



Una ligera taza de arroz antes de empezar el ejercicio



Estos deportes tienen un origen religioso. Por eso, al empezar un combate, hay primero una pequeña ceremonia de recogimiento espiritual, el cuerpo arrodillado e inclinado sobre el suelo



la mujer japonesa se defiende

judo, aikido y naginata, tres deportes que renacen entre la juventud femenina del japon

durante años estuvieron prohibidos por los norteamericanos

“estos deportes forman el carácter femenino”, afirma el director de la escuela aikoku gakuen

El Japón tradicional ha cuidado a través del tiempo, de la educación física de su juventud tanto masculina como femenina. Las técnicas de defensa personal han sido sublimadas hasta tal extremo en el Imperio del Sol Naciente que sería muy difícil concretar si se trataba de simples deportes o de artes. Oficialmente, estas actividades son consideradas ahora como deportes y desde este punto de vista nos referimos a ellas.

El *judo*, el *aikido* y el *naginata*, ejemplos típicos de estos deportes, han sido enseñados tradicionalmente en todas las escuelas niponas, tanto a los muchachos como a las muchachas, por considerarlos eficaces sistemas de defensa personal. Pero, los norteamericanos no tenían el mismo punto de vista.

Terminada la segunda guerra mundial, las Fuerzas norteamericanas de ocupación en el archipiélago japonés prohibieron terminantemente la práctica y enseñanza de estos deportes, por considerarlos como posibles entrenamientos premilitares de carácter eminentemente ofensivo.

DEFENSA PERSONAL

Sin embargo, no es así. Los elementos técnicos de estos deportes son más defensivos que ofensivos y así lo han considerado los profesores de educación física.