



# Historia y mitos del Shaolin Gong Fu

autor: Johan Duquet

## Introducción

Es muy complicado contar una historia tan extensa como la de Shaolin Gong Fu. En primer lugar porque hablamos de una tradición de más de 1500 años de antigüedad y en segundo lugar porque China ha tenido una historia con muchas turbulencias con muchos cambios de poder. Una dinastía reemplazaba otra, la capital se mudó del norte al sur, o al revés,... . Los nuevos emperadores traían con estos cambios de poder nuevas interpretaciones de la historia que eran más interesantes y beneficiosas para ellos. Los historiadores de China casi siempre han sido confucionistas pragmáticos que coloreaban lo que contaban y especialmente si se trataba de tradiciones budistas y taoistas lo que implica que los documentos oficiales a veces tuercen la verdad.

Otra fuente de confusión son las exageraciones y mistificaciones de los hechos y méritos de algunos personajes. A veces se atribuye a una sola persona más de lo que se debería, lo que provoca que siglos después casi nadie sabe realmente qué es verdad y qué es mito.

También están las mentiras de profesores que falsifican datos, linajes y practican estilos inventados para atraer a muchos alumnos y su dinero.

Esta historia de Shaolin Gong Fu que tiene en las manos fue construida después de haber estudiado material de gente de diferentes países, investigado una multitud de libros en varios lenguas y consultado con expertos y investigadores de la historia china y artes marciales. Hubiera sido imposible para una sola persona juntar todos los datos reunidos aquí y debo dar las gracias a numerosos autores y investigadores por el trabajo hecho y a los que me aguantaron al corregir y castellanizarlo. Ha sido escrito, leído, corregido, tirado a la basura, recuperado, corregido, ampliado y corregido muchas veces durante un largo tiempo de hacer nuevos pequeños descubrimientos que conducían hacia demistificaciones de unos mitos muy persistentes.

A veces los cuentos son tan extensivamente aceptados que es difícil descubrir la verdadera historia que esconde. Como los mitos también pueden ser bonitos y inspirar algunos de ellos están incluidos.

## Cronología de China

2000 – 1500 a.c.	<b>Xia</b>		
1700 – 1027 a.c.	<b>Shang</b>		
1027 -771 a.c.	<b>Zhou del Oeste</b>		
		<b>Zhou del Este</b>	
770 – 221 a.c.		770 -476 a.c.	Periodo de primavera y otoño
		475 – 221 a.c.	Periodo de Reinos Combatientes
221 – 207 a.c.	<b>Qin</b>		
206 a.c. - 9 d.c.	<b>Han del Oeste</b>		
		<b>Tres Reinos</b>	
220 – 280		220 – 265	Wei
		221 – 263	Shu
		229 – 280	Wu
265 – 316	<b>Jin del Oeste</b>		
317 – 420	<b>Jin del Este</b>		
		<b>Dinastias del Norte y del Sur</b>	
			<u>Dinastias del Sur</u>
		420 – 478	Song
		479 – 501	Qi
		502 – 556	Liang
		557 – 588	Chen
420- 588			<u>Dinastias del Norte</u>
		386 – 533	Wei del Norte
		534 – 549	Wei del Este
		535 – 557	Wei del Oeste
		550 – 577	Qi del Norte
		557 – 588	Zhou del Norte
581 – 617	<b>Sui</b>		
618 – 907	<b>Tang</b>		
		<b>Cinco Dinastias</b>	
		907 – 923	Liang tarde
		923 – 936	Tang tarde
907 – 960		936 – 946	Jin tarde
		947 – 950	Han tarde
		951 – 960	Zhou tarde
907 – 979	<b>Diez Reinos</b>		
		<b>Song</b>	
960 – 1279		960 – 1127	Song del Norte
		1127 – 1279	Song del Sur
916 – 1125	<b>Liao</b>		
1038 – 1227	<b>Xia del Oeste</b>		
1115 -1234	<b>Jin</b>		
1279 – 1368	<b>Yuan</b>		
1368 – 1644	<b>Ming</b>		
1644 – 1911	<b>Qing</b>		
1911 – 1949	<b>República China</b>		
1949 – presente	<b>República Popular China</b>		

## El nacimiento de China

El principio de la historia de China fue mucho anterior a la Dinastía Qin. Sin embargo el emperador Qin fue el que unió a muchos de los estados belicosos, juntó grandes regiones del país y construyó la gran muralla como defensa contra los Han y los Mongoles. La muralla contiene los restos de unos 300.000 obreros porque se creía que sus huesos y espíritus la harían más fuerte.



Fue también el mismo Emperador quién hizo erigir los Guerreros de Xian y al mismo tiempo también fue responsable de la muerte de otros 700.000 trabajadores. De todas formas se considera que este líder, obsesionado con la idea de encontrar un elixir para la vida eterna y que acabó envenenándose con mercurio, es el punto de partida de China como nación.

## El origen de las artes marciales de China

Antiguamente la práctica de las artes marciales **estaba limitada al uso militar y únicamente los nobles y militares las estudiaban**, utilizando los puños, la lanza y la espada. Uno de estas artes es el “**SHUAI JIAO**”, que incluye técnicas de **lucha libre, puños, patadas, proyecciones y llaves**, los cuales eran usados por los soldados en las batallas. Otros sistemas con varias armas se desarrollaron en el curso de muchos años y siglos, extendiéndose al pueblo.

Durante la dinastía Qin el emperador prohibió todas las artes marciales, ya que pensaba que era peligroso que tanta gente supiera manejar la espada. Lo único permitido era la lucha libre que se veía en campeonatos con a veces hasta miles de participantes.

Más tarde, **en la dinastía Han** salió una enciclopedia de 30 capítulos sobre Arte y Literatura que contenía entre otros **199 capítulos sobre 13 diferentes sistemas de combate y estrategia militar existentes en esa época**.

En el siguiente periodo China se dividió en tres reinos, cada uno con sus técnicas de puño, arco y espada.

Finalmente Shuai Jiao evolucionó durante todos estos siglos hasta un arte eficiente con muchas técnicas, una filosofía y principios similares a los de Taiji y otros estilos internos, que fueron desarrollados posteriormente. Al igual al Taiji utiliza el concepto de armonizar las fuerzas yin y yang, aunque usa una fuerza más dura.

## El establecimiento de Shaolin

Alrededor del año 65 se fundó en China una comunidad Budista de la rama “Mahayana” por la zona de la ruta de seda, que empezó a difundir su filosofía por el país. El Budismo Mahayana se basaba en buscar la iluminación a través de sufrimiento causado por el arduo trabajo de repetir continuamente las sutras, leer las múltiples escrituras y realizar buenos actos.

Cuando a finales del siglo V el monje de la India “**Ba Tuo**” viajaba por China para

expandir el Budismo, llegaron noticias sobre su bondad y gran sabiduría al oído del Emperador y el líder le invitó para conversar.

Al acabar la conversación el Emperador le ofreció riqueza y un sitio en su palacio para enseñar sus conocimientos. Ba Tuo sin embargo no aceptó, en lugar pidió unas tierras lejos del mundo civilizado y medios para poder construir un templo budista. **Recibió tierra por la montaña Song Shan en la provincia de Henan por una zona que era conocida como “Bosque Joven” o en Mandarín “Shao Lin” o en Cantonés “Sil Lum”.** Una vez fue construido el templo, los monjes se dedicaron principalmente a copiar textos de la India al chino y el monasterio empezó a ganar mucha fama.



Ba Tuo se conoce hoy en día sobre todo por su representación como un Buda gordo y sonriente sentado, popularmente llamado “Buda sonriente”.

## **Introducción del ejercicio físico**

Durante unos siglos la gente en China y en la India mezclaba el Budismo con cada vez más rituales y dogmas y acabaron creyendo que simplemente traducir escrituras bastaría para entrar al “Nirvana”. Entonces **surgió del sur de la India el Budismo “Dhyana” que quiso volver a una espiritualidad más pura en la que intentaba llegar a la iluminación desde el interior de uno mismo, dejando a parte la importancia de las cosas materiales y el seguimiento de las escrituras sin entenderlas.**

Cuarenta años después de la fundación de Shaolin, otro monje indio viajó desde el sur de la India hacia el Norte de China, pasando por los Himalayas para enseñar el Budismo de la rama Dhyana. **“Bodhi Dharma” (su nombre indio) supuestamente era un príncipe indio.** Cuando llegó a Nanking en el Sur de China conversó con el emperador Budista Liang Wu Ti pero no estuvo de acuerdo con él. El monje intentó convencer al emperador de que sus traducciones eran una manera artificial de practicar el Budismo si su único objetivo era entrar al Nirvana. Da Mo (Bodhi Dharma en chino ) se marchó del palacio, cruzó el Yangtze y se fue hacia el monasterio de Shaolin.

Allí se encontró con el abad Fang Chang, que le negó la entrada porque temía al Budismo reformista que trajo Da Mo; el cual no quiso irse y se retiró en una cueva de la montaña para meditar. Así demostraba sus conocimientos del Budismo y lo convencido que estaba de querer entrar al monasterio.

Ahora encontramos varias versiones de lo que pasó.

1. Da Mo estuvo meditando nueve años delante de la pared de la cueva como resultado final había taladrado un agujero en la pared con su mirada penetrante. No existe ninguna prueba de ningún agujero pero si que se puede observar lo que parece una sombra permanente.
2. Se durmió durante la meditación y cuando se despertó, estaba tan enfurecido que se cortó

los parpados para que nunca jamás volviera a pasar. No es muy probable porque va en contra de la filosofía Budista.

3. De vez en cuando los monjes visitaban en secreto al extranjero exótico, dándole agua y comida. Así Da Mo pudo demostrar su sabiduría y conocimientos del Budismo hasta tal punto que después de nueve años fue admitido en el monasterio por Fang Chang. Esta podría ser la versión mas correcta

De todas formas, después de tantos años **Da Mo ganó el respeto del abad y entró en**



**Shaolin para enseñar el Budismo Dhyana. Vió a los monjes que siempre estaban sentados en sus escritorios en posturas poco saludables para copiar textos.** Les contó que lo que hacían no servía para nada y les habló de la meditación y una manera de vivir más natural aunque los vio incapaces de aguantar las meditaciones necesarias para llegar a estados avanzados del Budismo. Entonces **Da Mo se separó otra vez (según algunos autores la separación mencionada serían los nueve años en la cueva) para desarrollar varios ejercicios con el objetivo de mejorar la condición de los monjes.**

Una leyenda cuenta que los monjes le pidieron varias veces que les enseñara sus conocimientos, ante lo cual se negó y respondió que la nieve tendría que ser roja para que les enseñara. De pronto uno de los monjes llamado **“Hui Ke”** se arrancó el brazo y coloreó la nieve con su sangre. Da Mo, sorprendido, no tuvo otra opción que enseñarles y así nació el típico saludo de los monjes Shaolin con un solo brazo.

**Se dice que Da Mo desarrolló 3 clases de ejercicios** sin necesidad de moverse de su sitio, uniendo el cuerpo y la mente a través del ejercicio físico y la respiración. Conocido como **“Nei Gong”**, trabajo interno o lo que ahora muchas veces es llamado **“Qi Gong”**.

- **El Clásico del Cambio de los Músculos o “Yi Jin Jing”**
- **El Clásico del lavado de médula o “Xi Sui Jing”**
- **Los 18 Movimientos de Manos o “Luohan Shi Ba Shou”** (Luohan: Iluminado, Shou: mano, Shi ba: 18)

Hoy en día en Shaolin **aún se practica estas secuencias.** Pero **no podemos decir hasta que nivel se mantienen las versiones originales.** Según algunos manuscritos podemos decir que sobre todo los 12 ejercicios de Yi jin jing se conservaron muy bien.

Esto es lo que en general se considera como el inicio de Shaolin Gong Fu. Da Mo también enseñó unos movimientos basados en su conocimiento de sistemas de defensa de la India.

**Los taoistas** tenían ideas y prácticas muy similares sobre la cultivación del Qi, la respiración y los movimientos. Ellos se **sentían atraídos a Shaolin para estudiar la nueva forma del Budismo y el Taoismo por otra parte enseñó a los monjes de Shaolin a evitar fuerzas directas a través del pensamiento profundo y el razonamiento, así se interesaron por la filosofía apacible y no ofensiva de Da Mo.**

**Así surgió una forma híbrida del Budismo, llamada “Chan” que usa la base del Budismo con sus meditaciones y lo combina con teorías taoistas, como las de los 5 elementos,**

el Yi Jing ( I Ching), los diagramas Ba Gua y los seres espirituales como Los Ocho Inmortales. Cuando el Budismo Chan se expandió más tarde a Japón, se conoció como Zen donde se hizo muy conocido y empezó a expandir por el mundo entero.

## Mito o historia?

Hay gente que acepta que Da Mo inventó todos los estilos de Gong Fu y Qi Gong existentes hoy en día. Nosotros **seremos un poco más escépticos** porque las leyendas comentadas antes no aparecieron hasta unos siglos posteriores y es muy difícil encontrar algún registro de la India o Persia que confirme la existencia de Da Mo. Hay pistas que apuntan a Iran como su origen.

Además **hay textos anteriores a la llegada de Bodhi Darma que hablan de monjes guerreros protegiendo el monasterio Shaolin**. El monje indio que fundó Shaolin, Ba Tuo, tuvo dos discípulos, Hui Guang y Seng Chou, que tenían mucha fama por su destreza en las artes marciales.

Según noticias recientes de China unos arqueólogos encontraron unos **manuscritos anteriores a Shaolin que ya contenían ilustraciones de posturas muy parecidas a las de Yi Jin Jing y Xi Sui Jing**. Lo que afirma que por lo menos partes de estos ejercicios ya existían antes de la llegada de Da Mo.

Miramos el caso de los 8 ejercicios que se llaman “Ba Duan Jin\*” o “8 piezas de brocado”, una de las series de Qi gong más conocidas en el mundo. Al comparar Ba duan jin con Yi jin jing se ve claramente que Ba duan jin es una versión abreviada, o mejor dicho condensada de los 12 ejercicios de Yi jin jing y entonces muchas veces la creación es popularmente atribuida a Da Mo. Pero partes del Ba Duan Jin ya se comentaban en textos anteriores a él.

Otra versión popular es la que da crédito al general Yue Fei de la dinastía Song, que según las leyendas creó docenas de estilos internos, externos y ejercicios de Qi gong. La teoría no parece muy bien construida visto que ya se documentaba el uso de Ba duan jin en la dinastía Tang que es anterior a la dinastía Song

**Más aceptable es la teoría que el monje de Shaolin Lingqiushan, que llegó a tener 109 años, compuso Ba duan jin a partir de Yi jin jing a principios de la dinastía Tang**. De todas formas fue uno de los primeros ejercicios practicados por los monjes y lo sigue siendo hoy en día.

Otros importantes ejercicios de Nei Gong practicados desde el principio de Shaolin son

- Liu He Gong (6 combinaciones)
- Chan Yuan Gong (Zen circular)
- Luohan 13 Gong
- Hu Long Gong (Tigre y dragon).

Podríamos poner como hipótesis que Da Mo inventó algunos ejercicios y también juntó y mejoró partes de las secuencias que fueron desarrollados anteriormente por otros especialistas en Qi Gong, que a lo mejor no tuvieran la misma fama que él. **Atribuyéndose los méritos a Da Mo más gente aceptaba más fácilmente sus enseñanzas por lo que a veces un maestro firmaba su invento con el nombre Da Mo**. Esto explicaría que hay algunos ejercicios posteriores a él que forman parte de estas tres secuencias.

El pueblo adoraba los personajes míticos y así durante siglos creció el mito de Da Mo quien inventó Shaolin Gong Fu en su integridad. Sigue siendo buena historia pero muy correcta no es, cosa que no quiere decir que no merece parte del respeto que recibe.

## **El desarrollo del Shaolin Gong Fu**

Trabajando los ejercicios de las secuencias de Qi Gong los monjes aumentaban su fuerza muscular e investigaban los límites de su cuerpo y el cultivo del Qi. **Al final utilizaban los ejercicios en aplicaciones marciales efectivas aunque fueran evasivas y con un mínimo de enfrentamiento.**

Muchos monjes iban de peregrinaje por la ruta de la seda que formaba la arteria principal del comercio entre China, los Arabes y el Imperio Romano. Los comerciantes llevaban mucho dinero y objetos valiosos encima por lo cual se rodeaban con guardaespaldas expertos en combate de cuerpo a cuerpo y técnicas de armas para protegerse. **Es más que probable que los monjes y los guardaespaldas se conocieran y que algunos de ellos vinieran a visitar la tranquilidad, el hermoso entorno de Shaolin y de paso enseñaran a los monjes sus técnicas de autodefensa.**

De esta forma entraban técnicas de artes marciales como el “Kalaripayat” de la India, “Shuai Jiao” de Mongolia y artes musulmanes como “Tan Tui”,... etc.

Como el monasterio y la corte mantenían buenas relaciones **muchos monjes eran soldados y generales jubilados.** Esta gente con mucha experiencia en artes marciales enriquecía y ayudaba a convertir las primeras técnicas en el arte marcial conocido como Shaolin Quan ( o Shaolin Quan Fa: Método del puño de Shaolin). Una evolución lógica, visto que **el monasterio no era nada pobre y sufría muchos ataques y atracos por bandas que intentaban penetrar en las murallas del monasterio.**

En Shaolin **se juntó** todo lo que se sabía de **Shuai Jiao por parte de los soldados**, las **técnicas de los guardaespaldas** y la **sabiduría de los monjes** integrando **teorías budistas y taoistas** de energía, movimiento, equilibrio y los cinco elementos **para formar el sistema Shaolin.**

**Con la base de LiuHe Gong, Chanyuan Gong y Luohan 13 Gong se formó un sistema de movimientos para la salud y la autodefensa llamado Rou Quan** con movimientos lentos y suaves, en los de vez en cuando había un movimiento explosivo y rápido. De aquí creció el Lohan Quan que constaba de tres formas originales siendo los 18 manos de Lohan, Los 8 pasos y la forma de Feng Mo Gun o Palo del Diablo del viento.

Lo principal era desarrollar **movimientos fluidos y evasivos que engañaban y eran efectivos en autodefensa sin tener que buscar enfrentamientos de fuerzas.** Estos ejercicios eran muy saludables y eran mucho más blandos de lo que serían más adelante.

Unas **descripciones de la dinastía Qi** hablan de monjes que levantaban cientos de kilos y eran **buenos en boxeo utilizando esquivas, lucha libre, llaves y proyecciones pero pocas patadas y puñetazos.** Se comentaba que usaban **técnicas blandas y duras además de usar el palo** como arma.



Había una clase de lucha libre con llaves para la distancia corta que era blanda y otro estilo de boxeo de distancia larga que era más dura. El boxeo hacía más uso de puños, palmas, codos y patadas. Los bloqueos eran fuertes y los ataques eran rápidos, muchas veces en línea recta.

Lo que separó el arte Shaolin de los demás sistemas fue la forma en que **se juntaron los movimientos con ejercicios de respiración** en los dos estilos. **Las técnicas de respiración promovían la cultivación de energía y mejoraban la salud.**

**El sistema llegó a tener las siguientes características muy propias:**

<b>Brazos y piernas atacan simultáneamente y rápidamente para no admitir contraataques</b>
<b>Movimientos circulares para desviar un ataque y quitar la defensa y visión del oponente</b>
<b>Maneras de escapar si se iba a perder la pelea, o engañar para atrapar</b>
<b>Saber defenderse de múltiples oponentes</b>
<b>Ataque y defensa pueden seguir simultáneamente y continuamente en línea recta, hacia delante y hacia atrás. Ataque y defensa linear, pero cuerpo en movimiento circular.</b>
<b>Uso de movimientos bajos y atacar a varias zonas del cuerpo</b>

Los monjes eran expertos en combatir los bandidos y la fama del arte marcial Shaolin creció rápidamente. Hay que tener en cuenta que solo **una minoría de monjes eran guerreros** que se dedicaban únicamente a las artes marciales y a proteger el monasterio, mientras **muchos se especializaban en otras áreas como la medicina, aunque practicaran Gong Fu.** También es interesante saber que los monjes preferían no herir a sus contrincantes porque según su convicción budista tendría repercusiones más adelante o en la siguiente reencarnación.

## **Shaolin se quema por primera vez**

Treinta años después de la muerte de Da Mo unos monjes dejaron la filosofía budista y formaron bandas peligrosas que atracando, robando y matando dieron el monasterio muy mala fama. **Otro problema para Shaolin fue la aceptación de la filosofía de Wei Yuansong que propagaba un tipo de Budismo en el cual el emperador tuviera el papel de Buda.** Entonces el emperador Wu de la dinastía Chou decidió cerrar los monasterios y **dió sus tierras como pago a sus soldados.**

Afortunadamente el siguiente emperador de la nueva **dinastía Sui cambió esta situación y abrió de nuevo dos templos budistas**, uno en el Norte y uno en el Sur bajo el nombre “Zhihu”. Después de haber estado cerrado 30 años Shaolin volvió a tener su antiguo nombre y su antigua libertad. Para evitar que pasaran nuevos incidentes con ex-monjes **a partir de ese momento se enseñaron valores morales y arte marcial a la vez, lo que marcó otra evolución en el arte de Shaolin.**

A finales de la dinastía Sui el imperio cayó y **la dinastía Tang se instaló** cuando Li Shimin y un ejercito de 6000 paisanos tomaron la capital, empezando una época de anarquía. **Shaolin perdió el apoyo del gobierno y los bandidos atacaban el monasterio.** Los monjes se defendieron con tanta destreza que los bandidos no pudieron vencerlos, lo que provocó su enfurecimiento y impotencia cuya única salida fue **la quema de todos los edificios, a excepción de la pagoda sagrada, lo único que resistió a las llamas.**

## **Los 13 Campeones de la época Tang**

Li Shimin (600-649) se convirtió en emperador con el nombre imperial “Tai zong” y se tuvo que enfrentar al general “Wang Shi Chong”, que había juntado un gran ejército para forzar un golpe de estado. **El hijo del Emperador encabezó las tropas contra el general pero**



**desafortunadamente fue capturado** y sus tropas sufrieron muchos daños.

**Wang Shi Chong instaló sus tropas en una villa llamada “Retiro de Baigu”** entre montañas y cascadas a 50 km del monasterio donde reclutó soldados en la ciudad de Luoyang **para atacar al monasterio** de Shaolin para poder utilizarlo como base. Anticipando las acciones de Wang Shi Chong **13 monjes**, entre otros Zhicao, Huiyang y Tanzong **atacaron al retiro y vencieron a los rebeldes**. Luego utilizaron el retiro como base para eliminar a los demás rebeldes en el resto del país.

En realidad hoy en día se estima que fueron 113 monjes. De todas formas resultaba muy improbable que unos pocos monjes vencieran a 10.000 soldados, sin embargo, los monjes fueron victoriosos, acabaron con el ejército del enemigo y además salvaron a Li Shimin.

**El Emperador mostró su gratitud regalando una estela que cuenta la historia, les ofreció regalos y la posibilidad de instalarse en su palacio.** Ninguno de los 13 aceptó porque su tarea era proteger el monasterio aún si estaban preparados para luchar de nuevo si hiciera falta. **Entonces el emperador les dio más tierras, el molino de agua del Retiro de Baigu junto con el derecho de formar hasta 500 monjes guerreros.** Ciento veinte monjes reconstruyeron el templo y otros difundieron las enseñanzas y de vez en cuando iba el emperador de visita. Los nombres de los 13 monjes guerreros están grabados en una estela conservada en Shaolin.



Una medida que tomó **el emperador fue cerrar todos los templos budistas y taoistas en el territorio de los rebeldes; menos el de Shaolin** que recibió el título de “Templo numero uno de China”. Esta decisión **provocó que otros monasterios adoptaran el nombre Shaolin en un intento de poder seguir abiertos.** Aparecieron unos monjes falsos que intentaron apropiarse del monasterio pero el verdadero abad les echó y reinstaló los verdaderos principios de Shaolin.

En esta época , **bajo los Tang, Shaolin Quan empezó a formar diferentes subestilos y taolus** (secuencias) que se desarrollaron basándose en las posturas de combate de las estatuas de los 18 Luohan. Según la mitología **los 18 Luohan fueron unos bandidos que se convirtieron en guardias de Buda. El camino hacia la salvación de los Luohan es posponer su entrada al nirvana para poder ayudar otros a llegar a la iluminación. Por el contrario los bodisatvas se retiran del mundo para buscar la iluminación de forma solitaria.** Las dos maneras existen en el Chan budismo y los monjes pueden elegir cualquiera de las dos.

En la dinastía Tang se describen 5 diferentes rutinas de Shaolin:

Boxeo de Lohan 18 Manos

Boxeo de faja de 8 secciones

Boxeo de 18 Palmas

Boxeo Blando (Rou Quan)

Boxeo de vida larga.

Algunas se perdieron en el tiempo o recibieron nuevos nombres y ya no se las puede reconocer.

Al principio sólo había “Luohan Quan”, que era la base de varias formas de Shaolin. Luego para defenderse de animales salvajes los monjes inventaron unos movimientos llamados “Xin Yi Ba” o “mente corazón agarra”. Los movimientos básicos se inspiraban en animales, en las tareas de cada día en el monasterio y de trabajar en el campo. La tradición de Xinyi ba se mantiene en varias linajes de Shaolin, entre ellos más destacado es la línea descendiente de WuGulun encabezado por Shi DeJian hoy en día.

La forma de 18 Luohan probablemente es una de las secuencias más antiguas en Shaolin, y fue practicada desde hace 1200 años hasta hoy en día. El estilo es básico, directo y potente y avanza continuamente usando técnicas como puños, patadas, llaves de articulaciones y proyecciones hasta que se haya acabado con el enemigo. Combina técnicas circulares e internas de Shuai Jiao con el boxeo externo con mucha velocidad y fuerza. Es una mezcla pero busca sobre todo los aspectos más fluidos, blandos y circulares y se parece a veces al Taiji. Recibe de vez en cuando el nombre “Shaolin Taiji” o “Mian Quan” o Puño de algodón y tuvo una gran influencia sobre los estilos internos de Wudang. La montaña sagrada Wudang Shan tiene un monasterio taoista donde las artes marciales internas fueron desarrolladas hasta muy altos niveles.

Casi cada arte marcial asiático fue influido por este estilo (Karate de Okinawa, Shorin-Ju kenpo; Ju Jitsu, Kung Fu Vietnamita, Kung Fu Malayu, y Tang Soo Do de Corea) y demuestran técnicas y influencias de estas primeras secuencias de Shaolin Gong Fu.

Los Tang y siguientes emperadores usaban a los monjes para proteger sus tierras y les permitían mejorar sus habilidades de combate. Por la fama de los monjes, el Gong Fu se hizo famoso y mucha gente se puso a aprenderlo.

**En el año 702 se empezó a usar un sistema para un grupo de militares de élite.** Estos hombres fueron seleccionados después de haber aprobado un examen y recibieron varios grados de “caballero”. **Así empezó la evolución hacia varios caudillos que controlaban diferentes zonas del país en la época de las Cinco Dinastías y los Diez Reinos del año 907 hasta el 959.** Shaolin Quan Fa se difundió por China entre la gente de fuera del monasterio.

**Shaolin fue destruido de nuevo** y los monjes no tuvieron otra opción que vagabundear por el país.

## **El Segundo Monasterio**

En las últimas décadas unas excavaciones han descubierto 3 posibles Templos Shaolin en la provincia de Fujian en el Sur de China. Uno en la montaña “Jiulian” cerca de Putian en la provincia de Fujian, otro en Fuqing y el tercero llamado Zhengguo Dong Chan debajo de la montaña Qingyuan en Quanzhou.

El primer Templo de Shaolin del Sur fue el resultado de **una campaña militar de monjes guerreros del templo del Norte para ayudar la dinastía Tang a luchar contra piratas que frecuentemente atacaban y desestabilizaban la provincia de Fujian en el siglo VII.** Tres de los legendarios 13 monjes encabezaron **un ejército de 500 monjes que viajó al sur para luchar contra los piratas. Los monjes ganaron la batalla aunque muchos de ellos murieron.** Algunos de los sobrevivientes se quedaron en los templos budistas locales donde fueron bien recibidos porque fue una oportunidad para los budistas del Sur convertirse en discípulos de Shaolin. El monje Dao Guang inicialmente volvió al Norte donde el gran maestro Tan Zong le pidió buscar un sitio

parecido a la montaña Songshan ( o Jiulian) en el Sur para construir un templo para conmemorar a sus compañeros fallecidos en la batalla y difundir la filosofía Chan.

Un poema del gran maestro Tan Zong dijo: “Días y meses de luchar con bandidos, de desear un templo debajo de la montaña Jiulian. Shaolin del Norte y del Sur vienen del mismo templo con el Budismo Chan tallado en su corazón para siempre.”

Dao Guang regresó a Fukien y eligió la montaña Putian Linshan que se parece a “Jiu Lian”. El emperador Li Shimin aprobó la construcción del nuevo templo Shaolin porque anteriormente los monjes ya le habían salvado la vida y el trono una vez. Li Shimini reinó entre 626 - 649 y unió Taoísmo y Budismo con su gobierno basado en el Confucianismo.

Los expertos opinan que el templo central de Lin Quan Yuan fue construido en el año 557, solamente 61 años después del templo del Norte y un año antes del templo del Sur más famoso de Putian. La estructura de las ruinas del templo central se parecen mucho a la del templo de Songshan y estuvo en un lugar muy estratégico para defenderse fácilmente de ataques. Hay registros de hasta 8 templos en la provincia de Fujian, en 1995 unos arqueólogos encontraron uno de los templos de más de 5000 metros cuadrados, siendo éste, el más grande encontrado en China.

## **Bajo la dinastía Song**

Después del caos de la época de los 10 Reinos **fue la dinastía Song quien consiguió de nuevo reunir al país bajo el dominio de su primer emperador Zhao Kuangyin**, también conocido como “Song Tai Zu” (Gran ancestro Song) el cual practicaba artes marciales y ayudó a reconstruir Shaolin. **Él aprendió las secuencias de 18 Luohan Quan y lo utilizó para hacer su propio estilo y componer nuevas formas.**

De las 18 técnicas hizo 36 posturas

Él inventó entre otros estilos:

1. **Song Tai Zu Chang Quan** (Puño largo del Gran ancestro Song)
2. **Boxeo de 6 pasos**
3. **Boxeo del mono**
4. **Boxeo de Wah..**

Su puño largo era un estilo muy popular enseñado en Shaolin, se considera como uno de los padrinos de los estilos del puño largo del norte de China.

El estilo más famoso de la época es su **puño largo de 32 posturas “Song Tai zu chang Quan”**. En Shaolin se desarrollaron 3 formas que conservan su estilo. Fue muy influenciado sobre otros estilos y **hay estudios que demuestran que la primera forma de Chen Taiji y Song Tai Zu Chang Quan en realidad tienen la misma estructura y que en el fondo son la misma forma.**

En estos tiempos dominados por los Song se enseñaba muchas formas de palo largo, porque causaban menos daño que espadas, navajas o lanzas.

Otros maestros desarrollaron nuevos estilos basados en el Luohan Quan como por ejemplo Chan Shi que fundó Liu He Quan (Seis armonías),

Otra figura muy importante fue el famoso general Yueh Fei que alrededor del año 1103 inventó sus propios estilos como entre otros “Yueh San Shou” y “Yueh Chia Quan”, “Nueve direcciones pato mandarino continuas patadas” y “garra de Águila”.

**El sistema de Garra de águila es uno de los sistemas del Norte** conservado hasta hoy en día y fue derivado de un estilo llamado “Elefante” que era **famoso por su gran cantidad de llaves y**



**luxaciones. El general llevó sus soldados a Shaolin para intercambiar técnicas y promovió así la integración del estilo Imperial secreto “Garra de Águila” con el sistema de Shaolin como Shaolin Yingzhao Quan.**

Se dice que desarrolló también el estilo Xing Yi combinando la teoría taoista de los cinco elementos y las técnicas imitativas de 12 animales, pronto Shaolin enseñaba sus propias versiones de estos estilos.

Di Tang Quan o boxeo del suelo era un sistema entero de técnicas ejecutadas desde el suelo, entre otras caídas, patadas complejas, puños y llaves. Todas sus técnicas se pueden encontrar hoy en día en algunas artes marciales que se aplican en la lucha del suelo.

Surgieron sectas secretas como “El Loto Blanco” que visitaron Shaolin. Así Shaolin creció y muchos estilos derivados de Shaolin aparecieron en todo el Norte de China. Unos ejemplos de ellos son

Mizong Quan

Tongbei Quan

Duan Quan

Duanda

Paochui

Un grupo de excelentes luchadores se juntaron y escribieron el “Manual de Boxeo de Shaolin” con 280 formas. Este manual fue el que ayudó Song Tai Zu a aprender lo que sabía de Shaolin.

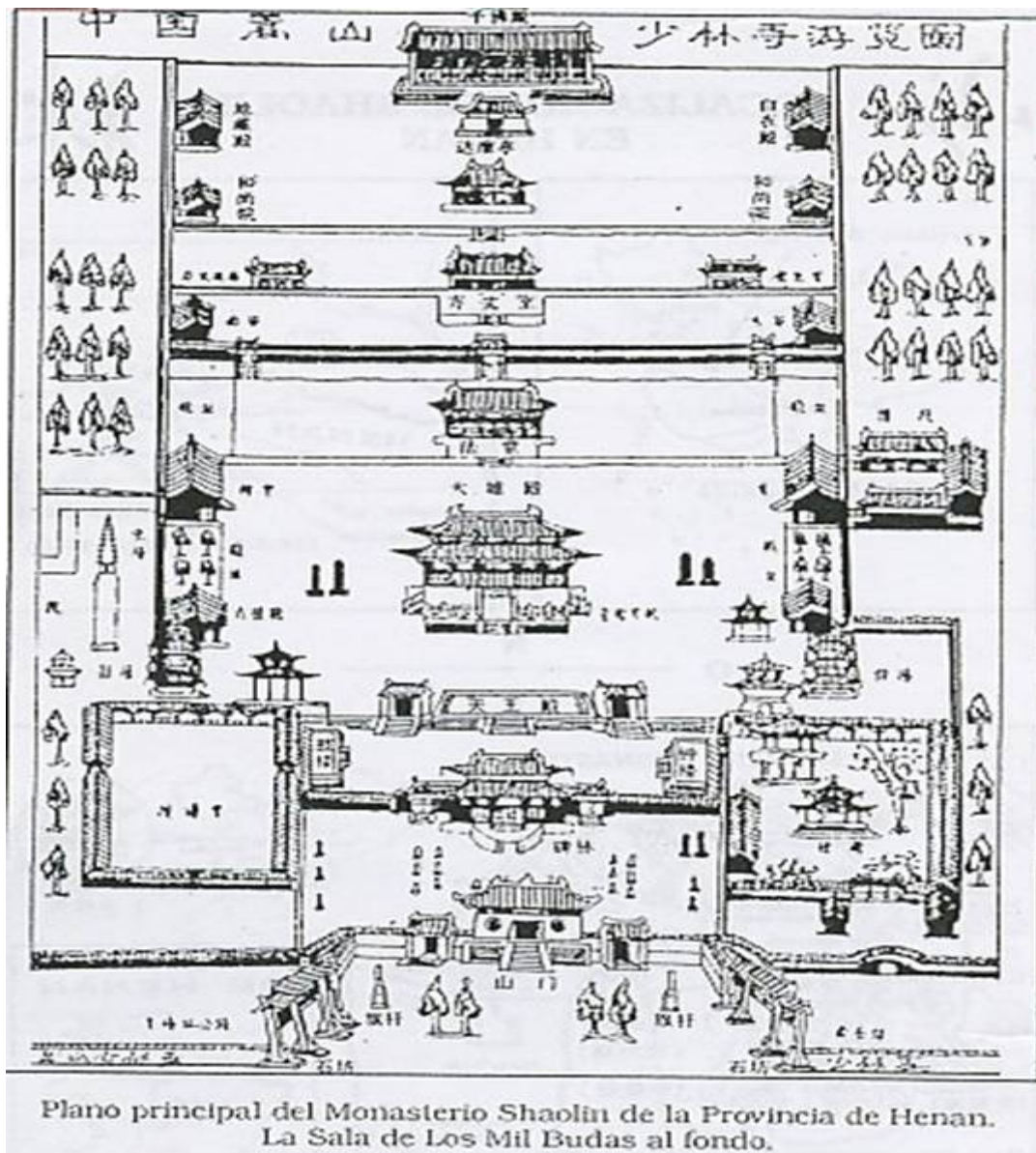
Bajo el emperador Zhao Kuang Yin (alrededor de 960d.c) había gente del pueblo que simulaba ser verdaderos monjes Shaolin para ganar dinero fácilmente aunque no tuvieran ninguna destreza en las artes marciales, de esta manera Shaolin fue ridiculizado. Fueron derrotados sin dificultad por otros luchadores y el abad no estaba nada contento con el asunto.

**El emperador Zhao juntó a los 18 mejores expertos de 18 escuelas de Gong Fu para ayudar al abad FuJu a crear una serie de 13 secuencias “Kan Jia Quan” (literalmente puño de observar/defender la casa).** A partir de entonces se sabía quien era un verdadero monje guerrero si sabía hacer las formas especiales que cada monje guerrero tenía que aprender para no ser echado del monasterio.

**Habían diferentes puertas para acceder al monasterio, cada una de ellas estaba custodiada por un grupo de monjes respectivamente, con su propio y particular estilo y formas correspondientes.** Las técnicas que usaban los grupos de monjes divergen en cuanto al estilo y la forma de cada uno.

Esto obligaba a los enemigos de Shaolin a improvisar una nueva manera de luchar contra las avanzadas y diferentes técnicas de cada puerta.

**A partir de entonces Shaolin empezó a tener formas fijas.**



El emperador colaboró en el proceso de desarrollar el sistema de Hong Quan para proteger las puertas del monasterio porque temía que se perdiera el conocimiento de su arte marcial si moría en el campo de batalla. **Les prestó sus libros y notas para desarrollar Tai Tzu Chang Quan 32 posturas, que luego combinaron con el Hou Quan (Boxeo del Mono) y Rou Quan para hacer nuevo material.**

Para una de las puertas crearon **dos formas complementarias llamadas Xiao Hong Quan (Pequeño Hong) y Da Hong Quan o Laojia Hong Quan (Grande Hong o Antiguo Hong)**, que se aprendían juntas y servían para enseñar a los iniciantes y jóvenes. Mucho más tarde en la dinastía Qing añadieron una segunda forma de Xiao Hong Quan para incorporar más patadas al estilo.

La forma Xiao Hong Quan sigue siendo en la actualidad la forma “madre” que todos los estudiantes de Songshan Shaolin aprenden y que forma la base para el resto del sistema Shaolin. Luego el texto dará más información sobre el desarrollo de esta y otra formas.

Luego crearon **6 secuencias más difíciles de Da Hong Quan (Hong apellido)** para otra puerta, adaptadas para adultos y alumnos de nivel intermedio. Hoy en día se ve a algunos hacer 3 de las 6 formas pero en general se suele aprender solamente la primera forma.

Después vinieron **4 formas de Lao Hong Quan (Antiguo puño fluido)** que eran más suaves y

fáciles porque eran para adultos mayores. Hoy en día hay poca gente que conozca estas series.

Habían entre otras la puerta de Tongbei Quan con Xiao Tong Bei, y Da Tong Bei, la puerta Nan Yuan (puerta del Sur) Tong Bei, la puerta Pao Quan (Puño de cañon) con Xiao Pao Chui, Da Pao Chui, Paochui Yingzhao Quan, que fueron compuestos de elementos de Xiao Hong, Da Hong, Xin Yi Ba y el estilo del mono.

**Al final de la dinastía Song, varios caudillos luchaban contra el emperador y debilitaron al país dejando a los Mongoles una oportunidad para entrar y establecer la dinastía Yuan en 1279.** En estos tiempos peligrosos Shaolin y sus técnicas se hicieron más duras y se enfocaron hacia la velocidad, agresividad y fuerza. **Se empezó a economizar técnicas y a usar impactos ofensivos como defensa.**

En su momento era extremadamente efectivo, pero había perdido la sutileza de antes. Tampoco era tan refinado como las versiones posteriores. **El estilo Jin Gang se hizo en esa época para preservar los elementos originales de Shaolin Gong Fu.**

En estos días Wang Lang perfeccionó las técnicas de Shaolin formando un sistema efectivo “Tang Lang” o Mantis religiosa. para luchar contra otros sistemas y ganarles. Combinó varios estilos con movimientos copiados de la mantis religiosa y del mono.

## **Dinastía Ming y las 72 Habilidades y los 170 Ejercicios**

**En el siglo XIV hubieron unas revueltas nacionalistas muy violentas causadas por el movimiento de “Los Turbantes Rojos”.** Los Mongoles fueron echados del país y la sociedad secreta del Loto Blanco ayudó a Zhu YuanZhang, un monje budista a fundar la dinastía Ming. Zhu Yuan Zhang también se conoce como el emperador “HongWu” con “Wu” una referencia a su marcialidad y también como “Ming TaiZu” o “el gran ancestro de la dinastia Ming”.

Durante las rebeliones muchas familias de dinastías anteriores huyeron hacia el Sur , especialmente a Fujian y Guandong desde donde difundieron el Song Tai Zu Quan.

Muchos cambios aparecieron en los métodos del Shaolin Gong Fu en esta dinastía. Shaolin Gong Fu aún se basaba en las técnicas de 18 Lohan estilos y formas pero en dos siglos se habían perdido muchísimas propiedades blandas y internas en su ejecución por mezclar influencias y uso militar. Fluía menos y había perdido su carácter circular hasta ser bastante rígido y linear confiando en el condicionamiento corporal y la fuerza. Usaba fuerza bruta y poca elegancia y gracia. Pero eso se recuperaría en la Dinastía Ming.

**Bai Chen Dou desarrolló las secuencias del estilo de Mei Hua Quan o puño de flor de ciruelo combinando Rou Quan con las técnicas duras de las formas de Shaolin de la época.** Se practicaba la forma encima de troncos de madera de diferentes alturas para mejorar el equilibrio y la coordinación. Fue un intento de mezclar lo duro y lo blando.

Al mismo tiempo en un monasterio Taoista encima de la montaña Wudang surgió el “Wu Dang Tai Yi Wu Xing Quan” desde una mezcla de 13 posturas de Nei Jia Quan con ejercicios imitativos de 5 animales y otras técnicas taoistas. La forma es al mismo tiempo Qi Gong y arte marcial y es una referencia para las artes marciales internas. De ahí viene que algunas artes como Taiji, Xing Yi y Ba Gua internas y blandas se clasifiquen como estilos de Wudang aunque realmente fueron creados en otros sitios (y otras épocas).

**Al principio de la dinastía Ming entró un experto en artes marciales a Shaolin y aceptó el nombre budista de Chueh Yuan.** El gong fu le parecía inequilibrado por ser demasiado externo y duro. Entonces empezó un viaje en busca de gran maestros de otros estilos para **revisar durante varios años los 18 manos de Lohan y crear lo que se llama las 72 habilidades.** Era una época

muy violenta, que ayudó a hacer de las 72 habilidades una forma muy efectiva de lucha y estrategia. Por ser tan efectivas todos los monjes las aceptaron pronto y las estudiaron.

Sin embargo Chueh Yuan no estaba satisfecho con las 72 habilidades y empezó una odisea en busca de maestros y otros estilos. En sus viajes enseñaba lo que sabía y aprendía lo que podía.

Así nació la costumbre de enviar discípulos al mundo exterior para enseñar sobre el budismo y ayudar a los pobres. También funcionaba como prueba porque muchos monjes no sabían resistir a las tentaciones de la vida fuera del monasterio y nunca volvían. Los que regresaban, traían más habilidades y sabiduría.

Su búsqueda terminó cuando llegó al pueblo Lan Zhou y conoció a Li Sou, que era un Maestro de Hong Quan. Ahí, **Chueh Yuan vió a un bandido atacar a Li Sou con una fuerte patada pero al hombre de 60 años no le parecía difícil defenderse**, aunque solamente utilizara dos dedos contra la pierna del atacante para tirarle al suelo y dejarle fuera de conocimiento. Eso impactó mucho a Chueh Yuan y fue a interesarse sobre la técnica del abuelo Li Sou, que respondió no saber nada de artes marciales y que lo poco que sabía, había aprendido del maestro Bai Yu-feng del estilo interno “Ji Ji Tai Dou” del monasterio de “Luo Yang Tong fu Chan”.

**Li Sou le presentó a Bai Yu Feng y a su hijo. Todos volvieron con Chueh Yuan al templo, donde durante unos años integraron los 18 Manos de Lohan, las 72 habilidades y las técnicas de puntos de reflejo (dian xue) de luxaciones (qin na) y de lucha libre (shuai jiao) en un sistema llamado “Los 170 ejercicios”.**

Después 10 años de investigación Li Sou volvió a su pueblo, Bai Yu Feng y su hijo se quedaron y se convirtieron en monjes. Chueh Yuan fue con Bai Yu Feng a conocer a su maestro que todavía practicaba métodos internos de Shaolin, los cuales en el propio monasterio se habían perdido. Entonces combinaron las técnicas internas del Taoísmo con las del estilo Lohan.

Todos los estilos de Shaolin que existen hoy en día siguen los principios del estilo que ellos desarrollaron. **Li Sou dió al monasterio sus formas de Hong Quan, hoy en día muy conocidos como Xiao Hong Quan y Da Hong Quan (o Laojia Hong Quan) y formas de palo.** Como ha sido mencionado anteriormente en este texto el estilo Hong tiene influencias de Tai Zu Chang Quan y Rou Quan y ellos mismos han sido muy importante en la formación de gong fu y otras artes marciales en general.

**Los 170 ejercicios era un sistema revolucionario que agrupaba las mejores técnicas de movimientos similares internos y externos en subdivisiones. Habían 12 animales para caracterizar los movimientos, uno para cada subdivisión.**

**La época de la dinastía Ming fue una era dorada en la historia del arte Chino. Como otros artes también, Shaolin floreció mucho en este tiempo.** Se convirtió en un centro de enseñanza de Budismo, filosofía, medicina, matemáticas, poesía,...etc. Monjes taoístas, guerreros, profesores, médicos, filósofos, artistas y expertos de artes marciales podían entrar al monasterio para intercambiar sus conocimientos. Shaolin ya no constaba simplemente de uno o dos monasterios y cada uno tenía su propio campo de especialización y a unos monjes guerreros para protección. Los monasterios gozaban de tanto respeto que los nobles mandaban sus hijos a estudiar en los monasterios para aprender de los mejores en sus respectivas áreas.

**Se investigaba más las artes internas**, que luego llegarían a evolucionarse en Taiji Quan y otros artes. Según una leyenda Zhang San Feng estaba desilusionado por la fuerza tan bruta y tensa en Shaolin y opinaba que los monjes se cansaban demasiado con entrenamientos demasiado duros. Quiso volver a un arte marcial más blando porque lo duro no cuadraba con los principios de salud y

las practicas taoistas. Después de ver a una serpiente y una grulla peleándose entendió que las esquivas y evasiones podrían cansar al enemigo mas fuerte y creó el Taiji.

**Zhang San Feng se parece a Da Mo en el aspecto que probablemente no inventó mucho pero es una historia bonita y fueron muchos otros los que poco a poco desarrollaron esto.**

Se investigó de nuevo el Rou Quan y se combinaron ejercicios Taoistas con las técnicas internas de Lohan para tener ejercicios mas fluidos y ligeros para estimular los órganos y condicionar los músculos, tendones y huesos. Se buscaba mas movimientos relajados y se intentó juntar entrenamiento externo y interno en un solo arte. Fuerza blanda y interna servía para defensa y los puños duros para ataques.

Muchos aceptaron las técnicas blandas y las integraron en su sistema y forma de entrenar. Relativamente rápido los movimientos Shaolin muy duros desaparecieron casi completamente.

Otra historia muy bonita que es mas mito y fantasía peliculera que historia, es que a parte de ser mandados al mundo de las tentaciones, los discípulos tenían que superar unas pruebas rigurosas para graduarse. Uno tenía que pasar 18 cámaras de prueba, que posiblemente eran mas símbolos que otra cosa porque no se encontraron pruebas de éstas. El estudiante tenía que llegar al borde del agotamiento en las 18 cámaras, de las cuales 6 eran físicas, 6 mentales y 6 espirituales. Según la película la cantidad de cámaras oscila entre 18, 36 y 108. Cada templo solía tener en el centro un calderón con relieves de figuras de animales. Los mitos cuentan que la ultima de las pruebas fue levantar ese calderón ardiendo con los antebrazos dejando los símbolos del respectivo monasterio quemados en la piel del graduado. Los símbolos de cada templo eran:

- Wu Dang: Tigre y Dragón por destreza en artes marciales
- Henan: Dragón y fénix por equilibrio universal, Yin Yang
- Guandong: Los fuentes se contradicen sobre los símbolos usados.
- O Mai Shan. Dos grullas, símbolo de curar/medicina cerca de Tíbet
- Fukien: No hay registros de símbolos.

Otra vez, este mito ha sido sobre todo propagado por la serie de teeeevisión “KungFu” y no tiene fundamentos historicos.

Numerosos eran los que estudiaban como laicos, sobre todo al final de la dinastía Ming, cuando Shaolin entrenaba la gente de la resistencia contra los Qing.

**Hacia el final de la dinastía Ming 170 habilidades evolucionaron hasta el sistema de los cinco animales.** Los movimientos de los 170 ejercicios y los 12 animales se habían difundido hacia el sur de China donde lo reorganizaron y simplificaron hasta 5 grupos de técnicas según la esencia de 5 animales. El sistema fue llamado “Wu Xing Quan” o puño de cinco elementos o de 5 animales.

1. **El Dragón (Long Quan):** Movimientos que fluyen internamente y a la vez son poderosos al externo. Principalmente trabaja movimientos circulares que continuamente cambian de dirección y agarran
2. **La Grulla: ( He Quan):** Ejercicios para fortalecer los tendones y las articulaciones, Sobre todo da importancia al equilibrio y patadas ágiles.
3. **El Tigre ( Hu Quan ) :** Ejercicios para fortalecer internamente los huesos y músculos con grandes movimientos muy duros y rápidos muchas veces usando garras
4. **La Serpiente (She Quan):** Para desarrollo del Qi con principalmente ataques rápidos a los puntos vitales
5. **El Leopardo (Bao Quan):** Ejercicios para fuerza interna y velocidad con movimientos muy rápidos y fuerza externa.



**Se considera estos entre lo mejor que produjo Shaolin y fue el precursor de varias artes marciales orientales como el Karate de Okinawa y luego Japón.** Antiguamente las islas Ryukyu entre Taiwan y las grandes islas de Japón formaban un reino independiente con su propia cultura y lengua. En el año 1372 se convirtió en un protectorado de China, pagando tributos mientras mantenía alto grado de autogobierno. Algunos maestros chinos viajaban a las islas enseñando su arte mientras mucha gente de las islas aprendía en el continente. Fue en el año 1879 que el imperio Japonés quiso anexar el territorio y nombrarlo Okinawa Han. Mensajeros del rey de Ryukyu estuvieron tres días en Beijing pidiendo ayuda militar para no ser separado de China que debilitado por las invasiones de países occidentales no pudo mandar tropas y buscó una solución diplomática. Sin embargo el presidente estadounidense Grant favoreció a Japón que pronto empezó una opresión fuerte y prohibió a sus habitantes llevar armas lo que explica la evolución del estilo llamado “Tang Te “ (= mano china) a “Kara Te”” ( mano vacía). Con la invasión estadounidense a finales de la segunda guerra mundial Okinawa acabó bajo dominio americano y los militares estadounidenses trajeron el Karate al Occidente donde fue el primer arte marcial oriental popular.

El sistema de cinco animales era más personalizado que los de antes, un alumno aprendía primero el estilo básico de 5 animales y después se especializaba en otro estilo o inventaba su propio estilo Así pronto hubieron tantos estilos que se temía que se perdiera ciertos estilos por diversificar demasiado.

Se juntaron de nuevo los maestros de Shaolin Quan para elegir los 5 mejores estilos y combinarlos creando un solo sistema con el nombre de “la escuela del Norte de los 5 ancestros” que luego evolucionaría hasta “la escuela del Sur de los 5 ancestros”, Wuzi quan. Eligieron los siguientes:

1. Da Mo por sus técnicas de respiración y del Qi
2. Bai He (Grulla Blanca) por su concentración mental y técnicas de mano
3. Lohan por su excelente posicionamiento y desplazamientos del cuerpo
4. Tai Zu Chang Quan por sus técnicas de piernas
5. Da Sheng (Mono Grande) por su agilidad, movilidad y tácticas evasivas

Esto fue la base para “Goju-ryu” y “Uechi-ryu” Okinawa karate. Un estilo basado en tigre, grulla y dragón llamado “Pan Gai Noon” fue enseñado por el monje Shaolin Shishiwa. En 1897 el japonés Uechi Kanbun viajó a China para entrenar 10 años con Shishiwa. Cuando Uechi era viejo enseñó el arte Pan Gai Noon en Okinawa y su hijo cambió el nombre en Uechi-ryu para honrar a su padre después de su muerte.

## **La Invasión.**

**En el año 1592 empezó una guerra entre China y Japon sobre el territorio de Corea que duró 50 años,** costó muchísimo dinero y significó el principio del final del reino de los Ming. Para cobrar los gastos de la guerra y el exuberante estilo de vida de la familia **el emperador impuso más y más impuestos altos.**

Cuando el paisano Li Zicheng fue atacado por los soldados porque no pudo pagar el se defendió y mató a un soldado. Por lo que tuvo que huir hacia las montañas donde formó **un ejercito de rebeldes que creció tanto que logró conquistar Beijing en 1644.**

**Li Zicheng siguió con 60000 hombres hacia Shanhaiguan situada a lado de la muralla china** que había sido eficiente en mantener invasores como los Manchus fuera. Pero entonces los **Ming no tenían otra opción que aliarse con los Manchus para enfrentarse a los rebeldes, ganar la batalla y reconquistar Beijing. No habían previsto que los Manchu iban a tomar la**

## **oportunidad para apoderarse del trono y acabar con la dinastía Ming.**

Así acabó la era de oro cuando los **Qing entraron para gradualmente y brutalmente tomar control sobre el país erradicando la resistencia sistemáticamente**. Muchos nobles y guerreros se organizaron en secreto para reinstalar los Ming mientras colaboradores ayudaban a luchar contra la resistencia que buscaba refugio en Shaolin. Esta es la época que los chinos fueron obligados a rapar la mitad de la cabeza dejando la otra mitad el pelo largo, algo que se ve en las películas de gong fu. Poca gente se da cuenta de que no era la moda, sino una humillación impuesta por los Manchus.

Que los Qing no eran muy tolerantes y amables hacia los chinos demuestra su división de la población en 5 clases.

1. El líder Manchu y su familia
2. Los nobles Manchu y sus familias
3. Manchus en general
4. Chinos del Norte
5. Chinos del Sur

## **Shaolin se quema por segunda vez y la prohibición de Shaolin**

El Emperador Ming y su familia tuvieron que huir hacia el monasterio Shaolin de Henan para escapar de una muerte asegurada. Desde ahí podían nutrir el espíritu revolucionario del pueblo lo que provocó que pronto la familia real tuviera que huir de nuevo de los Qing, escapando hacia el templo del Sur en Fujian. Como los Manchu habían matado más de 800.000 chinos, los monjes admitían que la familia de los Ming se refugiara en el templo.

**Durante los primeros 40 años del reino de los Qing el gobierno únicamente controlaba el Norte de China, ya que en el Sur se encontraba una resistencia masiva y fuerte con muchas rebeliones**. Como consecuencia, la peor parte se la llevó el pueblo, el mas débil, que sufrió una grande opresión con grandes masacres por el imperialismo de los Qing. Sin embargo, esto no fue suficiente para acabar con la organizada y rígida sociedad que se formaría como consecuencia de muchas organizaciones secretas, que se preparaban contra los Manchu ya que disponían de una amplia red de comunicación de Shaolin del norte a Shaolin del sur.

Los rebeldes querían aprender a pelear antes de ser descubiertos y era obvio que el antiguo proceso de aprender Shaolin era demasiado lento. **Entonces necesitaban un nuevo sistema que fuera fácil para aprender pero a la vez eficiente y efectivo**. Para conseguirlo los maestros se juntaron en el templo del Sur para analizar sus técnicas más efectivas y eficaces.

En el año 1662 el Emperador Kang Xi (1654-1722) inició una gran operación militar en el Sur de China contra la resistencia que incluyó mover la población de la costa al interior. Uno de los últimos generales de los Ming pudo escapar a Taiwán donde echó del país a los colonizadores holandeses y fundó la organización revolucionaria “Tian Di Hui” o “Tierra y Cielo” que colaboraba con la organización “Hong Hua Hui” o “Flor roja” en el continente. Hong Hua Wui era la organización de los rebeldes que residían en Shaolin y que tenían su propia sala “Hong Hua Ting” en el templo.

Mientras, el ejercito de los Qing tuvo que pelear contra varias rebeliones, una de estas tuvo lugar en el estado de Xilu donde un pequeño ejercito local resistía a las fuerzas armadas de los Manchu. La fama de los guerreros valientes y invencibles de Xilu crecía con cada victoria y los ministros encargados de conquistar Xilu no se atrevían a atacarlo de nuevo. Desesperado, el emperador pidió

voluntarios para luchar en Xilu y la noticia llegó al templo Shaolin del Sur. El abad y los monjes vieron una oportunidad para conseguir unos privilegios como había conseguido el Templo del Norte anteriormente. Lo que les permitiría esconder sus intenciones revolucionarias y organizarse para la rebelión. Entonces en 1673 el abad mandó 128 monjes-rebeldes al emperador Manchu que les dio las armas y su permiso para atacar Xilu en su nombre,

El emperador Kang Xi se quedó muy sorprendido cuando los monjes fueron victoriosos sin perder un solo monje en la batalla y les ofreció títulos de noble como compensa. Muy decepcionados porque el emperador no les dio privilegios como el emperador Tang había hecho rechazaron la oferta porque querían volver a Shaolin para seguir con su movimiento secreto en contra de los Qing. Si que recibieron un sello imperial en forma de un triangulo de jade, símbolo del respeto y la protección del imperio y uno de los monjes rebeldes fue ascendido hasta general lo que le facilitó muchísimo poder espiar y informar. **El emperador hizo y regalo la caligrafía que dice “Shao Lin Si” y que fue colocada en la entrada del templo**

Otro resultado mucho menos positivo fue que el ejercito de los Qing se sentía ridiculizado porque unos pocos monjes ganaron la batalla que un gran numero de soldados no había podido ganar. Por lo que advirtieron al emperador que un centro independiente como el templo de Shaolin con mucha gente con experiencia y destreza en la lucha, podría ser un gran peligro para el gobierno. **A los lideres Manchu no les hacia mucha gracia la idea de que Shaolin pudiera entrenar a los rebeldes en el templo de Fujian y mandaron a sus tropas a quemar el templo y a matar gran cantidad de rebeldes.** De los monjes y rebeldes sobrevivientes muchos escaparon hacia EEUU, Japón, Malasia, Taiwán,...etc. Debido a la dispersión de los monjes por toda China esta fue la época en que más nuevos estilos surgieron.

**La familia real Ming contribuyó con su estilo real llamado “mantis religiosa del sur” a la mezcla de estilos de la región para llegar a cinco estilos principales: Hung, Choy, Li, Mok y Lau.** Los fundadores de estos estilos eran lideres de las organizaciones secretas llamadas Triades (llamado así por el triangulo de jade) que organizaban **la rebelión contra los Qing, usaban la famosa frase “Fuera los Qing, reinstala los Ming” y el saludo con la palma izquierda y puño derecho representando al sol y la luna cuyos caracteres juntos forman la palabra Claridad o “Ming” como señal de ser compañero de la rebelión.**

**La ópera de Guandong** que formaba parte de una sociedad secreta llamado “Hombres de los barcos rojos” **ayudó a un grupo de monjes a esconderse en sus barcos viajando por el país y actuando como actores y acróbatas.** El grupo de hombres se basaron en **las técnicas de “Los cinco animales” y “Fujian Grulla Blanca” para desarrollar un método que se pudiera enseñar en unos meses y dominar en tres años.**

**En el templo del sur había una sala llamada Weng Chun Dim (Primavera eterna en Cantonés) donde se enseñaba Weng Chun Kuen (Puño de primavera eterna en Cantonés) un arte marcial muy completo basado sobre las teorías del Chan budismo, los conceptos del tiempo, espacio, energía y gravedad y con mucho Qi gong. En otra sala se desarrolló Wing Chun Kuen (alaba la primavera) basado en los mismos conceptos pero buscando más la economía del movimiento, lo que resultó en otra estructura corporal. El primero evolucionó hasta “Hung Kuen” o “Hung Gar” y el segundo hasta el Wing Chun moderno.**

Uno de los monjes con un papel importante en la resistencia fue Chu Ming, uno de los miembros de la familia Ming que sobrevivió escondiéndose en el monasterio. Aprendió todo lo que podía sobre artes marciales y financió actividades anti-manchu. Otra figura muy importante fue un ex-general que introdujo el gongfu en el templo del Sur cuando se refugiaba allí.

Un hombre Cheung Ng que había huido al templo del Norte cuando su familia fue asesinada, escuchó hablar de un gran maestro llamado Yat Chum que enseñaba Wing Chun en la sala Hong Hua Ting del templo del Sur y viajó al Sur para aprender de el. Más tarde huyó otra vez y se

incorporó a la ópera de los barcos rojos donde siguió desarrollando y enseñando el arte desde donde se dispersó hacia varios grupos de rebeldes y familias.

**Los rebeldes asesinaban a oficiales de Qing utilizando veneno o cuchillos pero tenían que tener cuidado con los guardaespaldas que les intentaban aprehender para interrogarles. Entonces usaban wing chun contra su atacante que agarra y intenta controlar,** (lo que explica porque mucho más tarde fue prohibido durante unos años por ser muy efectivo contra las técnicas de detención de la policía de Hongkong.) en las peleas en callejones estrechos, habitaciones pequeñas o en los barcos chinos. **Esto es la razón porque Win Chung es un estilo de corto rango. Fue desarrollado fuera del monasterio pero es indiscutiblemente Shaolin, lo podríamos llamar “Guerrilla Shaolin”.**

La **leyenda del estilo Wing Chun** cuenta que una de las únicas sobrevivientes de la destrucción de los templos era la monja Ng Mui. Mientras huía, fue testigo de una pelea entre una serpiente y una grulla y aprendió unos cuantos conceptos que utilizó para desarrollar su propio estilo de lucha basado en su Shaolin Gongfu. Ng Mui conoció a Yim Wing Chun y enseñó a la joven su sistema para que supiera vencer a un bruto que siempre le molestaba. Según el mito luego Yim Wing Chun enseñaba el arte y le dio su nombre.



Ya sabemos que la verdadera historia no es tan bonita como las leyendas. Después de la destrucción de la sala Weng Chun y el templo del Sur donde el arte nació **el nombre del estilo cambió a Wing Chun lo que sería “Canta Primavera” o “Alaba Primavera” con primavera símbolo del renacimiento de la dinastía Ming y canta para indicar que hay que pasar el mensaje.**

De los muchos linajes el **del maestro Yip Man es el más famoso y más extendido porque fue él quien enseñó a Bruce Lee.** Otra versión que algunos consideran la mejor conservada es la Pan Nam Wing Chun que es a veces llamado Shaolin Wing Chun y tiene características antiguas del Shaolin KungFu, un linaje sin huecos inexplicables y ha conservado los elementos de Qigong, dos cosas que otras versiones no tienen.

Otra historia de esta época es del **estilo Hung Gar que fue fundado por un vendedor de té.** Hung Hei Kung había sido alumno del abad de Shaolin, un especialista en estilo del Tigre, y era el marido de Fong Win Chung, experta en estilo de Grulla. El combinó los dos y **durante la opresión de los Qing tuvo que llamar su estilo “Hung Gar” (estilo de la familia Hung) para esconder que practicara un arte Shaolin prohibido.** Más adelante en el siglo XIX aparecieron los llamados “10 Tigres”, 10 luchadores muy grandes que ayudaban a los pobres. Cinco de estos héroes eran exponentes del estilo Hung Gar y le dieron más fama al estilo. Habían muchos grandes luchadores en esta época de resistencia. Unos son Hung Hei-Kwun y sus maestros del templo, el monje Sam Tak y el abad Chi Zin. .

**Al principio del siglo 19 el monasterio de Shaolin del Norte fue reconstruido** y los monjes volvieron. El gobierno Qing tenía otras preocupaciones más importantes que vigilar las actividades de unos monjes y les dejó hacer. **Alrededor del año 1850 los poderes occidentales invadieron China y los monjes lucharon como aliados contra los extranjeros aunque unos monjes desarmados no significaron gran peligro debido a la invención de armas de fuego y la gente perdió el interés en las artes marciales..**



Es ahora cuando el Taiji surgió y floreció mucho porque era una manera de entrenar y enseñar gong fu en secreto. Las técnicas no eran tan obvias, los movimientos más lentos y las posturas y la dureza más escondida, pero no olvidada. Según la leyenda el taiji fue

inventado por un taoísta llamado Zhang San Feng que llegó a tener 250 años. Las leyendas dicen que taiji es muy ancestral y surgió en el siglo XII o X o VIII o -porqué no- VI.

La verdad es que **Taiji surgió en el pueblo “Chen jiagou” que está a 80 km del monasterio de Henan.** Se llama Chen Taiji por el nombre del pueblo y la familia que lo desarrolló. **Mucho menos espectacular pero más correcto que el mito.** Quien practica Chen Taiji y Shaolin verá fácilmente que los dos tienen muchos elementos muy similares y no le sorprenderá que ambos han tenido mucha influencia uno sobre el otro. **Hoy en día el Chen taiji ha vuelto al monasterio donde muchos monjes lo practican juntos con sus formas Shaolin. La estructura de la primera forma llamado “Chen Laojia Yilu” es en esencia la misma que la de Shaolin Taizu Chang Quan.** Luego la familia Chen enseñó taiji a un tal “Yang LuChan” que difundió el hoy en día muy popular estilo Yang. **La antigua forma de Yang usa la estructura de Shaolin Xiao Hong Quan y así ambos revelan sus raíces en el Shaolin Gongfu..**

**A finales del siglo 19** varias sociedades secretas se unieron con monjes budistas y taoístas en un último intento de echar a los extranjeros y los Qing del país en **“La rebelión de los Boxeadores “ que acabó muy pronto.** Muchos expertos en artes marciales se habían estado preparando en secreto durante muchos años para la batalla. Habían entrenado técnicas de Qi Gong y “Camisa de Hierro” porque pensaban que les protegiera contra las balas de las armas de fuego o que les harían invisibles y los rebeldes armados con nada más que puños, palos y espadas atacaron soldados con armas de fuego. El resultado fue **una terrible derrota y otra grande perdida de conocimientos de gong fu.**

**La Dinastía Qing terminó en 1911 cuando el doctor Sun Yat-Sen consiguió formar un ejército con fondos extranjeros capaz de desestabilizar a los Qing. China dejó de ser un imperio y se convirtió en república. Siguió 17 años de guerra civil.**

### **Shaolin se quema por tercera vez**

Por el miedo que los nuevos líderes aún tenían a Shaolin, su poder y su habilidad en las artes marciales se iba a quemar por tercera vez **durante el reino de Chiang Kai Check en 1928.**

**El comandante del Guomindang (KMT) Chen You-san quemó el monasterio, sus libros y manuscritos por frustración después de haber perseguido al caudillo Fan Zhongxiu que se escondió en el templo de Henan y escapó a un ataque junto con muchos monjes.** Los edificios ardieron 45 días y lo único que quedó fueron los frescos de imágenes de monjes luchando y las tablas de piedra que indicaban que el monasterio había recibido protección contra la destrucción de anteriores emperadores. **Algunos habían conseguido salvar unos manuscritos de las llamas y se lo llevaron a la seguridad de su clan familiar.** Por ejemplo el monje Shi Xingzheng salvó muchos libros y sutras de la librería del monasterio enterrándolos. Cuando en uno de los ataques intentó llevarse más textos de la librería unos escombros le cayeron en el ojo izquierdo, así perdiendo la vista en él.

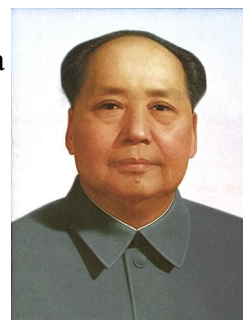
La tradición de gong fu seguía entre 1909 y 1937 gracias a la fundación de asociaciones atléticas como por ejemplo Jin Wu, Nanking kuo shou. En estas organizaciones los maestros intercambiaban técnicas y mantenían las tradiciones. Durante la guerra con Japón estas asociaciones fueron muy importantes en la formación de soldados.



**Chiang Kai Check mismo se rodeaba de maestros de gong fu como guardaespaldas pero prohibió su práctica para el resto de la población. Cuando estaba a punto de ser echado por la nueva república, huyó a Taiwan llevándose todo los tesoros que podía, su mujer y 100 maestros de gong fu. (muchos de estos practicaban Baji Quan que ahora a veces se llama el estilo de guardaespalda).** De esta manera su llegada “enriqueció” mucho el país.

## La Revolución Cultural

**La revolución cultural de Mao que empezó en 1966** iba en contra de cualquier forma de religión y arte marcial o cualquier cosa que admitiera alguna forma de individualidad. **Practicar otra cosa que no fuera las ideas del Líder Mao era suficiente razón para ser deportado o educado o encarcelado.** Algunos maestros fueron matados y otros salieron hacia Hongkong o otros países.



Esto ha sido lo peor para las artes marciales, la medicina tradicional y cualquier disciplina tradicional. Esta vez fue más drástico que las anteriores destrucciones porque atacó Shaolin en su integridad total, y no solo el gong fu como había sucedido antes.

Por ejemplo Shi XingZheng tuvo que trabajar como labrador para conseguir comida para él y el monasterio. Hacía tofu para vender en los pueblos y ganar dinero para conservar el templo. Se tuvo que mover mucho y llevar ropa laico para evitar a las guardias rojas.

El monje que durante este tiempo actuó como abad provisional fue Shi SuXi que entró al monasterio con la edad de 12 años en el 1936 y fue alumno de Shi ZhenXu, uno de los monjes de la época antes del gran incendio. Shi Suxi aprendió de su maestro Shi Zhenxu tan impresionante cantidad de formas y habilidades marciales que se mereció el apodo del “Rey del Boxeo”. Luego fue él quien enseñaba a los demás monjes.

En 1944 durante la segunda guerra mundial Shi Suxi y los monjes tuvieron que luchar contra unos 60 invasores Japoneses que querían saquear el monasterio, con una pistola, piedras y rocas consiguieron repelar a los soldados japoneses.

Alrededor del año 60 solamente quedaban 16 monjes. Por las problemas debido a una sequía prolongada algunos de ellos abandonaron el monasterio pero Shi Suxi y unos pocos más se quedaron y conservaron el templo. Si ellos se hubieran marchado también seguramente hoy en día no existía el monasterio de Shaolin.

En esa época Shi Suxi fue pegado y ridiculizado por la Guardia Roja y cualquier persona podía aventurar por las ruinas del monasterio. Muchas son las ocasiones que gente venía a vandalizar las murallas y estatuas budistas que Shi Suxi protegía con su propio cuerpo, así recibiendo piedras y palazos por proteger las representaciones del Buda.

Otro hecho que demuestra el gran esfuerzo que hicieron los pocos monjes que restaban en esos momentos es cuando el monje Shi DeChan repartió tablas con las sutras entre los monjes y les obligó a memorizar el contenido con todos sus detalles hasta el estilo de caligrafía usado para poder conservarlas y reproducirlas en un futuro.

Finalmente el grupo de monjes empezó en 1974 con el enorme labor de reconstruir el monasterio.

## Revivir el Shaolin?

Cuando **Mao murió en 1976** cambió la situación. El monje Xingzheng fue varias veces a Beijing para conversar con los que estaban en el poder. Intentó cambiar la política del gobierno de prohibir las religiones al explicarles que el Budismo contenía filosofía y sabiduría por lo que no sería malo para el pueblo chino. Así consiguió “revivir” al Budismo, el daoismo y las otras religiones en China cuando en 1978 el gobierno cedió y garantizó la libertad de creencias religiosas.

También las **artes marciales fueron aceptadas de nuevo**. Se hacían grandes esfuerzos para

catalogar los estilos y sus historias. El gobierno diseñó una forma de gongfu orientado hacia el deporte llamado Wushu (literalmente arte marcial).

El monasterio fue reconstruido y viejos monjes invitados para retomar la enseñanza de los estilos de Shaolin que habían sobrevivido. En 1986 Shaolin tuvo por primero vez en 300 de nuevo un abad oficial en la persona de Shi XingZheng. **Bajo el impulso de Shi Su Xi, había esperanza para una nueva era de Shaolin.**

Shi Su Xi mostró la misma dedicación que el primer abad en su época y garantizó buenas enseñanzas. Se hicieron muchos esfuerzos para juntar a los pocos monjes y maestros anteriores a la



revolución y incluso anterior al incendio que dominaban el Shaolin gong fu tradicional. Personas muy importantes para esa trasmisión fueron entre otros Shi DeChan, Shi SuYun, Shi Suxi, Shi XingZheng,... Muy importante para la conservación del Shaolin Gong Fu Tradicional fue que en la década 80 los monjes viejos de la 30 generación ( Con “Su” en su nombre budista) enseñaron a la nueva generación las formas antiguas. No se salvó todo lo que había sido Shaolin, gran cantidad de formas fueron recuperadas por esta nueva generación. (monjes con “De” en su nombre budista como Shi De Yang, Shi De Cheng, Shi De Qian, Shi De Jian, Shi De Ding). Se recuperaron muchas formas, pero sin embargo muchos sistemas de Shaolin eran muy amplios y consistían en varias formas y a veces armas y entonces de pocos sistemas se ha podido recuperar todo. Esta generación enseñó las

siguientes generaciones de monjes budistas. Hoy en día ya hablamos de generación 38.

Algunos de los viejos monjes como **Shi De Qian se dedicaron a viajar por el mundo en busca de los manuscritos salvados del incendio de 1927. Encontraron en todo Asia y en el mundo entero copias de libros de Shaolin**, que indicaba que en Shaolin siempre había entrado y salido gente para enseñar o aprender artes marciales. Después de haber aprendido suficiente muchos volvieron a sus casas con copias de los manuscritos originales que más tarde se quemarían. Gracias a estas copias expertos y investigadores pueden averiguar donde y cuando surgieron ciertas secuencias y pueden reconstruir la secuencia original. **Sin estos esfuerzos este texto constaría de 5 paginas en vez de más de 20.**

**En la década 90** tras el éxito de numerosas películas de Gong Fu de Bruce Lee, Jacky Chan y en particular Jet Li **los oficiales en Beijing se dieron cuenta del potencial de Shaolin como medio de propaganda y como patrimonio.** Pero había mucha desconfianza hacia Shaolin y sobre todo hacia el poder del Gong Fu. Entonces necesitaban alguna clase de substitución, otro arte diferente al Taiji y el Qi Gong que fuera más duro y atlético para llenar el hueco creado al marginar el Shaolin gong fu. Esta substitución fue Wu Shu, un arte acrobático utilizando movimientos derivados del gong fu.

De tal manera quisieron reanimar Shaolin de una manera muy pragmática y interesante a nivel de economía. La clave era tener un arte dinámico con el espíritu de Shaolin pero que no fuera gong fu. Wu Shu era ideal porque daba los mismos beneficios a nivel de salud y bienestar pero más enfocado a atletismo y deporte en vez de lucha y combate. Los oficiales **partieron desde la base de algunos estilos de gong fu más elegantes como el “Cha Quan” y otros estilos de “puño largo del Norte” para crear secuencias compulsivas de competición sobre las cuales un jurado puntúa según velocidad, acrobacia y elegancia de la ejecución. Se estableció un sistema de cinturones basado en estas secuencias de competición.** Wu shu creció exponencialmente y se desarrolló en muchas versiones y adaptaciones que en algunos casos se aproximan mucho al gong fu. Hasta que alguien sin conocimiento no se da cuenta de cual es gong fu y cual es Wu shu.

Al final volvió el interes en el combate y se desarrolló **Sanda**



**para combates deportivos. En la década 20 el ejercito chino busco los conceptos y las técnicas mas eficaces de todos los estilos de gongfu y el boxeo occidental y destilo así un sistema para sus tropas bajo el nombre “Sanshou” que significa “mano libre”. Se desarrollaron diferentes ramas de sanshou para diferentes clases de soldados y una versión usada por la policía. Desde la base del Sanshou que es muy brutal se hizo “Sanda”, una versión más reglamentada y apta para deporte. Sigue siguiendo muy agresivo y entonces se pelea con protección lo que permite combates duros con gran variedad de técnicas pero con menos riesgo de lesionarse aunque los guantes no permiten ejecutar gran mayoría de las técnicas que se encuentra en el gong fu tradicional. Para alguien que no conoce gongfu con sus cuatro elementos de golpes, patadas, llaves y proyecciones podría comparar sanda con el muay thai (boxeo tailandes) mezclado con judo. En china es inmensamente popular y el sanda se está estableciendo mundialmente como un arte muy duro de ganar.**

La república China quiso, como se ha dicho antes, utilizar el Shaolin como un medio de propaganda hacia el extranjero por una parte y para unir el interior por otra parte. Entonces el **gobierno empezó a organizar espectáculos con los monjes de Shaolin.** Mientras monjes de la trigésima generación entrenaba muchos años para conocer 50 o mas formas y sus aplicaciones en combate, ahora los monjes a veces solo conocen nada más que tres formas y con poco o ningún idea de como aplicar los movimientos. **Aprenden en 2 o 3 años a actuar en el escenario durante la gira del espectacular circo que parece que sea Shaolin. Entonces reciben por la duración de la gira el titulo oficial de discípulo de Shaolin pero no suelen dejarselo tras acabar la gira porque les es más fácil conseguir trabajo con el titulo. A veces ni siquiera muestran el original Shaolin pero simplemente acrobacias del Wu shu moderno.** Estas nuevas últimas generaciones son los que alteran formas tradicionales para entrar en competiciones de wushu. Mezclan tradición con movimientos vistosos del wushu o solo mantienen las partes rápidas y más espectaculares de la forma tradicional. No se acuerdan de los cambios en velocidad de la forma original o solamente conocen la mitad y creen y enseñan que es la forma entera. De ahí sale muchísima confusión y provoca que Shaolin otra vez esté amenazado, esta vez por formas de competición y comercio. **Muchas de las formas Shaolin que muestran los jóvenes son nada más que wushu moderno mezclado con unas posturas típicas de Shaolin para parecer autentico. En el Occidente es lo que más vemos porque la mayoría de monjes que viven y tienen su escuela fuera de China son los del equipo de la gira de los espectáculos y que se han escapado.** Hoy en día la conservación del autentico Shaolin a veces parece ser más cuestión de los que están fuera del monasterio o incluso fuera de China. Depende de los que han tenido la suerte de haber conocido y aprendido de las generaciones anteriores al circo que montó el gobierno chino. Una generación que oficialmente no lleva nombre de monje budista pero conoce las tradiciones que a los monjes jóvenes a veces ni les interesa saber. **Parece mentira pero los maestros tradicionales a veces tienen más alumnos occidentales que chinos.** Ellos se interesan más por acrobacias vistosas que les pueda ayudar a convertirse en una estrella de película.

Hace poco los monjes podían presentarse para obtener una graduación oficial del gobierno (cinturón) según sus habilidades en wushu moderno. Algunos lo hicieron y a otros, sobre todo los viejos, ni les interesó. Entonces hoy en día hay monjes con 5,6,7...dan de wushu moderno y mucha credibilidad oficial y otros como unos de la generación 30 que no tienen nada.

Por suerte tenemos también aún a varios monjes tradicionales y maestros laicos que siguen enseñando lo que ha sido pasado de generación en generación. Algunos se esforzaron mucho para investigar los orígenes de los diferentes estilos y viajaron por todo Asia en busca de documentos antiguos conservados y maestros viejos. El monasterio muestra espectáculos pero dentro, lejos de las cámaras y los turistas, hay gente que practica el verdadero Shaolin y incluso quedan algunas formas que no son enseñadas a gente de fuera del monasterio, siendo guardados como joyas.

El abad actual y/o el gobierno echó todas las escuelas y el pueblo que rodeaba el monasterio. La única que tiene permiso para quedarse es Chinese Government Shaolin Temple training School. Todas las demás, algunas con hasta 8000 alumnos, tuvieron que moverse a la ciudad más cercana.



Se está preparando Shaolin y el alrededor para ser una atracción turística o sitio de patrimonio mundial. No está muy claro si el fin es simplemente preparar Shaolin como destino turístico o si el abad de verdad quiso sacar las escuelas, que en general enseñan Wu Shu moderno, para conservar Shaolin y devolver algo de tranquilidad a lo que sigue siendo un monasterio budista.

El abad publicó hace poco una lista de formas tradicionales que se consideran el núcleo del tradicional Shaolin gong fu. Algunos lo ven como una vuelta a lo tradicional y un intento de promover aprender las formas enteras correctas. Otros temen que es el principio del camino hacia más competición.

**De estilos que dicen ser relacionados a Shaolin hay muchísimos.** Algunos con derecho, otros con menos, tampoco es fácil decir lo que es auténtico o cuanto porcentaje de un estilo viene de Shaolin. Como se ha dicho antes habían muchos monjes que enseñaron a gente fuera del monasterio, otros que huyeron a otros países, estilos que entraron/salieron del templo en algún momento... . Cada uno tenía su estilo y forma de entrenar y los alumnos adaptaron lo que aprendieron a sus propios cuerpos y necesidades. Pasaron siglos y quien sabe si una técnica de verdad viene de Shaolin o no. El karate obviamente tiene sus raíces en Shaolin. Su libro más importante "El Bubishi" es un libro incompleto del templo de Shaolin y se ve muy claramente que algunas formas vienen del estilo de la Grulla Blanca. Las ideas y métodos del Shaolin Gongfu se han difundido por todo el mundo desde Japón a Hawaii y de Corea a Europa y ha influido en el desarrollo de muchas artes marciales.

**Lo que Shaolin nos enseña es sencillo y al mismo tiempo profundo, el arte marcial es más que solamente pelear. Shaolin unió salud y virtud con la lucha gracias a sus bases budistas y taoistas. El practicar cualquier arte marcial con dedicación con el objetivo de romper tus límites y autodesarrollo es entrenar en el espíritu de Shaolin.**