

Taekwon-Do y Ciberseguridad



Contrapunto

texto: **Silvia Montenegro**
video: **Juan Marino**

¿Qué es el Taekwon-Do?

Un contundente método de combate sin armas. Un arte marcial moderno con raigambre en una milenaria tradición guerrera. Un estilo de vida. En esta nota, Juan Marino entrevista al Gran Maestro Néstor Galarraga.

Con el objetivo de profundizar en la esencia del Taekwon-Do, que desde sus lineamientos propone recorrer un camino interior hacia la “sabiduría en la mente, la fortaleza en el cuerpo y la pureza en el corazón”, Juan Marino, gerente regional de Ciberseguridad de Cisco, visitó al Gran Maestro Néstor Galarraga, quien dirige una organización con más de 200 mil practicantes y es referente no solo en el propio deporte sino en su enseñanza y difusión. Sus trabajos en diferentes áreas concernientes al Taekwon-Do son reconocidos en el campo internacional y valorados por su seriedad y originalidad.

Al inicio del encuentro, Juan Marino expresó el gran honor de disfrutar de ese momento y de conversar

con el autor del libro “El Poder del Guerrero”, publicado por la editorial Tequisté en plena cuarentena por COVID-19, y que incluye las reflexiones, anécdotas y conceptos del deportista argentino luego de una gran trayectoria: “Leí detenidamente su libro, pero no puedo dejar de preguntarle justamente ¿dónde reside el poder del guerrero?”.

Para Néstor Galarraga, se trata de una construcción interna, que fortalece el exterior y alumbró un potente descubrimiento personal: “El verdadero poder está adentro. Aprender a defenderse es un camino a través del cual, irreversiblemente, uno termina en lo introspectivo”.

Táctica y Estrategia

El paralelismo entre el deporte y la ciberseguridad, que fue la hipótesis que acercó al representante de Cisco al Dojang -espacio físico para el entrenamiento del Taekwon-Do-, se reveló desde el comienzo del encuentro: “En ciberseguridad nos defendemos no solo de un atacante sino de toda una organización criminal, y en ese camino de la defensa hay muchas cosas para hacer. En nuestro ámbito decimos que el atacante tiene tácticas, técnicas y procedimientos, ¿cómo se juega eso en el Taekwon-Do?”.



Federico Teissandier y Gonzalo Hauri durante una práctica para ilustrar la entrevista.



Contenido audiovisual con demostración práctica.

Integridad

Perseverancia

Autocontrol

Cortesía

Espíritu Indomable

El Gran Maestro explicó que el enfoque es parecido: “Hay una estrategia general, luego está la táctica, que interviene para aplicar diferentes partes de esa estrategia, que es, te diría, universal. Hay 2000 combinaciones de técnicas de mano, y 1800 combinaciones de técnicas de pie. Entonces, es muy amplio hablar de la estrategia, porque hay que tener en cuenta el contexto. No es lo mismo defenderse adentro de un transporte público o en una casa, no es lo mismo estar solo o acompañado por tus hijos. Si sufrís un asalto y estás acompañado por tu familia, la reacción defensiva está limitada. Y si estás solo tal vez pueda darse la oportunidad de crear una situación en la que puedas reaccionar y defenderte, sobre todo cuando se percibe que está en riesgo la integridad”.

Percepción y Disciplina

Juan Marino consultó sobre la “fantasía” que suele rodear a las artes marciales que postula al experto como alguien capaz de afrontar con éxito cualquier situación de peligro: “¿Cómo lo ve usted? ¿Cómo es prepararse para lo que no se conoce? En ciberseguridad, de alguna manera, nos sucede lo mismo, no sabemos cómo nos van a atacar...”, consultó.

“Es cierto. Cuando empecé a practicar tenía la ilusión de poder defenderme frente a diez personas armadas. Sin embargo, el arte marcial realmente forma en cómo no entrar en una situación de desventaja, es decir, te va preparando el ojo, te va volviendo mucho más sensible, y desde allí se revela un estado de percepción respecto a la violencia fundamentalmente. Al percibir, podés decidir con mucha claridad dónde pararte”.

“Me imagino que esa percepción impide que uno entre en pánico y sepa cómo responder”, completó Juan Marino, y agregó que los expertos tecnológicos no pueden quedarse solo en la teoría: “Las organizaciones más maduras simulan escenarios de ataque y defensa. ¿Cuál es el rol de la simulación y del juego en un arte marcial?”.

Néstor Galarraga explicó que en Taekwon-Do todo es práctica: “Su desarrollo no se da a través de un libro desde el cual aprender, se da desde la práctica. Es entrar en una comunidad donde todo se aprende a través del trabajo. Nosotros estamos íntimamente relacionados con el juego, hay alguien que ataca y otro que juega a defenderse, y eso se lleva a estados muy cercanos a la realidad, porque, digamos, el concepto de marcialidad es indispensable para poder ponerle control a la pelea.



Marino y Galarraga durante la conversación.

Si tomamos esa base, yo preparo a dos personas para que peleen prácticamente hasta en un estado natural, tengo el control, sé que cuando genero el stop puedo detenerlos, y eso es porque hay obediencia y respeto hacia el instructor, bajo el amparo de la disciplina”.

La técnica

Juan Marino puso en relieve tres ejes sobre los que nace el Taekwon-Do, el ataque, el contraataque y la anticipación; y reconoció que, en su ámbito, la ciberseguridad, el contraataque es poco común: “Puede darse entre Gobiernos bajo la forma de ataque cibernético como futuro de la guerra. En cambio, podemos entender cómo ataca el otro y cómo anticiparnos. ¿Se puede ver un ejemplo de lo que significa esto en Taekwon-Do?”

Y entonces entró al salón Federico Teyssandier, vestido con su dobok -pantalón, chaqueta, cinturón-. Y se armó un sofisticado “juego” entre él y el Gran Maestro, quienes pusieron en escena la filosofía del deporte, la práctica, el pensamiento, la acción. A través de la potencia de los dos contrincantes, sus movimientos estratégicos, la precisión de las patadas o los contraataques, la agilidad y la coordinación, el dominio del cuerpo se fue armando como una especie de ajedrez corporal, muy armonioso y a la vez potente.

El maestro Galarraga, cinturón negro y IX Dan, mostró con gran generosidad y predisposición su destreza,

reflejos y equilibrio. A medida que luchaba, fue diciendo: “Lo ataco con un golpe de puño, para lograr una respuesta favorable en esta situación. Ahora estoy en desventaja. Él me ataca y yo estoy vulnerable. Ante ese ataque, tengo que elegir una posición mejor para mí. Podría correrme, es una posición mejor, pero temporal, porque me va a alcanzar con el otro puño. Pero voy a tener una herramienta preparada para esa acción que va a generar mi oponente. Es una situación de anticipación, lo detengo cuando la técnica no terminó de ser ejecutada. Si logro conectarlo en esa posición, voy a utilizar algo que es fantástico en todo arte marcial, que es que la fuerza de él se suma a la fuerza de mi puño...”.

Una cosa es ponerlo en palabras, otra muy distinta, verlo. En ese juego con su contrincante, marcó movimientos de contraataque, técnicas lineales, formas de control: “Debo tener en cuenta cuáles son las acciones que él puede generar y qué tengo que hacer para controlarlas. Esa es una situación de contraataque”.

Superarse a uno mismo

A fuerza de patadas, golpes, bloqueos, saltos, equilibrio y reflejo, el Taekwon-Do se convierte en una herramienta para la mejora física, psíquica y social. Néstor Galarraga agregó: “Uno sabe cuándo anticipar y cuándo contragolpear. Si te ganaron en la acción, la única posibilidad es tratar de minimizar los daños. Y ver que respuestas dar, ya los daños no pueden evitarse”.



Federico Teyssandier y Néstor Galarraga durante la demostración. Puedes ver el contenido audiovisual completo a través del código QR en el inicio de la nota.

Juan Marino habló del concepto de resiliencia: “En ciberseguridad pensamos que el ataque va a suceder y en muchos casos no se va a poder evitar. ¿Cómo entiende el Taekwon-Do la resiliencia?”

“El Taekwon-Do es resiliencia. Entendemos que la pelea real es con uno mismo y una de las primeras cosas que aprendemos es a cambiar la limitación por el desafío”, explicó el Gran Maestro, y agregó: “Podemos aprender a acomodarnos con la limitación, si no fuera superable. Siempre vamos a tener una visión positiva”. Habló de las limitaciones que cada uno puede tener y, especialmente, de aquellas que están basadas en el miedo: “El miedo inmoviliza y nosotros enseñamos a superarlo a través de la acción inteligente”.

Un Mundo Mejor

El esfuerzo, la perseverancia, el trabajo comprometido transforman a las personas en luchadores de la vida. Y el arte marcial se basa en un programa técnico que exige el respeto de códigos de conducta, como la cortesía, la integridad, el autocontrol, la valoración de la cultura y la tradición. Los maestros orientales dicen que quien haya practicado Taekwon-Do sabe que es belleza y crudeza, soltura y rigor, tradición e innovación, fortaleza y sensibilidad, obediencia y creatividad, arrojo y prudencia, humildad y autoridad. Un medio, nunca fin.

“Nos puede dedicar un último pensamiento desde la marcialidad, Maestro, para nosotros, que estamos fuera de la disciplina, inmersos en el mundo, en el

ámbito corporativo o en otras organizaciones”, propuso Juan Marino.

El mensaje fue: “A través del Taekwon-Do enseñamos a los alumnos a abrazar, vivir y compartir una serie de valores y principios para intentar alcanzar un mundo mejor. La ciencia, la técnica, la tecnología están dentro del ser humano y lo hacen irremplazable”.

Antes de agradecer las enseñanzas y despedirse del Gran Maestro, Juan Marino dijo: “Interpreto entonces que la técnica del Taekwon-Do se puede comparar con la tecnología, y que el secreto no está allí, sino en todo lo que las envuelve: los principios, los valores, una forma de ver la vida, un modo de ser”



El equipo al finalizar la producción.