustaba eso. Pero no nos impedía, nos cuidaba por ese lado. Más que nada los padres. También como le enseñe el profesor, capaz si tienen un profesor que no trata bien a los alumnos, el alumno no va a querer ir más. Como se desarrolla el profesor con el alumno. Y que le guste al alumno porque a veces van obligados por los padres.

E: ¿Las prácticas de Taekwondo te ayudan a liberar tensiones, a estar más tranquila? Comenta al respecto

L: Sí, siempre porque es como yo les decía a mis compañeros el miércoles, yo les decía uno está en la facultad y está pensando constantemente en los trabajos, en las entregas y vos en el Taekwondo dejás eso de lado y pensás en enfocarte en aprender los tules (formas básicas), las técnicas, entonces tenes otro enfoque. Aparte de eso y en el lado deportivo mientras vos hacés deporte te liberás... me decía un chico, yo salgo a correr pero sigo pensando en las cosas. Ahí ves la diferencia que hay. También hay que ver porque capaz que uno va a practicar y está pensando constantemente, entonces no, tenes que ir, olvidarte de eso y concentrarte en la práctica. Y tomarlo bien porque hay algunos que van y se enojan porque no le sale esto o lo otro.

E: ¿Crees que las personas que practican este arte marcial son personas pacíficas, es decir no violentas? ¿Qué dirías al respecto?

L: Y... uno no sabe como es la persona, yo creo que cada uno de nosotros sabemos cómo somos y por ahí no conocemos totalmente a una persona, capaz que yo te puedo conocer a vos que en el deporte, sos pacífico pero yo te veo en tu casa o en otro lado y sos de otra manera. Por lo visto sí, superficialmente parece que todos los que practicamos hasta cierto punto, hay cosas que no, pero sí, eso sería.

E: ¿El crecimiento tanto personal como técnico del estudiante de Taekwondo, son requisitos para alcanzar el cinturón negro? ¿Qué opinas?

L: Sí, siempre. No tanto técnico pero personal sí. Porque yo me di cuenta cuando estaba en rojo, que había ciertas cosas que no me gustaban técnicamente como las hacía, cuando pude llegar al negro dije a mira yo hacía esto pero me gusta más como lo hago ahora.

E: ¿Se podría identificar a un cinturón negro con los principios filosóficos del Taekwondo? Es decir que existiría una especie de correspondencia entre los principios filosóficos y una persona cinturón negro.

L: Creería que sí, no todos pero algunos sí, te das cuenta en el respeto, viendo como practica, que se supera. En algunos casos sí...

E: ¿Podría llegar a ser cinturón negro un practicante de Taekwondo que no posea o haya alcanzado ninguno de los principios filosóficos?

L: No creería que no, creería que no porque más que nada veo como nos enseñan a nosotros, como nos enseñaron, yo creo que si yo soy instructor y veo que mi alumno no se auto controla o sea en su desarrollo, no es que no voy a dejar que rinda pero se corrige eso. No lo veo por ejemplo a un cinturón negro que en un torneo no tenga autocontrol, si tiene un precepto o principio puede llegar a ser cinto negro. Aparte más que nada uno llega a cinturón negro con el esfuerzo y planteándose un objetivo y lo ve ya cuando llega a azul más o menos. Uno va rindiendo cada vez con más ganas.

E: Si tendrías que identificarte con los principios filosóficos ¿Con cuáles de ellos te identificarías y por qué?

L: El autocontrol, me auto controlo mucho ahora más que nada ponele que yo discuto con alguien y veo que esa persona no tiene razón y yo lo sé y la persona está firme en su creencia. No le insisto. O si alguien me está buscando pelea, no le voy a dar el gusto. Y la perseverancia, siempre que empecé algo lo terminé, de chiquita, mi mamá nos enseñó, ustedes empiezan algo y lo terminan. El esfuerzo de uno es el resultado de lo que uno hace por eso aunque te cueste voy... la perseverancia. Bueno la cortesía, el respeto por el otro, un mayor por ejemplo o en el colectivo la gente que te empuja, le digo señor pida permiso. Siempre permiso, disculpa, lo básico del respeto y no por obligación sino porque me gusta ser así. Bueno la integridad en mi caso yo soy sociable con todos yo no te conozco pero te veo al lado y ya te empiezo a hablar.

E: ¿Crees que una persona que llega a cinturón negro es la misma persona que cuando comenzó a practicar? Explícate al respecto ¿Qué podrías comentar sobre esto?

L: No, no, creo que no. No porque, yo tomo mi caso y el de mi hermana. Mi hermana no ha llegado a cinturón negro, pero a algunas cosas no les dio mucha bolilla. Me comparo con mi hermana en este caso, por ejemplo ella no se auto controla, yo siempre fui más ágil en el aprendizaje, aprendía con mayor rapidez que ella. Cuando yo empecé Taekwondo era tímida en la escuela y bueno ahora me socializo más. Supongo que sí, que una persona cambia. Yo creo en mi persona que aprendí mucho y mucho se debe al Taekwondo y si hubiese practicado otra disciplina sería otro tipo de persona.

E: ¿Querías agregar algo más? alguna idea, algún pensamiento sobre lo hablado.

L: Lo que me quedó cuando fui cinturón negro fue que me agarró miedo. Miedo a ser más responsable en el sentido de ser instructor. Porque Sergio quería que seamos todos instructores, no por el hecho de ser una obligación, porque es lindo... yo quiero enseñar pero bien y es algo que me queda pendiente en el Taekwondo, la facultad me quita mucho tiempo en ese sentido y para dar clases de Taekwondo también hay que estudiar, no es solo ir y tirar patadas nada más. Tenemos una enciclopedia de la cual tenemos que estudiar y en ese sentido es complejo...

E: Bueno, muchas gracias por tu tiempo, eso es todo.

Entrevista N° 8

Entrevistador: ¿Qué graduación o cinturón tienes?

S: Cinturón azul.

E: ¿Qué edad tenías cuando comenzaste a practicar Taekwondo y cuanto tiempo de práctica posees?

S: Cuando empecé a practicar Taekwondo tenía alrededor de 15 años y tengo alrededor de 8 años de práctica.

E: ¿Qué fue lo que te impulsó comenzar a practicar Taekwondo?

S: Taekwondo empecé como la mayoría que empieza a practicar un arte marcial, viendo películas de Bruce Lee, Jackie Chan, me llamaban mucho la atención y me ponían muy loca. Entonces decidí porque mi mamá se enteró que en el Aqua Gym hacían Taekwondo, entonces probé ir y justo estaba un compañero mío de guitarra, entonces como él estaba ahí me sentí más cómoda por conocer a alguien. Entonces empecé...

E: ¿Qué virtudes identificas o identificabas en tu instructor de Taekwondo?

S: Las virtudes, más que nada él siempre incentivó a perseverar, a tener un espíritu indómito como dicen los preceptos del Taekwondo, de seguir hacia adelante, de avanzar a pesar de que a uno le cueste, siempre nos incentivó disciplina y esa manera que tenía de perseverar y compañerismo. Para mí fue como un padre porque me enseñó desde chica el deporte y en la vida también. Fue como un pilar para mi vida así que le debo todo y estoy muy agradecida de cómo fue el conmigo.

E: ¿Y ahora que tienes un nuevo instructor, qué virtud posee o que admiras?

S: Raúl (actual Instructor) es parecido a Sergio (su primer Instructor) en ese sentido, incentiva a seguir, a perseverar. Más que un deporte Taekwondo se formó una gran familia también.

E: ¿Puedes mencionar algunos objetivos respecto del Taekwondo que te hayas propuesto y decir si los has alcanzado?

S: Sí, el objetivo principal hoy en día es alcanzar a ser cinturón negro y si Dios quiere el año que viene rendir los cuatro cinturones que me faltan. Mi objetivo en el deporte sería ese, alcanzar el cinturón negro para de alguna manera agradecerle a mi instructor Sergio lo que hizo por uno, yo creo que va a estar muy orgulloso de verme negro.

E: ¿Percibiste algún cambio en tu persona desde que practicas Taekwondo? ¿A partir de qué cinturón lo percibiste y cuáles fueron esos cambios?

S: Y desde el blanco cuando empecé, porque era media tímida y Sergio me ayudó, ya que al segundo mes de práctica me llevó a un torneo, yo tenía un miedo porque ni me acordaba de las formas. Al final ese día hice todo al revés, me mandó igual a hacer

combate y fue una manera de sacarme los miedos que tenía frente a un combate, una lucha y entonces ahí me empecé a soltar más y adquirir confianza en uno mismo, que el también te daba para que uno venza los miedos y siga adelante. Desde que empecé te cambia.

E: Si tuvieras que describir a una persona que es cinturón blanco ¿Qué características tendría? ¿Cómo la describirías?

S: Ganas de aprender, primero y principal y hay que instruirlo para que en el día de mañana sean buenos instructores de Taekwondo y la inocencia, el blanco representa la inocencia así que más que nada sería eso.

E: Según tu opinión ¿Cuáles son los requisitos para avanzar de un cinturón al siguiente?

S: Esfuerzo y perseverancia. Las palabras que yo utilizo siempre, palabras que están en mi mente para todo lo que me propongo.

E: ¿Crees que practicar Taekwondo brinda seguridad, confianza a una persona? Si es así ¿A partir de que cinturón pudiste evidenciar estos sentimientos?

S: Sí, desde el principio ya te genera confianza en vos mismo. Porque se trata de ir avanzando y de superarte día a día. Aparte te enseña muchos valores y no es que uno practica Taekwondo para ir por la calle pegándole al mundo, sino más que nada para utilizarlo, que nuestro cuerpo es un arma que si sabes utilizarla bien para defenderte en casos que sean necesarios.

E: ¿Si tu vida estaría en riesgo usarías el Taekwondo para defenderte?

S: Sin dudarlo, por supuesto.

E: ¿Cuándo comenzaste Taekwondo te costó adaptarte a las prácticas? Cuéntame.

S: Sí, me costaba aprender las formas y todo eso. Me perdía...

E: ¿Otra cosa que te haya costado?

S: Bueno, el tema de llegar a horario era un desastre. Me costó llegar a horario, pero luego me fui acostumbrando. Rendir de cinturones eso me daba mucho miedo.

E: Observa la siguiente frase: “el Taekwondo me sirvió para...” ¿Cómo completarías esta afirmación?

S: Para enfrentar muchos momentos de mi vida, seguir hacia adelante. Para distraerme de las obligaciones que uno tiene cotidianamente, básicamente me sirvió para todo, lo tomé como un estilo de vida y hasta el día de hoy lo es. Yo si no hago Taekwondo hasta en el cuerpo se te nota, te sentís cansado, te mantiene activo y te hace bien a la salud también.

E: Mencionar algunos motivos que impidan u obstaculicen el crecimiento, progreso de un alumno dentro de esta disciplina.

S: Y cuando sos chico es más fácil porque vas a la escuela y te dan los horarios para practicar y todo eso. Pero cuando empezas a trabajar o a tener una vida facultativa, se te complican los horarios.

E: ¿Las prácticas de Taekwondo te ayudan a liberar tensiones, a estar más tranquila? Comenta al respecto

S: Sí más vale, te descargas un montón ahí. Descargas energía, llegas tranquila a tu casa.

E: ¿Crees que las personas que practican este arte marcial son personas pacíficas, es decir no violentas? ¿Qué dirías al respecto?

S: Son personas con carácter, tenes que tener carácter para hacer Taekwondo, pero se controlan la mayoría (Risas).

E: ¿El crecimiento tanto personal como técnico del estudiante de Taekwondo, son requisitos para alcanzar el cinturón negro? ¿Qué opinas?

S: Yo creo que sí, las dos cosas van de la mano porque uno crece en el deporte, se va instruyendo día a día para ser mejor instructor y enseñarles a los alumnos, entonces siempre se debe perfeccionar, actualizarse en todo, para brindarles lo mejor a sus alumnos.

E: ¿Se necesita un desarrollo personal para alcanzar el cinturón negro?

S: No, yo creo que uno ya es como es, no lo veo como que el objetivo sea llegar a cinturón negro para crecer como persona, no me parece que deba ser así. Yo creo que desde un principio se define como es la persona y un cinturón no te hace más que nadie, son todos iguales y el cinturón negro lo que hace es enseñarle a los demás.

E: ¿Se podría identificar a un cinturón negro con los principios filosóficos del Taekwondo? Es decir que existiría una especie de correspondencia entre los principios filosóficos y una persona cinturón negro.

S: No... obviamente, si sos cinturón negro tenes que tener los principios del Taekwondo. Eso te lo enseñan desde blanco y cuando llegas a cinturón negro lo tenes que tener dentro de uno.

E: ¿Podría llegar a ser cinturón negro un practicante de Taekwondo que no posea o haya alcanzado ninguno de los principios filosóficos?

S: No yo creo que no, tenes que estar instruido y si llegas a cinturón negro es porque realmente lo mereces, te esforzaste por llegar y ya adquiriste un tipo de conocimientos superior para instruir a los demás, tenes que estar bien formado para llegar a cinturón negro.

E: Si tendrías que identificarte con los principios filosóficos ¿Con cuáles de ellos te identificarías y por qué?

S: Perseverancia y espíritu indómito. Sería con los cinco principios pero más con esos dos.

E: ¿Crees que una persona que llega a cinturón negro es la misma persona que cuando comenzó a practicar? Explicáte al respecto ¿Qué podrías comentar sobre esto?

S: No, cambia la forma de pensar, de ver las cosas, porque uno va creciendo, va madurando. Esta instruido para estar a ese nivel.

E: ¿Querías agregar algo más? Alguna idea, algún pensamiento sobre lo hablado.

S: Me gustaría que se fomente el Taekwondo ITF, yo pienso que en el ITF hay más compañerismo y no es tan deportivo como lo muestran. Porque le preguntan a una persona que es el Taekwondo para vos, que ves en los juegos olímpicos y te dicen patada, patada y patada y para mí no es tan así, es una formación y no un simple deporte. Te cambia la vida y te enseña un montón de cosas también. Así que me gustaría que sea más reconocido y que pueda llegar a las personas que no tienen una situación económica buena para practicarlo. A personas que tienen discapacidad, como se ha implementado ahora, sin tener en cuenta la edad y la capacidad física como se está haciendo ahora.

E: Muchas gracias...

Anexo: B

A continuación, se expone en forma resumida dos momentos de una misma teoría, desarrollada por Theodore Millon. Se explica en forma retrospectiva el primer modelo, publicado en el año 1969 y luego el segundo modelo, publicado en el año 1990. Seguido de esta breve reseña histórica, se menciona en forma descriptiva y resumida, la consistencia del instrumento de estudio de la personalidad, desarrollado por Millon, el test MIPS (Inventario Millon de Estilos de Personalidad).

➤ EL modelo bio – social (1969)

El modelo de personalidad de Millon es un modelo bio – social de la personalidad, pues da cabida a aspectos del desarrollo y de la interacción del sujeto con el entorno.

El esquema del modelo fue formulado por Millon en 1969 y revisado en publicaciones posteriores (Millon, 1981) sobre la base de una teoría del aprendizaje bio – social, en la cual, el proceso evolutivo es el principal responsable del establecimiento de los estilos y trastorno de personalidad que se manifiestan en la adolescencia y edad adulta. Los principales factores que determinan el estilo de personalidad de un individuo son las experiencias pasadas y su constitución biológica.

Desde este punto de vista, los trastornos de la personalidad no pueden ser plenamente entendidos a partir de la definición de preconcepciones cognitivas, compulsiones de repetición inconscientes o disfunciones neuroquímicas, sino que éstas se conciben como manifestaciones (de la esfera cognitiva, comportamental y biológica, respectivamente) del fracaso en el establecimiento de relaciones entre el organismo y el ambiente durante la vida de la persona (Millon, 1981). La teoría sostiene que la interacción entre los aspectos biológicos y psicológicos no es unidireccional en el sentido de que los determinantes biológicos siempre preceden e influyen en el curso del aprendizaje y la experiencia. El orden de los efectos puede ser inverso, sobre todo en las etapas iniciales de la vida. Se trata de un sistema de aprendizaje biológico – social interactivo que tiene importantes consecuencias en el establecimiento de los estilos o trastornos de la personalidad posteriores.

Junto a esta concepción del desarrollo humano, Millon sostiene que la diversidad de teorías psicológicas puede tener cierto solapamiento en sus esquemas conceptuales y quizá puedan identificarse ciertas tendencias o temas comunes.

Millon analiza este aspecto y constata que desde principios de siglo, las teorías de la personalidad han utilizado un grupo de tres dimensiones para entender la personalidad: las dimensiones actividad – pasividad, placer – dolor y sujeto – objeto.

La dimensión actividad – pasividad hace referencia a si el comportamiento de la persona está orientado a tomar la iniciativa para configurar los acontecimientos que le rodean o si su comportamiento es básicamente reactivo a ellos.

La dimensión placer – dolor distingue entre la tendencia a conseguir refuerzos positivos del medio o la tendencia a alejarse de las experiencias y sucesos negativos.

Por último, la tercera dimensión, sujeto – objeto (yo – otros) muestra la tendencia de la persona por centrarse en sí mismo y lograr sus objetivos, o bien, centrarse en las necesidades de los demás antes que las suyas propias.

A partir de este esquema tripartito, Millon derivó patrones de personalidad que eran concebidos como formas complejas de comportamiento instrumental, es decir, formas de conseguir un refuerzo positivo y de evitar una estimulación negativa. Los patrones de personalidad reflejan el tipo de refuerzo que las personas aprenden a perseguir o evitar (placer – dolor), dónde intentar obtenerlo (en uno mismo o en los demás) y cómo han aprendido a comportarse para conseguirlo o evitarlo (actividad – pasividad).

➤ El modelo evolucionista (1990)

En 1990, Millon reformuló su modelo revisando las características más latentes y profundas que subyacen al comportamiento humano. Si bien la primera formulación del modelo fue derivada de los elementos comunes de las teorías psicológicas del siglo XX, en la segunda formulación adopta el principio de que ningún sistema de conocimiento puede probar sus proposiciones desde sí mismo, lo que supuso una asunción de principios de otras ciencias y su aplicación a la psicología. La principal conclusión de Millon es que la mejor manera de explicar las leyes más profundas del funcionamiento humano consistía en examinar los principios universales derivados de manifestaciones no psicológicas de la naturales (física, química, y especialmente, la biología). Así, los principios y procesos de la evolución fueron adoptados en su modelo.

La búsqueda de los principios universales de la evolución humana que se manifiestan en la esfera psicológica no contradecían el modelo de aprendizaje biosocial ni la teoría ontogenética de los estadios neuropsicológicos. En realidad, puede afirmarse, que Millon reinterpreta su modelo desde la biología evolutiva, pero el modelo permanece tal cual fue definido en 1969. La diferencia más importante es la consideración de una nueva dimensión, denominada abstracción, que se trata de representar la capacidad de simbolizar el mundo, tanto interno como externo.⁶

⁶ Diferencias individuales en deportistas. El modelo de personalidad de Millon, por A. García Naveira, 2008. Recuperado el 2 de septiembre de 2014 de http://www.psicodeportes.com/articulos/psicologia_deporte/El_Modelo_de_Personalidad_de_Millon.pdf

- El Inventario Millon de Estilos de Personalidad (MIPS) es un cuestionario compuesto por 180 ítems respecto de los cuales el sujeto debe determinar si le son aplicables (respuesta verdadero/falso); su objetivo es medir la personalidad de individuos adultos que funcionan normalmente y cuya edad está comprendida entre los 18 y los 65 o más años. Para completar la mayoría de los ítems se requiere un nivel de educación correspondiente al primer año de la escuela secundaria. La mayoría de las personas emplean 30 minutos o menos para responder al cuestionario.

El MIPS consta de 24 escalas agrupadas en 12 pares. Cada par incluye dos escalas yuxtapuestas (...) los 12 pares de escalas del MIPS se distribuyen en tres grandes áreas: Metas Motivacionales, Modos Cognitivos y Conductas Interpersonales. Además de los 12 pares de escalas de contenido, el MIPS incluye tres indicadores de validez: Impresión Positiva, Impresión Negativa y Consistencia.

Los tres pares de escalas incluidos en el área de Metas Motivacionales evalúan la orientación a obtener refuerzo del medio. El primer par trata de establecer en qué medida la conducta del sujeto está básicamente motivada por el deseo de obtener un refuerzo positivo (Apertura) o evitar una estimulación negativa (Preservación) procedentes del mundo. El segundo par evalúa en qué medida sus actividades reflejan una disposición a modificar el mundo (Modificación) o a acomodarse a él (Acomodación).

El tercer par se centra en la fuente del refuerzo, evaluando en qué medida el sujeto está motivado principalmente por metas relacionadas con él (Individualismo) o relacionadas con los demás (Protección).

Los cuatro pares de escalas incluidos en Modos Cognitivos examinan los estilos de procesamiento de la información. Los dos primeros, Extraversión o Introversión y Sensación o Intuición, evalúan las estrategias empleadas para recolectar información. Los dos pares restantes, Reflexión o Afectividad y Sistematización o Innovación, evalúan diferentes estilos de procesamiento de la información obtenida.

Los cinco pares de escalas incluidos en Conductas Interpersonales evalúan en qué medida el estilo de relacionarse con los demás tiene que ver en general con el Retraimiento o la Comunicatividad, la Vacilación o la Firmeza, la Discrepancia o el Conformismo, el Sometimiento o el Control y la Insatisfacción o la Concordancia.⁷

⁷ MIPS Inventario Millon de Estilos de Personalidad, por T. Millon, 2011, Buenos Aires, Paidós.

Anexo: C

➤ Origen y desarrollo de las artes marciales

Se dice que la agricultura, la pesca, la caza, la ciencia médica, el comercio y el idioma escrito fueron enseñados durante los reinos de los tres emperadores míticos chinos BOK HI, SIN NONG y HWANG JE, por el año 3500 A.C.

Por otro lado, los frescos murales de las tumbas situadas a lo largo del río Nilo y las inscripciones jeroglíficas grabadas en las pirámides muestran que los egipcios tenían una forma de combate sin armas similar al boxeo desde el año 3000 A.C.

También tenemos pruebas que los guerreros de Mesopotamia y Sumer (3000 A.C. – 2300 A.C.) practicaban unas técnicas de combate a mano desnuda. Así que podemos imaginar que los seres humanos primitivos dependían de sus manos y pies para vencer a enemigos, animales y obstáculos naturales para su supervivencia.

Con el progreso del conocimiento humano y de la sabiduría, esos métodos primitivos de combate se mejoraron gradualmente y de modo continuo. Luego, llegaron a ser sistematizados, como artes marciales.

En la época de las ciudades – estados griegas (700 A.C.) el boxeo, la lucha y otra forma de combate eran pruebas regulares de las olimpiadas. Las obras de Homero (800 – 900 A.C.) contiene descripciones de combate sin armas, y el filósofo griego Platón (347 – 427 A.C.) menciona Skiamachia (combates sin adversarios), forma de boxeo para formar el Pancratium. Era un sistema de combate en el cual el cuerpo entero servía de arma. Los practicantes griegos del Pancratium se transformaron con el tiempo en gladiadores romanos. Los juegos de los gladiadores eran deportes feroces realizados para divertir a los espectadores durante la edad de oro del Imperio Romano.

Estos juegos fueron introducidos en Alemania, Normandía e Inglaterra después del derrumbamiento de Roma y llegaron a ser la base del boxeo y de la lucha moderna.

Está registrado que algunos tipos de pelea a mano abierta fueron extensamente practicados en China antiguamente.

El arte de Palgwae floreció durante la era de Ju Gong (aproximadamente 2000 A.C.) y se fue perfeccionando durante la dinastía Song 1000 años después.

Por todo el mundo numerosos estilos de peleas con pies y mano han sido desarrollados, cada una de las cuales refleja las necesidades del momento y la base histórica y cultural del país donde se originó.

En China, la pelea a mano abierta se llamaba Kung – Fu o Daeji – Chon en India Selambam, en Francia Savaté, en Japón Judo, Karate, Aikido o Jujitsu, en Rusia Samba, en Malasia Bosilat, en Tailandia Kick Boxing y en Corea es conocido como Taek – kyon, Soo – Bak – Gi y Taekwondo.

Algunas de estas formas de auto – defensa, sin duda alguna son tan antiguas como la misma humanidad. Sería virtualmente imposible de rastrear la pelea con pies y mano a un solo comienzo.

Ciertamente hay muchas leyendas respecto a los orígenes de tales combates sin armamento y frecuentemente se ha dejado que la leyenda se acepte como verdad.

Hay algunas autoridades que creen que el combate a mano abierta surgió en China durante el siglo VI por un renombrado monje budista llamado Bodhidharma (Tamo en Chino, Daruma en Japonés), tercer hijo de un rey hindú Brahman, el cual fue conocido como el vigésimo octavo patriarca hindú del Zen Budista.

La esencia del Zen o doctrina de tranquilidad es rehuir el deseo material, poder, codicia, vanidad a través de un esclarecimiento interno.

Daruma (448 – 529 D.C.) supuestamente viajó desde un monasterio al sur de India hasta China vía los Himalayas para instruir al monarca de la Dinastía Liang en las prácticas del budismo.

Se sostiene que al arribar a China, fue a un monasterio llamado Shaoling situado en la montaña Shao Shink en el año 520 D.C.

Ahí se tomó la tarea de enseñar budismo a los monjes chinos. Ellos quedaban exhaustos de la severa disciplina y el paso intenso marcado por el Daruma. Para entrenarse aceptaban la dureza de la disciplina. Daruma los introdujo a un método de acondicionamiento físico y mental resumido en los libros I – Jing Kyong (desarrollo del músculo) y Si Shim Kyong (lavado de mente). Esto era para encaminarlos a la liberación de todo control consciente y por lo tanto permitirles obtener esclarecimiento. Al mismo tiempo, completar sus ejercicios diarios con Shih Pa Lohan (18 movimientos de mano Lo – han), los cuales imitan la postura de 18 diferentes ídolos religiosos.

El resultado fue que se convirtieron en los más formidables combatientes de toda China.

También se dice que este método fue últimamente combinado con el SHIH PA LO – HAN para formar el famoso boxeo de SHAOLING o CH'YAN FA (método del puño de SHAOLING).

Pocos recuerdos históricos sostienen esta historia. Al estudiar con atención las pruebas, es más factible que DARUMA haya llegado a China durante la dinastía Liang en el siglo VI. Inicialmente quería enseñar el budismo al rey Moo Je en Kwang Joo pero le negaron su presencia sobre las tierras del palacio. El misionero pues, se fue a un pequeño país situado en el Norte de China llamado Ui donde lo invitaron para que enseñara al rey Myong je.

Debido a razones que no conocemos Daruma declinó su invitación y se retiró al templo Shaoling donde se quedó meditando y dedicándose al culto hasta su muerte, ocurrida nueve años después.⁸

⁸ Taekwondo El arte coreano de la defensa personal, por H. H. Choi, 1996, International Taekwon-Do Federation, p. 18, 19.

Anexo: D

➤ La historia del Taekwon - Do

A pesar de que los orígenes de las artes marciales estén rodeados de misterios, consideramos que desde tiempos inmemoriales hubo acciones físicas que implicaban el uso de las manos y de los pies para un propósito de autodefensa.

Si tuviéramos que definir estas acciones físicas como Taekwon - Do, todos los países podrían presentarse como los inventores del Taekwon - Do, sin embargo, hay pocas semejanza entre Taekwon – Do que se practica hoy y las formas primarias de combate desarmado desarrolladas en el pasado.

El Taekwon – Do moderno se diferencia mucho con las otras artes marciales en realidad, ningún otro arte marcial es tan avanzado en lo que se refiere a la sofisticación y a la eficacia de sus técnicas o al bienestar físico general que genera en los participantes.

Es un error pensar que todas las acciones físicas realizadas utilizando la mano y el pie para la autodefensa son Taekwon – Do, pues que las teorías, la terminología, las técnicas, el sistema, los métodos, las reglas, el traje de práctica, y el fundamento espiritual fueron científicamente desarrollados, sistematizados, y denominados por el autor. Solo los que practican técnicas basadas sobre la teoría, los principios y la filosofía del autor pueden ser considerados como verdaderos estudiantes del Taekwon – Do.

¿Cuándo y donde empezó el Taekwondo?

Un conjunto de circunstancias hicieron posible que se origine y desarrolle el Taekwon – Do. Además de mi conocimiento anterior de Taek Kyon, tuve la oportunidad de aprender el Karate en Japón durante los tristes 36 años que mi país estuvo ocupado por los japoneses. Poco después que Corea fuera liberada en 1945, me encontré en la posición privilegiada de ser miembro fundador de la recién formadas Fuerzas Armadas de Corea del Sur.

Así por un lado adquirí un sentido de creación y por otro lado obtuve el poder para diseminar el Taekwon – Do a través de todas las fuerzas armadas, a pesar de una furiosa oposición.

El surgimiento del Taekwondo como un arte marcial internacional en un corto plazo se debe a varios factores. Los demonios de la sociedad contemporánea (corrupción moral, materialismo, egoísmo...) han creado un vacío espiritual. El Taekwon – Do era capaz de compensar este sentimiento de vacío, decadencia y falta de confianza.

Además eran tiempos muy violentos, cuando el pueblo sentía la necesidad de dominar un método de protección, la superioridad de la técnica de Taekwon – Do llegó a ser muy reconocida. Mi status social, las ventajas de ser el fundador del Taekwon – Do y mi

buena salud también contribuyeron al rápido crecimiento del Taekwon – Do por todo el mundo.

Mi práctica de las artes marciales hicieron mucho para mejorar la salud que Dios me dio. Nací enclenque y débil y mi profesor de caligrafía me incitó a aprender el Taek Kyong cuando tenía 15 años. En 1938, pocos días de salir de Corea para ir a estudiar a Japón ocurrió un incidente imprevisto, en el cual fui implicado y que mi regreso a Corea me haría correr el riesgo de represalias en mi contra.

Decidí llegar a ser cinturón negro de Karate cuando estaba en Japón.

Pensaba que estas técnicas constituían una protección suficiente contra los que quisieran hacerme daño. No podía regresar a Corea y además yo inicié más tarde el movimiento de liberación nacional conocido como el incidente de los soldados estudiantes de Pyong Yang. Me pusieron en una prisión militar japonesa durante cierto tiempo. En enero de 1946, recibía el grado de subteniente en la recién nacida república de Corea y fui destinado al cuarto regimiento de infantería de Kwangju, en la provincia de Cholla del sur como comandante de compañía.

Empecé a enseñar el Karate a mis soldados como medio de entrenamiento físico y mental. Entonces comprendí que teníamos que desarrollar nuestro propio arte marcial nacional. Superior en espíritu y técnica al Karate japonés.

Estaba fuertemente convencido de que el hecho de enseñarlo por todo el país me permitía realizar la promesa que había hecho a mis tres compañeros quienes compartieron mi encarcelamiento por causa de los japoneses.

La razón por la cual nuestro pueblo sufre así en la mano de los japoneses, dije yo, es que nuestros antepasados fallaron en dirigirnos con sabiduría. Han explotado al pueblo y, finalmente, perdieron el país ante la dominación extranjera.

Si un día recuperamos nuestra libertad e independencia, no seamos los dirigentes del pueblo. Al contrario dediquémonos a aconsejar a los que gobiernan.

Fue con esa ambición de que empecé a desarrollar nuevas técnicas, en forma sistemática a partir del mes de marzo del mismo año.

Al final del año 1954, casi había terminado de fundar un nuevo arte marcial para Corea, y el 11 de abril de 1955, este arte recibió el nombre de “Taekwon – Do”.

A nivel espiritual, el Taekwon – Do es el resultado de los principios tradicionales, éticos y morales de Oriente, además, claro, de mi filosofía personal.

Aunque sólo mido 5 pies de alto, me enorgullezco por haber vivido en concordancia estricta con mis convicciones morales.

Trate de luchar del lado de la justicia sin ningún temor.

Esto me fue posible gracias a la formidable potencia y al espíritu indomable instigado por el Taekwon – Do.

Las técnicas físicas del Taekwon – Do se basan sobre los principios de la ciencia moderna en particular de la física de Newton quien nos enseña el modo de generar máxima potencia. También fueron incorporadas las técnicas militares de ataque y defensa.

Quisiera precisar que, aunque el Karate y el Tae Kyon fueron utilizados como referencia en el curso de mi estudio, las teorías y los principios fundamentales del Taekwon – Do son totalmente diferentes de las otras artes marciales del mundo.

En marzo de 1959 llevé al equipo militar para dar una demostración de Taekwon – Do por el extranjero, visitamos Vietnam del sur y Taiwán. Fue el primer viaje de este tipo en la historia de Corea. En esa ocasión, reiteré mi resolución de dejar mi legado personal al mundo, bajo la forma del Taekwon – Do, y formulé los ideales básicos siguientes para los practicantes:

- 1) Desarrolla una mente recta y un cuerpo fuerte, para darte la confianza, para estar siempre del lado de la justicia.
- 2) Debemos unirnos con todos los hombres en una hermandad de sangre sin importarnos la religión, raza, nacionalidad o fronteras ideológicas.
- 3) Debemos dedicarnos a construir una pacífica sociedad donde la justicia, moralidad, la honestidad y el humanismo prevalezcan.

También me resolví a dedicarme a la difusión mundial del Taekwon – Do con mi sincera esperanza de que esto proveerá la unificación de mi dividida madre patria.

Mi estudio del Taekwon – Do fue de dos tipos, disciplina espiritual y perfección técnica. Porque el espíritu humano pertenece al reino metafísico, lo que quiero significar al hablar de disciplina espiritual no es fácil de describir. No se puede tocar, vender o entender el espíritu del hombre.

Es más profundo y ancho que todo lo perceptible.

Con respecto a eso yo mismo sólo soy un estudiante que practica un proceso continuo y nunca terminó de estudiar.

Llegué a definir las dimensiones espirituales del Taekwon – Do como el hecho de fusionarse con los ideales del Taekwon – Do y llegar a comprender el sentido completo de las formas del Taekwon – Do.

Si nos consideramos uno con el Taekwon – Do, lo respetaremos tal como respetamos nuestro cuerpo y nunca se empleará el Taekwon – Do de un modo deshonesto.

Los nombres de las formas provienen de los personajes más famosos que produjeron los casi cinco mil años de la historia coreana. Una comprensión correcta de las formas lleva

inevitablemente a apreciar que el Taekwon – Do es un arte marcial que sólo se utiliza para la autodefensa y por la causa de la justicia.

La historia de Corea no contiene ni un ejemplo en el cual sus fuerzas militares hubieran sido empleadas para invadir a su vecino o para un propósito que no sea defensa nacional.

En el aspecto técnico, he creado una amplia variedad de técnicas que se pueden utilizar en casi todas las situaciones.

Se basan sobre los siguientes principios:

1. Cada movimiento tiene como objetivo producir la potencia máxima de acuerdo con las fórmulas científicas y el principio de energía cinética.
2. Los principios detrás de la técnica tienen que ser tan claros que aún los no conocedores del Taekwondo sean capaces de distinguir un movimiento correcto de otro incorrecto.
3. La distancia y el ángulo de cada movimiento deben ser exactamente definidos a fin de realizar un ataque o una defensa más eficaz.
4. El propósito y el método de cada movimiento tienen que ser sencillos y claros, para facilitar sus enseñanzas y el proceso de aprendizaje.
5. Métodos de enseñanza racionales deben ser desarrollados para que todos, jóvenes y viejos, mujeres y hombres puedan gozar de los beneficios del Taekwon – Do.
6. Métodos correctos de respiración tienen que ser enseñados, incrementando la velocidad de cada movimiento y reduciendo el cansancio.
7. El ataque debe ser posible contra cualquier punto vital del cuerpo y debe ser posible defenderse contra todas las variedades de ataque.
8. Se debe definir cada herramienta de ataque claramente y en función de la estructura del cuerpo humano.
9. Cada movimiento debe ser fácil de ejecutar permitiendo a los estudiantes disfrutar el Taekwon – Do también como un deporte y una recreación.
10. Hay que dar una consideración especial a la promoción de la salud y a la prevención de las lesiones.
11. Cada movimiento tiene que ser armonioso y rítmico para que el Taekwon – Do sea estéticamente agradable.
12. Cada movimiento de una forma debe expresar la personalidad y el carácter espiritual del personaje que tomó su nombre.

La adhesión a estos principios básicos es lo que hace al Taekwon – Do un arte marcial, un arte estético, una ciencia y un deporte.⁹

⁹ Taekwondo El arte coreano de la defensa personal, por H. H. Choi, 1996, International Taekwon-Do Federation, p. 23, 24, 25.

Anexo: E

Principios filosóficos:

- Cortesía: se puede decir que la cortesía es una regla no escrita dada por los antiguos maestros de la filosofía, como medio de elevación del ser humano. Más aún puede ser considerado como el criterio esencial que se le requiere a un mortal. Los estudiantes del Taekwon – Do tienen que intentar poner en práctica los elementos siguientes de cortesía para construir un carácter noble y también para entrenarse de una manera ordenada.
 - 1) Promover el espíritu de concesiones mutuas.
 - 2) Avergonzarse de sus vicios, despreciando los de los otros.
 - 3) Ser educado para con los demás.
 - 4) Fomentar el sentido de justicia y humanidad.
 - 5) Distinguir el instructor del estudiante, el senior del junior, el mayor del menor.
 - 6) Comportarse con educación.
 - 7) Respetar a los bienes ajenos.
 - 8) Actuar con justicia y sinceridad.
 - 9) Abstenerse de dar o aceptar cualquier presente en caso de duda.

- Integridad: en Taekwon – Do, la palabra integridad se refiere a una noción más amplia que la definición que de esta palabra da un diccionario cualquiera. Uno tiene que distinguir lo correcto de lo incorrecto y tener conciencia, si es incorrecto de sentirse culpable. Aquí fueron listados unos ejemplos de falta de integridad:
 - 1) El instructor que se menosprecia a sí mismo y a su arte al enseñar técnicas incorrectas a sus estudiantes, sea por falta de conocimiento o apatía.
 - 2) El estudiante que se menosprecia a sí mismo preparando de antemano con trucos los materiales que deben ser todos durante las demostraciones.
 - 3) El instructor que disimula sus técnicas defectuosas con una sala de entrenamiento lujosa y falsos halagos a sus estudiantes.
 - 4) El estudiante que obtiene un rango sólo con un propósito egocéntrico o por sentirse más poderoso.
 - 5) El instructor que enseña y promueve su arte solo con un propósito material.
 - 6) El instructor o el estudiante cuyas acciones son diferentes a sus palabras.
 - 7) El estudiante que se siente avergonzado a pedir opiniones de sus menores.

- Perseverancia: hay un antiguo dicho oriental, la paciencia lleva a la virtud o al mérito. Uno puede construir un hogar más pacífico siendo paciente 100 veces. Ciertamente, la felicidad y prosperidad parecerían provenir de personas pacientes. Para lograr algo, tal como una alta graduación o el perfeccionamiento técnico y obtener el objetivo buscado, uno debe perseverar constantemente. Robert Bruce aprendió su lección de perseverancia del persistente esfuerzo de una lenta y solitaria araña. Fue su perseverancia y tenacidad lo que finalmente le

posibilito liberar a Escocia en el siglo XIV. Uno de los más importantes secretos para convertirse en un líder en Taekwon – Do es sobreponerse a toda dificultad con perseverancia.

Confucio dijo: “Quién es impaciente en temas triviales fallará en sus logros en asuntos de mucha importancia”.

- Autocontrol: este principio es extremadamente importante tanto dentro como fuera del Do Jang, en como uno se conduce en combate libre o en temas personales y privados. La pérdida de autocontrol en combate libre puede provocar un desastre, tanto en uno mismo como en el oponente. Una inhabilidad para vivir y trabajar con plena capacidad también es una pérdida de autocontrol. De acuerdo con Lao – Tzu “El más fuerte es la persona que gana sobre sí mismo más que sobre cualquier otro”.
- Espíritu Indomable: aquí yacen 300, que cumplieron su deber, un epitafio sencillo para uno de los mayores actos de coraje conocidos por la humanidad. Frente a las fuerzas superiores de Xerxes, Leonidas y sus 300 espartanos en Thermopylas demostraron al mundo el significado del espíritu indomable. Se manifiesta cuando una persona enfrenta un problema inmenso utilizando su valentía y sin renunciar a sus principios.
Un estudiante serio del Taekwon – Do siempre debe ser modesto y honesto. Si éste confronta una injusticia, actuará contra el beligerante sin ningún temor o vacilación, con un espíritu indomable, sin tener en cuenta el número de las personas que debe enfrentar.¹⁰

¹⁰ Taekwondo El arte coreano de la defensa personal, por H. H. Choi, 1996, International Taekwon-Do Federation, p. 13, 14.

Referencias bibliográficas:

Casarico, Gabriela (2015, marzo, 20). *La evaluación de personalidad: el MIPS y su utilidad en el fútbol*. Recuperado de http://www.psicologosdeldeporte.com/art_evaluacion.html

Choi, Hong (1996). *Taekwondo, El arte coreano de la defensa personal*. Argentina: Publicado por International Taekwon-Do Federation.

García Naveira, Alejo (2008, abril, 08). *Diferencias individuales en deportistas. El modelo de personalidad de Millon*. Recuperado el 2 de septiembre de 2014 de http://www.psicodeportes.com/articulos/psicologia_deporte/El_Modelo_de_Personalidad_de_Millon.pdf

Griffa, María & Moreno, José (2008). *Claves para una psicología del desarrollo. Volumen II*. Buenos Aires, Argentina: Lugar Editorial.

Group, The (2016). *The Millon Personality Group. Evolution-Based Personality Theory*. Recuperado de http://www.millon.net/content/evo_theory.htm

Laplanche, Jean & Pontalis Jean (2004). *Diccionario de psicoanálisis*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Paidós.

Marrero Gonzalo & José Martín, Albo & Núñez Alonso, Juan (2000). *Perfil de personalidad del tenista. Revista de psicología del deporte*. Dossier (2003, 31 de marzo). Recuperado de <http://www.rpd-online.com/article/view/129/129>

Millon, Theodore (2006). *Trastornos de la personalidad en la vida moderna*. Barcelona, España: Editorial Masson S.A.

Millon, Theodore (2011). *Inventario Millon de estilos de personalidad*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Paidós.

Riera, Joan (1997). *Acerca del deporte y del deportista. Revista de psicología del deporte*. Dossier (2003, 04 de enero). Recuperado de <http://www.rpd-online.com/article/view/129/129>

Roffé, Marcelo (2009). *Evaluación psicodeportológica: 30 test para evaluar en deportes*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Lugar.

Thomas, Alexander (1982). *Psicología del deporte*. Barcelona, España: Editorial Herder.