

APRENDIZAJE DEL TANGLANG CHUEN

Las técnicas del Kung Fu permiten a la persona que las realiza desarrollar sus capacidades en alto grado. En ellas todo es importante y el estudiante que quiera avanzar en los diferentes niveles debe contemplar todos los factores. El presente texto pretende señalar algunas claves útiles para un estudiante de Tanglang Chuen que ya ha aprendido las técnicas básicas y ha conseguido memorizar las secuencias de algunos esquemas del estilo.

En el libro "Pachi Tanglang Chuan" (p.221-222) se define de forma general como debe ser el espíritu del estilo Tanglang. *"El espíritu del estilo Mantis es la ausencia de espíritu, es decir la mente en blanco. Cuando se ataca, uno no debe pensar en absolutamente nada; este estado de poner la mente en blanco le ayuda a uno a aprender los movimientos a través de la repetición constante"*.

Poner la mente en blanco, **no pensar en nada**, no significa que la mente no haga nada. Significa que la mente no debe estar ocupada en pensamientos que impidan el aprendizaje correcto de los movimientos que se van realizando o la aplicación de los movimientos aprendidos en caso de necesidad. Con el aprendizaje a través de la repetición constante se pretende que la ejecución de los movimientos llegue a estar tan fijada en la memoria que en caso de necesitarlo se le aparezcan a la mente de forma automática y el cuerpo los ejecute con naturalidad.

La mente no debe pensar en nada pero sí debe permitir que se le aparezca algo. En el momento preciso se le aparece el movimiento adecuado sin tener que buscarlo. La conexión entre la memoria y la mente en blanco debe ser absolutamente abierta y directa. La memoria aporta el movimiento ya fijado y la mente aporta su "vacío" y un estado o disposición especial. Este estado mental o disposición del espíritu se caracteriza por su actividad inconcreta. La mente en blanco está **plenamente activada** (despierta, consciente, atenta) pero sin que se pueda concretar su actividad.

Puede que la principal función de la mente en blanco y completamente activada sea conectar los movimientos aprendidos con la situación, siempre cambiante, en la que se encuentra la persona en cada momento. Cuando hablamos de situación, en este caso marcial, cabe señalar que siempre se deben considerar dos aspectos: el exterior y el interior. La "situación exterior" se refiere al lugar, al momento y a quien debemos enfrentarnos. La "situación interior" se refiere a la propia mente, ella es quien debe cuidar de si misma, debe cuidar de no extraviarse del estado o disposición adecuados.

Resulta, pues, que si la mente es capaz de mantener su estado sin extraviarse estará en disposición de **conectar los movimientos** fijados en la memoria con la **información sobre la situación** exterior que le llega a través de los sentidos y podrá guiar todo el proceso decidiendo cuando y como hay que actuar. En el conjunto de cuerpo, energía y espíritu que constituye la persona el espíritu tiene carácter yang y su función es la de guía o conductor de todos los procesos de movimiento.

Habitualmente se considera la memoria como la función de guardar información que después podrá ser recordada por la mente cuando ésta lo decida. La memoria sería el almacén de la mente y estaría situada en algún "lugar" de la propia mente. Utilizamos la palabra "lugar" metafóricamente, pues sabemos que ni la información (memoria) ni la gestión de información (ideas) ocupan un lugar propiamente hablando, no son materia y no pueden ser localizados en el plano tridimensional.

Esta concepción mecanicista de los procesos mentales y de una separación rígida entre las partes mental y corporal del ser humano no coincide con la base filosófica del Kung Fu. *"La filosofía china cuando habla de los Tres Tesoros, Tres Sabios o Tres Poderes, se refiere al concepto de San Chai aplicado al ser humano. En el ser humano los Tres Tesoros son el cuerpo, la energía y el espíritu"* ("El tejido invisible" p.20). La consideración de la energía como un componente

sustancial del ser humano, que ya es importante por si misma, resulta decisiva para relacionar los otros dos. Cuerpo, energía y espíritu están íntimamente ligados entre si.

El Kung Fu se caracteriza por mantener siempre el cuerpo como punto de partida en todos los niveles que abarcan sus técnicas. Da igual el nivel de energía o de espíritu que se esté trabajando mediante los movimientos del Kung Fu, siempre se vuelve una y otra vez al **cuerpo como punto de partida**. *"Movimiento del cuerpo para atraer a la mente. Entonces, ya son solo uno. Esta es la chispa que atrae a la energía, esta es la verdad del cuerpo."* ("El tejido invisible" p.1).

Cuando en la cita inicial se dice *"a través de la repetición constante"* se está describiendo un método: los movimientos solo pueden ser aprendidos **a través de la práctica**. La simple repetición por si misma no es indicativo en absoluto de aprender un movimiento de forma automática. Un movimiento será aprendido cuando en su realización se consiga atraer a la energía. No se trata de la energía que utilizamos en nuestras actividades habituales. Esta ya está disponible en el cuerpo, pues de otra forma éste no podría empezar a moverse. Se trata de una energía especial que precisa de la conjunción de movimientos específicos del cuerpo con la disposición de espíritu que llamamos "mente en blanco".

Cuando se logra unir el cuerpo y la mente al realizar el movimiento aparece la **energía propia de ese movimiento**. Quien siente la energía es el cuerpo. El cuerpo humano tiene sus tipos de energía y sus canales de energía. El espíritu es consciente, percibe la presencia de energía, pero quien la siente es el cuerpo. Esta sensación de la energía permite la fijación o aprendizaje del movimiento. La memoria del aprendizaje del Kung Fu está en el cuerpo. El aprendizaje del Tanglang Chuen se hace con la **memoria del cuerpo**.

Jaume Cloquell
24-5-2015