

Leyendas en las Artes Marciales Chinas frente a la Investigación Histórica

Por William Acevedo, M. Eng.

Abril 26 2007

"Existen numerosos estilos en Wu Shu, pero el más importante en términos de organización, métodos de entrenamiento y moralidad fueron desarrollados en el monasterio budista de Shaolin. Estas características hicieron que aprender en el Templo Shaolin se convirtiera en un símbolo de respeto y dignidad."¹

Las artes marciales chinas tienen un pasado rico pero en muchos casos mal entendidos; ya sea por desconocimiento de sus verdaderas raíces o como consecuencia de tergiversaciones de la verdad para así poder atraer la atención del neófito.

El párrafo con el que iniciamos este artículo se puede encontrar en muchos de los libros dedicados a las artes marciales chinas, a pesar de que estos libros tienen en su mayoría un excelente conocimiento técnico, no se puede decir lo mismo de sus fuentes históricas. Un énfasis exagerado se le ha dado entre otras a las historias de las artes consideradas como provenientes del Templo Shaolin. A continuación introduciremos al lector información proveniente de renombrados historiadores dentro y fuera de China cuyo trabajo revela una faceta de estas artes dentro un contexto académico el cual no esta al alcance de muchos debido entre otros, a la complejidad del idioma chino.

Artes Marciales antes de Bodhidharma

Decir con exactitud cuando se originaron las artes marciales es imposible, desde el primer momento el hombre toma un palo para defenderse, se puede decir que estas artes comenzaron su evolución. "Fu Xi es considerado en China como el ancestro de la humanidad. Durante este periodo la gente peleaba con mazas de madera para elegir a sus líderes, correspondiendo al periodo Paleolítico. En el Mesolítico, aparecen las flechas y arcos así como también escudos (Gan) y alabardas (Ge)"².

"En los siglos 21 y 16 A.C, Dinastía Xia Aparecen las armas hechas de bronce, sables (Dao), hachas (Jin), cascós etc. En este periodo carrozas son usadas como arma principal en la guerra. En el Siglo 12 A.C. Tiempo de Wu Yi, En los Registros del Historiador se lee que el emperador Wu Yi hizo un Ou Ren (una figura humana en madera) usándolo para practicar Bo (pelea sin armas)"². Los términos Wushu, Kung Fu y otros con los cuales se describen las artes marciales chinas son palabras acuñadas recientemente. El carácter que comúnmente se usa para describir boxeo, Quan, 拳, significa coraje o valor y no boxeo. "A mitades del siglo 16 D.C. la combinación Quanyong, 拳勇, aparece para describir boxeo; Especialmente en el libro "Epitafio para Wang Zhengnan". Bo, 搏 es tal vez la palabra más antigua que identifica las artes de combate chinas"³.

"En los Siglo 11 A.C. Tiempo de los reyes Wen, Wu y Cheng. Dinastía Zhou. Al principio de la dinastía Zhou se ven las primeras prácticas de formaciones de combate así como la práctica de "formas" usando Ge y Mao (lanza). El rey Cheng promueve el entrenamiento tanto militar como literario"².

"En 841 A.C. el primer año de Gong He, Dinastía Zhou del Oeste. Durante este año ocurre una revuelta en la cual oficiales del ejército, ciudadanos, artesanos y mercantes se alzan en armas y atacan el palacio imperial, lo que demuestra que la práctica con armas es algo normal en los ciudadanos del común"².

"En 773 A.C. el 9no año del rey You, Dinastía Zhou del Oeste. En este reino existían formas para la práctica de pelea a mano vacía. El Libro de los Ritos describe que "en el primer mes del otoño, debe haber Bo Zhi, para evitar crímenes y maldades". Mas tarde se desarrollaría Shou Bo (pelea a mano vacía) y Quan Shu (técnicas de boxeo), provenientes de Bo (golpear) y Zhi (agarrar). En el mismo libro se hace una distinción clara entre Shou Bo y Jiao Li con él ultimo se describe la práctica de lucha"².

Ejemplos de una estructura militar así como la práctica de ejercicios enfocados al desarrollo marcial se pueden encontrar en otras fuentes las cuales revelan que estas artes ya tenían un nivel técnico elevado antes de la construcción del Templo Shaolin y la llegada del monje Bodhidharma a China.

Otra referencia que demuestra la práctica marcial, inclusive antes de la fundación del monasterio Shaolin (495 D.C.) provienen de la Historia de Wei, "Wei Shou". La cual menciona que durante incursiones realizadas por el Emperador Wei del Norte en 446 D.C., en monasterios alrededor de Chang'an (Xian), se descubrieron y confiscaron lotes de armas, lo que indica que la práctica marcial era algo común de la época. El templo Shaolin fue construido en 495 D.C. por el emperador Xiao Wen para el monje Chan, Ba Tuo de Tian Zhu, estos monjes se dice practicaban Jiao Li como

entretenimiento5, lo cual contradice la creencia popular de que los monjes de la época no conocían las artes de lucha hasta la llegada de Bodhidharma a China.

La Leyenda del Templo Shaolin

La influencia de Ta Mo (Bodhidharma) en las artes marciales chinas es en el mejor de los casos imposible de determinar, no existe hasta la fecha un consenso dentro de la comunidad académica de que Bodhidharma haya existido y mucho menos que haya sido el iniciador de las artes marciales en el Templo Shaolin. Una de las razones por las cuales el Templo Shaolin se haría famoso fue la ayuda que el Templo le brindo al iniciador de la Dinastía Tang, Li Shimin, además de su participación durante la campaña en la dinastía Ming en contra de los piratas chinos y japoneses de la época.

"En el año 1513 un académico de nombre Du Mu (1459 – 1525) viajo a Shaolin en Henan, para examinar inscripciones antiguas en una gran numero de estelas otorgadas al templo por personajes tan importantes como la emperatriz Wu (684 – 705). Du Mu estaba interesado en estas estelas no-solo como obras maestras de caligrafía antigua sino también como fuentes de la historia del templo. Du Mu descubrió que algunos monjes fueron reconocidos como guerreros, quienes ayudaron a Li Shimin (600 – 649) en la campaña que fundaría la dinastía Tang (618 – 907), estos hallazgos rectificarían omisiones en la Historia de (la dinastía) Tang."⁶ Estos hechos tampoco fueron incluidos en los cánones Budistas dedicados a la historia del templo, la razón? La participación de monjes en actividades de guerra las cuales contradicen la doctrina budista y los Ocho Caminos de Nobleza los cuales entre otros prohíben matar a otro ser humano.

"Una de las razones de la participación de los monjes en la campaña militar de la época, fue el resentimiento de los mismos contra Wang Shichong quien se había apropiado de algunas de sus tierras, pero al mismo tiempo existió una razón política, los monjes apoyaron a los que consideraron con mas posibilidades para ganar la guerra"⁶, en este caso Li Shimin, esta historia aparece entre otras fuentes en la estela Shaolin Si Bei la cual fue cuidadosamente estudiada por el Profesor Meir Shahar, un experto en el tema. Esta decisión garantizo la prosperidad del templo en los siglos posteriores. Luego de la victoria de Li Shimin, el Templo viviría una época de seguridad y esplendor debido a sus actividades en la campaña contra Wang aun a pesar de la persecución que Li Shimin realizaría en contra de otros templos budistas los cuales degeneraron en ejecuciones sumarias, cierre de templos y en su lugar la ordenación de monjes Taoistas, la única excepción a esta campaña fue el Templo Shaolin⁶.

Durante la dinastía Ming, China sufrió ataques constantes de parte de piratas japoneses y chinos los cuales sembraron el terror en las costas del Este del país. Durante este periodo, las fuerzas chinas se vieron derrotadas en múltiples ocasiones, hasta la aparición de una de las figuras militares más importantes de China, el general Qi Jiquan.

"El General Qi Jiquan (1528 - 1587) nació en una familia con una larga carrera militar en Ding Yuan, condado de Anhui. En 1553, Qi fue nombrado como Asistente Regional del Comisionado Militar con la misión de: "Castigar a los bandidos y proteger a la población". Esta misión estaba enfocada a destruir los grupos de piratas Japoneses y locales que atacaban la costa este de China. Cuando tenía veintisiete años Qi fue nombrado Comisionado en Zhe Jiang en donde los piratas locales y japoneses se estaban organizando"⁷.

En un principio las tropas chinas estaban mal entrenadas y equipadas, durante el comienzo de la campaña las fuerzas chinas sufrieron muchas derrotas. Viendo esto el general Qi enlisto la ayuda de artistas marciales así como también promovió la práctica de las mismas en sus tropas. Qi analizo 16 artes marciales que considero las más efectivas de su tiempo, extrayendo técnicas las cuales organizo en una forma de 32 movimientos con la cual entreno a su ejercito. Algunas de las artes que Qi uso en su análisis fueron:

Estilos Antiguos:

Boxeo Song Taizu en 32 Posiciones

Boxeo de Seis Pasos

Boxeo del Mono (muy diferente de las versiones actuales)

Boxeo de Señuelo

Estilos Modernos:

Boxeo de la Familia Wen en 72 Líneas (Fanzi)

36 Controles

24 Toques en el Caballo

8 Maniobras Evasivas

12 Métodos Cortos

8 Técnicas de Lanzamiento de Lu Hong

Pateo de Li Bantian de Shandong

Boxeo Cercano de Algodón de Chang

Control de "Garra de Aguila" Wang

Lanzamientos de "Mil Lanzamientos" Zhang

Golpeo de Boxeo Zhang Po

Boxeo Bazi (Bajiquan)" 8

Las técnicas usadas para el manejo de armas fueron entre otras:

- Bastón Shaolin y de Ching Tien
- Lanza de Yang, Ma y Sha
- Sable a dos manos

Es aquí en donde debemos analizar el significado de la falta de cualquier mención de técnicas de pelea sin armas provenientes del Templo Shaolin. Stanley Henning y otros investigadores, concluyen que esto se pudo deber a que las artes de lucha practicadas en el Templo eran las mismas que se practicaban fuera del mismo o que sus técnicas no eran dignas de ser mencionadas. Lo opuesto ocurre con las técnicas de bastón las cuales fueron mencionadas por Qi en su libro Jixiao Xinshu (Libro de Disciplina Efectiva), 继效新书, las cuales ya eran famosas. El profesor Shahar, concluye que el Templo Shaolin desarrolla algunas técnicas de pelea a mano vacía durante /después de la dinastía Ming, contradiciendo la noción popular de técnicas de boxeo provenientes de Shaolin después de la llegada de Bodhidharma.

"Cheng Zang-Yan (1561 - ?); Quien escribió varios manuales ilustrados que trataban acerca del uso de armas como la lanza, el bastón largo, la espada japonesa y la ballesta; Entreno en el templo Shaolin por 10 años, sin embargo solo considera un par de nombres como dignos de ser mencionados. Hong Zhan y su alumno Guan An. Las técnicas de lanza de Hong Zhan fueron preservadas en el libro, "Registro de Armas", escrito por Wu Shu (el nombre, no-arte marcial), 1611 – 1695. En este libro se revela la posible influencia que tuvo la visita del general Ming Yu Dayou al monasterio"⁴.

"En la misma época, Cheng Zhoudou (1522 – 1587 D.C.) en su libro, "Explicación de las Técnicas de Bastón de la escuela de Shaolin", Shaolin Gunfa Chanzong o Shaolin Gun Tujie, escribe que los monjes estaban trabajando en sus técnicas de boxeo, las cuales no habían ganada ninguna reputación en el ámbito nacional, estas técnicas aun estaban en su infancia pero que esperaban alcanzar una alta fama como la que gozaban las técnicas de bastón"⁵.

"El general Ming, Yu Dayou, quien fue compañero de armas del general Qi Jiquan, escribió en, Shi Song Shaolin Siseng Zongji, "Un Poema para el Monje Shaolin Zongji", que los monjes habían practicado el uso de la espada pero que con el tiempo habían perdido su habilidad. Yu, le enseñó sus técnicas de espada a un monje llamado Zongji el cual era un seguidor durante la campaña de Yu contra los piratas japoneses"⁴. Estos generales entrenaron a un grupo de monjes con el objetivo de que estos a su vez organizaran y entrenaran una milicia la cual sería utilizada como apoyo en las campañas anti-piratas.

La participación de los monjes en estas campañas haría al templo famoso, y es aquí donde el apodo "Monjes Guerreros" tendría su origen. Sin embargo debemos entender que en esta época el templo era dueño de grandes extensiones de tierra las cuales requerían un gran numero de trabajadores quienes no eran en su totalidad monjes siendo por lo tanto una buena fuente de reclutas; así como también el templo ofrecía "santuario" a aquellos que deseaban escapar de persecuciones; Criminales, personas con afiliación a dinastías depuestas etc., los cuales en muchos casos traerían su conocimiento marcial dentro del templo, continuando su práctica y difusión. Esto explicaría las razones por las cuales algunos grupos de "monjes" estuvieron envueltos en operaciones de tipo militar. Basado en lo anterior podríamos

concluir que la creencia de que fueron monjes budistas los que darían origen a las técnicas de lucha chinas es totalmente exagerada.

Vale la pena mencionar que la gran mayoría de las historias referentes a la influencia que tuvo el Templo Shaolin en la evolución de las artes marciales chinas, origen de muchos de los estilos que se conocen hoy en día etc. Provienen de tradición oral la cual hasta tanto no sea comprobada científicamente no puede ser tomada como prueba de los orígenes de un estilo, sino un elemento mas que debe ser comparado con otras fuentes antes de tomarlo demasiado en serio. Desgraciadamente este ha sido el camino que se ha seguido, las razones son bastante sencillas, el afán económico que conlleva presentar un estilo como él más tradicional con un linaje "milenario" es la razón principal; Uno de estos casos fue el "descubrimiento" y la posterior construcción del llamado Templo Shaolin del Sur, el cual ha conseguido atraer el turismo marcial largamente anhelado por esa provincia, sin embargo esta declaración puede haber sido demasiado apresurada.

Estilos Internos vs. Externos

La mención más temprana acerca de estilos provenientes de Shaolin proviene de la dinastía Qin (1644 – 1911 D.C.) Se debe enfatizar que para poder entender las razones por las cuales estas historias nacieron, se necesita analizar el contexto histórico del momento, China estaba bajo el dominio Manchu, durante esta época proliferaron movimientos de resistencia en diferentes niveles de la sociedad ante el yugo extranjero, uno de los cuales fue la formación de sociedades secretas.

"En esta época, muchos eruditos rehusaron servir bajo el dominio Manchu, y en 1727, 83 años después del establecimiento de la dinastía Qin, personas leales a la dinastía Ming aun estaban activas, planeando derrocar al gobierno. Algunos de estos eruditos fueron Huang Zongxi (1610 – 1695 D.C.), Gu Yanwu y Yan Yuan, todos estos apoyaron la práctica de artes marciales como una forma de resistencia patriótica en contra invasor extranjero"⁴.

Henning revela que Huang Zongxi, tenía un hijo al cual bautizo, Huang Baijia, Baijia estudio boxeo con Wang Zhengnan (1617 – 1669 D.C.). Huang Zongxi escribió el libro, "Epitafio para Wang Zhengnan", no solo para honrar al maestro de su hijo, sino también para expresar sus sentimientos en contra del régimen Manchu⁴⁻⁵.

Imaginemos por un momento que estamos bajo el yugo de un poder extranjero, cualquier asomo de rebeldía es duramente castigado. Si alguien desea criticar al gobierno en el poder, esta persona no podría hacerlo abiertamente, en su lugar, tendría que hacer uso de simbolismos, para ocultar un mensaje mas profundo dirigido a sus lectores y así evitar ser castigado. Henning concluye que esto es precisamente lo que "Huang Zongxi hizo cuando escribió su libro, usando el nombre de Shaolin para representar al poder extranjero (Manchu) y taoísmo representando la población nativa (Han), identificando estilos Externos (Shaolin/Budismo) como inferiores a los estilos Internos (Wudang/Taoísmo)"⁴⁻⁵.

Esto explica en cierta forma la razón por la cual Huang Zongxi, declara la superioridad de la escuela interna de boxeo contra la externa. Basados en la investigación de Henning, un ejemplo del simbolismo utilizado en el Epitafio (el cual fue destinado para ser destruido durante la dinastía Qin, pero por alguna razón se salvo de serlo); es el uso, al final del libro, de los caracteres tradicionales del "calendario cíclico de 60 años en lugar del título imperial del reinado Manchu, al referirse a la fecha de nacimiento y muerte de Wang Zhengnan" ⁴⁻⁵. Esto por si solo es una muestra de rebeldía por parte de Huang contra los Manchu. El Epitafio incluye una nota en la cual Huang revela que el libro puede que no sea históricamente correcto.

Desgraciadamente muchos autores tomaron literalmente los escritos de Zongxi y lo usaron para dividir los estilos marciales chinos en Externos e Internos. Durante la Rebelión de los Boxeadores, aumento aun más la confusión acerca de los orígenes de estas artes, al punto en el cual sé tomo el ejemplo de los monjes guerreros como estandarte patriótico y es así como muchos maestros chinos comenzaron a trazar sus orígenes en el Templo Shaolin. Muchas de las historias que se conocen acerca del entrenamiento de los monjes, orígenes etc. "Provienen de un libro publicado en 1915, por un autor desconocido titulado, "Secretos del Boxeo Shaolin". El cual tejió todas las historias, mitos y leyendas tan populares en la época. Tang Hao y Xu Zhedong, expuso la total falta de veracidad histórica de este libro, sin embargo, "Secretos del Boxeo Shaolin" fue tan popular que ha sido usado como la fuente de la historia de las artes marciales chinas!" ⁴⁻⁵

La Leyenda del Origen del Taijiquan

"La leyenda del origen del Taijiquan tiene las siguientes etapas:

1. Antes de 1669, en donde solo se hace referencia a Sanfeng como un taoista inmortal, sin que esto pruebe su existencia
2. Después de 1669 en el cual Sanfeng se dice es el fundador de la escuela interna de boxeo.
3. Después de 1900 en la cual se dice que Zhang Sanfeng fue el creador del Taijiquan"^{4,5,10,12}.

"Una razón que pudo haber influido en la fabricación de esta leyenda fue la de usar a Sanfeng como fundador para competir con la leyenda de Bodhidharma y así poder atraer estudiantes"^{4,5,10,11}

La Academia Central de Artes Marciales

"Este tipo de división de estilos causa muchos problemas cuando el gobierno nacionalista lanza el proyecto de la Academia Central de Artes Marciales, Zhongyang Guoshuguan.

La cual fue fundada en Marzo de 1928 en la ciudad de Nanjin; Bajo la dirección de Zhang Zhiqiang, quien era el comandante del ejército del nor-oeste de Feng Yuxiang. Zhang era un fanático de las artes marciales, una vez en Nanjin unió sus esfuerzos con varios líderes militares. En su comienzo la escuela fue organizada en dos secciones para hombres, la sección de "estilos" de Shaolin y los de Wudang; Este arreglo no duro mucho debido a enemistades y enfrentamientos entre sus seguidores"⁹.

"Tan serios fueron estos que los directores ejecutivos de la sección de Shaolin, Wang Ziping y el de la sección de Wudang, Gao Zhenhong, se atacaron. Inclusive los directores académicos de Shaolin, Ma Yufu y el de Wudang, Liu Yinhu se atacaron con lanzas de bambú en otra salvaje pelea"⁹.

Este tipo de comportamiento era lo último que se necesitaba en un proyecto enfocado a unificar a los practicantes de artes marciales. "En Julio de 1928 los dos grupos fueron abolidos, se eligieron nuevos miembros para la dirección los cuales tenían una orientación de trabajar en grupo, los cuales dirigirían las nuevas divisiones de Enseñanza, Publicación y Asuntos Generales. Los personajes que se contrataron para salvar el proyecto de la Academia fueron el educador Ma Liang y el abogado e historiador Tang Hao, la idea central fue la de unificar los estilos de Wushu conocidos hasta ese momento"⁹.

Es aquí, que debemos mencionar a uno de los pioneros de la investigación histórica de las artes marciales chinas más importantes, Tang Hao (1897-1959), también conocido como Tang Fansheng, "nativo del condado de Wu en la provincia de Jiangsu, quien se convirtió en un famoso historiador de las artes marciales chinas. Tang Hao nació en una familia pobre, sin embargo Tang cultivo su amor por la literatura y las artes marciales la cual desarrollo desde una edad temprana. Tang trabajo como rector de la Escuela Primaria de Shanghai; es en esta ciudad donde aprendió el Boxeo de las Seis Armonías (Liuhequan) del maestro Liu Zhen'nan. Luego estudiaría Xingyiquan y Taijiquan con Li Cunyi y Chen Fake"¹³.

Durante su tiempo como rector, Tang enseño artes marciales a sus estudiantes enfatizando la importancia del acondicionamiento del cuerpo como la base de toda practica marcial, Tang consideraba la idea de "técnicas secretas" como una tontería, en su lugar la efectividad de un arte marcial radica en la maestría de las técnicas del arte que se escoja combinado con un buen acondicionamiento físico. Como director del departamento editorial de La Academia Central de Artes Marciales en Nanjin (Zhongyang Guoshu Guan), Tang promulgó el estudio científico en las artes marciales chinas criticando duramente el enfoque de las diferentes escuelas acerca de linajes, la asociación de las mismas con religión, lo oculto y lo sobrenatural; Al mismo tiempo Tang enfatizo "practicalidad" en el entrenamiento y critico el "embellecimiento" de las mismas, enfocándose en las técnicas más efectivas para el combate¹³.

En 1930 lidera una representación de la Academia Central de Artes Marciales (incluyendo Zhu Guofu, Yang Songshan y otros) a Japón en una visita de investigación⁹. Tang se caracterizo por su enfoque estricto y sin ideas preconcebidas en su investigación, basada en hechos y no en leyendas. Tang Hao es uno de los primeros que refutaría la concepción popular de que el Taijiquan fue creado por Zhang Sanfeng así como las historias acerca del Templo Shaolin. Tang Hao decidió investigar a fondo la raíz de estas divisiones luego de su experiencia en la Academia Central, durante su investigación la cual fue publicada con él título "Estudio de Shaolin y Wudang" o Shaolin Wudang Kao, Tang descubrió que estas historias no eran mas que fabricaciones sin ninguna base histórica. Tang concluyo basado en su extensa investigación de diferentes documentos, así como visitas de campo, que Bodhidharma y Zhang Sanfeng no tenían ningún conocimiento marcial y que las ideas acerca de artes marciales "originadas" en Shaolin eran incorrectas^{4,5,10,11,13}.

La Academia y sus cientos de sucursales en el ámbito nacional y el masivo esfuerzo publicitario realizado, no solo directamente por la Academia, sino también el realizado por educadores marciales y activistas asociados con el Guoshuguan, tuvieron un éxito limitado⁹.

Este esfuerzo solo alcanza aquellas provincias bajo control del Guomindang, otro tipo de asociaciones similares se crearon en otras provincias organizadas por los jefes de milicia en el poder. La Academia de Nanjin organiza dos tipos de programas, los cuales serían conformados por grupos de sesenta estudiantes quienes eran generalmente enviados por sus provincias, en la Sección de Instrucción recibían educación por tres años en diferentes artes marciales y otros temas, viviendo en los dormitorios de la Academia y tomando un total de cuarenta y cuatro horas de cursos cada semana⁹. Aquellos no aceptados en el programa de grado eran remitidos a la Sección de Entrenamiento. El currículo

no solo contenía el estudio de estilos mantis, Taijiquan, Shuai Jiao, Bajiquan, Puño Largo, Hsing I, Baguazhang, Jian, Boxeo Chino y Occidental sino también clases de Matemáticas, Higiene, Estudios Políticos etc. La idea era la de formar buenos instructores y ciudadanos.

Conclusión

La importancia del Templo Shaolin, radica en haber sido un centro de reunión y refugio para muchos artistas marciales así como la creación de las técnicas de bastón, pero no como la cuna de todo el conocimiento marcial de China. En la actualidad otros investigadores han seguido los pasos de Tang Hao, lo que ha permitido tener un punto de vista diferente, basado en estudios meticulosos y comparativos de las diferentes fuentes existentes; entre estos debemos mencionar: Stanley Henning M.A., Profesor Ma Mingda Ph.D, Profesor Cheng Dali Ph.D, Profesor Zhou Weiliang Ph.D, Profesor Meir Shahar Ph.D, Profesor Kang Ge Wu Ph.D, entre otros. Esperamos que con esta breve exposición, los artistas marciales actuales comenzaran a investigar mas a fondo los orígenes de sus estilos, dejando atrás el mundo de la fantasía, la cual muchos de nosotros hemos tomado como verdad absoluta y abran su mente a la realidad.

Bibliografía

- 1 Yang Jwing Ming, Shaolin Long Fist Kung Fu, Unique Publications. 1982
- 2 Kang Ge Wu, The Spring and Autumn of Chinese Martial Arts -5000 years- Plum Publishing, 1995
- 3 Stanley Henning, What's in a Name? The Ethimology of Chinese Boxing. JAMA V.10 N.4, 2001
- 4 Stanley Henning, The Chinese Martial Arts in Historical Perspective. Military Affairs. December 1981
- 5 Stanley Henning, Academia Encounters the Chinese Martial Arts. China Review International. V.6, N.2, 1999
- 6 Meir Shahar, Epigraphy, Buddhist Historiography, and Fighting Monks: The Case of The Shaolin Monastery.
- 7 Qi Jiquan, Jixiao Xinshu (Libro de Disciplina Efectiva), 继效新书
- 8 Wile Douglas, Tai Chi's Ancestors, Sweet Ch'i Press, 1999
- 9 Andrew D. Morris, Marrow of the Nation, University of California Press, 2004
- 10 Jarek Szymanski, Brief Analysis of Chen Family Boxing Manuals. China from Inside
- 11 Tang Fa Shen, Shao Ling Wu Dang Kao, 少林武當考-唐范生 1937
- 12 Stanley Henning, Ignorance, Legend and Taijiquan. Journal of Chen Style Taijiquan Research Association of Hawaii. V.2, N. 3. 1994
- 13 Brian Kennedy, Elizabeth Guo, Chinese Martial Arts Training Manuals A Historical Survey. North Atlantic Books. 2005