

Historia del Kung fu

Kung-Fu: No tiene una traducción literal, pero significa algo así como: perfección, trabajo, tiempo, habilidad, “ser experto en” o, trabajo continuo. Todo lo que hacemos en una cantidad de tiempo con un determinado esfuerzo, puede ser llamado Kung-Fu.

Antes de hablar de la historia del Kung Fu, veremos qué implica el Kung Fu Tradicional, en qué consiste, y cuáles fueron sus objetivos desde el comienzo, como una forma de darnos cuenta si estamos frente a un estilo tradicional o inventado.

Kung Fu Tradicional:

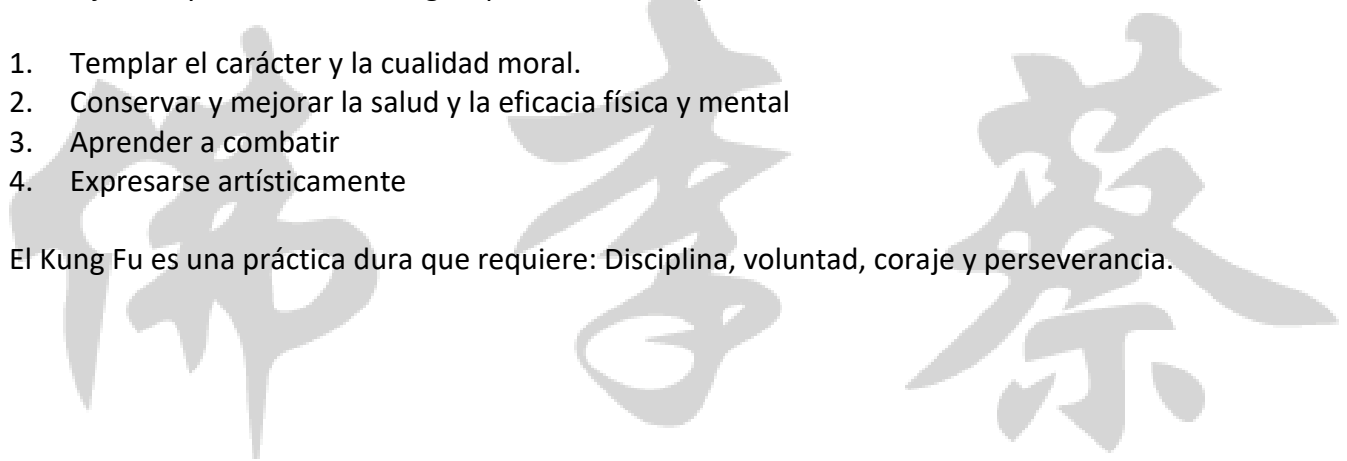
- Representa y es parte de una historia.
- Es un sistema original, creado y desarrollado en el tiempo por Maestros auténticos.
- Obedece a un Linaje.
- Tiene un desarrollo y una evolución.
- Está fundamentado en principios teóricos y científicos, basados en leyes de la naturaleza.
- Posee bases filosóficas.
- Su enseñanza es coherente, progresiva y sistemática.
- Mantiene polifacéticos sistemas técnicos orientados a la lucha cuerpo a cuerpo.
- Tiene un sistema de entrenamiento con aparatos, y un vasto arsenal de armas.
- Recoge abundante información respecto de la defensa personal, Chin Na.
- Utiliza ejercicios y técnicas para conservar la buena salud.
- Aplica códigos de Conducta.

Hacen del estudio de las mismas, una verdadera ruta digna de ser transitada. Legadas de generación en generación, hoy día se conservan como un tesoro inestimable.

Los objetivos y finalidad del Kung Fu podemos decir que son cuatro:

1. Templar el carácter y la cualidad moral.
2. Conservar y mejorar la salud y la eficacia física y mental
3. Aprender a combatir
4. Expresarse artísticamente

El Kung Fu es una práctica dura que requiere: Disciplina, voluntad, coraje y perseverancia.



Kung Fu Shaolín

El Kung Fu es un arte marcial chino, el cual, nace en forma espontánea, como un ejercicio físico destinado a mejorar y mantener el estado físico y la salud, cultivado por monjes budistas, los que posteriormente al ser atacados por gobiernos y salteadores se vieron en la necesidad de recurrir a estos ejercicios para defenderse.

El Kung Fu es de los más efectivos artes marciales, y de él se derivan todos los Artes Marciales que existen. Aunque otras artes marciales nieguen que proceden del Kung Fu, si provienen de él. Desde el comienzo, esta orden de monjes se expandió hasta rodear China con 5 templos y desarrollar el estilo de lucha que fue la base para la mayoría de las artes marciales asiáticas.

Sobre el origen de este Kung Fu, se establece que proviene del Monasterio de Shaolín, ubicado en el pueblo de Dengfeng, provincia de Henán. El Templo fue construido en el año 495, decimonoveno año de reinado del emperador Xiaowen de la dinastía Wei del Norte y fue llamado Shaolín porque estaba al pie norte de la montaña Shaoshí y rodeado por una densa foresta (lin significa bosque).

Se cree que, en el año 525 D.C., un monje Indio, vigésimo patriarca de Buda, "Bodhidharma" (Ta Mo) fue responsable de la introducción de lo que tiempo después sería el Kung-Fu. Según cuenta la leyenda, Bodhidharma fue un príncipe, hijo de Suganda, de la región de Madras, perteneciente a la casta de los guerreros. Ta Mo se educó en el Budismo basado en la técnica de "Dyana" (meditación) enseñada por el maestro Prajnatará. A la muerte de este y siguiendo sus deseos, abandonó la India, atravesando el Himalaya. Después de muchas penalidades llegó a la China con el Budismo "Chan". Bodhidharma llegó a Cantón y poco tiempo después se entrevistó con el emperador Wu de Liang, gran admirador y seguidor del Budismo. Al emperador Liang no le agradó Chan por lo exigente y áspero de su método, además que Ta Mo no coincidía con la práctica del Budismo fastuoso de grandes y lujosos templos, siendo expulsado por el emperador, y refugiándose en el Monasterio Shaolín.

Bodhidharma era un hombre exigente, de mirada profunda y penetrante; de modales bruscos y desafiantes. Empezó a enseñar sus prácticas budistas a un grupo de novicios y viendo cómo caían dormidos durante esa labor y lecturas, les enseñó 12 movimientos y 24 ejercicios musculares, donde se pone énfasis a la respiración. Ta Mo traía entre sus saberes distintas técnicas marciales, ya que en la India, nos encontramos con el Vajramushti, arte marcial practicado en la antigüedad por la casta guerrera Kshatriya. Además, estudios recientes han descubierto al sur de la India unos estilos de lucha llamados Kalari Payat o Karaipaito practicado por la gente de Kerala y el Kalari Payirchi por la gente de Tamil Nadu. La traducción literal de Kalari es "Campo de Batalla", pero también se puede traducir como "Lugar de Práctica" (Kwoon en Chino). Payirchi en Tamil y Payat en Malayalan (idioma Kerala) significa práctica, por lo que la similitud con Bu (de Budo) es evidente. Es posible entonces que este monje dominara algunas de estas "Artes".

Estos movimientos servirían para que adquirieran un fuerte cuerpo y una sólida capacidad de concentración. Los movimientos estaban basados en 12 animales: el águila, el carnero, el ganso feroz, la grulla, el dragón, el fénix, el oso, la mantis religiosa, el tigre, el leopardo, el mono y la serpiente. Los monjes empezaron a practicar los ejercicios en las mañanas y el entrenamiento cotidiano les dio un cuerpo robusto y lleno de salud. Con los constantes ataques e intentos de desaparecer este arte guerrero, es que los monjes emigran a diferentes países y adaptan las técnicas de acuerdo a las diferentes culturas, dando como resultado la gran gama de Artes Marciales por todo el mundo.

Otra versión

Otra versión señala que en el año 527, el monje indio Bodhidharma llegó a China y se instaló en el Templo Shaolín, donde comenzó a predicar el Chan (Zen), una forma de budismo originaria de la India. Este fue el principio del budismo Chan en China, con Bodhidharma como primer maestro y Shaolín como el primer templo.

Después, durante la dinastía Tang (618-907), Chan se convierte en la rama de budismo de mayor influencia en China.

Bodhidharma recomendó el cultivo de sí mismo a través de la meditación, e insistió en que esto es de primera importancia para lograr entender el Budismo. El mismo, para dar el ejemplo, meditó sentado con la cara frente a la pared en una cueva al noroeste del Templo de Shaolín, durante 9 años. Y dejó una imagen de su sombra grabada en la pared de roca. En la actualidad, esta roca está en el salón de Baiyi del Templo de Shaolín, y la cueva es conocida como la Cueva de Bodhidharma. En el año 1125, se estableció el Templo de Fundador de Chan al lado de la calle que va a Cueva de Bodhidharma.

Desmitificando la historia de Shaolín

Extracto de un texto del Maestro Hsu Chi (Adam Hsu)

Decir que el Kung Fu comenzó con Damo es ignorar una buena porción de la historia de China. No necesitamos ir más atrás de Huang Ti para verificar que la guerra organizada y las Artes Marciales estaban firmemente establecidas al menos cientos de años antes de la llegada de Damo. Durante la época de Primavera Otoño (722 - 481 a.C.) y el período de los Estados Enfrentados (475 – 221 a.C.) el conocimiento de la guerra y las técnicas de lucha estuvieron en continuo desarrollo. Las armas eran renovadas y mejoradas constantemente.

No discuto que Shaolín fuera un famoso templo budista, pero ya antes de la llegada de Damo al templo, había algunos monjes que dominaron el Kung Fu. Muchos de los monjes habían sido hombres que originalmente vinieron al templo en busca de refugio. Algunos de estos hombres podían haber sido asesinos, ladrones, etc. Una vez eran aceptados en el templo y convertidos a monjes, si su crimen no era imperdonable (como una traición), no serían perseguidos. Este tipo de hombres a menudo

tenían alguna técnica de Kung Fu, y el templo era un lugar ideal para desarrollarla. Los monjes vivían con simpleza y, no teniendo que preocuparse de buscar un modo de vida, tenían cantidad de tiempo para practicar Kung Fu. Los dictados del budismo regían el templo, matar no estaba permitido. Dentro de este inusual medio, los monjes podían, respetuosamente y sin miedo, intercambiar conocimientos de Kung Fu. Con los años, el Kung Fu de Shaolín pudo haber mejorado y hacerse más sofisticado; pero en ningún momento el templo de Shaolín se consideró como una escuela donde aprender Kung Fu. Afirmar que el Kung Fu se originó allí con Tamo es absurdo. Los chinos trajeron el Kung Fu a Shaolín y antes que eso ya había sido practicado por toda China cientos de años atrás. El arma más famosa del templo de Shaolín era el palo. Este hecho ayuda a ilustrar que Shaolín era una escuela de budismo, no una escuela de Kung Fu. Ningún arma era guardada en el templo. Las armas no eran permitidas en un templo budista. El arma más famosa del templo Shaolín era el palo porque era la única permitida para los monjes.

Podemos continuar por la Historia a la dinastía Ming (1368 – 1644 d.C.) un importante período en la historia del Kung Fu. El eminente general Qi Jiguang hizo investigaciones importantes en el Kung Fu para mejorar el entrenamiento de sus soldados. El general escribió un famoso libro, y en él listó todos los estilos de Kung Fu buenos y famosos de su tiempo. No hay mención a Shaolín.

Otra razón por la que Shaolín se hizo conocido durante la dinastía Qing fue por las historias populares de las novelas de ficción, en esas historias, Shaolín era representado como un sistema de Kung Fu principal. De acuerdo con esas novelas, había ramas de Shaolín en Fukien, Guangdong, Siquan y otras provincias. Realmente, sólo había una en Henan, actualmente reabierto para los turistas.

He revisado una gran cantidad de archivos locales de todas las ciudades que las novelas mencionan como localizaciones de Shaolín. También he hablado con gente de esas áreas. No existe mención de Shaolín en ninguno de los archivos (excepto en Henan) y nada con quién yo haya hablado sabe nada con respecto a un templo de Shaolín en sus respectivos municipios.

Otra razón de la propaganda de Shaolín durante la dinastía Ping fueron los maestros de Kung Fu de la época. Una vez que el nombre de Shaolín se hizo popular, estos hombres rápidamente se aprovecharon de ello. Se preocuparon poco de las equivocaciones y malentendidos; necesitaban una forma de vida. Si el Kung Fu de Shaolín atraía a estudiantes, estos maestros pretendían que sus sistemas descendían de allí.

En el día de hoy muchos instructores claman que enseñan Shaolín. De todas maneras, hace ya años que nadie ha podido definir el Kung fu de Shaolín. La mayoría de lo que hoy día se refiere a estilo Shaolín es de hecho el sistema de Boxeo Largo (Changquan). Ningún instructor pudo probar que lo que enseñaba venía directamente de Shaolín.

Hoy, como en el pasado, el Kung Fu de Shaolín es menos respetado en el norte de China que en el sur. Empezando por el final de la dinastía Qing, muchos instructores se mudaron al área del río Yang Tze. Por motivos de publicidad enfatizaron Shaolín. Durante la segunda Guerra Mundial, estos instructores se movieron más al sur todavía, a Guangzhou y Hong Kong, y continuaron usando Shaolín como ayuda para mantener su negocio. En el extranjero los chinos han extendido el mito de Shaolín a los EEUU y otros países. Irónicamente, hay más Kung Fu de Shaolín en el sur de China que en la misma Henan.

Incluso habiendo salido a la luz evidencias desde hace décadas que refutan el mito de Shaolín, la gente todavía persiste en esos cuentos de hadas.

Quiero aclarar que no digo que el Kung Fu no existiera en el templo de Shaolín; creo que el Kung Fu sí que se practicaba allí. En la evolución del Kung Fu, sin embargo, el Kung fu de Shaolín tiene poca importancia. Shaolín ni siquiera desarrolló su propio estilo.

Lo que es realmente ridículo, es pretender que Shaolín es el lugar de nacimiento del Kung Fu. Es tiempo de parar de llamar lo que podría ser un nieto como un abuelo.

Kung Fu Interno

Wudang podemos definirlo según el carácter chino xian, que representa a una persona a la izquierda y el carácter para montaña a la derecha. Su significado literal es "persona en la montaña". El carácter compuesto, sin embargo, se traduce generalmente como inmortal o deidad. En tiempos antiguos se creía que los inmortales del Taoísmo habitaban en montañas cubiertas de niebla como Wudang.

Hace mil años, los taoístas que buscaban lugares apartados y montañosos para vivir y desarrollar el autocultivo comenzaron por asentarse en la Montaña Wudang, en la templada y húmeda provincia de Hubei, en el noroeste del país. Su cumbre – el pico de Tianzhu (columna divina) – mide 1.612 m sobre el nivel del mar, y la montaña se encuentra rodeada de bosques exuberantes y abundantes yerbas medicinales.

Este monte ha sido considerado hábitat natural de las deidades taoístas desde el siglo VII, cuando una sequía nacional amenazó la industria y la vida de la población. El emperador Taizong de la dinastía Tang (618-907) ordenó al magistrado del distrito de Junxian (ciudad actual de Danjiangkou) realizar rituales para que los inmortales de Wudang enviaran lluvias. Cuenta la leyenda que cinco dragones se elevaron al cielo, tras lo cual, para júbilo de todo el país, se produjo un verdadero diluvio salvador. En muestra de gratitud, los habitantes locales edificaron el Templo de los Cinco Dragones de Wudang.

La Montaña Wudang fue donde Zhenwu (o Xuanwu) - uno de los cuatro dioses taoístas de los cuatro puntos cardinales – obtuvo la inmortalidad. Zhenwu era dios del norte y también se le consideraba dios de la lluvia. Los cuatro dioses taoístas del norte, sur, este y oeste eran originalmente iguales en rango, pero la situación cambió en la dinastía Ming (1368-1644), cuando el emperador Yongle, cuyo verdadero nombre era Zhu Di, ascendió al trono.

佛 子 祭

El legado de Zhu Di en Wudang

Zhu Di se convirtió en tercer emperador de la dinastía Ming después de usurpar el trono a su sobrino. Originalmente conocido como príncipe de Yan, su función oficial en Beijing era guardar la frontera norteña del país. Había más de 20 concesiones feudales de este tipo en los inicios de la dinastía Ming. Sus príncipes, Zhu Di entre ellos, cultivaron el poder político y militar con el propósito de apoderarse del trono. El emperador Jianwen, quien sucedió a su abuelo, el emperador Zhu Yuanzhang, fundador de la dinastía Ming, se sentía amenazado por estos príncipes, por lo cual, al asumir el trono, abrogó el poder de administración y de mando del ejército de los cinco más débiles de ellos en sus localidades. Consciente de que sus anhelos por ocupar el trono podían desvanecerse pronto, Zhu Di tomó acciones preventivas. La expedición meridional que lanzó con el pretexto de disipar las malas influencias que sitiaban al joven emperador Jianwen logró éxito con eficacia, pero el sitio a donde fue a parar el destronado soberano tras su huida sigue siendo uno de los misterios sin resolver de la historia china.

El motín de Zhu Di fue el equivalente a un regicidio. No en balde se sentía luego atormentado por la preocupación de que su sobrino desaparecido regresara comandando un contingente de enemigos políticos. Para no ser sorprendido por contingencia alguna, el usurpador, recién coronado como Yongle, construyó la Ciudad Prohibida, trasladando la capital Ming de Nanjing a Beijing. Otro tanto a su favor fue construir los templos taoístas en la Montaña Wudang, para atenuar su reputación de usurpador. Zhu Di creía que la llegada de la dinastía Ming y su ascenso al trono eran resultado de la intervención divina. En consecuencia, eligió a Wudang como sitio para el templo, considerándose a sí mismo una reencarnación de Zhenwu, dios del norte, y declaró su omnipotencia imperial como mandato del cielo. Los muchos templos construidos en Wudang fueron la expresión arquitectónica de su afán por asegurarse la protección divina.

En 1412, mientras se construía la Ciudad Prohibida, el emperador envió 300.000 artesanos y constructores militares y civiles a Wudang. El cometido de los mismos era crear un palacio imperial taoísta -un proyecto masivo en el cual el emperador invirtió los tributos e impuestos de nueve provincias chinas meridionales de notables recursos. Trece años más tarde ya existían 33 grupos de templos taoístas, pabellones y puentes, incluyendo el Pabellón Dorado y los templos Taihegong, Qingweigong, Zixiaogong, Chaotiangong, Nanyangong, Huilongguan, Longquanguan, Fuzhenguan y Yuanheguan, construidos a lo largo de una línea de 70 km del centro urbano de Junxian al pico Tianzhu.

Llegó un momento en que la Montaña Wudang contaba con 400 templos, administrados por 10.000 monjes o más. El complejo cubría 1,6 millones de m² -dos veces la superficie de la Ciudad Prohibida. El emperador Yongle supervisó personalmente el proyecto de Wudang, empeño que atendió personalmente, ajustándose al principio taoísta de respetar las leyes de la naturaleza en todas las fases de la construcción. Los materiales de construcción fueron transportados desde otros sitios para evitar perturbar la simetría natural de las maderas y rocas de Wudang. El emperador garantizó que los edificios se mezclaran de modo natural, conjugando su estructura con la estética circundante. Por ello, concedió a Wudang el título de "Montaña N.º 1 bajo el cielo" y elevó a Zhenwu, dios del norte, a la condición de todopoderoso -la principal divinidad del panteón taoísta.

El Pabellón Dorado en el Pico Tianzhu data de 1416, y en él se ensalza la presencia de una estatua de cobre de Zhenwu el Todopoderoso. Construida por completo en cobre y oro refinados, la misma se erigió siguiendo el estilo de un palacio de madera, con componentes espigados y escopleados. Su fabricación requirió varias toneladas de cobre puro. Después de ser transportados a la cumbre de Wudang, los componentes fueron montados y cubiertos con varios kilos de oro líquido. Para proteger el pabellón, Zhu Di ordenó la construcción de una "Ciudad Prohibida" en la cuesta que quedaba debajo. Se usaron pernos y bolas alrededor del edificio a guisa de barras para preservar el pabellón, los mismos que, 500 años más tarde, se mantienen intactos y con el brillo original.

El complejo imperial del palacio taoísta se concluyó en 1424, pero Zhu Di nunca pudo disfrutar de su magnificencia, pues murió en una expedición norteña poco antes de su terminación. A la posteridad dejó, además de un cúmulo de leyendas, cuatro sitios que con el tiempo han sido declarados Patrimonio de la Humanidad, a saber, el complejo antiguo del Templo de la Montaña Wudang, el Palacio Imperial, las Trece Tumbas de Ming y el Templo del Cielo.

Zhang Sanfeng y el Kung Fu de Wudang

El Taoísmo cuenta con un sistema complicado de inmortales y deidades, que se dividen grosso modo en tres categorías: 1)**Dioses naturales**, como los del sol, la luna, el viento, la lluvia y la tierra; 2)**Divinidades mortales de grandes méritos**, como los modelos de fidelidad, piedad filial, benevolencia y justicia; y 3)**Dioses funcionales diarios**, como los dioses de la puerta, la cocina y el fuego. Cada uno tiene sus propias características, pero en conjunto representan la justicia y la benevolencia, y tienen el propósito común de ayudar a los necesitados y castigar a los malvados.

Único entre los muchos inmortales que se afirma vivieron en la Montaña Wudang fue el monje taoísta y maestro de artes marciales Zhang Sanfeng. Se dice que caminaba 500 km diarios, que ayunaba por meses seguidos y desaparecía y reaparecía en un instante, según cuenta la Historia de la dinastía Ming. El emperador fundador de la dinastía Ming, Zhu Yuanzhang había intentado sin éxito poner a Zhang Sanfeng a su servicio, pero el monje era duro de convencer. El emperador Zhu Di escribió una carta de extraordinaria modestia y respeto a Zhang Sanfeng, solicitando una reunión, pero Zhang declinó. Ningún mortal que valorara su vida se habría atrevido a comportarse de una manera tan poco protocolar hacia el emperador, pero como Zhu Di consideraba a Zhang Sanfeng como deidad, no se sintió ofendido. Por el contrario, para expresar su sinceridad, el emperador ordenó la construcción del Yuzhengong (Palacio del Encuentro con el Verdadero Hombre) en la Montaña Wudang, y la inclusión en un santuario, en el pabellón principal de dicho palacio, de una estatua de Zhang Sanfeng. Este honor imperial sin parangón generó numerosas especulaciones sobre los motivos del emperador. Algunos afirmaron que Zhang Sanfeng era realmente una deidad viviente, versado en las artes de la necromancia y la destilación de elixires para prolongar la vida. Otros conjeturaron que Zhang sabía el lugar donde se ocultaba Jianwen, cuya reaparición era el pavor del emperador. Lo que si queda claro es que, desde la época de Zhu Di, Zhang Sanfeng ha sido considerado un gran artista y fundador del Kung Fu de Wudang, más que un ser inmortal de las artes marciales.

El Kung Fu de Wudang es igual en nivel de reputación al Kung Fu de Shaolín. El primero suele ser aceptado como meridional, defensivo y el segundo como escuela noroesteña, de naturaleza ofensiva. Uno de los supuestos aportes de Zhang Sanfeng a las artes marciales chinas es su declaración inequívoca que la esencia de la práctica del Kung Fu radica en mantener la salud física. Por tradición, el taoísmo se asociaba a los elixires y la alquimia, pero Zhang Sanfeng fue una excepción. En una carta al emperador Zhu Di, escribió: "Es mejor no creer en la alquimia y los alquimistas... La amplitud de Dao y la abundancia de virtud son los mejores remedios, mientras que una mente serena y la ausencia de deseos alimentan la longevidad". Zhang creó y practicó un "Kung Fu del elixir interno", conocido hoy como Qigong, o Kung Fu respiratorio; una técnica de respiración que coloca cuerpo y espíritu a un mismo nivel.

El Kung Fu de Wudang es una de las muchas teorías taoístas que se originan en el Tao Te Jing (el Libro del Camino a la Virtud, de Lao Zi). Sus movimientos combinan artes marciales con el concepto de la auto-cultivación espiritual, y siguen la órbita circular del Taiji. Sus teorías marciales afirman que "la quietud supera al movimiento"; "la suavidad supera a la dureza"; "mantengo la inmovilidad cuando mi oponente se mantiene quieto; y mis reacciones se aceleran cuando mi oponente comienza a moverse". Tales enunciados coinciden con la enseñanza fundamental de Lao Zi en el Tao Te Jing, según la cual "el más suave supera al más duro del universo". Se dice que en una ocasión Zhang Sanfeng observó a un pájaro atacar a una serpiente en la Montaña Wudang. A partir de este hecho se inspiró en las tácticas defensivas de la serpiente, que permanecía alerta e inmóvil ante las embestidas continuadas del ave, hasta que logró propinarle una mordida fatal. Esta batalla inspiró a Zhang para crear un módulo de boxeo Taiji de 72 movimientos. Muchos de los ejercicios y los movimientos de Wudang reciben nombres de animales, como en el caso del boxeo Taiji, por ejemplo, en el cual aparecen el águila y la serpiente, el caballo salvaje, el tigre negro, el mono blanco y los movimientos de la serpiente blanca.

Además de sus estilos diversos de boxeo, el Kung Fu de Wudang abarca muchos ejercicios meditativos, tales como la Iluminación del Ojo, el Vigor de la Circulación de la Sangre, las Cinco Formas Secretas, y el Kung Fu de la Iluminación de las Tres Puertas Divinas. Hay asimismo ejercicios en los cuales se usan armas, tales como la espada y el garrote de los Ocho Inmortales. El látigo de cola de caballo que a menudo usan los monjes taoístas es parte del arsenal de armas del secreto del Kung Fu de Wudang.

佛 李 蔡

Monte Emei

Emei Shan es una de las cuatro montañas sagradas budistas de China. Tiene una elevación de 3.099 metros, y está a 165 kilómetros de Chengdu. Emei Shan ha atraído a los turistas desde la antigüedad con vistas fenomenal todo el año. La montaña fue catalogada como Patrimonio Mundial de la UNESCO en 1996.

El budismo llegó por primera vez a Emei Shan hace aproximadamente 2.000 años, y dejó más de 30 templos. Algunos de los templos budistas y taoístas en shan Emi también son muy conocidos para la formación en Kung Fu Tradicional chino y Qigong.

También el Monte Emei es famoso por su hermoso paisaje. Es el hogar de más de 3.200 tipos de plantas y árboles, y la mitad de ellos tienen valor medicinal. Emei Shan, también tiene más de 2.300 especies de animales incluyendo el panda gigante. Los monos de Emei Shan son famosos por su inteligencia y capacidad para interactuar con la gente.

佛 李 蔡