

# De la religión y la filosofía a las actividades de lucha

Maestro, especialista en Educación Física \*  
Licenciado en Antropología Social y Cultural \*  
Estudiante de Ciencias de la Actividad Física y Deporte \*\*  
Doctorando en Antropología Social y Cultural \*  
\* Universidad Complutense de Madrid  
\*\* Universidad de Alcalá de Henares

**Emilio Franco Serrano**  
[efrancoserrano@yahoo.es](mailto:efrancoserrano@yahoo.es)  
(España)

## Resumen

Este trabajo aborda algunas reflexiones necesarias para la comprensión de la evolución de unos estadios prístinos filosóficos y religiosos para llegar hasta las prácticas de lucha propias de diferentes culturas, habiendo recibido las corrientes ideológicas de otros pueblos y las emergentes ideas vitales étnicas propias.

**Palabras clave:** Religión. Filosofía. Cosmovisión. Confucionismo. Taoísmo. Budismo. Respiración. Salud. Longevidad. Sincretismo. Lucha. Wu Shu

<http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - Nº 137 - Octubre de 2009

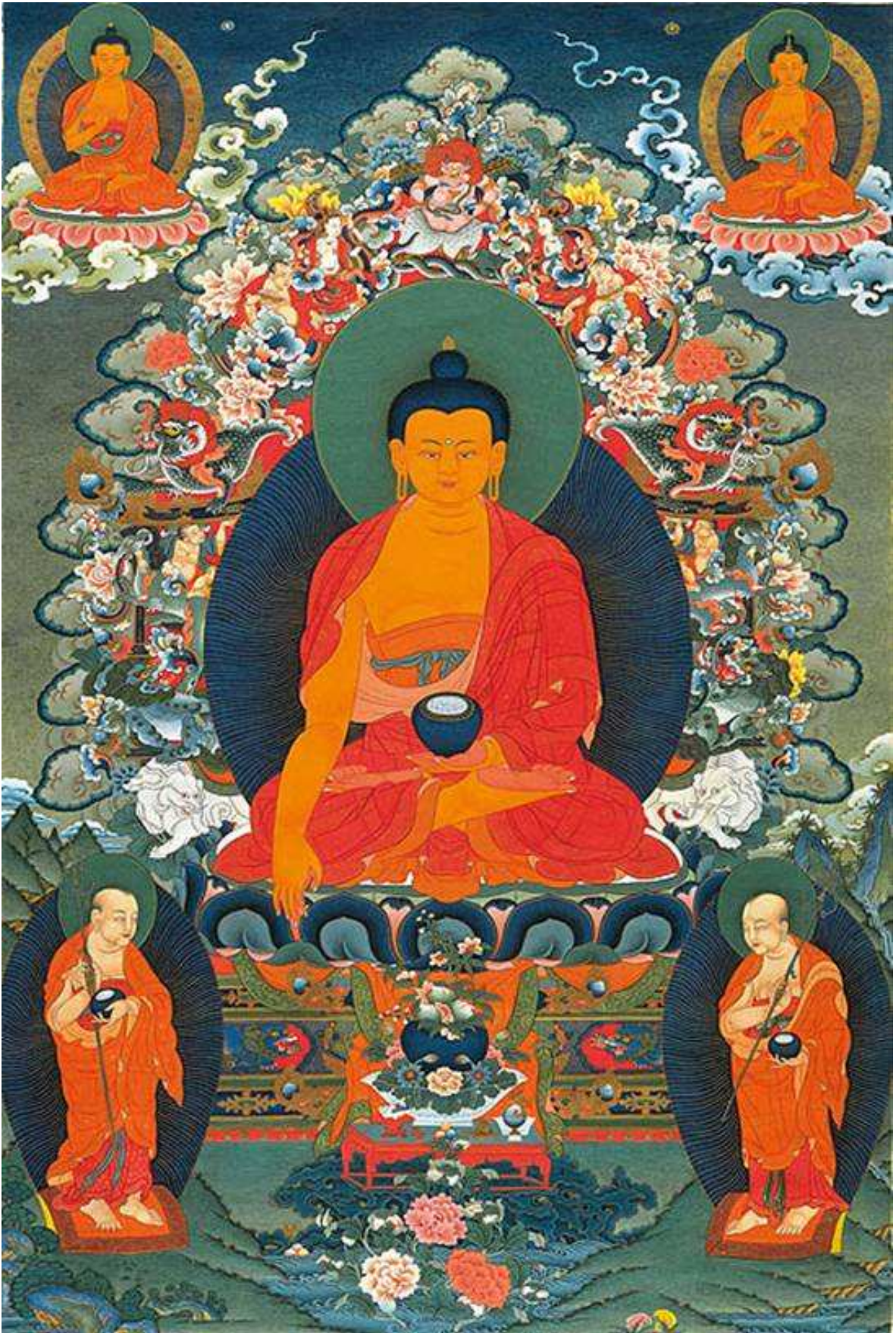
No sólo desde el continente asiático nos han llegado noticias de la existencia de estudios serios referentes a la naturaleza humana, su pensamiento, sus creencias y actividades encaminadas a proporcionar hábitos saludables que procuren un aumento del ciclo vital del ser humano, existiendo una diversidad más que considerable desde hace bastantes cientos de años. Pero si, es desde esta perspectiva singular, y desde estas civilizaciones y culturas, desde donde, de una forma mística y casi secreta, se han configurado una conjunción de artes y experiencias que han demostrado ser

imprescindibles para el desarrollo de una serie de capacidades, en principio desconocidas o aletargadas, en relación a las adaptaciones culturales de las actividades propias del ser humano.

Parece ser que un foco importante de pensamiento formal y espiritual se localizó en las culturas del subcontinente indio. Como suele ocurrir, gracias a los procesos de enculturación, aculturación y difusión cultural, estos saberes se extendieron de forma limitada por los grupos étnicos y culturales cercanos, para ir llegando con el paso del tiempo a lugares más lejanos.

Es por esta razón, que se tiene conocimiento de los trabajos y enseñanzas de un patriarca, conocedor de los saberes de las escuelas védicas y brahmánicas, en lugares lejanos a su patria. Nos estamos refiriendo a un monje, que atendiendo a su vertiente de adoctrinamiento sobre sus saberes y conocimientos, principalmente sus creencias budistas, efectuó un largo viaje por lugares y caminos aledaños a la India para acabar llegando a un monasterio budista chino y continuar con su magisterio filosófico y espiritual.

El budismo nació como método de vida para la comprensión racional del Ser, la realidad del existir y el cese de todo sufrimiento terrenal. Por lo tanto, la enseñanza de Buda pretende entregar a la humanidad un conocimiento iluminado de la Realidad fenoménica.



El Buda histórico Shakyamuni con sus discípulos, que tradicionalmente se representa sobre una flor de loto

Por lo tanto, éste era el mensaje prístino, de pastoral Mahayana, el que pretendió transmitir el monje **Bodhidharma** (también conocido por *Da Mo* en chino y *Daruma* en japonés), perteneciente a la casta de los Kashatriya (príncipes y guerreros) y conocedor de formas sofisticadas de combate, como el Nata y el Vajramushiti.

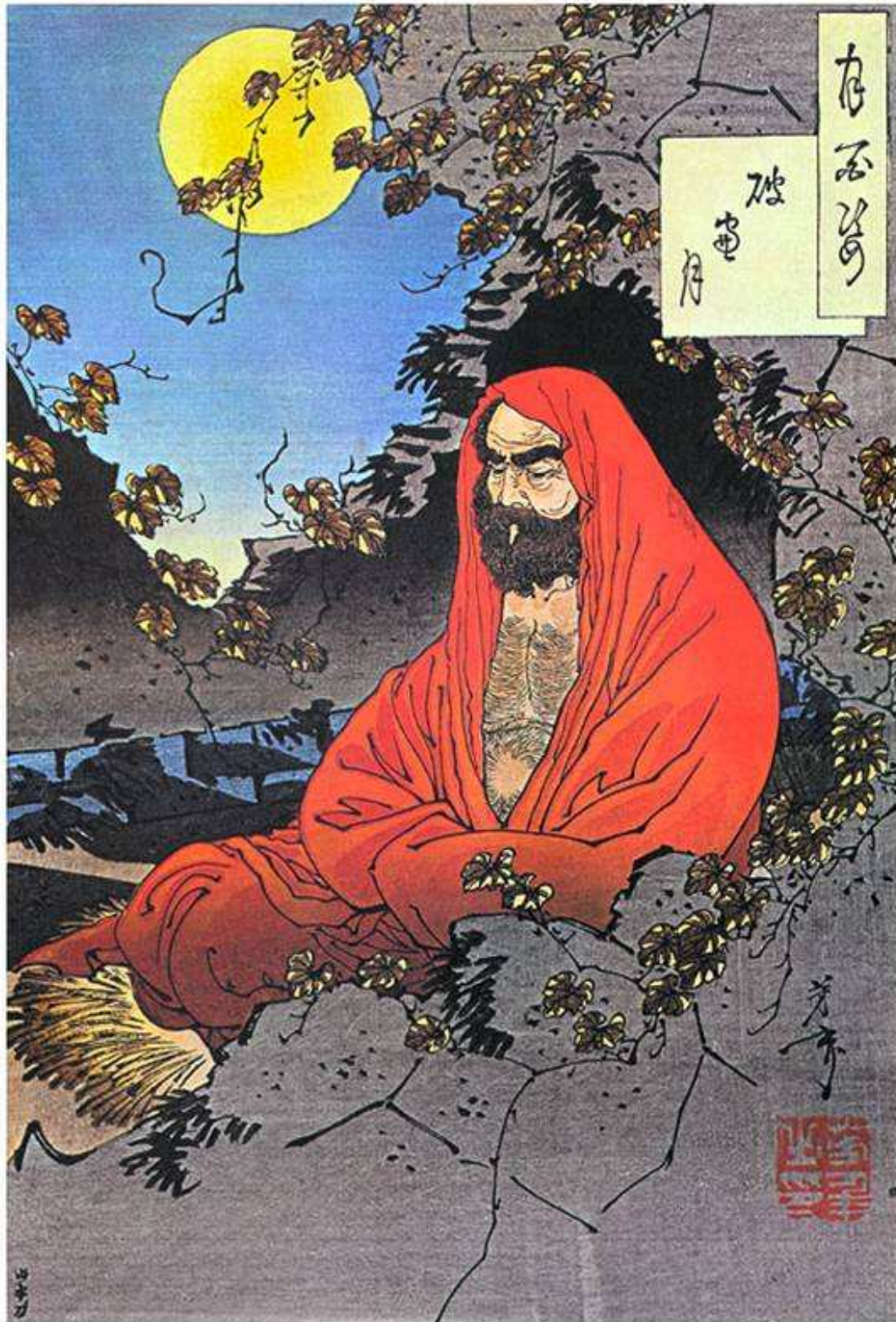
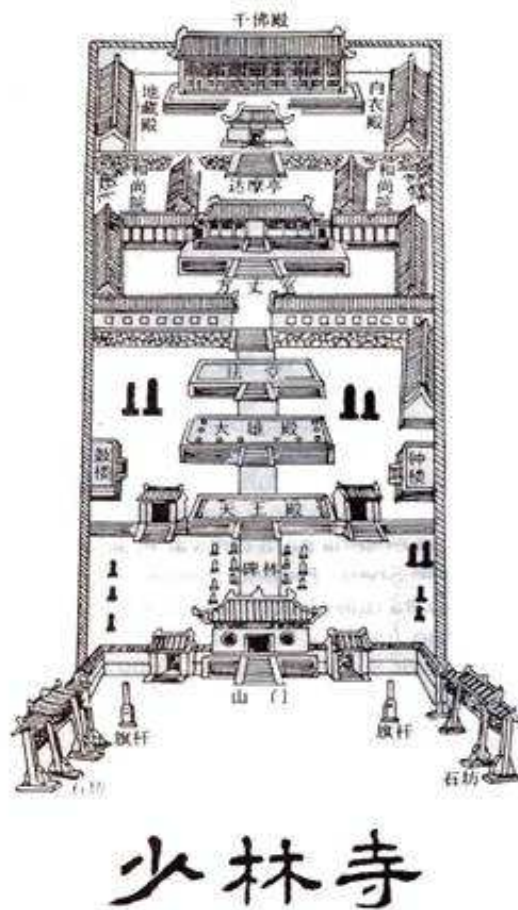


Imagen de Bodhidharma meditando

Este monje, tras un largo periplo desde su tierra natal, llegó al Monasterio de Shaolin (*El pequeño bosque*) hacia el año 520 d. C., en las faldas del monte Song, en la provincia de Henan, en la zona central de China. A su llegada, parece ser que no fue aceptado por el abad del monasterio, que había sido fundado y construido hacia el año 495 d. C. por otro monje de origen hindú, y decidió permanecer meditando largo tiempo, hasta que consiguió ser aceptado, comenzando a enseñar una serie de ejercicios para lograr un mayor fortalecimiento y salud de sus pupilos, ya que no gozaban de gran fortaleza física, lo que influía de forma decisiva en las largas sesiones de meditación y concentración que les imponía.



Mapa del Monasterio de Shaolin

A este monje, hijo del rey Shihavarman de Kachipuram (sur de la India) se le considera patriarca, ya que es el prelado fundador de la escuela budista Chan (Zen en japonés), y durante su estancia en el Monasterio de Shaolin creó un sistema de ejercicios dividido en tres series denominadas: *Clásico sobre cambios en los músculos y*

*tendones (Yi Jin Jing), Clásico sobre lavado de la médula y el cerebro (Xi Sui Jing) y Las dieciocho manos de Lo Han (Shi Pa Lo Han Sho), que son ejercicios de lucha inspirados en los movimientos de animales: tigre, leopardo, dragón, serpiente y grulla.*

Los dos primeros tratados eran enseñados y practicados por todos los monjes del monasterio, pero el último sólo era enseñado a los monjes guerreros (*Seng Bing*), destinados al aprendizaje del *Wu Shu (Gongfu)* y la defensa del monasterio.

El segundo Templo que adoptó la orden de Shaolin, en el año 650 d. C., fue el Monasterio de Fukien, al sur de China. Posteriormente se fundaron el Templo del Tigre, en Quanzhou, cerca de Manchuria y Corea; y el Templo de la Grulla, en Szechwan, en el Tibet.

De esta modo se fue extendiendo las enseñanzas de Da Mo, con el paso del tiempo, por diferentes partes de China. Aún hoy, se puede apreciar en los frescos murales del Monasterio de Shaolin a varios monjes con una fisonomía y color de piel más oscura, de origen hindú, practicando ejercicios de lucha con los monjes autóctonos de la región.



Reproducción de monjes Shaolin, practicando ejercicios de defensa y ataque

El sistema practicado por los monjes de Shaolin estaba basado en el fortalecimiento y endurecimiento físico, el desarrollo de las capacidades físicas básicas, así como las motrices, y el fortalecimiento espiritual y filosófico.

Por otro lado, existe otro tipo de tradiciones en China anteriores a las budistas. Nos estamos refiriendo al Taoísmo. A menudo se dice que es la única religión verdaderamente china, ya que el budismo fue importado de India y el Confucionismo es sobre todo una filosofía.



Lao Tse viajando sobre el búfalo

De acuerdo con esta tradición el fundador de esta corriente es **Lao Tsé** (*Laozi*), que partió hacia el oeste (actual Tibet) a lomos de un búfalo para meditar sobre la condición humana y sobre el universo que nos rodea. Durante su retiro redactó el Tao Te King

(*Daodejing*) o *Libro de la vida y la virtud*, donde se indica que el Tao es el principio fundador del universo; la fuerza (*prana* en sánscrito, *chi* en chino y *ki* en japonés) que rige la naturaleza es la misma que nos anima, somos una parcela de este universo y él es una parte de nosotros; el microcosmos y el macrocosmos son uno solo.

El Tao es el orden que preside la vida, el espíritu al que nada se puede entorpecer. Es necesario organizar la vida de acuerdo con el principio del *tao*, para encontrarse en armonía con el orden natural y las leyes del universo.

Para alcanzar esta armonía, se deben conocer los conceptos del *yin* y el *yang*, de los cinco elementos (*wuxing*) y de la quietud, o no acción (*wuwei*).

Esto configura el camino para mantener una relación armoniosa entre la vida material y la vida espiritual. El taoísmo no se limitó a desarrollar sólo técnicas marciales, sino que también desarrolló técnicas sexuales, alimentarias, de mantenimiento y mejora de la salud, con las que se pretendía alcanzar la inmortalidad del cuerpo a través de la perfecta armonía del hombre consigo mismo y con la naturaleza.



Monasterios del la Montaña de Wu Dang

Si las tradiciones budistas emanaron de los Monasterios de Shaolin, las taoistas lo hicieron mucho tiempo antes de los Monasterios de la Montaña de Wu Dang, donde tradicionalmente se retiraban los estudiosos y ermitaños taoistas.

Lo importante de esta tradición taoísta es el estudio y experimentación, durante varios miles de años, sobre las diferentes formas de regulación de la respiración; estas técnicas se denominan **Tiao Xi** (a veces también *Tu Na*).



La aplicación de estas técnicas dio como resultado la creación y práctica del **Chi Kung** (*Qigong*) que tienen aplicación para: mantener la salud, curar enfermedades, la maestría marcial o *la iluminación*.

El arte del *Chi Kung* se origina con cinco escuelas: la de la Medicina Tradicional China (MTC), la taoísta, la budista, la marcial y la confuciana. A su vez, estas prácticas se dividen en dos categorías: *wai-dan* (externas) y *nei-dan* (internas). Aunque todas ellas procuran acerca el dominio de la energía *chi*, a través de la respiración y ciertos ejercicios, que es lo que se ha venido en designar *Qigong* (*Chi Kung*).

Por todo lo dicho anteriormente, podemos señalar una primera clasificación de las técnicas de lucha, quedando, en principio, de la siguiente forma:

Denominación	Origen	Desarrollo
<p style="text-align: center;"><b>Nei Jia</b> (Interna)</p>	<p style="text-align: center;">Monasterios de Wu Dang Taoísta</p>	<p>Movimientos lentos, circulares y suaves. Prima la flexibilidad sobre la fuerza. Encaminados a la mejora de la salud y la longevidad.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Wai Jia</b> (Externa)</p>	<p style="text-align: center;">Monasterios de Shaolin Budista</p>	<p>Desarrollo de la fuerza, la rapidez, la potencia. Encaminados a mejorar la eficacia en combate. Se subdividen en escuelas del norte y del sur.</p>

A partir de esos orígenes se difundió por toda China, y posteriormente por los territorios más cercanos al Imperio Medio, las enseñanzas que acabamos de describir, utilizándose de diferentes modos y con distintas formas de respiración: la taoísta con los métodos **Tiao Xi** (*Fan Hu Xi*) y el budista con los métodos del **Prana Yoga** hindú (*Zheng Hu Xi*).



Monasterio de Shaolin, de orientación budista, en Henan y Monasterio Zi Xia, de orientación taoísta, en las montañas de Wu Dang

Es por esta razón, que a lo largo de los años nacieron diferentes escuelas y métodos de combate y lucha derivados de estos dos primigenios, para luego mezclarse, adaptarse y resurgir con influencias intrínsecas de distintas partes y maestros. Por lo que surgió una tercera y última tradición, denominada Confuciana, que se practicaba en la casa o locales del maestro, que por lo general también era médico o anatomista, y los alumnos se clasificaban en dos categorías: externos e internos, y el maestro sólo transmitía sus enseñanzas secretas a estos últimos.

Esta tradición estaba basada en las ideas de **Confucio** (*Kongfuzi*), brillante funcionario de origen humilde que propuso la reforma de las estructuras del Estado para hacerlas más eficaces. Una vez muerto, su filosofía acabó por impregnar todos los estratos de la sociedad china, desde el pueblo llano hasta los príncipes.



Confucio

La doctrina confuciana define las pautas de conducta y los modelos de sumisión que son el reflejo de la jerarquía social. El confucianismo descansa en particular sobre dos sistemas de reglas esenciales (*gangchang*), que son:

Tres relaciones	<b><i>Sangang</i></b>	Al príncipe soberano con sus súbditos
		Al padre con el hijo o el amor filial
		Al marido con su mujer
Cinco virtudes	<b><i>Wuchang</i></b>	La humanidad ( <i>ren</i> )
		La rectitud ( <i>yi</i> )
		La civilidad ( <i>li</i> )
		La sabiduría ( <i>zhi</i> )
		La lealtad ( <i>xin</i> )

Una de las características de las artes de lucha chinas, del **Wu Shu** (Artes Marciales chinas), reside en la unidad entre ética y técnica, entre virtud y aprendizaje, en la búsqueda de un alto nivel de perfeccionamiento ligado a la nobleza de espíritu: es *el arte caballeresco chino*, o lo que se ha venido a llamar en Japón como *Puño de caballero (Kunshi no Ken)*.

La ética marcial exige nobles cualidades morales: amor a la virtud, espíritu de solidaridad, curiosidad, simpatía por los demás y altruismo. Sitúa en paralelo la virtud en la acción y el espíritu. No cuenta sólo la fuerza física y la apariencia externa del luchador; también son importantes su modo de pensar, de relegar su pensamiento en cuanto intelecto, y de controlar y desplazar su ego.

El *Wu Shu* es considerado, por tanto, un arte que enseña al practicante a fortalecer y perfeccionar sus cualidades internas: éticas, morales y emocionales, al tiempo que su fuerza y agilidad física. El buen comportamiento es el reflejo de un espíritu virtuoso.

Estas, y otras, características son las que han influido en otras actividades de lucha de otros territorios, que a través de los procesos culturales de enculturación o difusión cultural, han llegando a ser asumidas como propias. A modo de ejemplo, podemos señalar a las escuelas de **Toudi** en Okinawa, ya que recibieron las enseñanzas e influencias de los *Bin Yin* (colonos chinos), los *Ryugakusei* (estudiantes de Okinawa en China) y los *Sapposhi* (enviados especiales del emperador chino).

Como mínimo, existen en la actualidad, más de cuatrocientas cincuenta escuelas de *Wu Shu* diferentes en China, catalogadas por el Instituto de Investigación de *Wu Shu* en China, sin contar las corrientes y ramas menores. Por esta razón, el *Wu Shu* se ha clasificado de acuerdo con diferentes criterios: interno (*nejija*) y externo (*wajija*), estilos del norte (*beiquan*) y del sur (*nanquan*), moderno (*xinjia*) y tradicional (*laojia*), forma técnica (*taolu*) y combate (*sanda*), wushu civil (*wen*) y wushu militar (*wu*), etc.

Existe igualmente una clasificación de competición (*wushu bisai taolu*), que determina la pertenencia de un estilo a un grupo determinado, a saber:

Boxeos libres de Puño Largo	<b><i>Changquan</i></b>	Técnicas y métodos estructurados por la Comisión de Deportes de la República Popular China
Boxeos libres del Sur	<b><i>Nanquan</i></b>	Reconocibles por su vigor, variedad de movimientos de manos y gran energía
Boxeos Internos	<b><i>Taiji</i></b>	Movimientos lentos y suaves, uniendo movilidad e inmovilidad
Boxeos Morfoideológicos	<b><i>Xingji</i> y <i>Bagua</i></b>	Movimientos firmes y profundos, sencillos y sin figuras superfluas

Boxeos de amplios gestos de brazos	<b><i>Tongbi y Pigua</i></b>	Técnicas de amplios golpes controlados por la espalda mediante gestos de apertura y cierre de brazos
Boxeos de imitación	<b><i>Xiangxing y Ditang</i></b>	Movimientos vivos y ágiles que recuerdan a animales o imitan actitudes humanas
Otros boxeos tradicionales	<b><i>Laojiquan</i></b>	Demás boxeos no clasificados anteriormente, de origen musulmán, local o histórico

Por todo lo expuesto anteriormente, y a modo de síntesis, podemos concluir que en su origen existieron ciertas religiones y sistemas filosóficos, que configuraban la cosmovisión de algunos grupos étnicos, promoviendo determinadas prácticas físicas buscando alcanzar una mejor salud, incluso la longevidad, como modo de vida para satisfacer sus intereses individuales y colectivos marcados como ideales a conseguir.

Lo singular de este proceso, es que consiguieron conectar la esfera física con la espiritual a través de la respiración y la meditación, ya fuese en movimiento (dinámica (*Yang*)) o inerte (estática (*Yin*)), configurando métodos metafísicos o cercanos a la ciencia de la época para conseguir resultados observables, detectables, previsibles y diagnosticables por la Medicina Tradicional China (MTC), que durante milenios se ha destacado como único método fiable para eliminar el padecimiento, las patologías y la enfermedad, promoviendo la mejora de la salud de millones de personas en el continente asiático, sin dejar de lado el objetivo de alcanzar una mayor seguridad personal con las actividades de lucha tradicionales y la formación de hombres íntegros, éticos y virtuosos.



Representación alegórica de hombre virtuoso

## Referencias bibliográficas

- FERNÁNDEZ DE CASTRO, A. (2002): *Enciclopedia del Tai-Chi. "El Universo Interior"*. Ediciones Tao. Madrid.
- FRANCO SERRANO, E. (2009): *Génesis del Karate (I)*. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 11 - N° 133 - Junio de 2009. <http://www.efdeportes.com/efd133/genesis-del-karate.htm>
- HABERSETZER, R. (1995): *Bubushi*. Éditions Amphora. París.
- ITIER, R. (2007): *El gran libro del Kung Fu Wushu*. De Vecchi. Barcelona.
- MANDEL KHAN, G. (2000): *Buda. El Iluminado*. Ediciones Témpera. Madrid.
- MCCARTHY, P. (1997): *The Bible of Karate. Bubushi*. Charles E. Tuttle Company, Inc. Tokyo.
- NAGAMINE, S. (1987): *The essence of Okinawan Karate-Do*. Charles E. Tuttle Company, Inc. Tokyo.
- SCHUMANN, H. W. (2002): *Buda*. Ariel. Barcelona.
- YANG, JWING-MING (1999): *La esencia del Taiji Qigong*. Editorial Sirio. Málaga.
- ----- (2003): *La raíz del ChiKung Chino*. Editorial Sirio. Málaga.
- ----- (2004): *Qigong. El secreto de la juventud. Tratados del cambio músculo / tendón y lavado de médula / cerebro, de Da Mo*. Editorial Sirio. Málaga.