

**Título original:** The Internal Martial Arts, An Overview. Medical Taijiquan

**Autor:** Erle Montaigne

**Contenidos:** Descripción de las 3 areas del Tai Chi: médica, marcial y terapéutica

# Las artes marciales internas Taijiquan médico

---

por Erle Montaigne

Siempre he defendido que las artes marciales internas chinas como el Taijiquan y el Baguazhang se encuentran entre las artes más letales que se hayan creado jamás. Junto con la práctica de Qi Gong estas artes también representan el vértice de la montaña en cuanto a terapéutica personal o médica. Pero al observar lo que la mayoría en su práctica representa a estas artes, comienzo a dudar de lo que afirmé antes. Una vez el Taijiquan fue considerado como el boxeo supremo absoluto de China. Ahora vemos a hombres jugando como niños, vistiendo trajes orientales que no se han utilizado desde hace años en China, todos intentando mostrar lo buenos que son en su arte y cómo son mejores que otros. Suelen ir a las mismas reuniones y competiciones, escriben artículos parecidos en revistas sobre cómo se deben usar estas artes, tienen las mismas expresiones serias en sus rostros y todos se miran a sí mismos y a su práctica de manera muy seria. Pero no muchos tienen una idea de la verdadera naturaleza de las artes marciales internas.

Las artes internas se elevan por encima del nivel usual de práctica general. Los verdaderos artistas marciales no tienen porqué parecer serios, son simplemente gente normal, que confían en su arte, que se preocupan por los demás y que no necesitan mostrarse en fiestas, etc. Dim Mak es una de esas artes casi extinguida, que ha dejado una sombra de su gloria en la forma de Taijiquan.

El Taijiquan, una vez arte de defensa personal superior, sufrió un retroceso al entrar en el mundo occidental. La era "new age" casi provocó que el Taijiquan desapareciera. Sólo un puñado de instructores continuaron, intentando revelar la verdadera naturaleza de este arte. Ahora, en la última parte del siglo XX, el Taijiquan, debido a la dedicación de algunos profesores, está siendo mostrado por vez primera como un arte terapéutico, de defensa personal y marcial, tal como fue en su pasado.

La mayoría de las personas apenas pueden captar una fracción del primer área del Taijiquan, el aspecto terapéutico, donde los movimientos lentos nos resultan familiares. Pocas personas pueden ver las aplicaciones marciales reales y menos aún pueden acceder al aspecto médico.

Todas las artes marciales solían cubrir estas tres áreas. La primera era la terapéutica o autocurativa. Obviamente uno debe estar sano para practicar un arte de defensa personal. En esta parte se practican las formas y los movimientos del empuje de manos. Hay además formas de parejas, no sólo marciales sin también con propósitos terapéuticos. En su más alto nivel, el estilo Yang original de Taijiquan, creado por Yang Lu Chan que fue llamado antes "Hao Chuan" (Boxeo suelto), se convierte en una serie de movimientos explosivos en los que el practicante parece una muñeca de trapo (suelto, relajado) mientras realiza movimientos de Fa Jing a lo largo de la serie.

Para conseguir salud a través del movimiento, debemos alternar movimientos lentos y explosivos, potentes. Esta alternancia nos proporciona una serie completa, basada en la teoría del yin-yang.

La segunda área del Taijiquan es el área marcial. No lo que presentan muchos instructores de Taijiquan donde se bloquea, se esquiva y después se reataca, sino el extremadamente letal uso del Dim Mak o golpeo de puntos vitales. Pero el hecho no está en que golpeemos puntos muy peligrosos, es el modo en que lo hacemos y el método explosivo que usamos para atacar a un oponente antes de que tenga tiempo de reaccionar a nuestra defensa. No se practican formas en esta área, aunque las formas originales terapéuticas son importantes para proporcionarnos timing y coordinación. En el área de defensa personal practicamos métodos de entrenamiento. Estos métodos nos proporcionan la habilidad para reaccionar de forma refleja, donde el oponente es atacado más que defenderse en contra de él.

Ha habido a lo largo de los años numerosas traducciones erróneas, tantas que no captamos el verdadero significado de los "Clásicos", un conjunto de escritos de los maestros antiguos que nos pueden proporcionar una mejor comprensión del Taijiquan. Por ejemplo, tal como dicen los Clásicos: "si él sube, tú subes, si él baja, tú bajas; y si él avanza, tú retrocedes, si él retrocede, tú avanzas". Las dos últimas partes de esta frase se han entendido de forma errónea. Las primeras nos dan la idea de que hacemos exactamente lo que el oponente hace y esto es correcto. Sin embargo la traducción de la segunda parte dice que hacemos lo opuesto a lo que el atacante está haciendo! La segunda parte se debería leer: "si él se mueve hacia delante, tú vas hacia delante, si él retrocede, tú retrocedes". Si él avanza, espera que retrocedas, así que está en su elemento, pero si tu avanzas haciendo algo completamente diferente a lo que espera, entonces tienes tú la ventaja. Y si él retrocede no desearás caer en su ataque. Debes entonces retroceder, de manera que tenga que avanzar para atacar, puesto que no te puede dañar si tú retrocedes cuando retrocede.

Otra traducción errónea sobre el modo de práctica del Taijiquan se refiere a los clásicos que dicen "moverse como el gran río". La mayoría de las personas lo han traducido como moverse como un río grande y tranquilo, de manera lenta. Pero cuando los chinos hablan del "gran río", se refieren al río Amarillo, que en muchas partes no es navegable porque es salvaje y rápido. Así que es cierto, debemos realizar las formas de Taiji como el gran río, a veces lento y fluido, a veces explosivo y peligroso.

Taijiquan, cuando se practica a su nivel original, merece el nombre moderno de "Boxeo Supremo Absoluto", pero realizado como una pseudodanza de salud o pseudoexperiencia mística, no puede llamarse Supremo Absoluto.

La tercera área de entrenamiento en las artes internas es la parte médica. Considero que este es el nivel más alto de nuestro entrenamiento. Cuando digo "médico" me refiero a que el practicante de Taijiquan puede utilizar las posturas sobre alguien en sentido terapéutico. No diciendo a una persona que haga una postura determinada sino haciendo algo sobre esa persona. Esta área exige muchos años de práctica y después algo más. Sin embargo, todo lo que uno debe conocer son las aplicaciones de defensa personal en el nivel de Dim Mak para utilizar el Taijiquan de este modo. Esta es la razón por la que lo marcial no puede ser separado de lo médico. Para poder utilizar el Taiji para curar a

otros, simplemente tenemos que conocer lo marcial por dos razones. La primera es que al practicar Taiji a sus niveles más altos, como en nivel Dim Mak, desarrollamos una energía interna que nos liga directamente a la tierra vía nuestras raíces. Estas raíces toman lo que se denomina energía de la Tierra a través de nuestro propio cuerpo para entrar en el cuerpo que estamos tratando curar. Pero este nivel sólo es posible conseguirlo en Taiji en sus niveles más altos de arte marcial.

La segunda razón para conocer el arte marcial es que todos tenemos que conocer las aplicaciones Dim Mak.

Por ejemplo, la postura de Peng, donde primero hacemos frente un ataque usando un bloqueo bajo a nuestro lado derecho dañando sus meridianos corazón /pulmón, y después absorbemos energía de su cuerpo mediante un violento tirón de los puntos de la muñeca "C5 y P8". Entonces golpeamos al "punto de la mente" (cerca del hueso malar y el músculo masetero) a un lado de su mejilla, utilizando un puño de revés, lo que le llevaría a perder la consciencia a través de la acción del golpe, ocasionando que su sistema nervioso central cese de enviar señales a su cerebro. Después incluso se puede atacar con la muñeca izquierda a un punto llamado "VC22", lo que ocasionaría la muerte.

Para utilizar el método anterior en el área médica del Taijiquan, todo lo que tenemos que hacer es el método exacto de defensa personal pero a un nivel curativo y no a nivel marcial ya que en ese caso haríamos daño a la persona.

Podemos usar este método de defensa personal para tratar a alguien con baja energía, con problemas emocionales de la infancia como abuso, etc. Estoy escribiendo un libro sobre Taiji Médico que muestra todas las aplicaciones del Taiji utilizadas de este modo. El método para la postura de Peng incluiría golpear ligeramente los meridianos de corazón y pulmón. Pero se realiza de manera suave. Se tira ligeramente de la muñeca seguido de la palma izquierda en la mejilla del paciente y sobre la cabeza.

El área médica es el nivel más alto del entrenamiento en artes marciales pero tristemente la mayoría de los sistemas hoy en día han perdido este conocimiento. Creo que soy la primera persona en la historia moderna que enseña esta área y lo que es más importante que lo documenta para generaciones futuras. Ningún otro estilo de arte marcial tiene esta área en su sistema porque los maestros chinos no enseñaron eso a los que cogieron parte de sus enseñanzas. La principal razón es que

los estudiantes no estuvieron el suficiente tiempo para estar preparados para recibir esa información o su nivel de Qi no era lo suficientemente bueno.

Otra razón es que los chinos no querían que esa información la tuviera nadie. Entonces, ¿porqué un australiano tiene esta información? He podido aprender de los mejores maestros chinos, he suplicado, pedido, comprado y hasta robado esta información. He hecho muchos "favores" a maestros chinos, incluido mi principal profesor, Chang Yiu Chun, uno de los 3 discípulos del gran Yang Shou Hou, hijo de Yang Kin Hou y nieto de Yang Lu Chan.,

En mayo de 1995, fui invitado a ser el primer occidental en aprender el sistema original de Wudang Shan (Montaña Wudang) Qi Disruption, que incluye 9 katas cortas o formas que se dicen fueron las formas originales inventadas por Chang San Feng. Me llevó nueve años de correspondencia desde mi última visita a China para ser aceptado al aprendizaje de estas excelentes formas terapéuticas y marciales. Incluso para acceder al maestro Liang Shih-Kan tuve que hacerlo de la manera dura.

El hombre que inventó el Taijiquan, o mejor dicho su precursor, ya que el nombre de Taijiquan no fue creado hasta la última parte del siglo XIX, era un excelente artista marcial en el verdadero sentido de la palabra. Chang San Feng era además un excelente médico y sanador. Fue Chang quien combinó todos sus talentos para descubrir el Dim Mak, que después se conoció como Hao Chuan o "Boxeo Suelto". Muchos años después este nombre cambió a lo que conocemos por Taijiquan. En colaboración con maestros de acupuntura, he combinado mis conocimientos de Dim Mak con sus conocimientos médicos. Y al hacer eso, creo que hemos redescubierto lo que Chang San Feng inventó.

No se puede separar la parte terapéutica de la marcial, al hacer eso, sólo se trabaja la mitad de un gran arte. Incluso algunos estilos de artes marciales han intentado coger el letal uso del Dim Mak perdiendo la grandeza de este arte marcial. Tristemente, la mayoría de las escuelas hoy en día, incluso sólo prestan atención a los movimientos espectaculares y abandonan completamente el aspecto terapéutico de su arte.